

**UNGA MED
ATTITYD**

mucf | Myndigheten för ungdoms-
.se och civilsamhällesfrågor

**HÄLSA, FRITID
OCH FRAMTID**

ATTITYD- OCH VÄRDERINGSSTUDIE 2019

© Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor

AUGUSTI 2019

Uppdragsansvarig: Sara Fransson

KONTAKT

Webbplats: www.mucf.se

Telefon: 010-160 10 00

E-post: info@mucf.se

UNGA MED ATTITYD

Hälsa, fritid och framtid



ATTITYD- OCH VÄRDERINGSSTUDIE 2019

Förord

Unga med attityd 2019 – hälsa, fritid och framtid är den tredje delrapporten i Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågors attityd- och värderingsstudie. De två tidigare delrapporterna har belyst ungas attityder till viktiga samhällsfrågor och demokrati samt till arbete och arbetsmarknad.

Samtliga tre delrapporter bygger på en enkätundersökning och ingår i den uppföljning av de ungdomspolitiska målen som Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor gör. Det är sjätte gången studien görs sedan 1993.

I den här delrapporten riktas blicken mot ungas attityder till sin hälsa, fritid och föreningsliv, religion och tro och synen på livet och framtiden. Resultaten visar bland annat att allt fler unga har symptom på psykisk ohälsa. Ökningen är kraftigare bland unga tjejer än bland killar, vilket gör att skillnaderna mellan könen ökar. Studien visar också att ungefär hälften bland unga tycker att de har lagom mycket fritid. Det är dock vanligare att killar upplever att de har för mycket fritid medan det är vanligare bland tjejer att känna att fritiden inte räcker till.

Arbetet med rapporten har genomförts inom avdelningen för utredning av Sara Fransson (uppdragsansvarig), Marit Gisselmann, Alba Stjärnkvist och Emma Thornström.

Lena Nyberg, generaldirektör

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor
Växjö augusti 2019

Innehåll

Förord	4
Innehåll	5
Sammanfattning	7
Uppföljning av de ungdomspolitiska målen	9
1.1 Undersökningens genomförande och resultatredovisning	11
1.2 Läsanvisningar	12
Fritid och föreningsliv	13
2.1 Två av tre unga är nöjda med sin fritid	14
2.2 Unga vill ha roligt på sin fritid	14
2.3 Sju av tio unga vill uttrycka sin personlighet på fritiden	15
2.4 Tillgången på fritid upplevs olika utifrån kön och ålder	15
2.5 Fyra av tio unga är medlemmar i en förening	16
2.6 Ungas deltagande i föreningsaktiviteter är störst bland de yngre	17
2.7 Diskussion	18
Hälsa	20
3.1 Det är vanligare att killar är nöjda med sin fysiska hälsa än tjejer	22
3.2 Drygt hälften av unga är nöjda med sin psykiska hälsa	23
3.3 Trötthet och stress är de vanligaste symptomen på psykisk ohälsa bland unga	24
3.4 Allt fler unga har symptom på psykisk ohälsa	25
3.5 Vanligare med symptom på psykisk ohälsa bland tjejer än bland killar	25

3.6 Allt större skillnader mellan tjejer och killar gällande symptom på psykisk ohälsa	26
3.7 Diskussion	27
Religion och trosuppfattning	28
4.1 Majoriteten av unga är inte troende	29
4.2 Vanligare att tjejer och kvinnor tror på en högre makt	30
4.3 Tre av tio unga troende deltar i religiösa sammankomster	31
4.4 Tro är viktigare för unga i yngre åldrar	31
4.5 Diskussion	31
Livet och framtiden	33
5.1 De flesta unga är nöjda med livet just nu	34
5.2 Mer än sju av tio unga ser ljus på sin framtid	34
5.3 Mindre vanligt bland tjejer i yngre åldrar att vara nöjd med livet	35
5.4 Diskussion	36
Avslutande diskussion	38
Referenser	41

Sammanfattning

I ”*Unga med attityd 2019 – hälsa, fritid och framtid*” belyser Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor ungas attityder till sin fritid, hälsa och ohälsa, trosuppfattning samt livet och framtiden.

I rapporten beskrivs bland annat hur unga ser på sin egen fysiska och psykiska hälsa, vilka symptom på psykisk ohälsa som är vanligast samt hur dessa symptom utvecklas över tid. Rapporten beskriver för första gången ungas attityder till religion och trosuppfattning samt i vilken utsträckning unga anser att religion är viktigt, om de ser sig själva som troende och om de deltar regelbundet i religiösa sammankomster. Beskrivningar av ungas attityder i förhållande till sin fritid, bland annat vad gäller tillgången på fritid samt hur de ser på livet i stort och sin framtid ingår också i rapporten.

Den här rapporten är en av tre delrapporter som ingår i myndighetens attityd- och värderingsstudie 2019. Tillsammans beskriver de ungas attityder till olika centrala välfärds- och demokratifrågor.

Studien bygger på en enkät, som skickades till 6000 slumpmässigt utvalda unga i åldern 16–29 år under hösten 2018. Motsvarande enkät skickades även ut till 3000 slumpmässigt utvalda äldre personer i åldern 30–74 år, vilka utgör en äldre jämförelsegrupp. Genom enkäten har unga fått möjlighet att ge uttryck för sina attityder, som sedan har kunnat jämföras med attityder i den äldre gruppen. Det är sjätte gången myndigheten genomför attityd- och värderingsstudien sedan 1993.

Studiens resultat presenteras i fyra olika kapitel som berör områdena fritid och föreningsliv, hälsa, religion och trosuppfattning samt livet och framtiden. Här följer en redovisning av de huvudsakliga slutsatserna från varje kapitel.

Kapitlet om ungas attityder till *fritid och föreningsliv* visar att:

- unga helst använder sin fritid till aktiviteter som de tycker är roliga, som ger möjlighet att lära sig nya saker och där de får uttrycka sin personlighet
- det är vanligare att killar upplever att de har för mycket fritid medan det är vanligare att tjejer upplever att fritiden inte räcker till
- unga i de yngre åldrarna i större utsträckning deltar i föreningsaktiviteter än andra unga

Kapitlet om ungas attityder till *hälsa* visar att:

- allt fler unga har symptom på psykisk ohälsa
- de vanligaste symptomen på psykisk ohälsa är trötthet och stress
- tjejer i större utsträckning än killar visar symptom på psykisk ohälsa och skillnaderna mellan könen ökar över tid

Kapitlet om ungas attityder till *religion och trosuppfattning* visar att:

- majoriteten bland unga idag är inte troende
- tro är viktigare för unga i yngre åldrar
- tre av tio unga, som tror på en gud, deltar regelbundet i religiösa sammankomster

Kapitlet om ungas attityder till *livet och framtiden* visar att:

- de flesta är nöjda med livet just nu
- sju av tio unga ser ljust på sin framtid
- tjejer i yngre åldrar är i mindre utsträckning nöjda med livet jämfört med jämnåriga killar och unga i äldre åldersgrupper

KAPITEL 1

UPPFÖLJNING AV DE UNGDOMS- POLITISKA MÅLEN

Uppföljning av de ungdomspolitiska målen

Målet för den statliga ungdomspolitiken är att ”alla ungdomar ska ha goda levnadsvillkor, makt att forma sina liv och inflytande över samhällsutvecklingen”. Målet presenteras i regeringens ungdomspolitiska proposition *Med fokus på unga* (2013/14:191). I propositionen understryks betydelsen av goda uppväxtvillkor och ungdomstidens betydelse för utveckling och etablering i vuxenlivet. Propositionen betonar också hur ungdomstiden formar människor och skapar förutsättningar för trygghet och aktivt deltagande i demokratiska processer, i arbetslivet och i samhället i stort. Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF) har i uppdrag av regeringen att följa upp det ungdomspolitiska målet.

Attityd- och värderingsstudien utgör en del av MUCF:s uppföljning av hur det ungdomspolitiska målet nås. Studien ger ökad kunskap om hur unga tänker och orienterar sig i dagens samhälle och skapar en ögonblicksbild av ungas attityder och värderingar till centrala välfärds- och demokratifrågor just nu. Attityd- och värderingsstudien skapar underlag för politiska beslutsfattare att lyssna in röster och åsikter från unga vad gäller samhällsfrågor och politiska förslag. På så sätt bidrar den här studien till att ge unga makt och inflytande över sina liv och över samhällsutvecklingen. I rapporten beskrivs hur unga har skilda attityder utifrån till exempel kön och ålder. Det gör det möjligt att använda studiens resultat som grund för framtida satsningar i syfte att skapa goda levnadsvillkor för alla unga.

Den här attityd- och värderingsstudien är den sjätte som genomförs av sitt slag. År 1993 genomfördes studien för första gången av Barn- och ungdomsdelegationen. Därefter har MUCF, tidigare Ungdomsstyrelsen, publicerat återkommande enkätundersökningar åren 1997, 2003, 2007, 2013 och nu 2019.

Rapporten är den tredje av sammanlagt tre delrapporter. De två andra delrapporterna i 2019 års attityd- och värderingsstudie handlar om ungas attityder till viktiga samhällsfrågor och demokrati samt arbete och arbetsmarknad. Tillsammans svarar delrapporterna upp mot det uppdrag som MUCF har fått från regeringen att undersöka ungas attityder till centrala välfärds- och demokratifrågor (U2018/04397/UF).

1.1 Undersökningens genomförande och resultatredovisning

Enkäten som ligger till grund för årets attityd- och värderingsstudie skickades under hösten 2018 ut till 6 000 slumpmässigt utvalda unga mellan 16 och 29 år samt till 3 000 slumpmässigt utvalda personer i en äldre jämförelsegrupp, 30–74 år. Svarsfrekvensen för de unga är 40 procent och för den äldre jämförelsegruppen 44 procent. Svarsfrekvensen för hela studien är 41 procent. Flera av frågorna i enkäten har även ställts vid tidigare attityd- och värderingsstudier under åren 1993, 1997, 2002, 2007 och 2013. Eftersom undersökningen gjordes under år 2018 används det som årtal i delrapportens resultatredovisning även om rapporten sammanställts och publicerats år 2019.

1.1.1. Begrepps- och resultatredovisning i rapporten

I rapporten analyseras skillnader mellan olika grupper i befolkningen. I huvudfokus står gruppen unga. *Unga* används som begrepp för de i undersökningen som är mellan 16–29 år. När begreppet *äldre jämförelsegrupp* används i rapporten åsyftas personer som är mellan 30–74 år.

När resultatet redovisas uppdelat på kön används begreppen *tjejer*, *killar*, *män* och *kvinnor*. Med tjejer och killar avses personer som själva identifierar sig som tjejer eller killar och är 16–29 år gamla. Tjejer och killar är således den begreppsliga uppdelningen på kön som görs inom gruppen unga. När nedbrytningar på kön görs inom den äldre jämförelsegruppen används benämningen kvinnor och män.

Samtliga resultat i studien har också undersökts för eventuella skillnader mellan unga i de tre åldersgrupperna 16–19 år, 20–24 år samt 25–29 år.

Resultat som visar på skillnader inom gruppen unga diskuteras i löptext enbart om skillnaderna är statistiskt säkerställda på 95 procentsnivå. I figurer och tabeller kan det förekomma både statistiskt signifikanta och ej statistiskt signifikanta skillnader. Det görs ingen uppdelning på de äldres ålder i resultatredovisningen då det inte har varit möjligt att uppmäta statistiska skillnader utifrån det låga antalet svarande bland de äldre.

Bearbetningen av enkätfrågor har gjorts på liknande sätt i hela rapporten. Svaren har delats upp i de som instämmer och de som inte instämmer till påståenden som angivits i enkäten. En principiell hållning i analyserna har varit att respondenter som instämmer helt eller delvis i ett påstående, kategoriserats som att de instämmer.

En bilaga till delrapporten finns att ladda ner på www.mucf.se där samtliga analyserade frågor i denna delstudie redovisas. Där finns jämförelsesiffror mellan unga och den äldre jämförelsegruppen, mellan killar och tjejer samt mellan de olika åldersindelningarna i den unga svarsgruppen. Noterbart är att det i bilagan även redovisas siffror som inte är signifikant skilda från varandra och därför inte kommenteras eller redovisas i den här delrapporten. I bilagan finns också fördjupade resonemang om vägval vid urvalsdragning, svarsfrekvens, viktning, kodning av variabler och övriga principiella förhållningssätt till de resultat som presenteras här.

1.2 Läsanvisningar

I det inledande kapitlet beskrivs uppdraget, syfte och hur 2018 års attityd- och värderingsstudie har genomförts. Kapitel två till fem beskriver studiens resultat avseende ungas attityder till de områden rapporten berör. Varje kapitel avslutas med en kort diskussion av kapitlets övergripande resultat.

Kapitel två handlar om ungas attityder till sin fritid och i vilket utsträckning de deltar i föreningsliv.

Kapitel tre handlar om ungas attityder till sin hälsa, vilka symptom på psykisk ohälsa som de upplever och hur ungas symptom på psykisk ohälsa utvecklas över tid.

Kapitel fyra handlar om ungas attityder till religion och trosuppfattning, hur viktig de tycker att religionen är i deras liv samt i vilken utsträckning de deltar i religiösa sammankomster.

Kapitel fem handlar om ungas attityder till livet just nu och hur de ser på sin framtid.

I det avslutande kapitlet diskuteras studiens resultat gällande ungas hälsa i förhållande till de ungdomspolitiska målen.

KAPITEL 2

FRI^TID OCH FÖRENINGSLIV

Fritid och föreningsliv

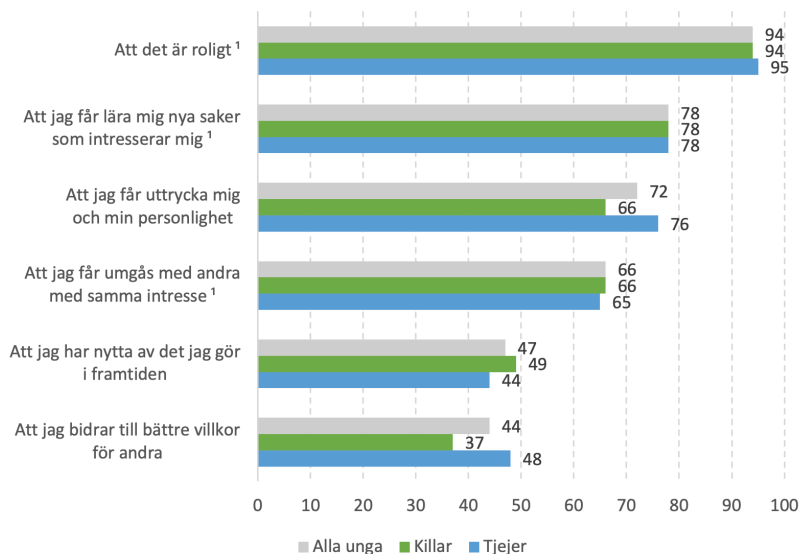
Det här kapitlet handlar om hur unga ser på sin fritid. Vad som läggs i begreppet fritid kan variera, men vi tolkar begreppet som den tid som inte läggs på studier, arbete, hemarbete eller andra för personen tvingande aktiviteter. Vi undersöker vad unga tycker är viktigt när de väljer vad de ska ägna sin fritid åt, om de är medlemmar i någon förening och hur de ser på tillgången på fritid. Fritiden spelar en stor roll för unga. Kultur- och fritidsaktiviteter är viktiga för bland annat avkoppling, personlig utveckling och förståelse av omvärlden. Fritiden är bra för ungas hälsa, den kan ge stärkt självkänsla och betydelsefulla relationer till vuxna utanför familjen. Samtidigt kan den även vara en viktig arena för unga att känna inflytande över sitt eget liv och det kan i förlängningen uppmuntra dem att delta i det demokratiska samhället.

2.1 Två av tre unga är nöjda med sin fritid

Av alla unga i attityd- och värderingsstudien uppger två av tre att de är nöjda med sin fritid. Killar är i något större utsträckning nöjda med sin fritid än tjejer, sju av tio killar är nöjda med sin fritid. Det är också något vanligare att unga som är i de yngre åldrarna 16–19 år är nöjda med sin fritid, jämfört med unga i åldern 25–29 år. Unga är däremot nöjda i mindre utsträckning än den äldre jämförelsegruppen (30–74 år) där 75 procent svarar att de är nöjda med sin fritid.

2.2 Unga vill ha roligt på sin fritid

Nästan alla unga tycker det är viktigt att ha roligt på fritiden. Nio av tio unga tycker att det är viktigt att ha roligt på fritiden, och det är det vanligaste svaret, se figur 2.1. En stor andel bland unga tycker även att det är viktigt att de får möjlighet att lära sig nya saker som intresserar dem på fritiden. Dessa två svar är lika vanliga både bland killar och tjejer. Det är vanligare bland tjejer, än bland killar, att under sin fritid vilja uttrycka sin personlighet samt att vilja bidra till bättre villkor för andra. Det är däremot vanligare bland killar än bland tjejer att tycka att det är viktigt att ha nytta av det de gör på fritiden i framtiden.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

Kommentar 1: Skillnaden mellan tjejer och killar är inte statistiskt signifikant i denna fråga.

FIGUR 2.1 Andelen som uppger aspekten som viktig på fritiden efter kön, 16–29 år, 2018. Procent.

2.3 Sju av tio unga vill uttrycka sin personlighet på fritiden

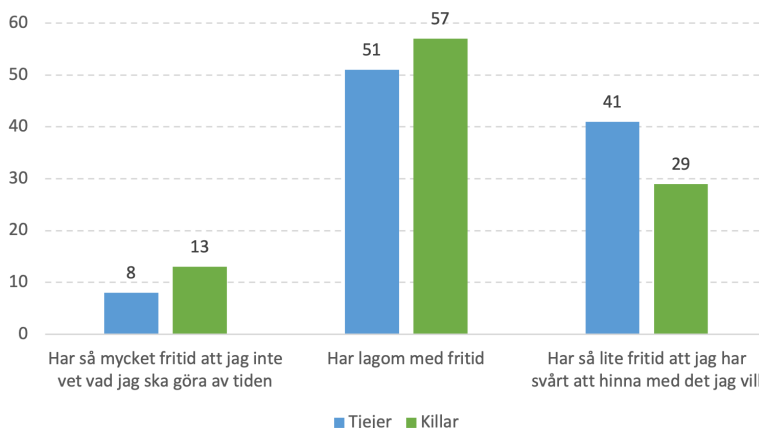
Även i den äldre jämförelsegruppen är det vanligaste svaret på vad man tycker är viktigt på fritiden att en vill ha roligt. Det är lika vanligt i den äldre jämförelsegruppen som i gruppen unga. De andra svarsalternativen är däremot vanligare att uppge bland unga än i den äldre jämförelsegruppen. Särskilt stor skillnad framkommer när det gäller möjligheten att kunna uttrycka sig och sin personlighet. Av de unga uppger 72 procent att det är viktigt jämfört med 52 procent i den äldre jämförelsegruppen. Allra vanligast är det bland unga i åldern 16–19 år att uppge att detta är viktigt, vilket 78 procent av dem gör.

2.4 Tillgången på fritid upplevs olika utifrån kön och ålder

Ungefär hälften av alla unga tycker att de har lagom mycket fritid. Det är något vanligare att killar tycker att de har lagom mycket fritid, än tjejer.

En av tre unga tycker att de har för lite fritid och att de har svårt att hinna med det de vill göra. Den upplevelsen är vanligare bland tjejer, där fyra av tio tjejer upplever att deras fritid inte räcker till. Tre av tio killar tycker i sin tur att de inte har tillräckligt med fritid.

Det är vanligare att uppleva att en har för lite fritid ju äldre den unga är. Bland unga i åldern 16–19 år är det 28 procent som uppger att de har för lite fritid. I åldern 20–24 år är det en större andel, 35 procent, och bland de äldsta unga, 25–29 år, är det 41 procent som upplever detsamma. Det återspeglar sig också i resultatet att det är vanligare bland unga i åldern 16–19 år, än bland äldre unga, att uppge att de har så mycket fritid att de inte vet vad de ska göra med sin tid.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

FIGUR 2.2 Andelen som uppger att de har lagom mycket, för lite respektive för mycket fritid, efter kön, 16–29 år, 2018. Procent.

2.5 Fyra av tio unga är medlemmar i en förening

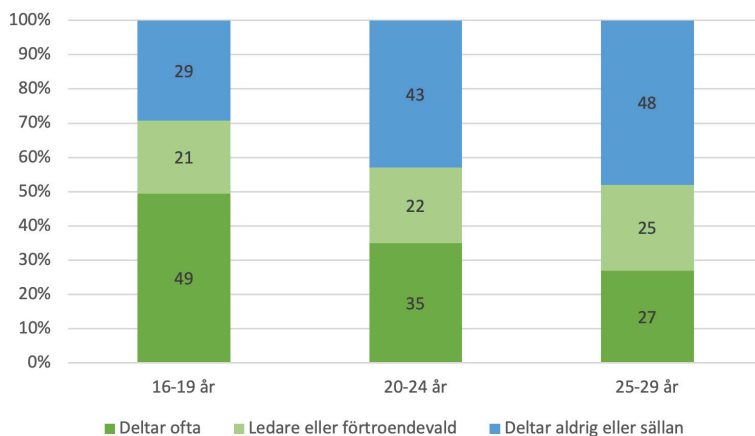
Nästan fyra av tio unga är medlem i en eller flera föreningar, det är något vanligare bland killar än bland tjejer. En av tio är med i flera föreningar och knappt tre av tio är med i en förening. I den äldre jämförelsegruppen är det vanligare än bland unga att vara medlem i en eller flera föreningar, där är sex av tio medlemmar¹.

¹För mer fördjupade siffror kring vilka typer av föreningar unga i Sverige är aktiva i, se MUCF:s hemsida www.ungidag.se.

2.6 Ungas deltagande i föreningsaktiviteter är störst bland de yngre

För första gången undersöker attityd- och värderingsstudien hur ungas engagemang i föreningslivet ser ut. Av de unga som är medlemmar i en förening är fyra av tio unga passiva medlemmar i sina föreningar som sällan eller aldrig deltar i verksamheten. Av de unga som är aktiva medlemmar i en förening är det drygt var tredje person som deltar ofta i verksamheten och ytterligare nästan var fjärde ung deltar i föreningen som ledare eller förtroendevald.

Det är vanligare bland de äldre ungdomarna att vara passiva medlemmar, där nästan hälften av unga som är 25–29 år sällan deltar i en föreningsaktivitet trots att de är medlemmar i en förening. Andelen unga som ofta deltar i föreningsverksamhet är större bland unga som är 16–19 år jämfört med unga i andra åldrar som är föreningsmedlemmar. Att delta som ledare eller förtroendevald är däremot ungefär lika vanligt bland unga oavsett ålder. Vi ser heller inga skillnader mellan tjejer och killar kring på vilket sätt de tar del av föreningars verksamheter.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

FIGUR 2.3 Medlemmars deltagande i föreningsaktivitet över åldersgrupper, 16–29 år, 2018. Procent.

Det är lika vanligt bland unga och i den äldre jämförelsegruppen att vara passiva medlemmar. Bland de aktiva medlemmarna finns det däremot skillnader mellan unga och den äldre jämförelsegruppen. Bland de unga är det vanligare att delta ofta i föreningens verksamhet än att vara ledare. I den äldre jämförelsegruppen är det lika vanligt att ofta delta i föreningens verksamhet som att vara ledare eller förtroendevald.

2.7 Diskussion

Att alla unga ska kunna ha en utvecklande och meningsfull fritid är ett av regeringens mål. Vad som är utvecklande och meningsfullt kan vara olika, men vi ser att den stora majoriteten av unga tycker det är viktigt att ha roligt på sin fritid. Vilka aktiviteter som upplevs som roliga är subjektivt och kan variera mycket. Det som är roligt för någon är inte nödvändigtvis detsamma som är roligt för någon annan. Det är även många unga som uppger att de vill använda sin fritid till att lära sig nya saker. Motsvarande resultat finns även i en studie från Myndigheten för kulturanalys, om barns och ungas kulturaktiviteter (Myndigheten för kulturanalys 2017). Resultaten av den visar att de vanligaste motiven till att utöva kulturaktiviteter på fritiden bland unga som går i andra årskursen på gymnasiet är att de tycker det är roligt, för att de vill göra något tillsammans och för att få lära sig något nytt. Den studien rör endast ungas kulturaktiviteter, men vi kan med årets attityd- och värderingsstudie bekräfta att dessa motiv är viktiga för unga på fritiden, oavsett typ av fritidsaktivitet.

Många unga har i attityd- och värderingsstudien även svarat att de tycker det är viktigt att använda fritiden till att få uttrycka sig själva och sin personlighet. Precis som att många olika aktiviteter kan upplevas som roliga av olika individer, finns det ett brett spektrum av olika aktiviteter som kan ge en individ möjlighet att uttrycka sin personlighet. Det kan till exempel vara kulturella aktiviteter, mode eller musikstilar som tillsammans skapar det som ofta kallas ungdomskulturer. Ungdomskulturer är ett sätt för unga att uttrycka till sin omgivning att de tillhör en grupp och har betydelse för ungdomars identitetsarbete (Lindgren 2015). I attityd- och värderingsstudien ser vi att vikten av detta uttryck är vanligare bland yngre än bland äldre unga. Detta skulle kunna vara ett resultat av att yngre unga ännu inte hunnit utforska sig själva lika mycket som äldre unga och att de använder sin fritid till att lära känna sig själva genom att uttrycka sin personlighet.

Hur unga ser på vilken tillgång till fritid de har är intressant eftersom det kan ge information kring om det finns en problematik gällande ungas tid till fritid. De flesta unga uppger att de har lagom med fritid. Både att ha för lite fritid och att ha för mycket fritid kan ses som problematiska för individen. Att ha så mycket fritid att en inte vet vad en ska göra av sin tid kan till exempel innebära att en inte har möjlighet eller önskan att delta i aktiviteter eller att en saknar vänner att dela sin fritid med. Att uppleva att en har så lite fritid att en inte hinner göra allt en vill kan tolkas både positivt och negativt beroende på situationen för den som har svarat. Om personen har för lite fritid på grund av att hen redan fyller all fritid med roliga aktiviteter, men ändå gärna skulle hinna med fler, så har personen en meningsfull fritid som den ändå är nöjd med. Men om upplevelsen av för lite fritid istället har sin grund i att personen ägnar en för stor del av sin fria tid åt tvingande aktiviteter så som studier, arbete eller hemarbete och inte hinner med fritidsaktiviteter, är situationen däremot problematisk för individen. Det är viktigt att fritiden fortsätter att vara just fri.

Vi ser att det är vanligare bland tjejer än bland killar att uppleva för lite fritid i förhållande till vad de vill göra, liksom att vi ser att killar i större utsträckning än tjejer upplever att de har för mycket fritid. Studien visar dock att bland de som upplever att de har för lite fritid har sex av tio svarat att de är nöjda med sin fritid, vilket tyder på att mer än hälften inte upplever bristen på fritid som ett stort problem. Bland de som svarat att de har för mycket fritid är en lägre andel nöjda med sin fritid, omkring hälften av de som svarat så. Det visar på vikten av att ha båda dessa grupper i åtanke då insatser som rör ungas fritid utformas.

KAPITEL 3

HÄLSA

Hälsa

Det här kapitlet handlar om hur unga ser på sin egen fysiska och psykiska hälsa. I kapitlet undersöks också vilka symptom på psykisk ohälsa som är vanligast hos unga, samt hur förekomsten av dessa symptom hos unga utvecklas över tid.

Självskattad hälsa innebär att en individ själv skattar sitt allmänna hälsotillstånd längs en skala och ger därför ett subjektivt mått på hälsa. Resultat från den typen av frågeställning ifrågasätts ibland just eftersom de är subjektiva. Men mått på självskattad hälsa verkar kunna förutsäga en persons framtida hälsa, både fysiskt och psykiskt (Undén A, Elofsson S 1998). De har även visat sig stämma väl överens med mer objektiva mått på hälsa och i flera studier har de visat sig kunna förutsäga dödlighet (Folkhälsomyndigheten 2018a). I attityd- och värderingstudien frågar vi inte om allmänt hälsotillstånd, utan frågar istället om hur nöjd en är med sin fysiska och psykiska hälsa.

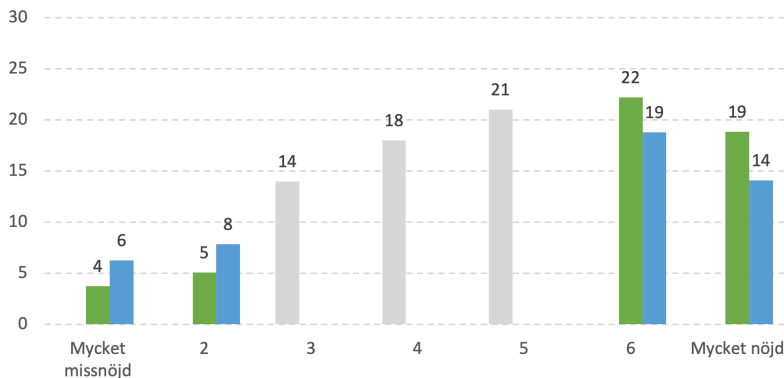
Psykisk hälsa definieras av WHO (World Health Organisation) som ett tillstånd av psykiskt välbefinnande där varje individ kan förverkliga de egna möjligheterna, klara av vanliga påfrestningar, arbeta produktivt och bidra till det samhälle hen lever i. Psykisk hälsa är alltså något mer än enbart frånvaro av psykisk ohälsa.

Psykisk ohälsa används ofta som en övergripande term som täcker både psykiska besvär och psykisk sjukdom. Psykiska besvär är olika tillstånd då människor visar tecken på psykisk obalans eller har symptom så som oro, ångest, nedstämdhet eller sömnsvårigheter. Symptomen kan påverka personens liv och funktionsförmåga, men är inte så omfattande att det går att sätta en diagnos på psykisk sjukdom. Oftast är de istället normala reaktioner för en individ som har en påfrestande livssituation (Folkhälsomyndigheten 2018a). Begreppen överlappar även varandra och psykisk hälsa och ohälsa kan förekomma samtidigt hos en person.

3.1 Det är vanligare att killar är nöjda med sin fysiska hälsa än tjejer

För första gången undersöks ungas attityder till såväl sin fysiska, som psykiska hälsa i attityd- och värderingsstudien. I det här stycket behandlas ungas attityder till sin fysiska hälsa. Nästan sex av tio unga (57 procent) uppger att de är nöjda med sin fysiska hälsa. Det är vanligare att unga i de äldre åldrarna 20–29 år är nöjda med sin fysiska hälsa än unga i åldern 16–19 år. Det är sju av tio i den äldre jämförelsegruppen (30–74 år) som är nöjda med sin fysiska hälsa, vilket är vanligare än bland de unga.

Det är något vanligare att killar är nöjda med sin fysiska hälsa, jämfört med tjejer. Bland killar är andelen som är nöjda 60 procent, jämfört med 54 procent bland tjejer. I undersökningen ställs frågan som en sju-gradig skala där de övre tre svarsalternativen tolkas som att en är nöjd med sin fysiska hälsa. Då svaren på frågan fördelas över samtliga alternativ, se figur 3.1, framgår det att relativt många unga har valt ett svarsalternativ som placerar dem inom något av alternativen över mitten. De flesta unga är ganska nöjda med sin fysiska hälsa, medan en mindre andel är missnöjda eller väldigt nöjda. Andelen killar som är mycket nöjda är större än andelen tjejer. Däremot är det vanligare att tjejer svarar att de är mycket eller ganska missnöjda med sin fysiska hälsa.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018a unga

Kommentar: I svarsalternativen 3, 4 och 5 finns det ingen statistiskt signifikant skillnad mellan könen. Därför visas endast hela gruppen unga för dessa svarsalternativ.

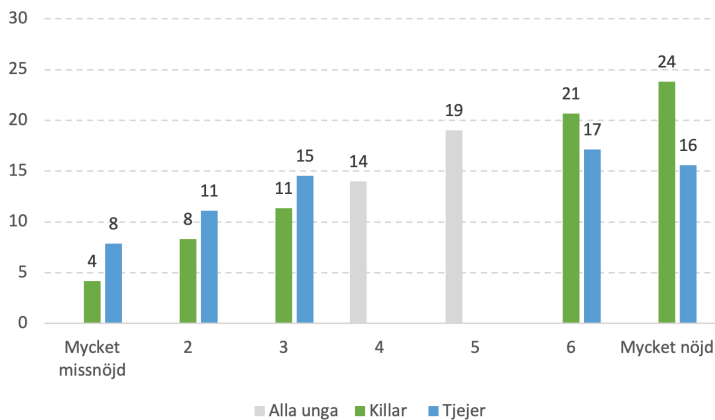
FIGUR 3.1 Andelen unga som är nöjda med sin fysiska hälsa, efter kön, 16–29 år, 2018. Procent.

3.2 Drygt hälften av unga är nöjda med sin psykiska hälsa

Det är en lika stor andel unga som är nöjda med sin psykiska hälsa som sin fysiska hälsa. De attitydskillnader som finns mellan tjejer och killar i relation till deras fysiska hälsa, återfinns även i deras attitydskillnader till sin psykiska ohälsa.

Det är vanligare att killar är nöjda med sin psykiska hälsa än att tjejer är det. Bland killarna är 63 procent nöjda, jämfört med 52 procent bland tjejer. Precis som frågan om den fysiska hälsan så är även frågan om ungas psykiska hälsa formulerad som en sjugradig skala. Då svaren på frågan fördelas över samtliga alternativ, se figur 3.2, framkommer att skillnaderna mellan könen är tydligast bland de unga som antingen är mycket nöjda eller mycket missnöjda med sin psykiska hälsa. Andelen killar som är mycket nöjda med sin psykiska hälsa är betydligt större än andelen tjejer. Däremot är det vanligare att tjejer är mycket missnöjda med sin psykiska hälsa.

Det är vanligare att vara nöjd med sin psykiska hälsa bland unga som är 25–29 år än bland unga som är 20–24 år. Den äldre jämförelsegruppen är i betydligt större utsträckning nöjda med sin psykiska hälsa jämfört med unga. I den äldre jämförelsegruppen är åtta av tio personer (78 procent) nöjda med sin psykiska hälsa jämfört med sex av tio personer (56 procent) i den unga gruppen.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

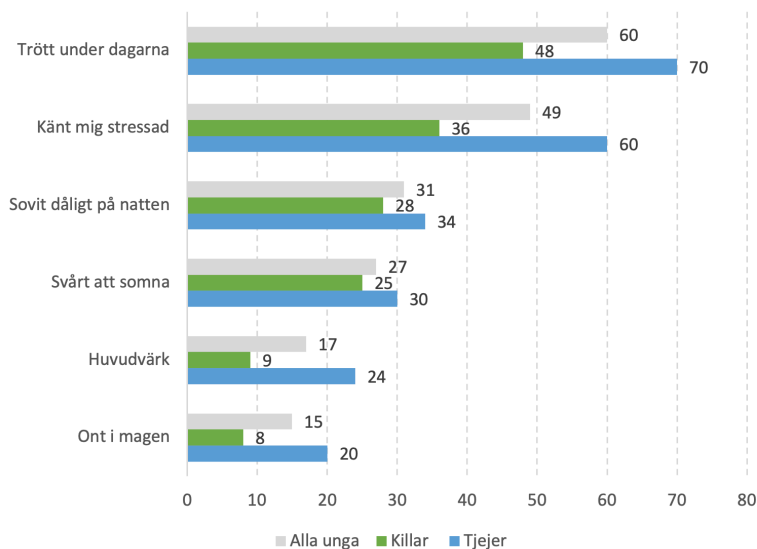
Kommentar: I svarsalternativen 4 och 5 finns det ingen statistiskt signifikant skillnad mellan könen. Därför visas endast hela gruppen unga för dessa svarsalternativ.

FIGUR 3.2 Andelen unga som är nöjda med sin psykiska hälsa, efter kön, 16–29 år, 2018. Procent.

3.3 Trötthet och stress är de vanligaste symptomen på psykisk ohälsa bland unga

Attityd- och värderingsstudien mäter sex olika psykiska besvär och hur ofta en har haft dem under det senast halvåret. I de fall en har upplevt besvär varje dag eller flera gånger i veckan tolkas det som symptom på psykisk ohälsa. De psykiska besvär som mäts i den här undersökningen är huvudvärk, ont i magen, svårt att somna, känt mig stressad, trött under dagarna och sovit dåligt på natten².

De symptom på ohälsa som störst andel unga i åldern 16–29 år upplever, är att de känner sig trötta under dagarna och att de känner sig stressade, se figur 3.3. Sex av tio unga upplever att de är trötta under dagarna och varannan ung person känner sig stressad. Samtliga besvär utom huvudvärk är mer vanliga bland unga som är 16–19 år än bland unga som är 20–29 år. När hela gruppen unga jämförs med den äldre jämförelsegruppen är det tydligt att det är vanligare att den unga delen av befolkningen upplever dessa symptom på psykisk ohälsa, undantaget att sovit dåligt på natten, som förekommer i motsvarande utsträckning.



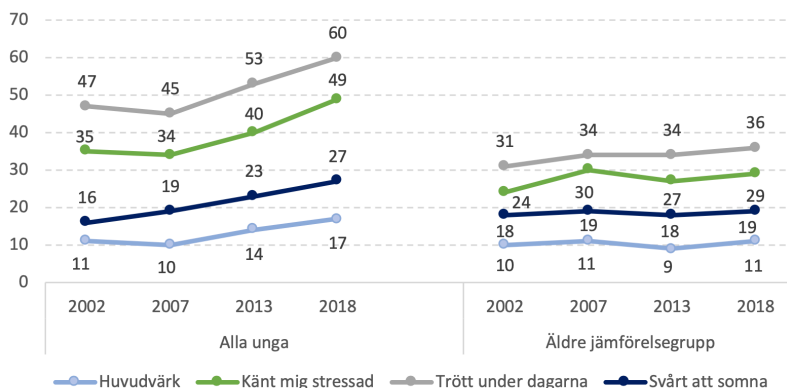
Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

FIGUR 3.3 Andelen unga med besvär varje dag eller flera gånger i veckan, efter kön, 16–29 år, 2018. Procent.

²I attityd- och värderingsstudiens andra delrapport "Unga med attityd 2019 – arbete och arbetsmarknad" undersöks hur psykisk ohälsa samvarierar med ungas situation på arbetsmarknaden.

3.4 Allt fler unga har symptom på psykisk ohälsa

Andelen unga som upplever symptom på psykisk ohälsa ökar över tid. Frågan har ställts även vid tidigare attityd- och värderingsstudier åren 2002, 2007 och 2013. Bland unga syns ingen ökning av andelen som har symptom på ohälsa fram till 2007. Men därefter ökar samtliga undersökta symptom i förekomst fram till 2013. Mellan 2013 och 2018 fortsätter andelen att öka ytterligare, med undantag för besväret ont i magen. Denna trend med en ökning för samtliga symptom på psykisk ohälsa bland unga kan ställas i relation till den äldre jämförelsegruppen där endast symptomet sovit dåligt ökar mellan 2002 och 2018.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

Kommentar: Det finns statistiskt signifikanta skillnader mellan könen inom grupperna. Se avsnitt 3.5.

FIGUR 3.4 Andelen som varje dag eller flera gånger i veckan upplever besvären huvudvärk, känt mig stressad, trött under dagarna eller haft svårt att somna, efter unga (16–29 år) och äldre jämförelsegrupp (30–74 år), 2002–2018. Procent.

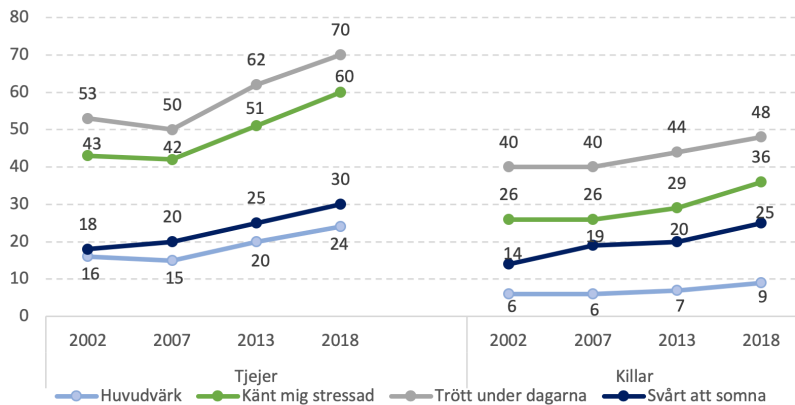
3.5 Vanligare med symptom på psykisk ohälsa bland tjejer än bland killar

För varje enskilt symptom på psykisk ohälsa är det vanligare att uppleva dessa bland tjejer än bland killar. Men både bland tjejer och killar är det vanligast att ha känt sig trött under dagarna och att vara stressade. Skillnaderna mellan könen är störst för symptomen huvudvärk och ont i magen. Det är mer än dubbelt så vanligt bland tjejer att uppleva dessa

symptom på psykisk ohälsa än bland killar. Minst skillnad mellan könen syns för de två symptomen sovit dåligt på natten och svårt att somna.

3.6 Allt större skillnader mellan tjejer och killar gällande symptom på psykisk ohälsa

Att ha symptom på psykisk ohälsa är betydligt vanligare bland tjejer än bland killar. Redan vid den undersökning som genomfördes 2002 var denna skillnad mellan könen synlig. Andelen tjejer med symptom på psykisk ohälsa ökar över tid. Det sker en viss ökning även bland killar, men den är inte lika kraftig som bland tjejer, se figur 3.5. Den mindre ökningen bland killar för med sig att skillnaderna mellan könen vad gäller symptom på psykisk ohälsa blir allt större över tid inom gruppen unga. För tjejer ökar andelen som har symptom på psykisk ohälsa påtagligt över tid med start 2007. Fram till 2018 ökar förekomsten av samtliga symptom bland tjejer. Bland killar var andelen som har symptom mindre redan vid den undersökning som gjordes 2002 och till skillnad från tjejerna där samtliga symptom ökar över tid, är det trötthet under dagarna och känt sig stressade som ökar bland killar över tid.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

FIGUR 3.5 Andelen som varje dag eller flera gånger i veckan upplever besvären huvudvärk, känt mig stressad, trött under dagarna eller haft svårt att somna, efter kön, 16–29 år, 2002–2018. Procent.

3.7 Diskussion

Resultaten visar att unga i mindre utsträckning är nöjda med både sin fysiska och sin psykiska hälsa jämfört med den äldre jämförelsegruppen. Ungefär varannan ung person är nöjd med sin fysiska hälsa och en lika stor andel är nöjd med sin psykiska hälsa.

Sedan mitten av 80-talet har andelen som rapporterar återkommande psykosomatiska symptom fördubblats bland svenska barn och ungdomar (Folkhälsomyndigheten 2018b). Även i årets attityd- och värderingsstudie ökar andelen unga som upplever symptom på psykisk ohälsa jämfört med tidigare år. Av de symptom som undersöks i attityd- och värderingsstudien är trötthet och en känsla av stress vanligast bland unga.

Undersökningens resultat bekräftas av flera andra studier som bland annat visar att flickor och pojkar mår ungefär lika bra i mellanstadiet, men därefter ökar skillnaderna mellan könen (Folkhälsomyndigheten 2018a). Den senaste undersökningen av skolbarns hälsovanor i Sverige som gjordes 2017/18 visar att bland 15-åringar är besvär som exempelvis huvudvärk, magont, nedstämdhet och sömnsvårigheter nästan dubbelt så vanliga bland flickor jämfört med pojkar. De åldersgrupper bland unga som svarar i attityd- och värderingsstudien tar vid där Folkhälsomyndighetens studie slutar, genom att undersöka hur unga som är 16 år eller äldre svarar i en liknande fråga. Undersökningen visar att tjejer i större utsträckning än killar upplever alla undersökta symptom på psykisk ohälsa. Både bland killar och tjejer sker det en ökning över tid av unga som i 2018 års attityd- och värderingsstudie uppvisar symptom på psykisk ohälsa jämfört med killar och tjejer i tidigare ungdomsgenerationer. Sett över tid sker det dock en kraftigare ökning inom gruppen tjejer jämfört med killar, vilket gör att skillnaderna i psykisk ohälsa mellan könen ökar i årets studie jämfört med tidigare studier.

KAPITEL 4

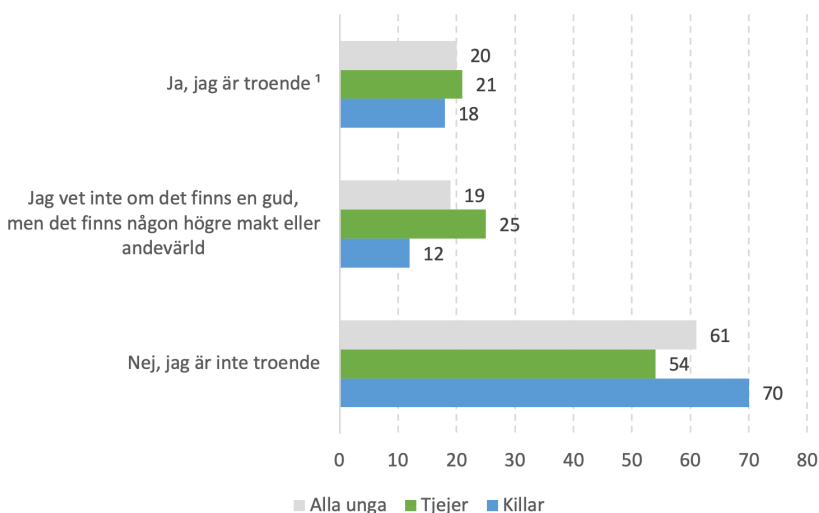
RELIGION OCH TROSUPPFATTNING

Religion och trosuppfattning

Det här kapitlet handlar om ungas attityder till religion och trosuppfattning. Här beskrivs i vilken utsträckning unga anser att religion är viktigt, om de ser sig själva som troende och om de deltar regelbundet i religiösa sammankomster. För första gången i attityd- och värderingsstudien undersöks ungas trosuppfattning. Därför finns det inte möjlighet att göra uppföljningar om hur ungas trosuppfattning förändras över tid. I undersökningen görs det en distinktion mellan unga som uppger att de har en tro och unga som inte tror. Unga som uppger att de är troende, tolkas i rapporten som att de tror på en gud och identifierar sig med någon av de organiserade religionerna i Sverige. De särskiljs från unga som tror att det finns någon högre makt eller andevärld, vilket här tolkas som uttryck för olika typer av individuella föreställningar och privatreligiositet.

4.1 Majoriteten av unga är inte troende

Mer än hälften av unga är inte troende, se figur 4.1. Det är vanligare bland killar att svara att de inte är troende än bland tjejer. Fyra av tio unga har någon form av tro. Bland dessa är andelen som svarar att de är troende ungefär lika stor som andelen som svarar att de tror på någon högre makt eller andevärld. Det finns ingen skillnad mellan andelen killar och tjejer som uppger att de är troende. Däremot är det dubbelt så vanligt att tjejer tror på en högre makt eller andevärld, än killar.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

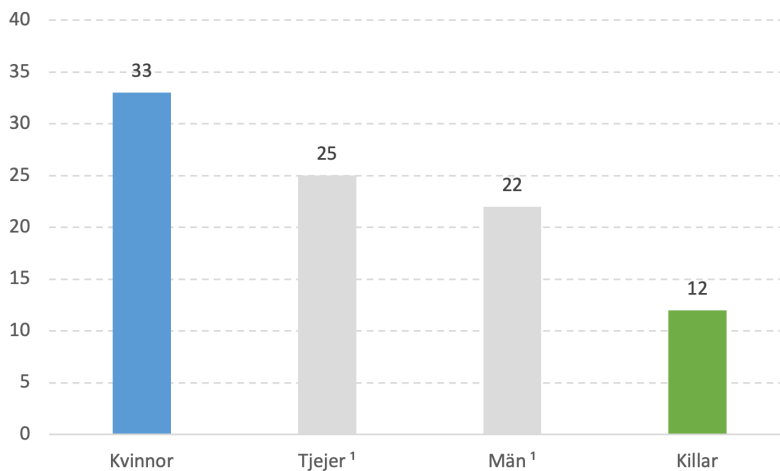
Kommentar 1: Skillnaden mellan tjejer och killar är inte statistiskt signifikant i denna fråga.

FIGUR 4.1 Andelen unga som har olika trosuppfattningar, efter kön, 16–29 år, 2018. Procent.

4.2 Vanligare att tjejer och kvinnor tror på en högre makt

Det är mindre vanligt att unga tror på en högre makt eller andevärld, än i den äldre jämförelsegruppen (30–74 år). I den äldre jämförelsegruppen svarar 27 procent att de har en sådan tro, jämfört med 19 procent bland unga. Det är vanligare att tjejer och kvinnor tror på en högre makt eller andevärld jämfört med killar och män, oavsett ålder. Bland unga är det nästan dubbelt så vanligt att tjejer tror på en högre makt än killar, se figur 4.2. I den äldre jämförelsegruppen är andelen som har en sådan tro 33 procent bland kvinnor och 22 procent bland män.

Det är något vanligare att unga inte definierar sig själva som troende jämfört med den äldre jämförelsegruppen, 61 procent jämfört med 54 procent. Däremot är det lika vanligt att unga och den äldre jämförelsegruppen (30–74 år) uppger att de är troende och därmed tror att det finns någon gud.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

Kommentar 1: Skillnaden mellan tjejer och män är inte statistiskt signifikant i denna fråga.

FIGUR 4.2 Andelen som tror på en högre makt eller andevärld efter kön, 16–29 år och 30–74 år, 2018. Procent.

4.3 Tre av tio unga troende deltar i religiösa sammankomster

Av de unga som uppger att de är troende är det ungefär 30 procent som deltar regelbundet i religiösa möten eller sammankomster. Det är enbart de som svarar att de är troende som svarar på frågan om de deltar i religiösa sammankomster; inte de unga som inte är troende eller de som tror på en högre makt eller andevärld. Det finns inga skillnader i andelen som deltar i religiösa möten mellan unga och den äldre jämförelsegruppen. Det finns inte heller några skillnader mellan könen inom gruppen unga. Däremot är det något vanligare att unga som är 16–19 år deltar i religiösa sammankomster än unga i åldern 25–29 år.

4.4 Tro är viktigare för unga i yngre åldrar

Ungefär två av tio unga i Sverige tycker att religion är ganska eller mycket viktigt för dem. Det är vanligare att unga som är i de yngre åldrarna 16–19 år tycker att religion är viktigt, jämfört med unga i åldern 25–29 år. Det återspeglas också i att det är vanligare att unga i åldern 16–19 år svarar att de är troende, vilket 23 procent av dem gör jämfört med 18 procent av unga i åldern 25–29 år. Det är även vanligare att de deltar i religiösa sammankomster. Det är vanligare att den äldre jämförelsegruppen tycker att religion är mycket eller ganska viktigt för dem jämfört med unga.

4.5 Diskussion

Det här kapitlet visar att sex av tio unga i Sverige idag inte är troende eller tror på någon högre makt eller andevärld. Det är vanligare att killar inte är troende än tjejer.

Av de unga som har någon form av tro, är det ungefär två av tio som uppger att de är troende i den meningen att de tillhör någon av de mer etablerade religionerna. Det är i linje med annan forskning om svenskar och tro (Tjurfell 2015), och i detta avseende finns det ingen skillnad mellan unga som är 16–29 år och den äldre jämförelsegruppen som är 30–74 år. Resultatet i kapitlet visar att det är vanligare att unga i åldern 16–19 år är troende, tycker att religion är viktigt för dem och att de deltar mer i religiösa sammankomster än unga i åldern 25–29 år.

Knappt två av tio tror på någon högre makt eller andevärld. I Sverige är det betydligt vanligare än i andra europeiska länder att man tror på en högre makt (Tjurfell 2015). Tidigare undersökningar har visat att det är vanligare att kvinnor uppger att de har någon form av religiös tillhörighet än män (SST 2019), och i attityd- och värderingsstudien framkommer att denna skillnad mellan könen även finns bland unga. Det är dock mindre vanligt att tro på en högre makt bland unga än i den äldre delen av befolkningen.

KAPITEL 5

LIVET OCH FRAMTIDEN

Livet och framtiden

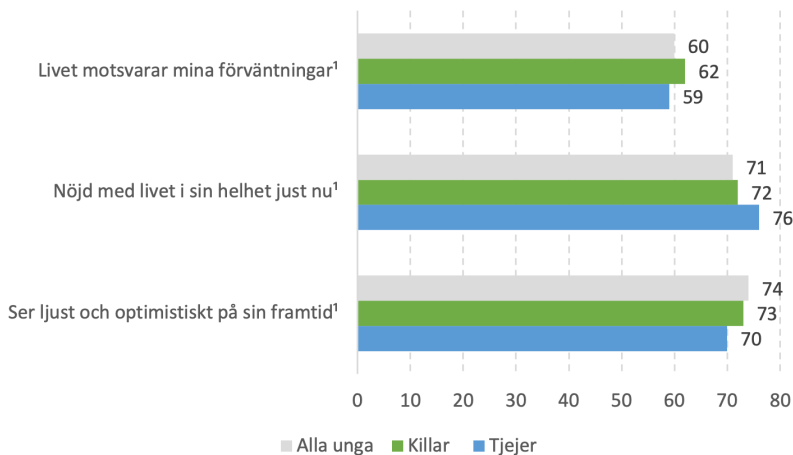
Det här kapitlet handlar om hur unga ser på livet och på sin framtid. Vi undersöker i vilken utsträckning unga är nöjda med sitt liv, om de tycker att det motsvarar deras förväntningar och hur de ser på sin framtid.

5.1 De flesta unga är nöjda med livet just nu

Av unga i Sverige idag uppger sex av tio att de tycker att deras liv motsvarar deras förväntningar. Sju av tio unga uppger också att de är nöjda med livet i sin helhet just nu. Det är vanligare att den äldre jämförelsegruppen (30–74 år) upplever att de är nöjda med sitt liv och att de tycker att deras liv motsvarar deras förväntningar, jämfört med unga. Nästan nio av tio (86 procent) i den äldre jämförelsegruppen är nöjda med sitt liv just nu, och nästan åtta av tio (76 procent) i åldern 30–74 år tycker att livet motsvarar deras förväntningar. Även om de flesta unga är nöjda med livet just nu, är det likväl en mindre andel i jämförelse med den äldre delen av befolkningen.

5.2 Mer än sju av tio unga ser ljust på sin framtid

Drygt sju av tio, eller 74 procent av unga, ser ljust och optimistiskt på sin framtid. Precis som att det är vanligare att den äldre jämförelsegruppen uppger att de är nöjda med livet än unga och att livet överensstämmer med förväntningarna, återfinns den skillnaden även när det kommer till framtidsutsikter. I den äldre jämförelsegruppen uppger 78 procent att de ser ljust och optimistiskt på sin framtid. Det finns inga skillnader mellan tjejer och killar då vi tittar på hela ungdomsgruppen, däremot finns det skillnader mellan könen då ungdomsgruppen bryts ner i olika åldersgrupper.



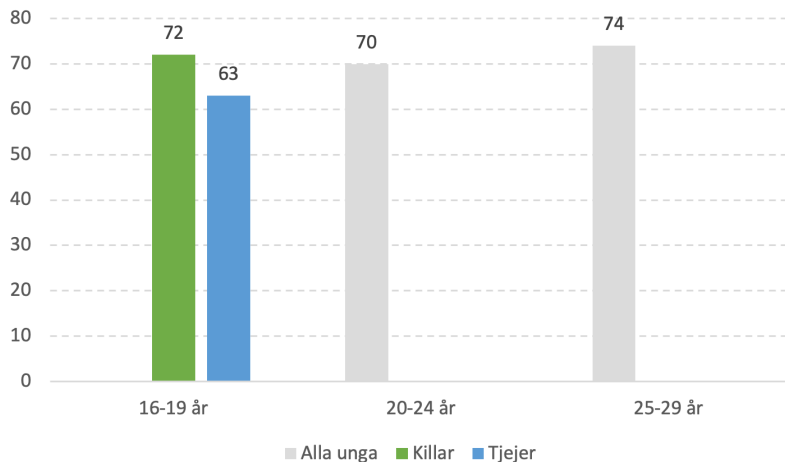
Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

Kommentar 1: Skillnaden mellan tjejer och killar är inte statistiskt signifikant i denna fråga.

FIGUR 5.1 Andel som instämmer i attityder till livet, efter kön, unga 16–29 år, 2018. Procent.

5.3 Mindre vanligt bland tjejer i yngre åldrar att vara nöjda med livet

Det finns utifrån ovanstående avsnitt, en skillnad mellan unga som grupp och den äldre jämförelsegruppen när det kommer till attityder inför livet och framtiden. Dessa skillnader återfinns även inom olika åldersgrupper bland unga. Det är mindre vanligt att tjejer i åldern 16–19 år är nöjda med livet just nu, jämfört med jämnåriga killar. Motsvarande skillnad finns även när unga tjejer och killars attityd till om livet motsvarar förväntningar undersöks. Den här skillnaden återfinns dock inte när det kommer till deras attityder inför framtiden. Det finns inte någon skillnad mellan tjejer och killar i åldrarna 20–24 år och 25–29 år när det kommer till livet och framtidsutsikter.



Källa: MUCF:s Attityd- och värderingsstudie 2018.

Kommentar: Inom grupperna 20–24 år och 25–29 år finns det ingen statistiskt signifikant skillnad mellan könen. Därför visas endast hela gruppen unga för dessa svarsalternativ.

FIGUR 5.2 Andel som instämmer i påståendet "Jag är nöjd med livet i sin helhet just nu", efter kön och åldersgrupper, 16–29 år, 2018. Procent.

5.4 Diskussion

Resultaten visar att majoriteten av de unga är nöjda med sina liv. Sex av tio tycker att livet motsvarar deras förväntningar. Sju av tio är nöjda med livet i sin helhet, vilket antyder att även bland de som inte upplever att livet är som de förväntat sig, finns en grupp unga som trots det är nöjda. Det är lätt att tolka frågan om förväntningar på livet som att det upplevs som negativt av individen om de inte uppfylls, men kanske har livet hittills bara varit annorlunda än en tänkte sig, vilket inte nödvändigtvis innebär att det är sämre.

I undersökningen framkommer att det bland de unga som är 16–19 år finns skillnader mellan tjejer och killar gällande om man är nöjd med livet och om livet motsvarar ens förväntningar. Resultaten knyter an till Folkhälsomyndighetens senaste undersökning av skolbarns hälsovanor som gjordes 2017/18 (Folkhälsomyndigheten 2018a). Den studien har motsvarande fråga om barn och unga är tillfreds med livet. Resultaten

visar att de allra flesta 11-, 13- och 15-åringar uppger att de är tillfreds med livet. Men andelen som är tillfreds med livet minskar hos både pojkar och flickor med stigande ålder. Andelen som är tillfreds minskar kraftigare bland flickor än bland pojkar mellan 11 och 13 års ålder. Detta gör att både i 13- och 15-årsåldern uppger en mindre andel flickor än pojkar att de är tillfreds med livet.

De åldersgrupper som ingår i attityd- och värderingsstudien tar vid där Folkhälsomyndighetens studie slutar, genom att undersöka hur unga som är 16 år eller äldre svarar i en liknande fråga. Årets studie visar att det bland unga som är 16–19 år, precis som bland unga som är 15 år, finns skillnader mellan könen i hur nöjd man är med livet. I denna åldersgrupp är det mindre vanligt bland tjejer, än bland killar, att vara nöjda med livet. Men resultaten av attityd- och värderingsstudien visar också att andelen tjejer som är nöjda med livet ökar och är större i de äldre åldersgrupperna. Bland unga som är 20–29 år är tjejer nöjda med livet i samma utsträckning som killar.

Årets attityd- och värderingsstudie visar att det finns attitydskillnader till hur livet ser ut just nu och hur en ser på framtiden. Det finns skillnader mellan unga i olika åldrar, men även mellan unga som grupp och den äldre jämförelsegruppen. Kapitlet visar att den äldre jämförelsegruppen i större utsträckning är nöjda med livet och tycker att deras liv motsvarar deras förväntningar just nu, än vad unga tycker. Skillnaderna mellan unga och den äldre jämförelsegruppens framtidsutsikter är inte lika stora som när det kommer till hur de värderar sitt liv just nu. Det är likväl ändå något mindre vanligt att unga idag ser positivt och optimistiskt på framtiden, jämfört med den äldre delen av befolkningen.

AVSLUTANDE DISKUSSION OCH ANALYS

Avslutande diskussion och analys

Målet för den statliga ungdomspolitiken är att ”alla ungdomar ska ha goda levnadsvillkor, makt att forma sina liv och inflytande över samhällsutvecklingen” (2013/14:191). I propositionen understryks betydelsen av goda uppväxtvillkor och ungdomstidens betydelse för utveckling och etablering i vuxenlivet. Den betonar att ungdomstiden formar människor och skapar förutsättningar för trygghet och aktivt deltagande i demokratiska processer, i arbetslivet och i samhället i stort.

MUCF vill som avslutning på den här rapporten särskilt lyfta att en god och jämlik psykisk hälsa är en grundförutsättning för att unga ska ha goda levnadsvillkor och möjlighet att forma sina liv. Denna sista del i MUCF:s rapportserie om ungas attityder och värderingar visar att andelen unga som upplever symptom på psykisk ohälsa fortsätter att öka över tid. Den ökning som syns i ungas självupplevda psykiska ohälsa syns även som en ökning i konsumtionen av psykiatrisk vård och läkemedel bland unga (Socialstyrelsen 2019). Motsvarande utveckling av självupplevd psykisk ohälsa ses däremot inte inom den äldre jämförelsegrupp som deltagit i attityd- och värderingsstudien.

Särskilt utsatta är unga tjejer. Redan vid den undersökning som gjordes år 2002 var skillnaden mellan könen tydlig och sedan dess har andelen tjejer med symptom på psykisk ohälsa fortsatt att öka. Det sker en viss ökning även bland killar, men den är inte lika kraftig. Skillnaden mellan andelen tjejer och killar som upplever symptom på psykisk ohälsa har alltså ökat över tid.

Idag finns inga klara svar på vad som är orsakerna bakom ökningen av psykisk ohälsa, och det har inte varit möjligt att inom ramen för den här studien undersöka detta vidare. Förklaringar kan finnas på såväl samhälls- som individuell nivå. En nyligen publicerad rapport av Socialstyrelsen visar att ungdomar från många olika grupper i samhället är drabbade, vilket tyder på att orsakerna kan finnas i miljöer som är gemensamma för de flesta unga (Socialstyrelsen 2019). Det finns även andra studier som talar för att det har skett förändringar i miljöer där många unga vistas och på samhälls- som påverkar utvecklingen av den psykiska ohälsan. Folkhälsomyndigheten gjorde till exempel för en tid sedan en utredning

av möjliga orsaker till att den psykiska ohälsan ökar som visade att troliga orsaker finns i brister i skolans funktion och ökade kompetenskrav på arbetsmarknaden (Folkhälsomyndigheten 2018b).

MUCF visar i denna studie att mer än hälften av alla unga tjejer känner sig stressade varje dag eller flera gånger i veckan, bland killar är andelen ungefär en tredjedel. Det är också vanligare att unga tjejer upplever att de har för lite fritid, vilket skulle kunna höra samman med att de ägnar en större del av sin fria tid åt nödvändiga aktiviteter så som studier, arbete eller hemarbete. Forskning har visat att konstruktioner av kön påverkar vilka orsaker som ligger bakom psykisk ohälsa (MUCF 2015). Att lägga stor omsorg på till exempel skolarbete och på sociala relationer, kan bidra till de högre stressnivåer och den psykiska ohälsa som vi ser bland unga tjejer. Det är inte orimligt att anta att tjejers höga prestationer kommer till priset av att prioritera bort sin fria tid. Det som verkar positivt, som bättre skolresultat, kan ske på bekostnad av annat.

Bland orsaker till psykisk ohälsa som finns på samhällelig nivå är ungas svårigheter att komma in på arbetsmarknaden ett område som uppmärksammas av flera (MUCF 2015). I den andra delen av denna rapportserie som berör ungas attityder till arbete och arbetsmarknad framgår det även att unga med fast anställning har mindre psykisk ohälsa, än unga med tillfälliga anställningar och unga arbetslösa. Unga som varit arbetslösa en längre tid, eller flera kortare perioder, har mer psykisk ohälsa än unga som enbart varit arbetslösa vid ett tillfälle och de som aldrig varit ofrivilligt arbetslösa (MUCF 2019). Dessa resultat kan ge några av de pusselbitar som behövs för att fortsätta undersöka orsakerna bakom utvecklingen av ungas psykiska hälsa.

Problematiken bakom den fortsatt ökade psykiska ohälsan bland unga är dock mångfasetterad och konstruktioner av kön, ungas arbetsvillkor och skolsituation är bara några få av många möjliga områden som påverkar. Kunskapen om vad som påverkar ungas psykiska ohälsa och vilka grupper av unga som är särskilt utsatta behöver därför fortsätta att vara ett prioriterat område. Utvecklingen av den psykiska ohälsan hos unga behöver också följas noga över tid.

REFERENSER

Referenser

- Folkhälsomyndigheten (2018a). *Skolbarns hälsosvanor i Sverige 2017/18. Grundrapport*
- Folkhälsomyndigheten (2018b). *Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga? Utvecklingen under perioden 1985–2014.*
- Highton, B. & Wolfinger, R. E. (2001). *The first seven years of political life cycle. American Journal of Political Science* 45: 202–209
- Myndigheten för kulturanalys (2017) *Barns och ungas kulturaktiviteter*. Kulturfakta 2017:5
- Myndigheten för stöd till trossamfund (SST) (2019). *Sveriges religiösa landskap – samhörighet, tillhörighet och mångfald under 2000-talet. SST:s skriftserie, nr 8.*
- Myndigheten för ungdoms och civilsamhällsfrågor (2014). *Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.*
- Myndigheten för ungdoms och civilsamhällsfrågor (2015). *När livet känns fel. Ungas upplevelser kring psykisk ohälsa.*
- Myndigheten för ungdoms och civilsamhällsfrågor (2019). *Unga med Attityd. Del 2: Arbete och arbetsmarknad.* Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor. Växjö
- Nuendorf, A., Smets, K. & Garcia-Albacete, G. M. (2013). *Homemade citizens: The development of political interest during adolescence and young adulthood. Acta Politica* 1:92–116
- Lindgren, Simon (red) (2015). *Ungdomskulturer*. Malmö: Författarna och Gleerups, Malmö Utbildning AB
- Persson, M. Wass, H & Oscarsson, H. (2013) Factors Accounting for Generational Effect in Turnout in the Swedish Parliamentary Elections 1960–2010. *Scandinavian Political Studies*. 26: 249–269.
- Regeringens proposition 2013/14:191 *Med fokus på unga - en politik för goda levnadsvillkor, makt och inflytande*
- Regeringsbeslut (2018). *Regleringsbrev för budgetåret 2019 avseende Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor.* 2018-12-20, U2018/04397/UF <https://www.esv.se/statsliggaren/regleringsbrev/?RBID=19577> (Hämtad 2019-03-27)
- Socialstyrelsen (2019). *Utvärdering av vård vid depression och ångestsyndrom. Huvudrapport med förbättringsområden. Nationella riktlinjer – Utvärdering 2019.*
- Undén A, Elofsson S. (1998) *Självupplevd hälsa: faktorer som påverkar människors egen bedömning*. Stockholm: Forskningsrådsnämnden. Rapport nr. 98:7.
- Verba, S., Schlozman, K.L., & Brady, H. (1995). *Voice and equality: Civic voluntarism in American politics*. Cambridge: Harvard University Press.
- Wass, H. (2008). Generations and turnout. Generational effect in electoral participation in Finland. *Acta Politica* 35. Helsingfors universitet: Department of Political Science
- Elektroniska källor:**
- Nylander L. (2017). *Forskning.se* <https://www.forskning.se/2017/04/12/svenskarna-tror-men-inte-pa-gud/> artikel hämtad/ använd 2019-06-20