



Stockholms  
stad

# Ämnesrapport psykisk ohälsa Stockholmsenkäten 2022

**Ämnesrapport Psykisk ohälsa**

Maj 2023

**Dnr:** 1.3.2-21/2022

**Kontaktperson:** Helena Robertsson

*Tack till alla elever, i denna omgång och i tidigare mätningar, som har tagit sig tid att fylla i enkäten och som har delat med sig av sina liv och livserfarenheter. Tack också till skolpersonalen som bidrar till att möjliggöra genomförandet.*

## Inledning

Stockholmsenkäten genomförs vartannat år och är en levnadsvaneundersökning som besvaras av ungdomar i årskurs 9 och i år 2 på gymnasiet i Stockholms stad.

Denna ämnesrapport innehåller resultat från frågor i Stockholmsenkäten som handlar om psykisk hälsa. Rapporten innehåller även sambandsanalyser mellan psykisk ohälsa och andra livsstilsfrågor som trivsel i skolan, fritidsaktiviteter, anknytning till föräldrar, mobbning samt användning av droger. Sammanställningen är gjord för att bidra till fortsatt analys om vad som påverkar den psykiska hälsan hos ungdomar som går i skolan i Stockholms stad.

Att den psykiska ohälsan bland ungdomar har ökat är tydligt, framför allt kan man se att flickor mår sämre än pojkar och att ökningen har skett över tid.

Detta överensstämmer med andra undersökningar som visar att psykisk ohälsa ökar i Sverige. Framför allt verkar symptom på psykisk ohälsa bli vanligare bland ungdomar. Andelen som får vård för psykisk ohälsa i Stockholm har ökat, huvudsakligen bland unga vuxna (16–24 år).<sup>1</sup> Både kvinnor och män i denna grupp rapporterar i högre grad än andra att de har besvär som tyder på depression eller ångest.

År 2016 syntes en försämring av den psykiska hälsan i Stockholmsenkäten, speciellt bland flickor i årskurs 9. Flera faktorer kan vara bidragande orsaker till psykisk ohälsa hos flickor till exempel höga krav på sig själv, att prestera väl i skolan och att klara av steget in i vuxenlivet.<sup>2</sup> Många flickor är oroliga över sina chanser på en arbetsmarknad som upplevs ha stora krav på utbildning och kompetens. Det finns också samband mellan sjunkande skolprestationer och problem som oro, självdestruktivitet, depression och ångest.<sup>3</sup>

Flickor och pojkar uppvisar skillnader när det gäller uttryck för psykisk ohälsa. Pojkar och män ber inte om hjälp i samma utsträckning som flickor i samband med psykisk ohälsa, vare sig från professionella, familj eller nära vänner.<sup>4</sup> Män med symptom på depression som söker vård bedöms inte lika ofta som kvinnor som deprimerade. Män remitteras även i lägre grad än kvinnor till psykiatrisk vård.<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> Åhlén, J. m fl., 2022.

<sup>2</sup> Folkhälsomyndigheten (1), 2022.

<sup>3</sup> Ibid.

<sup>4</sup> Nordenmark, L., m fl., 2019.

<sup>5</sup> Åhlén, J. m fl., 2022.

Följande är ett urval av de resultat som den här ämnesrapportens analyser visar på:

- En tydlig tendens till ökad psykisk ohälsa bland elever i Stockholms stad.
- Liksom i tidigare års undersökningar visar flickor i mycket större utsträckning än pojkar upp negativa resultat för samtliga frågor som rör psykisk ohälsa.
- Sedan 2004 har flickor kontinuerligt rapporterat mer psykisk ohälsa jämfört med pojkar och skillnaden ökar dessutom över tid.
- Skillnaderna mellan årskurserna är relativt små och inte alls lika tydliga som de för kön. Det mest noterbara är att den psykiska ohälsan bland flickorna i grundskolan tenderar att öka mest över tid.
- Bland elever som satsar pengar på spel verkar särskilt pojkarna lida av sitt spelande. I båda årskurserna upplever mer än var tredje pojke som mår dåligt också spelproblematik.

## Innehåll

|   |    |
|---|----|
| Inledning .....   | 4  |
| Metod .....   | 7  |
| Resultat.....   | 10 |
| Sambandsanalyser och tolkning av resultat .....               | 18 |
| <i>Hur kan resultaten tolkas?</i> .....                       | 18 |
| Sambandsanalyser .....  | 19 |
| <i>Framtidstro och psykisk ohälsa</i> .....                   | 19 |
| <i>Pojkar trivs bättre i skolan än flickor</i> .....          | 21 |
| <i>Skolfrånvaro kan vara förenat med psykisk ohälsa</i> ..... | 22 |
| <i>Mobbning och utsatthet</i> .....                           | 23 |
| <i>Föräldramiljön</i> .....                                   | 26 |
| <i>Narkotika, spelmissbruk och psykisk ohälsa</i> .....       | 27 |
| <i>Covid-19-pandemin och psykisk ohälsa</i> .....             | 33 |
| Sammanfattning.....   | 35 |
| Vidare läsning .....  | 37 |
| Tabeller för vidare läsning .....                             | 39 |
| Källförteckning .....   | 45 |

## Metod

En av Stockholmsenkätens styrkor är dess långa historik, vissa enkätfrågor finns från år 1998, vilket gör det möjligt att se och följa förändringar och upptäcka intressanta trender. I Stockholms stad besvarades enkäten 2022 av 11 546 elever (svarsfrekvens 77 procent).

Resultaten delas upp i undergrupperna flickor och pojkar samt grundskolans årskurs 9 och gymnasiets år 2. Resultaten tas fram både på stadsövergripande nivå och på stadsdelsområdesnivå, det geografiska område som omfattas av respektive stadsdelsnämnd i Stockholms stad (brukar inom Stockholmsenkäten benämnas stadsdelsområde, SDO). I samband med att elever fyller i enkäten kan elever uppge i vilken kommun eller stadsdelsområde de bor. Vid analyserna i denna rapport ingår elever som uppgett att de bor i Stockholms stad.

Vid läsning av rapporten och analys av resultat på stadsdelsområdesnivå bör en viss försiktighet iakttas, speciellt gäller detta resultat i de mindre stadsdelsområdena som baseras på ett lågt antal svar, vilket i sig kan ge osäkra siffror. Det är naturligt att det finns stora variationer i basal från år till år, alltså det totala antalet elever som besvarat respektive fråga. Vid analys av små grupper ger varje enskilt svar på en fråga en större procentuell förändring jämfört med resultat som baseras på ett större antal svar. Det innebär att analyser av stadsdelsområden, särskilt vad gäller förändringar över tid, är mindre robusta och därför mindre tillförlitliga än resultat för samtliga elever i hela Stockholms stad. Framför allt kan detta gälla vid följdfrågor som endast ställs till det urval elever som redan har besvarat grundfrågan. I denna rapport kan materialet anses vara tillräckligt stort för att kunna jämföra resultat på stadsdelsområdesnivå, eftersom de redovisade frågorna inte är filtrerade och överlag har en hög svarsfrekvens.

Frågor som rör området psykisk ohälsa introducerades i Stockholmsenkäten 2004. I rapporten används olika metoder för att analysera psykisk ohälsa, dels beskrivande statistik som visar svarsfördelningen inom de frågor som rör elevernas hälsa, dels ett övergripande mått, ett så kallat index, på elevernas hälsa. Index är ursprungligen latin och betyder angivare. Det är en serie tal som visar en relativ förändring över tid i förhållande till en bestämd referenspunkt för till exempel priser, kostnader eller annat mätvärde. Index är ett sammanfattande mått där varje elev får en indexpoäng (nedan kallat indexvärde) som indikerar hur denne elev mår. Detta index är centralt i analyserna.

Indexet *god psykosomatisk hälsa* baseras på frågorna:

- ”Hur ofta har du haft huvudvärk detta läsår?”
- ”Hur ofta har du dålig aptit?”
- ”Hur ofta under detta läsår har du haft nervös mage?”
- ”Hur ofta har du under detta läsår haft svårt att somna?”
- ”Hur ofta har det hänt under detta läsår att du sovit oroligt och vaknat under natten?”

Höga indexvärden indikerar bättre mående, tvärtom för lågt indexvärde. Frågorna som ingår i indexet *god psykosomatisk hälsa* har svarsalternativen:

- Aldrig
- Ungefär 1 natt/termin
- Ungefär 2 natt/månad
- Ungefär 1 natt/vecka
- Flera nätter i veckan

Förutom ovan index så ingår även följande fråga i analyserna *känner du dig ledsen eller deppig utan att veta varför?*. I följande redovisningar betyder en hög andel ett sämre mående, vilket är en sammanslagen procentenhet för alternativen ”mycket ofta” och ”ganska ofta”.

Frågans svarsalternativ:

- Veldig ofta
- Ganska ofta
- Ibland
- Någon enstaka gång
- Sällan

I denna ämnesrapport ingår ett antal sambandsanalyser. Det är en metod som används för att analysera resultat utifrån hur olika frågor samvarierar, det vill säga har ett samband, och används i denna rapport för att synliggöra hur några av frågorna i enkäten har samband med indexet *god psykosomatisk hälsa* samt mot andelen elever som uppger att de är ledsna och deppiga utan att veta varför. Detta kan bidra till mer kunskap om vilka faktorer som påverkar psykisk ohälsa och därmed ökad förståelse om möjliga åtgärder.

En sambandsanalys kan göras på olika sätt. I denna rapport har korstabeller valts eftersom de är enkla att tolka. När det gäller sambandsanalyser är det viktigt att ha med sig att samband kan finnas åt båda håll, och det därför är inte alltid självklart vad som är orsak respektive verkan i ett samband. Elevernas svar i ett flertal frågor skulle kunna ha samband med elevernas upplevda psykiska hälsa, vilka har korsats mot indexet *god psykosomatisk hälsa* samt



mot andelen elever som uppger att de är ledsna och deppiga utan att veta varför. De frågor i enkäten som använts rör elevers upplevda framtidsutsikter, trivsel i skolan, upplevda utsatthet för mobbning och trakasserier, fritidsaktiviteter, föräldramiljö, användning av narkotika samt eventuella spelmissbruk.

#### *Bortfall och känsliga frågor*

Enkätundersökningar innebär nästan alltid ett visst bortfall i svarsfrekvens. Stockholmsenkäten är en så kallad självrapporteringsstudie där eleverna själva fyller i enkätformuläret, som dessutom innehåller känsliga frågor. Exempelvis kan det finnas elever som uppfattar ämnet psykisk ohälsa som skamfullt och därför inte svarar på frågorna. Det finns också elever som vid tiden för enkäten befinner sig utanför skolmiljö, vars svar och livserfarenheter inte ingår i resultaten. I den gruppen kan det finnas elever med regelbunden skolfrånvaro med så kallade riskbeteenden som har koppling till psykisk ohälsa. Dessa olika exempel kan bidra till en eventuell undertäckning av resultaten och utifrån så kallad icke-representativitet är det viktigt att ha detta i åtanke när resultaten analyseras.

Mer om Stockholmsenkäten och resultaten finns att läsa på:

[Undersökning om ungdomars levnadsvanor – Stockholmsenkäten - Stockholms stad \(start.stockholm\)](#)

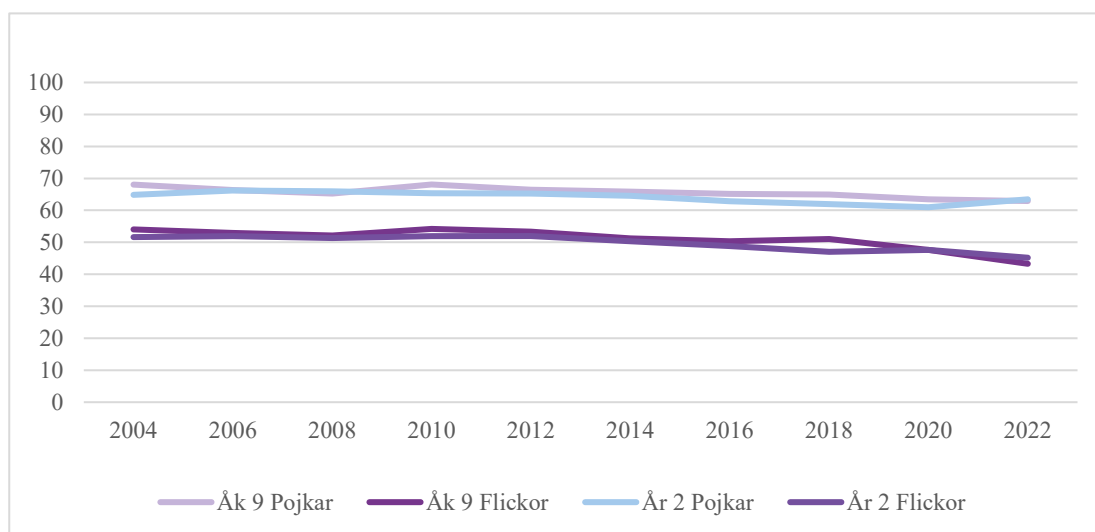
## Resultat

I rapporten presenteras stadsövergripande och stadsdelsområdesresultat från Stockholmsenkäten först. Därefter redogörs för de sambandsanalyser som utförts. Majoriteten av resultaten presenteras separat för årskurs 9 och år 2 på gymnasiet samt uppdelat för flickor och pojkar. Observera att vid index redovisas indexenheter, 0-100, där låg indexenhet innebär sämre psykosomatisk hälsa, och hög indexenhet innebär bättre psykosomatisk hälsa.

### Flickor mår sämre än pojkar

Flickor, oavsett årskurs, uppger att de mår sämre än pojkar. Detta gäller genomgående, från mätningens början år 2004 till 2022. För de olika årskurserna är det mindre skillnader, men generellt har grundskoleeleverna en något bättre psykosomatisk (fysisk och psykisk) hälsa än gymnasieeleverna. Pojkar i årskurs 9 har över tid haft den högsta graden av psykosomatisk hälsa, medan flickor i gymnasiets år 2 generellt haft den lägsta, med enstaka undantag. Det finns en svag trend över senare tid med försämrad psykosomatisk hälsa för både gymnasiets år 2 och grundskolans årskurs 9. För alla grupper utom gymnasiepojkar konstateras den lägsta uppmätta graden av psykosomatisk hälsa någonsin (som lägst 43 indexenheter för grundskoleflickorna). Den tydligaste försämringen har skett bland grundskoleflickor vars psykosomatiska hälsa har försämrats betydligt sedan 2018 års mätning.<sup>6</sup>

Diagram 1: Index för god psykosomatisk hälsa, 2004-2022, uppdelat på årskurs och kön (indexenheter 0-100).



6 Se avsnitt ”Tabeller för vidare läsning”.

## Fler känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför

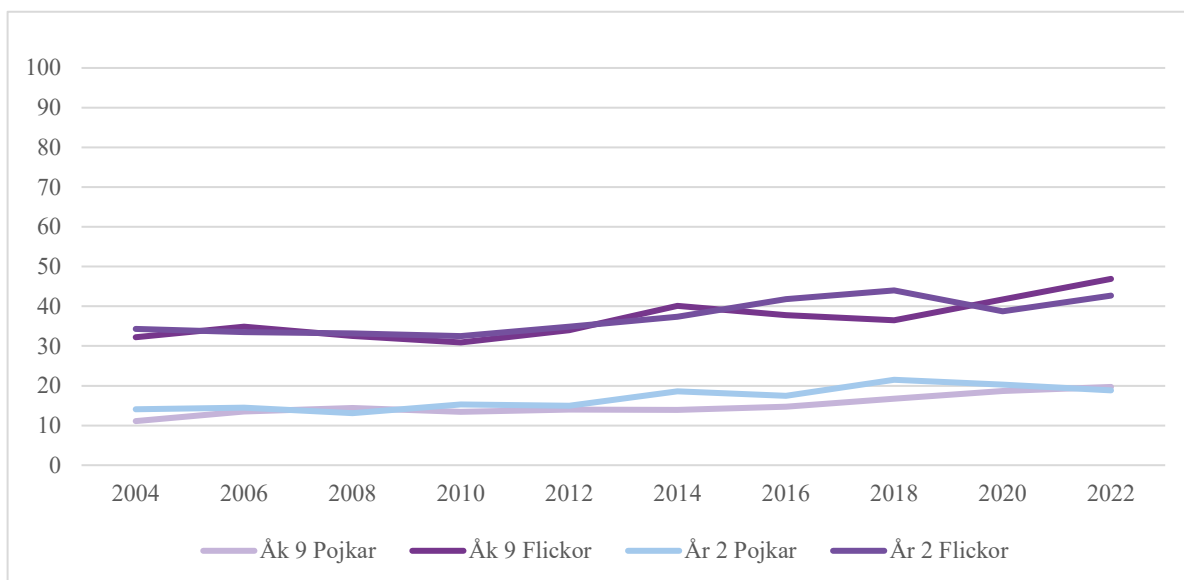
Elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför ökar över tid för samtliga grupper.

I 2022 års mätning rapporterade 47 procent av flickorna i grundskolan, alltså ungefär varannan flicka i årskurs 9 att de var ledsna och deppiga utan att veta varför. Även grundskolepojkarnas psykiska ohälsa verkar öka något i senare mätningar, från 14 procent år 2014 till 20 procent år 2022.

För eleverna i gymnasiet syns sammantaget en något mer positiv trend i senare mätningar, där den psykiska ohälsan ligger på ungefär samma nivåer.<sup>7</sup> Bland flickor i gymnasiets år 2 steg visserligen andelen som uppger att de känner sig ledsna och deppiga till 43 procent år 2022 (från 39 procent 2020), men det är ändå lägre än det högst uppmätta värdet för gruppen på 44 procent från år 2018.

Bland pojkar i gymnasiets år 2 syns en stabil utveckling. Sedan år 2018, då den högsta andelen någonsin uppmättes för gruppen (22 procent), har resultaten minskat med cirka 3 procentenheter i årets mätning.

Diagram 2: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, 2004-2022, uppdelat på årskurs och kön.



Bland andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför syns genomgående en stor skillnad mellan flickor och pojkar. Ungefär var femte pojke känner sig ledsen och/eller deppig,

<sup>7</sup> Se avsnitt "Tabeller för vidare läsning".

medan motsvarande är nästan varannan bland flickorna – oavsett årskurs.

### Olikheter i elevers mående har koppling till könsskillnader snarare än var eleven bor

De skillnader som är tydliga inom resultaten är framför allt mellan pojkar och flickor, inte mellan stadsdelsområden.

Vissa stadsdelsområdets utveckling över tid är mer markant än andras. Sammantaget är det bland eleverna i Farsta och Hässelby-Vällingby stadsdelsområden som den psykiska ohälsan har ökat med flest procentenheter över tid (totalt 38 procentenheter respektive 35 procentenheter).<sup>8</sup> Hässelby-Vällingbys ökning beror främst på att deras grundskoleflickor är den grupp som har den enskilt största försämringen av den självrapporterade psykiska ohälsan, från 27 procent år 2004 till 52 procent år 2022. Även Farstas och Skarpnäcks grundskoleflickors psykiska ohälsa har ökat tydligt, från 33 till 56 procent respektive från 32 till 54 procent.

Bland grundskolepojkarna är det främst resultaten i Farsta och Södermalm som har försämrats från 2004 till 2022, där den självrapporterade psykiska ohälsan har ökat med 15 respektive 14 procentenheter).

Inom indexet för god psykosomatisk hälsa<sup>9</sup> syns över tid en tydlig könsskillnad i årskurs 9 även på stadsdelsområdesnivå, med pojkar på högre nivåer av psykosomatisk hälsa än flickor oavsett år. I stort sett i samtliga stadsdelsområden syns en nedåtgående trend av hälsan, bland både pojkar och flickor. Endast Hässelby-Vällingbys grundskolepojkar verkar ligga kvar på ungefär samma nivå som vid mätningens start 2004. Vissa stadsdelsområdets utveckling är mer markant än andras. Sammantaget har Skärholmens och Farstas psykosomatiska hälsa försämrats med flest indexenheter över tid (totalt 24 respektive 22 indexenheter), tätt följda av Östermalm med 20 indexenheters försämring från 2004 till år 2022. Skärholmens grundskoleflickor är den grupp som har den enskilt största försämringen av den självrapporterade psykosomatiska hälsan, från indexvärde 55 år 2004 till indexvärde 39 år 2022.

Samma tydliga könsskillnad kan konstateras i gymnasiets år 2, med pojkar på högre nivåer än flickor oavsett mätningstillfälle. I stort sett i samtliga stadsdelsområden syns bland flickor en något nedåtgående trend i psykosomatisk hälsa. Skillnaderna mellan stadsdelsområden i gymnasiets år 2 är dock inte lika framstående som skillnaderna i årskurs 9. Östermalms, Farstas och Kungsholmens gymnasieflickor ligger kvar på ungefär samma nivå

---

<sup>8</sup> Se tabeller i stycket ”Tabeller för vidare läsning”.

<sup>9</sup> Se tabeller i stycket ”Tabeller för vidare läsning”.

som vid mätningens start, med Farsta på något lägre totalnivå än övriga. Gymnasiepojkarnas psykosomatiska hälsa verkar över lag ligga kvar på ungefär samma nivåer år 2022 som vid 2004 års mätning, några stadsdelsområden har ett något högre och några har ett något lägre index. Skärholmens gymnasiepojkar utmärker sig däremot på ett negativt sätt, sedan mätningens början har deras psykosomatiska hälsa minskat från indexvärde 65 till indexvärde 56. Sammantaget är det Skärholmens psykosomatiska hälsa som försämrats med flest indexenheter över tid (totalt 20 indexenheter), följt av Skarpnäck på 13 indexenheters försämring från 2004 till år 2022 och Norrmalm på 12 indexenheters försämring. I Skarpnäck och Norrmalm är det främst gymnasieflickornas försämrade hälsa som förklarar den totala försämringen i stadsdelsområden.

Diagram 3: Index för god psykosomatisk hälsa för grundskolans årskurs 9, urval av stadsdelsområden, 2004-2022 uppdelat på kön, (indexenheter 0-100). Observera y-axeln: 35-75 indexenheter.

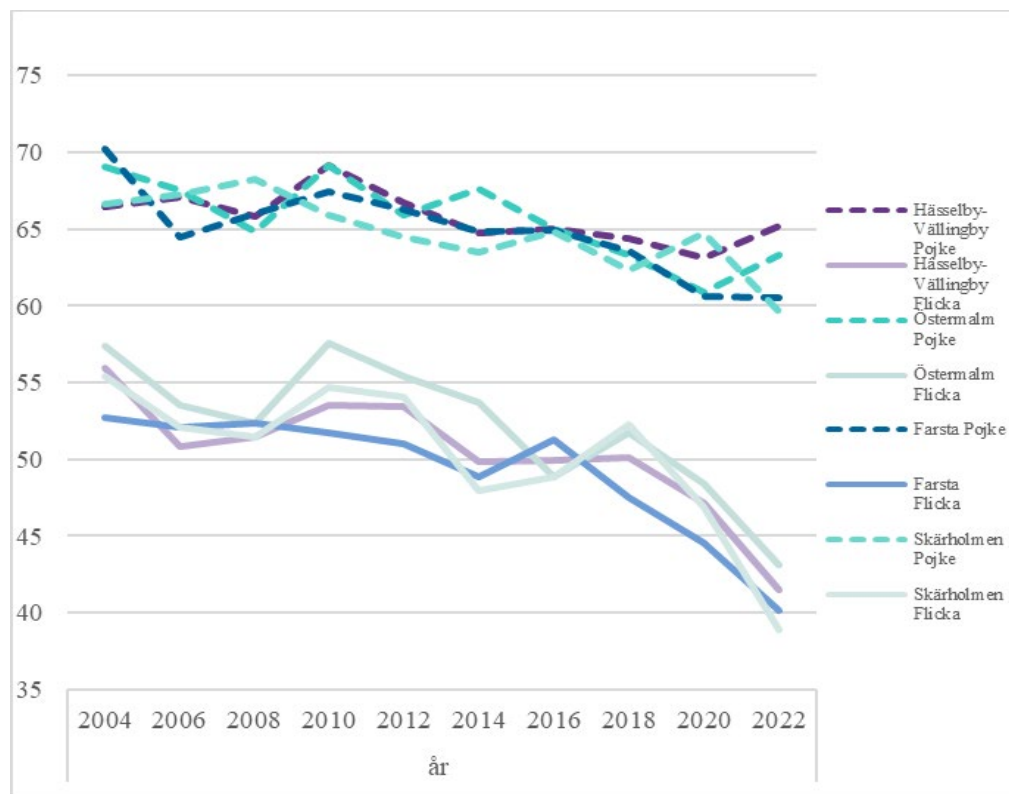


Diagram 4: Index för god psykosomatisk hälsa för gymnasiet år 2, urval av stadsdelsområden, 2004-2022 uppdelat på kön, (indexenheter 0-100). Observera y-axeln: 40-70 indexenheter.

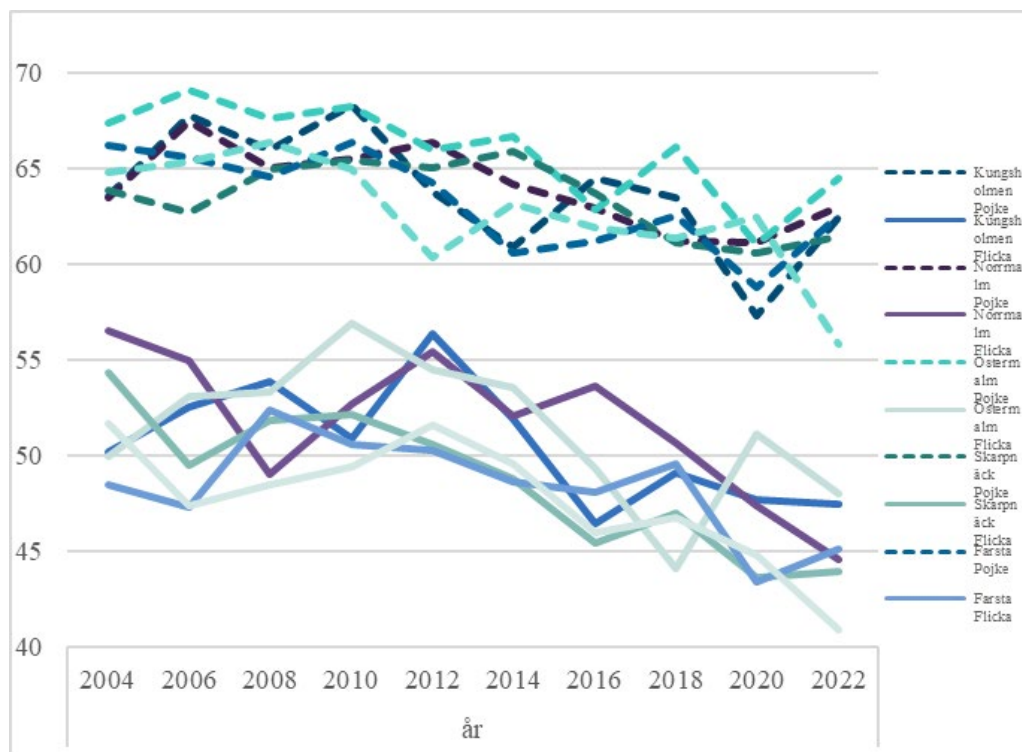


Diagram 5: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, för grundskolans årskurs 9, urval av stadsdelsområden, 2004-2022, uppdelat på kön (indexenheter 0-100). Observera y-axeln: 0-60 indexenheter.

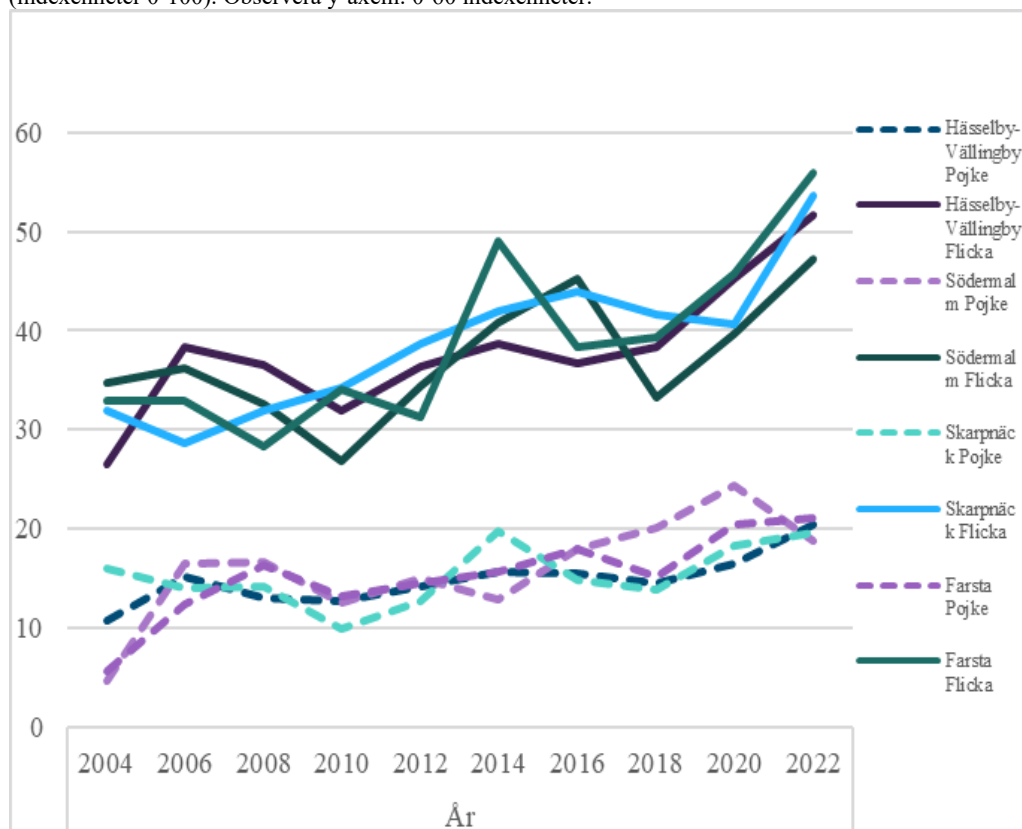
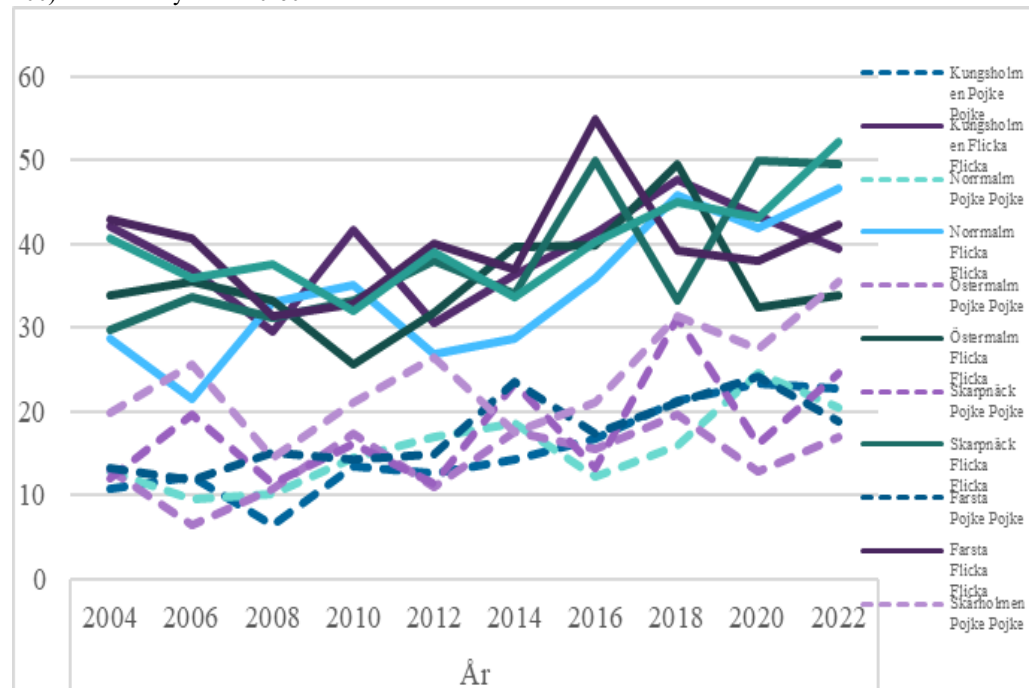


Diagram 6: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, för gymnasiet år 2, urval av stadsdelsområden, 2004-2022 uppdelat på kön (indexenheter 0-100). Observera y-axeln: 0-60 indexenheter.



### Grundskoleflickorna mår sämst i Stockholms stad

Följande stapeldiagram är uppdelade på stadsdelsområdesnivå från 2022 års mätning för frågorna ”god psykosomatisk hälsa” och ”Känner du dig ledsen och deppig utan att veta varför?”. Först redovisas resultaten för årskurs 9 och därefter för gymnasiet år 2.

De skillnader som är tydliga inom resultaten är framför allt mellan pojkar och flickor, inte mellan stadsdelsområden. Stockholms stads genomsnitt bland pojkar är 63 indexenheter i båda årskurser. Bland flickor är stadens genomsnitt 43 indexenheter i grundskolans årskurs 9, respektive 45 indexenheter i gymnasiet år 2. Lägst grad av psykosomatisk hälsa, det vill säga uppper sämst mående, bland grundskoleflickor har Skärholmen och i Skarpnäck (39), medan Rinkeby-Kista (49) har högst grad, det vill säga mår bäst av flickorna i åk 9. För pojkarna i grundskolan är det som lägst i Skärholmen (60), och som högst i Rinkeby-Kista och Hässelby-Vällingby (65). Lägst grad av psykosomatisk hälsa bland gymnasieflickor har Skärholmen (41), och högst har Östermalm (48) följt av Bromma, Kungsholmen, Södermalm (47). För pojkarna i gymnasiet är det som lägst i Skärholmen (56), och som högst i Spånga-Tensta och Enskede-Vantör (67).

Diagram 7: Index för god psykosomatisk hälsa för grundskolans årskurs 9, 2022 uppdelat på stadsdelsområde och kön (indexenheter 0-100).

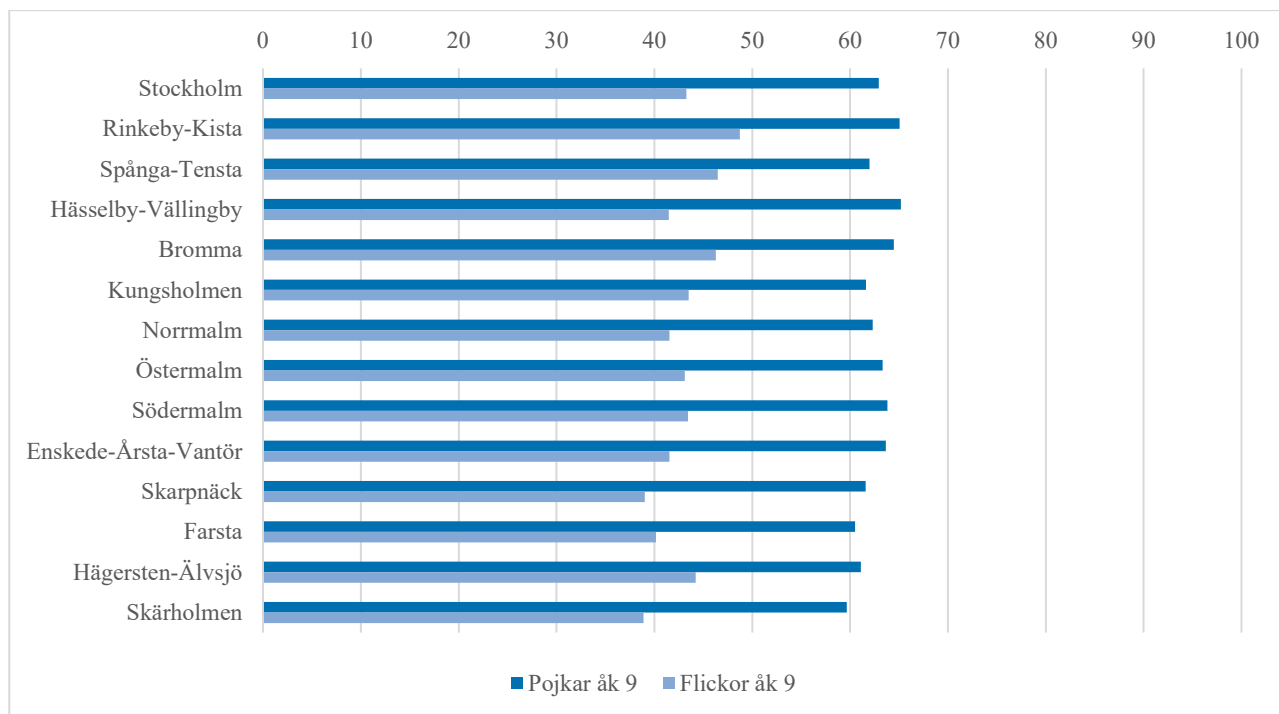
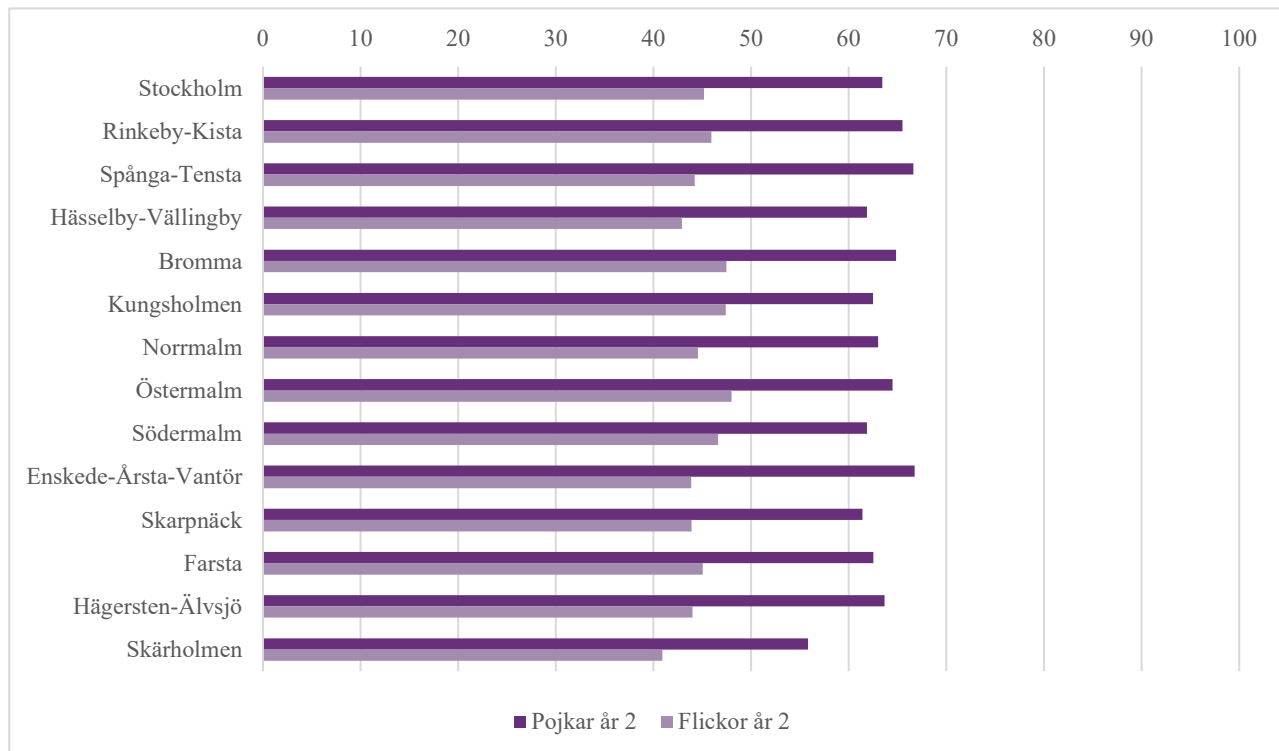


Diagram 8: Index för god psykosomatisk hälsa för gymnasiets år 2, 2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön (indexenheter 0-100).





Grundskoleflickorna i Farsta rapporterar sämst resultat när det gäller psykosomatisk hälsa (56 procent), tätt följt av grundskoleflickorna i Skarpnäck (54 procent) och Hässelby-Vällingby (52 procent) samt gymnasieflickorna i Skärholmen (52 procent).

De bästa resultaten syns bland gymnasiepojkarna i Hägersten-Älvsjö (14 procent) följt av grundskolepojkarna i Norrmalm (16 procent). Övriga pojkar i staden ligger på ungefär samma nivå, men en grupp som sticker ut är gymnasiepojkarna i Skärholmen, där mer än var tredje pojke i gymnasiets år 2 uppger att de ofta känner sig ledsna och deppiga (35 procent).

Diagram 9: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, 2022, för grundskolan åk 9, uppdelat på stadsdelsområde och kön.

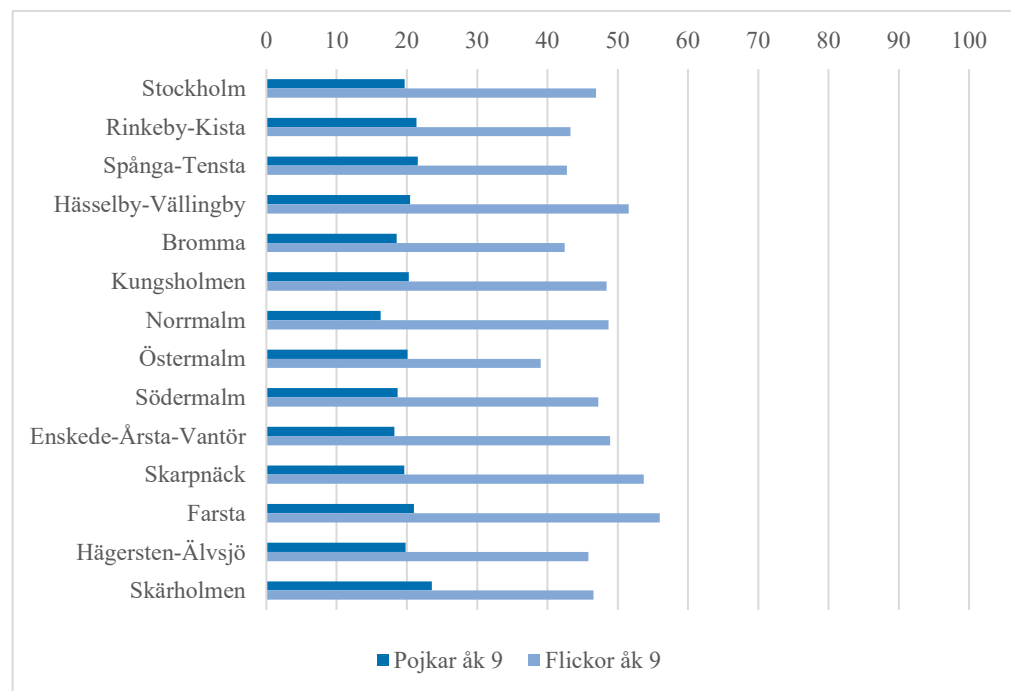
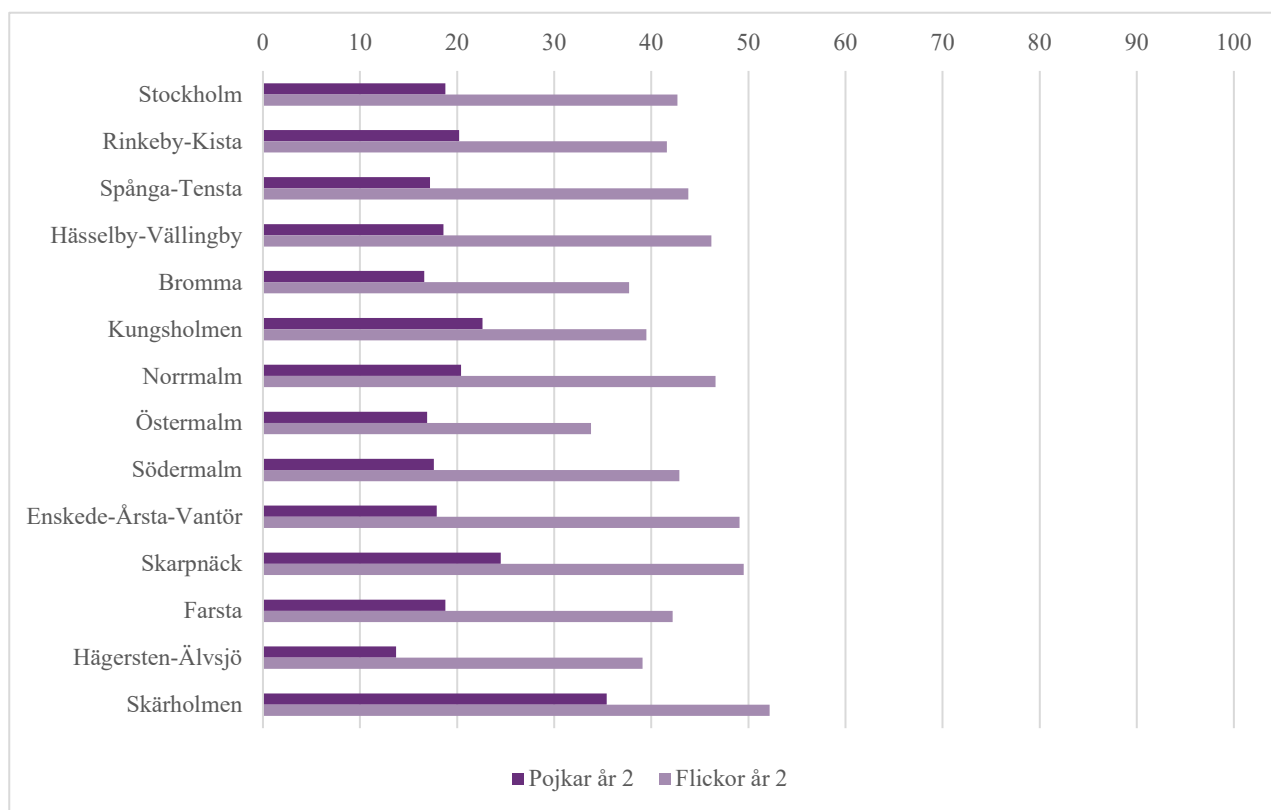


Diagram 10: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, 2022, för gymnasiet år 2, uppdelat på stadsdelsområde och kön.



## Sambandsanalyser och tolkning av resultat

### Hur kan resultaten tolkas?

Analyserna i denna rapport redovisas med tabeller och diagram, där utvalda frågor från Stockholmsenkäten korsas mot frågan ”elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför”, där en högre andel indikerar ett sämre mående samt mot indexet ”god psykosomatisk hälsa”, ett övergripande mått uppbyggt av frågorna:

- ”Hur ofta har du haft huvudvärk detta läsår”
- ”Hur ofta har du dålig aptit”
- ”Hur ofta under detta läsår har du haft nervös mage”
- ”Hur ofta har du under detta läsår haft svårt att somna”
- ”Hur ofta har det hänt under detta läsår att du sovit oroligt och vaknat under natten”

Beroende på hur eleven svarat på samtliga dessa frågor får eleven ett indexvärde som motsvarar dennes hälsa. Poängen sätts från 0-100 och ju högre indexvärde är desto bättre mår eleven. Med hjälp av detta index går det framför allt att konstatera stora könsskillnader i hälsa: flickor i grundskola har indexvärde 43, flickor på gymnasiet

har indexvärde 45, pojkar i grundskola har indexvärde 63 och pojkar på gymnasiet har indexvärde 64.

- Observera att psykisk ohälsa redovisas i både index och andelar: Vid index visar ett lägre indexvärde en sämre hälsa, vid redovisning med andelar tyder högre andelar på sämre hälsa.

Sambandsanalyser svarar inte på vad som är orsak eller verkan utan visar enbart om det finns ett samband mellan de frågor som korsats. Ett samband finns när två (eller flera) variabler är statistiskt associerade, det vill säga när en variabel ökar så ökar eller minskar också den andra variabeln. I denna rapport har en typ av samband beskrivits – den mellan kön och psykisk ohälsa. Det finns ett samband mellan kön och psykisk ohälsa, detta är tydligt eftersom det finns en stor skillnad mellan pojkars och flickors mående. Sambandet kvarstår oavsett var i Stockholms stad elever bor eller vilket år av Stockholmsenkätens resultat som analyseras, vilket i statistiska termer gör associationen ännu mer robust och signifikant.

## Sambandsanalyser

I rapporten ingår sambandsanalyser där indexet för *god psykosomatisk hälsa* samt *ifall eleven ofta känner sig ledsen och deppig* korsats med frågor om elevens framtidstro, elevens skoltrivsel, elever som utsätter andra för mobbning, elever som blir utsatta för mobbning, elevens fritid, påverkan av covid-19 pandemin samt delar av ANTS<sup>10</sup>. Utifrån tidigare forskning anses flera ämnesområden kunna samspela med psykisk ohälsa, bland annat elevens uppfattning om den egna framtiden, skoltrivsel, relation till föräldrar, utsatthet för mobbning, ANTS. De sambandsanalyser som gjorts har valts ut för att undersöka hur Stockholmsenkätens resultat stämmer överens med annan forskning om ungas psykiska hälsa.

## Framtidstro och psykisk ohälsa

Stockholmsenkäten innehåller ett antal frågor som rör elevers upplevda framtidsutsikter. Ungdomars upplevelse av den egna framtiden kan innehålla både krav på sig själv och oro.<sup>11</sup> Därför undersöks ifall den upplevelsen kan påverka hälsan.

---

<sup>10</sup> Förkortningen ANDTS (alkohol, narkotika, doping, tobak- och nikotinprodukter samt spel om pengar) skrivs ANTS inom Stockholmsenkäten eftersom doping inte längre ingår i enkäten.

<sup>11</sup> Ungdomsbarometern, 2021.

Den första av frågorna om framtiden handlar om eleven tycker att valet av ett framtida jobb är viktigt eller om detta inte har någon större betydelse. I enkäten finns även frågan om eleven själv anser sig ha sämre, lika bra eller bättre framtidsutsikter jämfört med de flesta andra i samma ålder. Sambandsanalysen gäller dessa framtidsfrågor och elevens upplevda psykiska hälsa. Den första frågan till eleverna om deras framtid är:

”Tycker du att det är viktigt vad du kommer att jobba med när du blir stor eller spelar det ingen roll?” med svarsalternativen:

- *mycket viktigt*
- *ganska viktigt*
- *är varken viktigt eller oviktigt*
- *spelar nästan ingen roll alls*
- *spelar ingen roll alls*

Vid genomgång av frågan svarar majoriteten av eleverna att det är *mycket* eller *ganska viktigt* vad de kommer att jobba med. Det är endast cirka 1 procent som uppger att det nästan eller inte spelar någon roll alls. I grundskolan syns ingen större skillnad i svaren mellan flickor och pojkar, däremot är val av jobb viktigare för gymnasieflickorna än för gymnasiepojkarna. Nästa steg blir att jämföra frågan om framtiden mot elevernas index för god psykosomatisk hälsa.

Tabell 1: Tycker du att det är viktigt vad du kommer jobba med när du blir stor eller spelar det ingen roll? Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

| INDEX - God psykosomatisk hälsa  |      |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|--|------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|  | ALLA | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Tycker du det är viktigt vad du kommer jobba med när du blir stor eller spelar det ingen roll? |      |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Är mycket viktigt  | 54   | 54                   | 43                    | 64                   | 54                  | 46                   | 64                  |
| Är ganska viktigt  | 53   | 52                   | 44                    | 61                   | 54                  | 44                   | 63                  |
| Är varken viktigt eller oviktigt   | 50   | 49                   | 39                    | 59                   | 53                  | 41                   | 62                  |
| Spelar nästan ingen roll alls  | 42   | 39                   | 29                    | 53                   | 47                  | 35                   | 54                  |
| Spelar ingen roll alls   | 50   | 50                   | 29                    | 59                   | 51                  | 34                   | 61                  |

Tabellen visar att det finns ett tydligt samband mellan denna fråga och psykosomatisk hälsa, och då framför allt för flickor. De som anger att ett framtida jobb inte är viktigt har en sämre hälsa än övriga.

De flickor i grundskolans åk 9 som svarat på frågan om arbete svarat *spelar ingen roll alls* har indexvärde 29 för psykosomatisk hälsa, medan de flickor som svarat att det är mycket viktigt har indexvärde 43. Flickor i gymnasiet år 2 som svarat *spelar ingen roll alls* har indexvärde 34 för psykosomatisk hälsa, medan de flickor som svarat att det är *mycket viktigt* har indexvärde 46.

Den andra frågan som mäter framtidstro är: ”Om du jämför dina framtidsutsikter med de flesta andras i din ålder, tror du då att dina är sämre, lika bra eller bättre?” med svarsalternativen:

- *mycket bättre*
- *lite bättre*
- *lika bra*
- *lite sämre*
- *mycket sämre*

Vid en genomgång av frågans resultat syns det att större delen av eleverna svarar att deras framtidsutsikter är *lika bra* eller *bättre*, jämfört andra i samma ålder. I båda årskurserna är pojkarna mer optimistiska än flickorna.

Tabell 2: Om du jämför dina framtidsutsikter med de flesta andras i din ålder, tror du då att dina är sämre, lika bra eller bättre? Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|   | INDEX - God psykosomatisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|---|---------------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|   | ALLA                            | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Om du jämför dina framtidsutsikter med de flesta andras i din ålder, tror du då att dina är sämre, lika bra eller bättre? |                                 |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Mycket sämre  | 44                              | 43                   | 33                    | 54                   | 44                  | 34                   | 52                  |
| Lite sämre  | 44                              | 44                   | 36                    | 54                   | 46                  | 39                   | 55                  |
| Lika bra  | 54                              | 54                   | 45                    | 64                   | 54                  | 46                   | 65                  |
| Lite bättre   | 55                              | 55                   | 47                    | 64                   | 55                  | 46                   | 64                  |
| Mycket bättre   | 59                              | 58                   | 44                    | 67                   | 59                  | 48                   | 66                  |

Ju sämre eleven mår desto lägre framtidstro, och samtidigt gäller antagligen det omvända: ju lägre framtidstro desto sämre mår eleven. Starkast samband är det för flickor. I grundskolans åk 9 har de flickor som svarat mycket sämre framtidsutsikter indexvärde 33 för psykosomatisk hälsa medan de som svarar mycket bättre har indexvärde 44. I gymnasiets år 2 har de flickor som svarat mycket sämre framtidsutsikter indexvärde 34 medan de som svarar mycket bättre har indexvärde 48.

### Pojkar trivs bättre i skolan än flickor

Stockholmsenkäten innehåller ett stort frågeblock som rör skolan och hur eleverna upplever förhållandena där. En bra och inkluderande skola kan vara en skyddsfaktor mot ohälsa, men motsatsen är också en riskfaktor, skolan kan vara en bidragande orsak till ökad psykisk ohälsa bland unga.<sup>12</sup> Kränkande behandling, diskriminering och trakasserier<sup>13</sup> ökar också risken för inåtvända psykiska problem.

<sup>12</sup> Folkhälsomyndigheten (2), 2022.

<sup>13</sup> I enkätformuläret och i föreliggande rapport används ordet mobbing, inom skolan används dock ”kränkande behandling, diskriminering och trakasserier”.

På frågan ”Jag trivs bra i skolan” svarade majoriteten av eleverna i att detta stämmer *mycket* eller *ganska bra* och pojkar trivs bättre i skolan än flickor i båda årskurserna.

Tabell 3: Jag trivs bra i skolan. Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|                        | INDEX - God psykosomatisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|------------------------|---------------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|                        | ALLA                            | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Jag trivs bra i skolan |                                 |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Stämmer mycket bra     | 60                              | 61                   | 51                    | 68                   | 59                  | 50                   | 67                  |
| Stämmer ganska bra     | 51                              | 51                   | 43                    | 60                   | 51                  | 43                   | 61                  |
| Stämmer ganska dåligt  | 40                              | 39                   | 32                    | 52                   | 41                  | 36                   | 50                  |
| Stämmer mycket dåligt  | 36                              | 35                   | 30                    | 45                   | 39                  | 32                   | 48                  |

Det verkar finnas ett mycket starkt samband mellan trivsel i skolan och psykosomatisk hälsa. Ju sämre eleven trivs i skolan desto sämre mår denne, det gäller för båda könen och för både grundskolans åk 9 och gymnasiet år 2 men det är särskilt tydligt i grundskolan.

Flickor i grundskolan som svarat stämmer mycket dåligt har indexvärde 30 för psykosomatisk hälsa, medan de som svarat stämmer mycket bra har indexvärde 51. Pojkar i grundskolan som svarat stämmer mycket dåligt har indexvärde 45 för psykosomatisk hälsa, medan de som svarat stämmer mycket bra har indexvärde 68.

Resultatet visar att sambandet mellan trivsel i skola och psykosomatisk hälsa är det tydligaste av alla samband i rapporten. I andra studier visar skolan sig ha hög betydelse för elevernas hälsa.<sup>14</sup> Även i denna rapport kan alltså skolan i sig klassas som en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa.

## Skolfrånvaro kan vara förenat med psykisk ohälsa

Skolfrånvaro kan vara en indikation på att ett barn eller ung person inte mår bra.

På frågan ”Har du skolkat en hel dag från skolan det här läsåret?” ger 82 procent av eleverna i grundskolans åk 9 ett nekande svar, 6 procent svarade att de skolkat en gång, 6 procent svarade att de skolkat 2-3 gånger. 3 procent svarade 4-10 gånger, en procent 11-20 gånger och två procent svarade mer än 20 gånger. Flickorna i årskurs 9 anger i högre grad att de skolkat än vad pojkarna gör. 78 procent av flickorna svarade nej medan det var 86 procent av pojkarna. Av eleverna i gymnasiet år 2 svarar 78 procent att de inte skolkat, 8 procent svarade att de skolkat en gång, 7 procent svarade att de skolkat 2-3 gånger, 4 procent svarade 4-10 gånger, en procent 11-20 gånger och två procent svarade mer än 20 gånger. Även i

<sup>14</sup> Folkhälsomyndigheten, (2), 2022.

gymnasiet anger flickorna i något högre grad att de skolkat. 76 procent svarar nej, medan det är 80 procent av pojkarna.

Det går att konstatera ett samband mellan skolfrånvaro och psykisk ohälsa och med hjälp av resultaten i denna undersökning.

Tabell 4: Har du skolkat en hel dag från skolan det här läsåret? Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|  | INDEX - God psykosomatisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|--|---------------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|  | ALLA                            | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Har du skolkat en hel dag från skolan det här läsåret? |                                 |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Nej  | 56                              | 56                   | 46                    | 65                   | 56                  | 47                   | 66                  |
| Ja, 1 gång   | 47                              | 47                   | 39                    | 57                   | 48                  | 40                   | 59                  |
| Ja, 2-3 gånger   | 43                              | 40                   | 34                    | 50                   | 46                  | 40                   | 54                  |
| Ja, 4-10 gånger  | 37                              | 33                   | 28                    | 46                   | 41                  | 37                   | 49                  |
| Ja, 11-20 gånger                                       | 31                              | 29                   | 24                    | 43                   | 34                  | 30                   | 39                  |
| Ja, mer än 20 gånger                                   | 37                              | 36                   | 27                    | 47                   | 39                  | 32                   | 46                  |

Av tabellen går det att utläsa att ju sämre eleven mår, desto oftare skolkar denne. Detta gäller för samtliga, både pojkar och flickor och i både grundskolans år 9 och på gymnasiet år 2. Särskilt tydligt är detta bland flickor i grundskolan och pojkar i gymnasiet. De flickor i grundskolan som anger att de skolkat 11-20 gånger har indexvärde 24 i psykosomatisk hälsa, medan de som anger att de inte skolkat har indexvärde 46. De pojkar på gymnasiet som anger att de skolkat 11-20 gånger har indexvärde 39 i psykosomatisk hälsa, medan de som inte skolkat har indexvärde 66.

## Mobbning och utsatthet

Den psykiska ohälsan är omfattande bland unga som utsätts för mobbning, nättrakasserier och fysiskt våld.<sup>15</sup> Mobbning kan leda till problem med psykisk ohälsa med ångest och nedstämdhet och även visa sig som kroppslig värk i till exempel huvudet eller magen.<sup>16</sup>

På frågan ”Har du känt dig mobbad eller trakasserad i skolan det här läsåret?” svarade 18 procent totalt av eleverna i grundskolans år 9 att de utsätts för mobbning. Flickor anger i högre grad att de utsätts för mobbning än pojkar, 22 procent respektive 12 procent. I gymnasiet år 2 svarade totalt 10 procent att de blivit utsatta för mobbning. Även här anger flickor i högre grad att de har utsätts för mobbning än pojkar, 13 procent jämfört med 7 procent.

<sup>15</sup> Fridh, M. 2018.

<sup>16</sup> Plenty, S. mfl, 2021.

Tabell 5: Har du känt dig mobbad eller trakasserad i skolan det här läsåret? Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|  | INDEX - God psykosomatisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|--|---------------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|  | ALLA                            | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Har du känt dig mobbad eller trakasserad i skolan det här läsåret? |                                 |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Nej  | 56                              | 56                   | 46                    | 65                   | 55                  | 47                   | 64                  |
| Ja   | 45                              | 41                   | 35                    | 52                   | 42                  | 36                   | 52                  |

I tabellen går det att utläsa sambandet mellan god psykosomatisk hälsa och mobbning. Det skiljer 11-13 indexenheter mellan dessa båda grupper, vilket innebär att elever som utsatts för mobbning mår sämre än de som inte utsatts.

### Pojkar utsätter andra för mobbning i högre grad än flickor

Nästa fråga som rör ämnet mobbning är ”Har du varit med om att mobba eller trakassera andra elever på skolan det här läsåret?”. Bland eleverna i grundskolans åk 9 anger totalt 12 procent att de utsatt andra för mobbning, dock anger pojkar i högre grad att de har utsatt andra för mobbning än flickor (14 procent jämfört 9 procent). I gymnasiets år 2 svarade totalt 5 procent att de utsatt andra för mobbning. Även här syns en skillnad, där pojkar i högre grad anger att de utsatt andra för mobbning jämfört med flickor (6 procent jämfört 4 procent).

För att undersöka *måendet* bland eleverna som utsätter andra för kränkningar eller trakasserier korsas ”god psykosomatisk hälsa” mot ”Har du varit med om att mobba eller trakassera andra elever på skolan det här läsåret?”. Sambandet visar att elever som ofta utsätter andra elever för mobbning mår sämre än de som uppger att de inte gör det. Tydligast är sambandet för flickor i grundskolans åk 9. De flickor som uppger att de utsatt andra för mobbning flera gånger i veckan har indexvärde 29 i god psykosomatisk hälsa, medan de som inte utsätter andra för detta har indexvärde 44.

Tabell 6: Har du varit med om att mobba eller trakassera andra elever på skolan det här läsåret? Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön. (\* få svar, tolkas med försiktighet, \*\* alltför få svar).

|  | INDEX - God psykisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|--|---------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|  | ALLA                      | GRUNDSKOLA<br>Totalt | GRUNDSKOLA<br>Flickor | GRUNDSKOLA<br>Pojkar | GYMNASIET<br>Totalt | GYMNASIET<br>Flickor | GYMNASIET<br>Pojkar |
| Har du varit med om att mobba eller trakassera andra elever på skolan det här läsåret? |                           |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Nej  | 54                        | 54                   | 44                    | 64                   | 54                  | 45                   | 56                  |
| Ja, någon enstaka gång   | 49                        | 49                   | 39                    | 56                   | 48                  | 35                   | 46                  |
| Ja, 2 eller 3 gånger i månaden   | 45                        | 44                   | 36                    | 49                   | 48*                 | **                   | **                  |
| Ja ungefär en gång i veckan  | 45                        | 44                   | 37                    | 45                   | 48*                 | **                   | **                  |
| Ja flera gånger i veckan   | 45                        | 42                   | 29                    | 46                   | 56*                 | **                   | **                  |
| Vet inte   | 49                        | 48                   | 39                    | 55                   | 52                  | 50                   | 55                  |



## Elever som utsätter andra för mobbning mår sämre än de som inte utsätter andra för mobbning

När resultat från frågorna om elever som uppger att de utsatt andra för mobbning och de som uppger att de själva utsatts analyseras tillsammans blir resultatet följande:

Tabell 7: Har blivit utsatt för mobbning och har själv blivit utsatt för mobbning. Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|                                   | INDEX - God psykosomatisk hälsa |            |            |            |           |           |           |
|-----------------------------------|---------------------------------|------------|------------|------------|-----------|-----------|-----------|
|                                   | ALLA                            | Grundskola | Grundskola | Grundskola | Gymnasiet | Gymnasiet | Gymnasiet |
|                                   |                                 | Totalt     | Flickor    | Pojkar     | Totalt    | Flickor   | Pojkar    |
| Har ej (blivit mobbad och mobbat) | 56                              | 56         | 46         | 65         | 56        | 47        | 65        |
| Har (blivit mobbad och mobbat)    | 42                              | 41         | 34         | 47         | 44        | 32        | 52        |

Resultaten visar att de som blir utsatta för mobbning och samtidigt utsätter andra för mobbning mår sämre än andra elever. Tydligast är detta för pojkarna i grundskolans åk 9. De som utsätter andra för mobbning och även själva blir utsatta för mobbning har indexvärde 47 i god psykosomatisk hälsa, medan övriga pojkar har indexvärde 65.

När det gäller mobbning via sociala medier framkommer att ju oftare en elev utsätts för mobbning desto sämre mår denne. Detta gäller samtliga elever som svarat på frågan. Elever i grundskolan som utsatts för mobbning via sociala medier har indexvärde 41 i god psykosomatisk hälsa till skillnad från elever som inte utsatts för mobbning som har indexvärde 56.

Tabell 8: Har du blivit mobbad eller trakasserad via sociala medier, internet eller SMS/MMS det här läsåret? Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|  | INDEX - God psykosomatisk hälsa |            |            |            |           |           |           |
|--|---------------------------------|------------|------------|------------|-----------|-----------|-----------|
|  | ALLA                            | Grundskola | Grundskola | Grundskola | Gymnasiet | Gymnasiet | Gymnasiet |
|  |                                 | Totalt     | Flickor    | Pojkar     | Totalt    | Flickor   | Pojkar    |
| Har du blivit mobbad eller trakasserad via sociala medier, internet eller SMS/MMS det här läsåret? |                                 |            |            |            |           |           |           |
| Nej  | 56                              | 56         | 45         | 65         | 55        | 46        | 64        |
| Ja   | 41                              | 41         | 34         | 52         | 42        | 36        | 51        |

## Föräldramiljön

Barns relation till sina föräldrar har inverkan på barnets psykiska hälsa.<sup>17</sup> I Stockholmsenkäten finns ett avsnitt som rör elevens relation till andra, bland annat till sina föräldrar.

Att föräldrarnas humör kan påverka eleverna negativt sätt är särskilt tydligt bland flickor. Flickor i grundskolans åk 9 som svarat att detta stämmer mycket bra har indexvärde 35 i psykosomatisk hälsa, medan de som svarat att det stämmer mycket dåligt har indexvärde 53. Samma sak gäller bland flickor i gymnasiet år 2, de som svarat att detta stämmer mycket bra har indexvärde 36, medan de som svarat att det stämmer mycket dåligt har indexvärde 50.

Tabell 9: Det humör de är på bestämmer hur de är mot mig (föräldrar). Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|  | INDEX - God psykosomatisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|--|---------------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|  | ALLA                            | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Det humör de är på bestämmer hur de är mot mig (föräldrar) |                                 |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Stämmer mycket bra   | 45                              | 44                   | 35                    | 56                   | 45                  | 36                   | 58                  |
| Stämmer ganska bra   | 51                              | 50                   | 40                    | 60                   | 52                  | 44                   | 61                  |
| Stämmer ganska dåligt                                      | 56                              | 56                   | 46                    | 65                   | 56                  | 48                   | 64                  |
| Stämmer mycket dåligt                                      | 61                              | 61                   | 53                    | 60                   | 60                  | 50                   | 71                  |

Det finns ytterligare en fråga om elevens föräldrar, ”Mina föräldrar/vårdnadshavare är en förebild för mig”. I denna fråga framkommer att ju sämre förebild föräldrarna upplevs vara desto lägre psykosomatisk hälsa har eleven, och även här gäller detta framför allt för flickor. I gymnasiet år 2 har flickor som svarat ”Stämmer mycket dåligt” indexvärde 33, medan de som svarat ”Stämmer mycket bra” har indexvärde 49. I grundskolans årskurs 9 har flickor som svarat ”Stämmer mycket dåligt” indexvärde 33, medan de som svarat ”Stämmer mycket bra” har indexvärde 48. Tabellen nedan visar att elever som upplever sina föräldrar som goda förebilder i sina föräldrar har en bättre psykosomatisk hälsa jämfört med elever som inte upplever sina föräldrar så.

Tabell 10: Mina föräldrar/vårdnadshavare är en förebild för mig. Index för god psykosomatisk hälsa för varje svarsalternativ, 2022, uppdelat på årskurs och kön.

|  | INDEX - God psykisk hälsa |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
|--|---------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
|  | ALLA                      | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
| Mina föräldrar/vårdnadshavare är en förebild för mig |                           |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Stämmer mycket bra                                   | 58                        | 58                   | 48                    | 67                   | 58                  | 49                   | 66                  |
| Stämmer ganska bra                                   | 53                        | 52                   | 43                    | 61                   | 53                  | 44                   | 63                  |
| Stämmer ganska dåligt                                | 48                        | 47                   | 37                    | 57                   | 49                  | 41                   | 59                  |
| Stämmer mycket dåligt                                | 41                        | 42                   | 33                    | 54                   | 41                  | 33                   | 53                  |

<sup>17</sup> Folkhälsomyndigheten (1), 2022.

## Narkotika, spelmissbruk och psykisk ohälsa

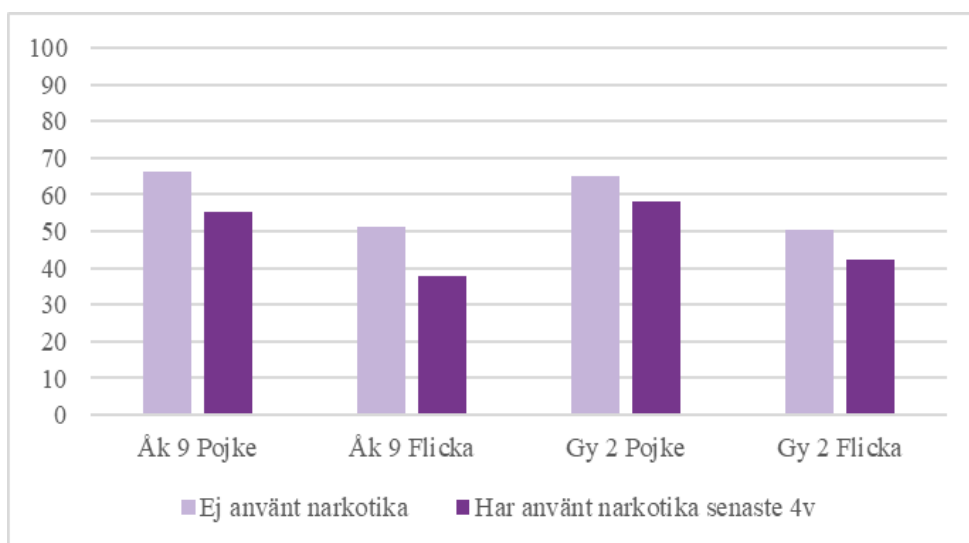
Sedan 1998 års mätning får Stockholms stads elever besvara frågor om sina AN(D)TS<sup>18</sup>-vanor. I kommande avsnitt analyseras sambandet mellan psykisk ohälsa och narkotika- respektive spelmissbruk. Resultaten presenteras uppdelat på årskurs och kön, antingen för endast för 2022 års mätning eller med sammanslagen statistik från mätningarna 2004-2022.

### Elever som använder narkotika har sämre psykosomatisk hälsa

Sambandet mellan psykisk ohälsa och användning av narkotika har under 2021 bland annat analyserats av CAN (Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning).<sup>19</sup> Resultatet bekräftade tidigare studier som visat att de som använder narkotika mår sämre, men också att det ser olika ut utifrån vilken typ av narkotika som används.

Vid en korskörning av data från mätningarna 2004-2022 med psykosomatisk hälsa mot narkotikaanvändning kan det konstateras ett samband mellan dessa två variabler. Elever som använt narkotika minst en gång den senaste månaden mår betydligt sämre än de som inte använt narkotika. Alternativt kan det sägas att elever som mår dåligt har använt narkotika i större utsträckning än elever som inte mår dåligt.

Diagram 11: Samband mellan psykosomatisk hälsa och narkotikaanvändning, uppdelat på årskurs och kön, sammanslagning av mätningarna 2004-2022 (indexenheter 0-100).



<sup>18</sup> Enkätfrågor om doping ingår i mätningarna från 2002-2014.

<sup>19</sup> Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, 2021.

Genomgående har gruppen som uppger att de inte använt narkotika högre indexvärden för psykosomatisk hälsa, jämfört med elever som har använt narkotika någon gång den senaste månaden. Den största skillnaden i genomsnittlig psykosomatisk hälsa går att utläsa bland grundskoleeleverna.

Pojkar i årskurs 9 som använt narkotika mår elva indexenheter sämre än pojkar som inte använt narkotika, medan flickor i årskurs 9 som använt narkotika mår 13 indexenheter sämre än flickor som inte gjort det. Motsvarande skillnad bland gymnasieeleverna är sju indexenheter bland pojkar och åtta indexenheter bland flickor. Det syns alltså en liten könsskillnad, men årskursskillnaden verkar större.

### Gymnasiepojkar som är ledsna och deppiga använder narkotika i högre utsträckning

Vid andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, syns en liknande tendens. Majoriteten av eleverna har inte använt narkotika, oavsett om de uppger psykisk ohälsa eller inte. Den grupp som verkar sticka ut något är pojkarna i år 2 på gymnasiet som ofta är ledsna eller deppiga. De har en något förhöjd andel som använt narkotika den senaste månaden (14 procent). På stadsövergripande nivå är det också främst gymnasiepojkar som använder narkotika, sett till alla mätningar.

Det återspeglas tydligt även i denna rapport där även 9 procent av gymnasiepojkarna som *inte* är ledsna/deppiga har använt narkotika senaste månaden. I övriga grupper syns en liten skillnad beroende på psykisk ohälsa, med störst skillnad för pojkar oavsett årskurs (5 procent). Det verkar alltså finnas ett samband mellan psykisk ohälsa och användning av narkotika bland Stockholms elever.

Diagram 12: Samband mellan andelen elever som känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför samt narkotikaanvändning, åk 9, uppdelat efter kön, sammanslagning av mätningarna 2004-2022.

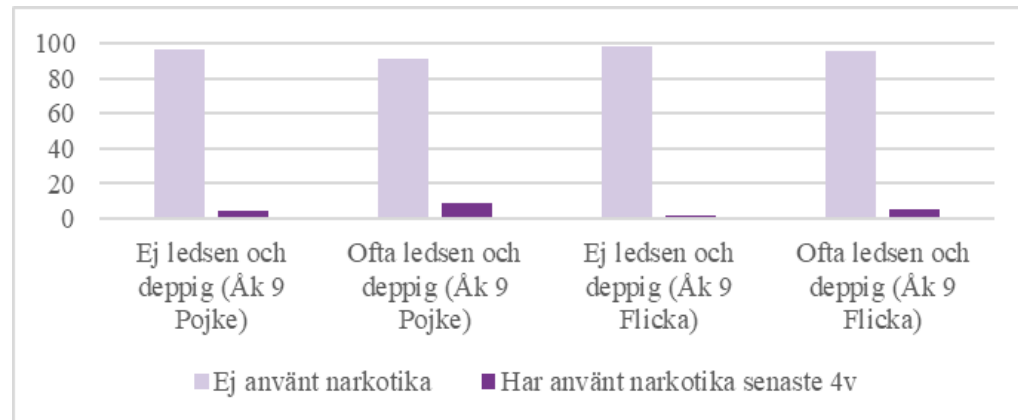
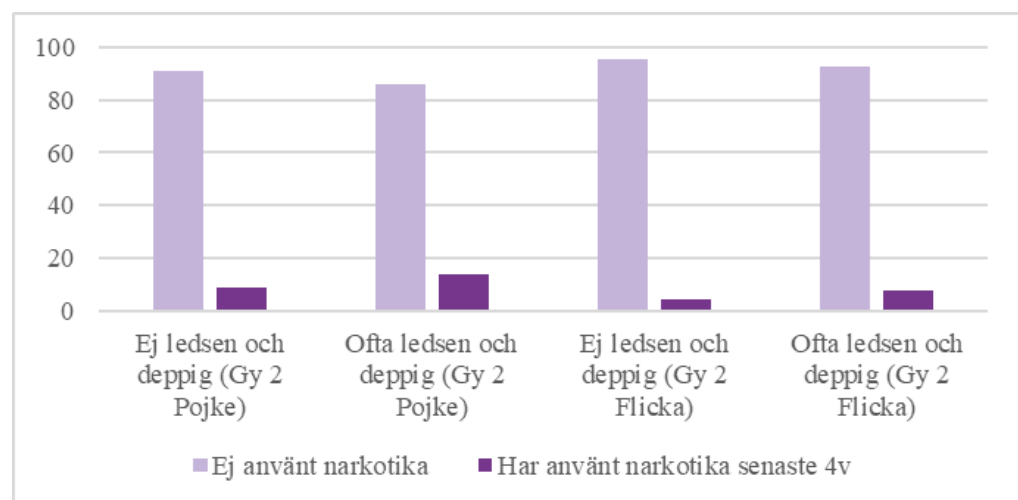


Diagram 13: Samband mellan andelen elever som känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför samt narkotikaanvändning, år 2, uppdelat efter kön, sammanslagning av mätningarna 2004-2022.

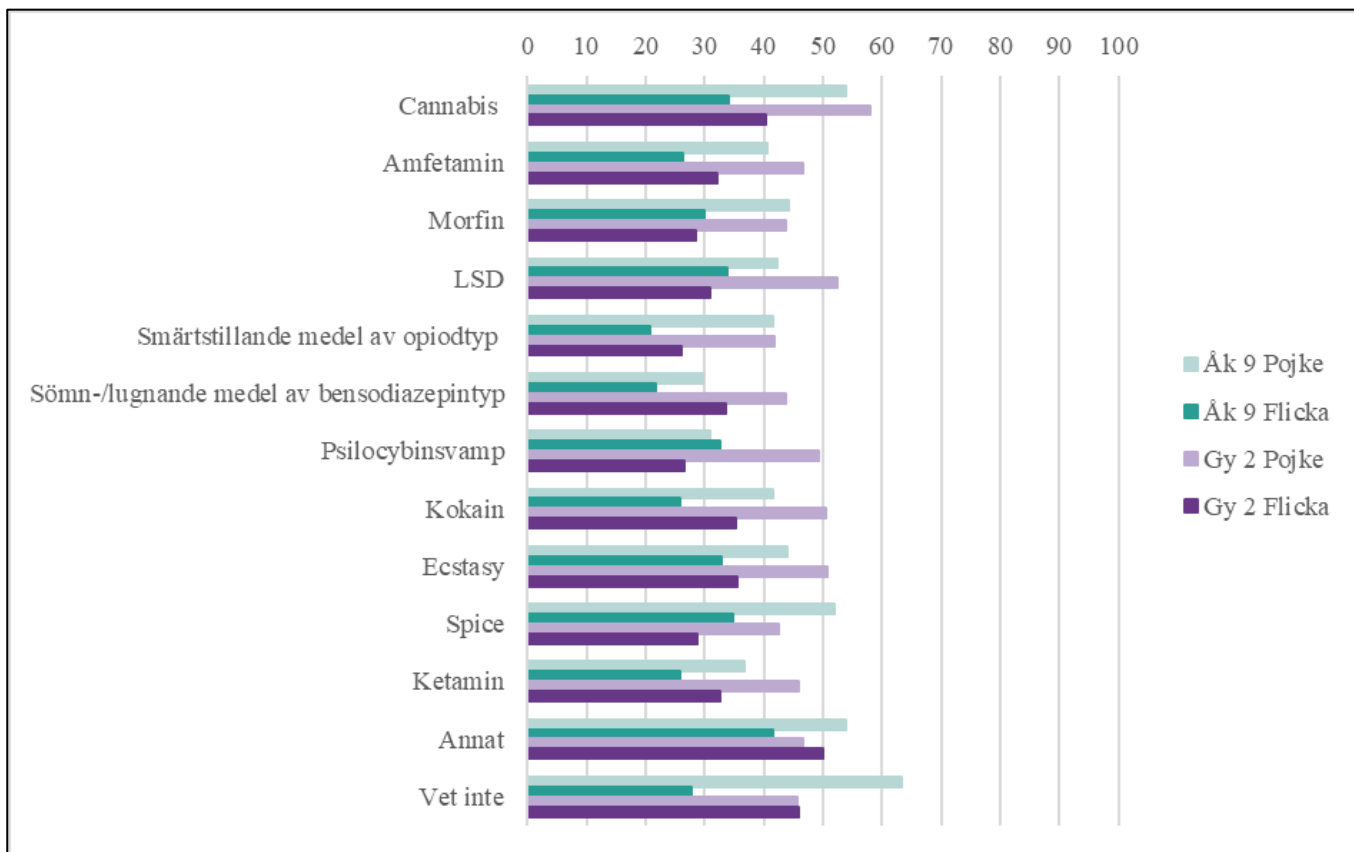


För eleverna som i enkäten svarat ja på frågan om de någon gång har använt narkotika finns en följdfråga om vilken slags narkotika det gällde.<sup>20</sup> Eleven har möjlighet att svara flera preparat. En analys av preparaten vid narkotikaanvändning visar att användarna av cannabis har högst total genomsnittlig psykosomatisk hälsa

<sup>20</sup> Fråga 47 ställs som följande ”Vilket eller vilka slag av narkotika har du använt (utan läkares ordination/recept)? (Markera med ett eller flera kryss)” och är en s.k. multiple respons sheet. Följande svarsalternativ finns att välja: Cannabis (hasch, marijuana), Amfetamin Crack, Heroin som röks, Heroin som injiceras, Morfin, Psilocybinsvamp, Metadon, Kokain, LSD, Ecstasy, GHB, Subutex, Metabolit, Spice, Sömn-/lugnande medel av bensodiazepintyp (t.ex. Stesolid, Sobril, Xanor), Ketamin, Annan typ av narkotika. Vad?, Smärtstillande medel av opioidtyp (t.ex. Tramadol, Citodon, Oxycodone), Kat, Vet inte.

(indexvärde 47).<sup>21</sup> De elever som mår sämst psykosomatiskt använder sömnmedel/lugnande (indexvärde 32) och smärtstillande opioder (indexvärde 33), följt av psilocybinsvamp och ketamin (båda indexvärde 35).<sup>22</sup>

Diagram 14: Samband mellan psykosomatisk hälsa och användning av specifika preparat utan läkares ordination/recept (urval), uppdelat på kön och årskurs, år 2022 (indexenheter 0-100).



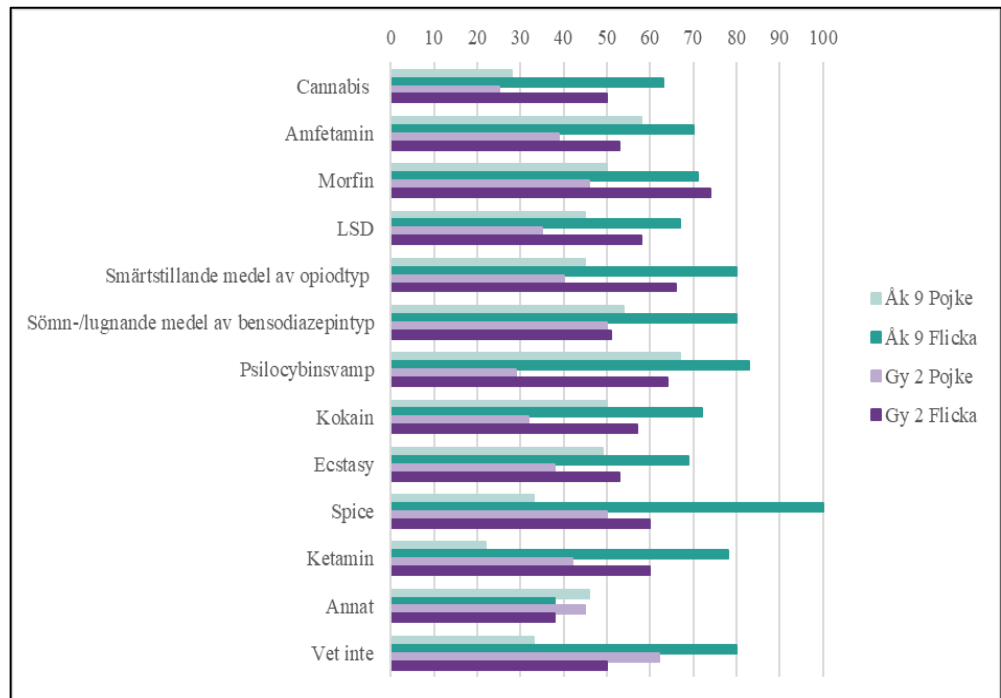
Vid en jämförelse av grad av psykosomatisk hälsa mellan elever som använt cannabis respektive sömn/lugnande medel kan en genomsnittlig skillnad på 14 indexenheter konstateras, det vill säga elever som använder sömnmedel och lugnande mår i genomsnitt 14 indexenheter sämre än elever som ”endast” använder cannabis.<sup>23</sup>

<sup>21</sup> I denna rapport ingår frågan om vilka preparat eleven använt, ingen hänsyn tas till *antal* gånger. Det finns möjlighet till högre respektive lägre indexvärden bland gruppen elever som testat någon gång jämfört elever som testat fler än 20 gånger.

<sup>22</sup> Se avsnitt ”Tabeller för vidare läsning”.

<sup>23</sup> Observera att all analys i detta kapitel utgår ifrån självrapporterad användning av narkotika utan läkares ordination/recept.

Diagram 15: Samband mellan andel elever som känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför och användning av specifika preparat utan läkares ordination/recept (urval), uppdelat på kön och årskurs, år 2022.



Bland eleverna som uppger att de ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför är det vanligast att använda spice, psilocybinsvamp, sömn/lugnande medel av bensodiazepintyp samt smärtstillande medel av opioidtyp. Det går även att utläsa att det är flera elever som inte känner till eller inte vill uppge preparatet. Det är fler flickor, jämfört pojkar, som uppger att de använder narkotikapreparat oavsett årskurs. För flickor i årskurs 9 är spice speciellt markant.

Enkätfrågan om narkotikapreparat är en så kallad flervalfråga, eleven kan alltså svara flera preparat. Tabellen bör dock tolkas med stor försiktighet eftersom det är låga svarsbaser för många av alternativen.

### Pojkar med spelproblematik mår sämre

Folkhälsomyndigheten konstaterar i sin senaste rapport<sup>24</sup> att det över tid finns ett tydligt samband mellan spelproblematik och psykisk ohälsa. Även i Stockholmsenkäten undersöks spel om pengar samt eventuell medföljande spelproblematik<sup>25</sup>.

<sup>24</sup> Folkhälsomyndigheten (3), 2022.

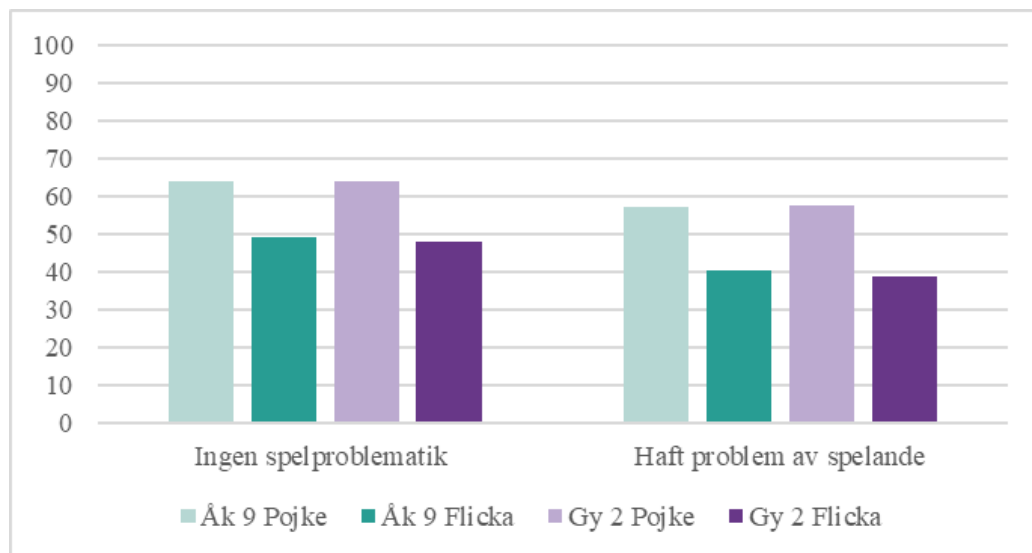
<sup>25</sup> I Stockholmsenkäten definieras spelproblematik som att ha satsat pengar på spel under de senaste 12 månaderna, samt svarat "1-2ggr" eller "3ggr eller fler" på minst en av frågorna 75a) Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna: försökt minska ditt spelande? 75b) Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna: känt dig rastlös

Spelproblematiken handlar om att eleven säger sig ha försökt minska sitt spelande, känt sig rastlös och irriterad om de inte har kunnat spela, samt ljugit om hur mycket pengar de har spelat för.

I samtliga grupper syns en något lägre psykosomatisk hälsa bland de som upplevt spelproblematik jämfört med de som inte gjort det. Den tydligaste skillnaden i psykosomatisk hälsa mellan gruppen som har, respektive inte har, upplevt spelproblematik framkommer bland flickor: nio indexenheter sämre i årskurs 9, samt tio indexenheter sämre i år 2.

Pojkar i båda årskurserna som har haft problem med sitt spelande har sex indexenheter sämre psykosomatisk hälsa än pojkar utan spelproblematik.

Diagram 16: Samband mellan psykosomatisk hälsa och spelproblematik, uppdelat på årskurs och kön, sammanslagning av mätningarna 2004-2022 (indexenheter 0-100).



Även frågan ”Känner mig ofta ledsen och deppig utan att veta varför” visar ett visst samband med spelproblematik. Det syns en tydligt högre andel som har upplevt spelproblematik bland elever som ofta känner sig ledsna och deppiga, jämfört med gruppen som inte gör det.

Till skillnad från analysen om psykosomatisk hälsa, verkar särskilt pojkarna lida av sitt spelande. I båda årskurserna upplever mer än var tredje pojke som mår dåligt också spelproblematik. Bland pojkar som spelar men inte har ett sämre mående är det färre än var tionde pojke som har problem med sitt spelande. Bland gymnasieflickorna, som har lägst nivå av spelproblematik, är skillnaden mellan de som mår dåligt och de som inte gör det endast få procentenheter. Bland flickorna i grundskolan syns däremot ett



tydligt samband, 17 procent av de som ofta är ledsna eller deppiga upplever problem med sitt spelande, jämfört med 9 procent av flickorna som inte mår dåligt.

Psykiska besvär kan både vara en riskfaktor och en konsekvens av spelproblem. Det visar Swelogs rapport från en omfattande studie gjord 2008-2018 kring sambandet mellan spel om pengar och hälsa<sup>26</sup>. Rapporten visar att psykiska besvär var vanligare bland personer som hade någon grad av spelproblem, och att de även utgjorde en riskfaktor för att utveckla spelproblem.

Diagram 17: Samband mellan att känna sig ledsen/deppig och spelproblematik (bland elever som har spelat), åk 9, uppdelat efter kön, år 2004-2022.

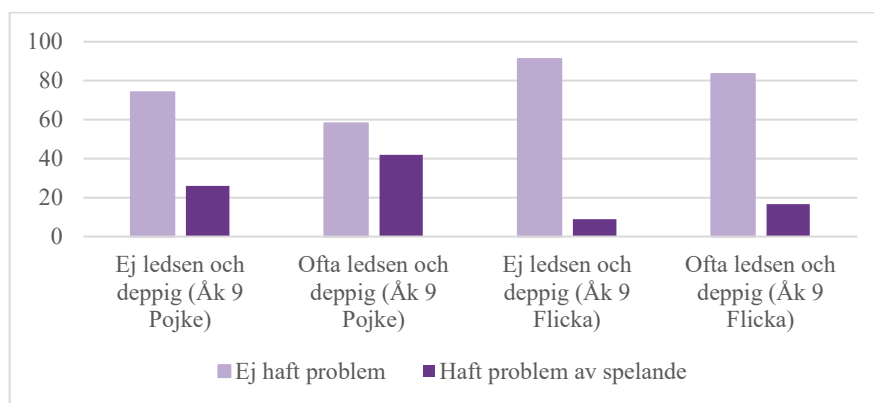
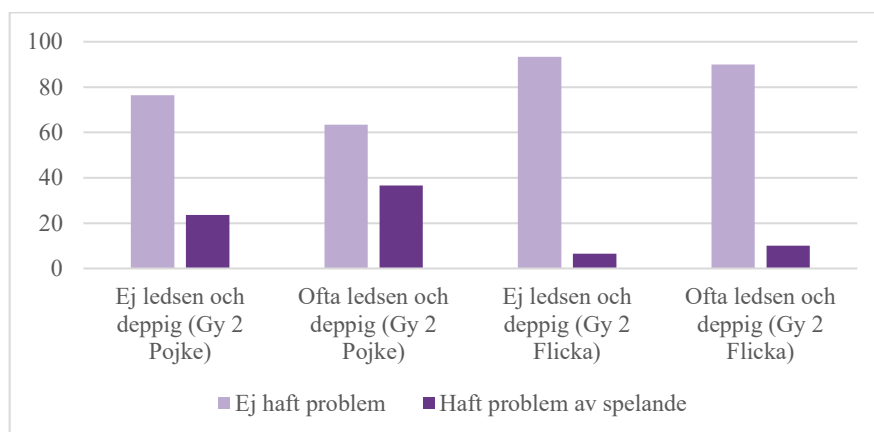


Diagram 18: Samband mellan att känna sig ledsen/deppig och spelproblematik (bland elever som har spelat), år 2, uppdelat efter kön, år 2004-2022.



## Covid-19-pandemin och psykisk ohälsa

Covid-19-pandemin hade pågått i ungefär två år när Stockholmsenkäten genomfördes i mars 2022. Under pandemin förändrades skolornas situation och förutsättningar under olika

<sup>26</sup> Folkhälsomyndigheten, 2021.

faser, en del skolor stängde stundtals medan andra skolor stängde helt. Detta kan ha inverkat på Stockholmsenkätens datainsamling 2022. Enkäten innehöll ett antal frågor till eleverna om hur de påverkats av pandemin. Frågeställningen var: ”Om du tänker på hur det är nu och hur det var innan Coronapandemin började – på vilket sätt har ditt liv förändrats på grund av Coronapandemin?” och därefter fick eleverna bedöma pandemins effekt på relationen till familjen, fritiden, umgänget med kompisar, skolsituationen, familjens ekonomi, framtida chanser på arbetsmarknaden, fysisk hälsa samt psykisk hälsa efter skalan ”mycket sämre”, ”lite sämre”, ”ungefär lika som innan”, ”lite bättre” och ”mycket bättre”.

Tabell 12: På vilket sätt har ditt liv förändrats efter coronapandemin? Min psykiska hälsa har blivit... Andelar för varje svarsalternativ, uppdelat på årskurs och kön, 2022.

| (%)   | Grundskola<br>Totalt | Grundskola<br>Flickor | Grundskola<br>Pojkar | Gymnasiet<br>Totalt | Gymnasiet<br>Flickor | Gymnasiet<br>Pojkar |
|---|----------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
| På vilket sätt har ditt liv förändrats efter coronapandemin? Min psykiska hälsa har blivit... |                      |                       |                      |                     |                      |                     |
| Mycket sämre  | 9                    | 13                    | 4                    | 11                  | 14                   | 6                   |
| Lite sämre  | 23                   | 31                    | 16                   | 28                  | 34                   | 22                  |
| Lika bra  | 49                   | 42                    | 57                   | 45                  | 38                   | 53                  |
| Lite bättre   | 10                   | 8                     | 13                   | 10                  | 9                    | 12                  |
| Mycket bättre   | 8                    | 5                     | 11                   | 6                   | 4                    | 7                   |
| <b>Mycket/lite sämre</b>  | <b>33</b>            | <b>45</b>             | <b>20</b>            | <b>39</b>           | <b>48</b>            | <b>28</b>           |

I nästan samtliga av enkätens pandemifrågor kan tydliga skillnader konstateras i svar mellan flickor och pojkar. Generellt har en större andel flickor än pojkar uppgivit en försämring av sin situation på grund av pandemin. Vad gäller frågan om hur elevens psykiska hälsa påverkats så uppger 48 procent av flickorna i gymnasiet år 2 och 45 procent av flickorna i grundskolans år 9 att deras psykiska hälsa har påverkats negativt av pandemin, medan motsvarande siffror för pojkarna är 28 respektive 20 procent (tabell 23).

## Sammanfattning

Denna rapport behandlar de frågor i enkäten som mäter psykisk ohälsa. Liksom i tidigare års undersökningar framkommer det i resultaten från Stockholmsenkäten 2022 att flickor i mycket större utsträckning än pojkar visar upp sämre psykosomatisk hälsa. Sedan frågeblocket om psykisk (o)hälsa för första gången lades in i Stockholmsenkäten år 2004 har flickor kontinuerligt rapporterat ett sämre mående jämfört med pojkar. Skillnaderna i resultat är framför allt mellan pojkar och flickor, och inte mellan årskurser eller mellan stadsdelsområde.

Med hjälp av indexet god psykosomatisk hälsa går det framför allt att konstatera stora könsskillnader, pojkar mår bättre än flickor. Flickor svarar ca 20 indexenheter lägre, jämfört pojkar. Flickor i grundskolan har indexvärde 43, flickor på gymnasiet har indexvärde 45, pojkar i grundskolan har indexvärde 63 och pojkar på gymnasiet har indexvärde 64.

Ett annat mått för att mäta psykisk ohälsa i Stockholmsenkäten är frågan om eleven känner sig ledsen och deppig utan att veta varför. Även här är det framför allt en stor skillnad i svar mellan flickor och pojkar. Över tid syns en ökning för samtliga grupper av elever och i årets mätning märks den högsta andelen någonsin för grundskoleelever i årskurs 9 där andelen som känner sig ledsen eller deppig utan att veta varför uppgick till 34 procent jämfört med 31 procent år 2020, detta beror främst på ökningen bland flickor från 42 till 47 procent.

Vid resultaten för stadsdelsområde är det tydligast skillnader mellan pojkar och flickor, inte mellan var eleverna bor. Flickor mår sämre jämfört pojkar, i båda årskurser, i alla stadsdelsområden. Samtidigt så ökar den psykiska ohälsan över tid för både flickor och pojkar. Vid jämförelse mellan stadsdelsområden syns det tydligast i Farsta, Södermalm, Hässelby-Vällingby och Skarpnäck. Den största negativa förändringen finns bland flickor i åk 9 i Skärholmen.

Sambandsanalyserna mot indexet för god psykosomatisk hälsa visar att trivsel i skolan verkar vara den starkaste skyddsfaktorn för välmående. De som trivs mycket bra i skolan har upp till 21 indexenheter högre än de som vantrivs. Andra mycket starkt påverkande variabler är utsatthet för mobbning samt relationen till föräldrar.

De sambandsanalyser som gjorts pekar också på ett samband mellan spelproblematik och psykisk ohälsa, eftersom elever med spelproblematik mår sämre än de som inte har det. Även narkotikaanvändning har ett samband med psykisk ohälsa. Det är

däremot svårt att avgöra vad som är orsak eller verkan, det vill säga om eleven har psykisk ohälsa för att denne använder narkotika eller om det är tvärtom, att eleven använder narkotikapreparat för att denne mår dåligt. När det handlar om skillnader i pojkars psykiska mående, verkar just spelproblem och narkotikaanvändande vara särskilt associerat med känslan av ledsamhet och deppighet.

I nästan samtliga frågor som rör pandemins påverkan kan tydliga skillnader konstateras mellan flickor och pojkars svar. Generellt är det en större andel flickor än pojkar som uppger en försämring av sin situation på grund av pandemins effekter. Mer än en tredjedel av eleverna uppger att deras psykiska hälsa har påverkats negativt av pandemin.

Sammantaget visar de sambandsanalyser som gjorts att ungdomars psykiska ohälsa tycks öka över tid och att den påverkas av en kombination av flera faktorer. Resultaten stämmer överens med andra liknande undersökningar.<sup>27</sup> Skolan är en stark skyddsfaktor, men för elever med sämre psykisk hälsa påverkas ofta skolprestationerna negativt och skolan kan därför också utgöra en riskfaktor. De försämrade skolprestationerna kan i sin tur ytterligare förvärra den psykiska ohälsan och att det är därför lätt att hamna i en ond cirkel. Förutom skolans betydelse spelar relationen till föräldrar en stor roll för den psykiska hälsan.

---

<sup>27</sup> Folkhälsomyndigheten (1), 2022.

## Vidare läsning

- Stockholmsenkäten <https://start.stockholm/om-stockholms-stad/utredningar-statistik-och-fakta/undersokningar/rapport-om-ungdomars-levnadsvanor/>
- WHO:s definition av psykisk ohälsa <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use>
- Vidare läsning om psykisk ohälsa (länkar)  
Stockholms stads budget <https://start.stockholm/globalassets/start/om-stockholms-stad/sa-anvands-dina-skattepengar/stadens-budget-ar-fran-ar/stockholms-stads-budget-2023.pdf>
- Barn ULF, Undersökningarna av barns levnadsförhållanden, SCB 2020 <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/levnadsforhallanden/levnadsforhallanden/undersokningarna-av-barns-levnadsforhallanden/>
- Depressioner och ångestsyndrom bland barn och unga, Socialstyrelsen 2020 <https://socialmedicinskritik.se/index.php/smt/article/download/2373/2233>
- Fokus Psykisk ohälsa, Bris - Barnens Rätt i Samhället 2018 <https://www.bris.se/om-bris/press-och-opinion-old/fokus-psykisk-ohalsa/>
- Vägledning för vuxna om psykisk hälsa hos barn och unga, Rädda Barnen 2022 <https://www.raddabarnen.se/globalassets/bilder/rad--kunskap/arbetar-med-eller-for-barn/blandad-kanslor/blandade-kanslor---vagledning.pdf>
- Psykisk hälsa, 1177.se, 2022 <http://www.1177.se/liv--halsa/psykisk-halsa/>
- Folkhälsomyndighetens publikationsarkiv: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationer/>
  - *Skolans betydelse för inåtvända psykiska problem bland skolbarn – En kartläggning av systematiska litteraturöversikter, 2020*
  - *Psykisk hälsa och suicidprevention – Lägesrapport, 2020*
  - *Stigmatisering kopplad till psykisk ohälsa, 2020*
  - *Skolbarn som är fysiskt aktiva rapporterar bättre psykisk hälsa, 2021*
  - *Skolbaserad samverkan för barns och ungas psykiska hälsa – lärdomar från praktiken, 2021*
  - *Covid-19-pandemin och befolkningens psykiska hälsa – vad indikerar longitudinella studier?, 2021*

Klicka här för att ange Dnr

38 (45)

- *Självrapporterad stress, somatiska och psykiska besvär bland skolbarn, 2022*
- *Nationella folkhälsoenkäten – Hälsa på lika villkor, 2022*
- *Skolbarns hälsovanor 2022*

## Tabeller för vidare läsning

Tabell 1: Index för god psykosomatisk hälsa, Grundskolan årskurs 9 (indexenheter 0-100).

| INDEXTAL FÖR<br>PSYKOSOMATISK HÄLSA | Grundskolan årskurs 9   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|-------------------------------------|-------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|                                     | God psykosomatisk hälsa |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|                                     | 2004                    | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 | 2018 | 2020 | 2022 |
| Samtliga                            | 61                      | 60   | 59   | 61   | 60   | 58   | 57   | 58   | 55   | 53   |
| Pojkar                              | 68                      | 66   | 65   | 68   | 66   | 66   | 65   | 65   | 64   | 63   |
| Flickor                             | 54                      | 53   | 52   | 54   | 53   | 51   | 50   | 51   | 48   | 43   |

Tabell 2: Index för god psykosomatisk hälsa, Gymnasiet år 2 (indexenheter 0-100).

| INDEXTAL FÖR<br>PSYKOSOMATISK HÄLSA | Gymnasiet år 2          |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|-------------------------------------|-------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|                                     | God psykosomatisk hälsa |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|                                     | 2004                    | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 | 2018 | 2020 | 2022 |
| Samtliga                            | 58                      | 59   | 58   | 58   | 59   | 57   | 56   | 55   | 54   | 54   |
| Pojkar                              | 65                      | 66   | 66   | 65   | 65   | 65   | 63   | 62   | 61   | 63   |
| Flickor                             | 52                      | 52   | 51   | 52   | 52   | 50   | 49   | 47   | 48   | 45   |

Tabell 3: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför Grundskola årskurs 9, pojkar, andelar, över tid.

| Känner du dig ledsen och<br>deppig utan att veta<br>varför? (%) | Grundskolan årskurs 9<br>Pojkar |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
|---|---------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   | 2004                            | 2006      | 2008      | 2010      | 2012      | 2014      | 2016      | 2018      | 2020      | 2022      |
| Väldigt ofta  | 5                               | 5         | 7         | 6         | 5         | 6         | 6         | 8         | 8         | 9         |
| Ganska ofta   | 6                               | 9         | 8         | 7         | 9         | 8         | 9         | 9         | 10        | 11        |
| Ibland  | 21                              | 21        | 20        | 18        | 21        | 19        | 21        | 21        | 21        | 24        |
| Någon enstaka gång  | 24                              | 24        | 23        | 22        | 22        | 22        | 22        | 21        | 23        | 21        |
| Sällan  | 44                              | 41        | 43        | 46        | 43        | 45        | 43        | 41        | 38        | 35        |
| <b>Väldigt/Ganska ofta</b>                                      | <b>11</b>                       | <b>14</b> | <b>14</b> | <b>13</b> | <b>14</b> | <b>14</b> | <b>15</b> | <b>17</b> | <b>19</b> | <b>20</b> |

Tabell 4: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför Grundskola årskurs 9, flickor, andelar, över tid.

| Känner du dig ledsen och<br>deppig utan att veta<br>varför? (%) | Grundskolan årskurs 9<br>Flickor |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
|---|----------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   | 2004                             | 2006      | 2008      | 2010      | 2012      | 2014      | 2016      | 2018      | 2020      | 2022      |
| Väldigt ofta  | 14                               | 16        | 15        | 13        | 16        | 19        | 19        | 18        | 20        | 22        |
| Ganska ofta   | 18                               | 19        | 18        | 18        | 18        | 21        | 18        | 19        | 22        | 25        |
| Ibland  | 33                               | 32        | 34        | 32        | 32        | 31        | 31        | 31        | 31        | 31        |
| Någon enstaka gång  | 19                               | 19        | 19        | 20        | 18        | 15        | 17        | 16        | 16        | 13        |
| Sällan  | 15                               | 14        | 15        | 17        | 16        | 14        | 14        | 16        | 12        | 10        |
| <b>Väldigt/Ganska ofta</b>                                      | <b>32</b>                        | <b>35</b> | <b>33</b> | <b>31</b> | <b>34</b> | <b>40</b> | <b>38</b> | <b>36</b> | <b>42</b> | <b>47</b> |

Tabell 5: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför Gymnasiet år 2, pojkar, andelar, över tid.

| Känner du dig ledsen och<br>deppig utan att veta<br>varför? (%) | Gymnasiet år 2<br>Pojkar |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
|---|--------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   | 2004                     | 2006      | 2008      | 2010      | 2012      | 2014      | 2016      | 2018      | 2020      | 2022      |
| Väldigt ofta  | 5                        | 6         | 6         | 7         | 6         | 8         | 8         | 10        | 9         | 8         |
| Ganska ofta   | 9                        | 9         | 7         | 8         | 9         | 10        | 9         | 12        | 11        | 11        |
| Ibland  | 23                       | 22        | 21        | 21        | 21        | 23        | 23        | 23        | 26        | 27        |
| Någon enstaka gång  | 26                       | 24        | 23        | 22        | 23        | 22        | 22        | 21        | 21        | 24        |
| Sällan  | 37                       | 39        | 43        | 42        | 41        | 37        | 37        | 34        | 32        | 30        |
| <b>Väldigt/Ganska ofta</b>                                      | <b>14</b>                | <b>15</b> | <b>13</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>19</b> | <b>17</b> | <b>22</b> | <b>20</b> | <b>19</b> |

Klicka här för att ange Dnr

40 (45)

Tabell 6: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför  
Gymnasiet år 2, flickor, andelar, över tid.

| Känner du dig ledsen och deppig utan att veta varför? (%) | Gymnasiet år 2<br>Flickor |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
|---|---------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   | 2004                      | 2006      | 2008      | 2010      | 2012      | 2014      | 2016      | 2018      | 2020      | 2022      |
| Väldigt ofta  | 15                        | 15        | 14        | 15        | 17        | 18        | 18        | 20        | 18        | 18        |
| Ganska ofta   | 20                        | 18        | 19        | 18        | 18        | 20        | 23        | 24        | 21        | 25        |
| Ibland  | 34                        | 35        | 33        | 36        | 34        | 34        | 32        | 33        | 34        | 35        |
| Någon enstaka gång  | 20                        | 19        | 20        | 18        | 17        | 16        | 15        | 12        | 17        | 14        |
| Sällan  | 12                        | 12        | 14        | 13        | 14        | 13        | 11        | 11        | 10        | 8         |
| <b>Väldigt/Ganska ofta</b>                                | <b>34</b>                 | <b>33</b> | <b>33</b> | <b>33</b> | <b>35</b> | <b>37</b> | <b>42</b> | <b>44</b> | <b>39</b> | <b>43</b> |



Tabell 7: Index för god psykosomatisk hälsa för grundskolan årskurs 9, 2004-2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön, (indexenheter 0-100).<sup>28</sup>

|             |        | Index Grad av god psykosomatisk hälsa (mv) |      |      |      |      |      |      |
|-------------|--------|--|------|------|------|------|------|------|
| Årskurs 9   |        | år   |      |      |      |      |      |      |
|             |        | 2004                                       | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 |
| Rinkeby-K   | Pojke  | 68   | 64   | 63   | 62   | 64   | 65   | 65   |
|             | Flicka | 54   | 52   | 50   | 50   | 53   | 54   | 52   |
| Spånga-Te   | Pojke  | 68   | 62   | 63   | 67   | 64   | 68   | 64   |
|             | Flicka | 57   | 53   | 52   | 55   | 55   | 48   | 52   |
| Hässelby-   | Pojke  | 66   | 67   | 66   | 69   | 67   | 65   | 65   |
|             | Flicka | 56   | 51   | 52   | 54   | 53   | 50   | 50   |
| Bromma      | Pojke  | 71   | 67   | 66   | 70   | 69   | 66   | 69   |
|             | Flicka | 55   | 54   | 55   | 58   | 55   | 54   | 51   |
| Kungsholm   | Pojke  | 68   | 67   | 64   | 66   | 71   | 67   | 64   |
|             | Flicka | 50   | 56   | 49   | 54   | 56   | 51   | 57   |
| Norrmalm    | Pojke  | 65   | 66   | 63   | 67   | 67   | 69   | 66   |
|             | Flicka | 54   | 55   | 52   | 56   | 55   | 54   | 52   |
| Östermalmen | Pojke  | 69   | 68   | 65   | 69   | 66   | 68   | 65   |
|             | Flicka | 57   | 54   | 52   | 58   | 55   | 54   | 49   |
| Södermalmen | Pojke  | 70   | 65   | 66   | 69   | 66   | 65   | 62   |
|             | Flicka | 54   | 53   | 52   | 57   | 53   | 52   | 47   |
| Enskede-Å   | Pojke  | 67   | 70   | 66   | 69   | 66   | 68   | 65   |
|             | Flicka | 52   | 51   | 55   | 51   | 51   | 52   | 51   |
| Skarpnäcka  | Pojke  | 67   | 66   | 64   | 68   | 67   | 63   | 62   |
|             | Flicka | 52   | 52   | 51   | 55   | 50   | 51   | 51   |
| Farsta      | Pojke  | 70   | 65   | 66   | 67   | 66   | 65   | 65   |
|             | Flicka | 53   | 52   | 52   | 52   | 51   | 49   | 51   |
| Hägersten   | Pojke  | 67   | 67   | 66   | 71   | 68   | 65   | 68   |
|             | Flicka | 52   | 56   | 51   | 52   | 55   | 50   | 50   |
| Skärholmens | Pojke  | 67   | 67   | 68   | 66   | 64   | 64   | 65   |
|             | Flicka | 55   | 52   | 51   | 55   | 54   | 48   | 49   |

<sup>28</sup> I tabell 7-10 redovisas medelvärden för indexet god psykosomatisk hälsa över tid för varje stadsdelsområde 2004-2022 uppdelat på kön, och med årskurs 9 och gymnasiet år 2 separat. Med hjälp av de små diagrammen längst till höger i tabellen kan utvecklingskillnader utläsas mellan stadsdelsområden. Diagrammen visar dock inte hur hög och låg den psykiska hälsan är, jämför istället tabellens siffror för den analysen. Viktigt att notera är att det på grund av ett lågt basal är naturligt med stora fluktuationer från ett år till ett annat, speciellt i de mindre stadsdelsområdena.

Tabell 8: Index för god psykosomatisk hälsa för gymnasiets år 2, 2004-2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön, (indexenheter 0-100).

| Index Grad av god psykosomatisk hälsa (mv) |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | Utvecklin |
|--|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----------|
| Gymnasiets år 2                            | år   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |           |
|  | 2004 | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 | 2018 | 2020 | 2022 |           |
| Rinkeby-K Pojke                            | 63   | 62   | 64   | 60   | 64   | 64   | 64   | 59   | 59   | 66   |           |
| Flicka                                     | 51   | 53   | 51   | 53   | 49   | 48   | 51   | 49   | 47   | 46   |           |
| Spånga-Te Pojke                            | 66   | 64   | 66   | 62   | 66   | 61   | 61   | 64   | 63   | 67   |           |
| Flicka                                     | 50   | 52   | 51   | 52   | 51   | 53   | 50   | 47   | 49   | 44   |           |
| Hässelby- Pojke                            | 66   | 65   | 66   | 65   | 66   | 62   | 64   | 58   | 62   | 62   |           |
| Flicka                                     | 50   | 51   | 50   | 52   | 52   | 50   | 47   | 47   | 47   | 43   |           |
| Bromma Pojke                               | 66   | 70   | 69   | 66   | 67   | 68   | 64   | 66   | 67   | 65   |           |
| Flicka                                     | 55   | 54   | 54   | 55   | 54   | 51   | 52   | 49   | 50   | 47   |           |
| Kungsholm Pojke                            | 64   | 68   | 66   | 68   | 64   | 61   | 64   | 63   | 57   | 62   |           |
| Flicka                                     | 50   | 53   | 54   | 51   | 56   | 52   | 46   | 49   | 48   | 47   |           |
| Norrmalm Pojke                             | 63   | 67   | 65   | 65   | 66   | 64   | 63   | 61   | 61   | 63   |           |
| Flicka                                     | 56   | 55   | 49   | 53   | 55   | 52   | 54   | 51   | 47   | 45   |           |
| Östermalms Pojke                           | 67   | 69   | 68   | 68   | 66   | 67   | 63   | 66   | 61   | 64   |           |
| Flicka                                     | 50   | 53   | 53   | 57   | 54   | 54   | 49   | 44   | 51   | 48   |           |
| Södermalms Pojke                           | 65   | 67   | 65   | 65   | 65   | 65   | 61   | 60   | 60   | 62   |           |
| Flicka                                     | 53   | 56   | 51   | 51   | 53   | 50   | 49   | 47   | 46   | 47   |           |
| Enskede-Å Pojke                            | 65   | 67   | 65   | 67   | 66   | 65   | 65   | 60   | 59   | 67   |           |
| Flicka                                     | 49   | 52   | 50   | 52   | 49   | 47   | 49   | 50   | 47   | 44   |           |
| Skarpnäck Pojke                            | 64   | 63   | 65   | 65   | 65   | 66   | 64   | 61   | 61   | 61   |           |
| Flicka                                     | 54   | 49   | 52   | 52   | 51   | 49   | 45   | 47   | 44   | 44   |           |
| Farsta Pojke                               | 66   | 66   | 65   | 66   | 64   | 61   | 61   | 63   | 59   | 63   |           |
| Flicka                                     | 48   | 47   | 52   | 51   | 50   | 49   | 48   | 50   | 43   | 45   |           |
| Hägersten Pojke                            | 63   | 66   | 67   | 66   | 67   | 65   | 62   | 64   | 61   | 64   |           |
| Flicka                                     | 53   | 49   | 53   | 50   | 52   | 50   | 49   | 44   | 46   | 44   |           |
| Skärholmens Pojke                          | 65   | 65   | 66   | 65   | 60   | 63   | 62   | 61   | 62   | 56   |           |
| Flicka                                     | 52   | 47   | 48   | 49   | 52   | 50   | 46   | 47   | 45   | 41   |           |

Tabell 9: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, för grundskola åk 9, uppdelat på stadsdelsområde och kön, över tid.

| Årskurs 9         | Andel ofta ledsen och deppig (%) |      |      |      |      |      |      |
|-------------------|----------------------------------|------|------|------|------|------|------|
|                   | År                               |      |      |      |      |      |      |
|                   | 2004                             | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 |
| Rinkeby-K Pojke   | 14%                              | 17%  | 15%  | 22%  | 18%  | 22%  | 21%  |
| Flicka            | 36%                              | 38%  | 35%  | 35%  | 33%  | 34%  | 34%  |
| Spånga-Te Pojke   | 11%                              | 17%  | 21%  | 20%  | 18%  | 11%  | 18%  |
| Flicka            | 29%                              | 36%  | 34%  | 32%  | 34%  | 46%  | 35%  |
| Hässelby-1 Pojke  | 11%                              | 15%  | 13%  | 13%  | 14%  | 16%  | 16%  |
| Flicka            | 27%                              | 38%  | 37%  | 32%  | 36%  | 39%  | 37%  |
| Bromma Pojke      | 10%                              | 12%  | 14%  | 12%  | 12%  | 13%  | 9%   |
| Flicka            | 25%                              | 32%  | 29%  | 26%  | 30%  | 32%  | 31%  |
| Kungsholm Pojke   | 14%                              | 7%   | 15%  | 17%  | 9%   | 11%  | 16%  |
| Flicka            | 39%                              | 33%  | 34%  | 30%  | 35%  | 41%  | 31%  |
| Norrmalm Pojke    | 16%                              | 11%  | 16%  | 11%  | 14%  | 11%  | 14%  |
| Flicka            | 33%                              | 29%  | 34%  | 26%  | 33%  | 33%  | 36%  |
| Östermalms Pojke  | 13%                              | 11%  | 13%  | 11%  | 9%   | 12%  | 13%  |
| Flicka            | 30%                              | 31%  | 28%  | 20%  | 31%  | 27%  | 34%  |
| Södermalms Pojke  | 5%                               | 16%  | 17%  | 13%  | 15%  | 13%  | 18%  |
| Flicka            | 35%                              | 36%  | 33%  | 27%  | 34%  | 41%  | 45%  |
| Enskede-1 Pojke   | 8%                               | 11%  | 13%  | 11%  | 12%  | 10%  | 15%  |
| Flicka            | 36%                              | 39%  | 32%  | 37%  | 36%  | 43%  | 42%  |
| Skarpnäck Pojke   | 16%                              | 14%  | 14%  | 10%  | 13%  | 20%  | 15%  |
| Flicka            | 32%                              | 29%  | 32%  | 34%  | 39%  | 42%  | 44%  |
| Farsta Pojke      | 6%                               | 12%  | 16%  | 13%  | 15%  | 16%  | 18%  |
| Flicka            | 33%                              | 33%  | 28%  | 34%  | 31%  | 49%  | 38%  |
| Hägerstens Pojke  | 13%                              | 14%  | 13%  | 10%  | 13%  | 14%  | 11%  |
| Flicka            | 36%                              | 33%  | 31%  | 34%  | 31%  | 44%  | 37%  |
| Skärholmens Pojke | 14%                              | 15%  | 11%  | 17%  | 16%  | 14%  | 19%  |
| Flicka            | 35%                              | 39%  | 36%  | 35%  | 28%  | 47%  | 42%  |

Tabell 10: Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, för gymnasiet år 2, uppdelat på stadsdelsområde och kön, över tid.

| Andel ofta ledsen och deppig (%) |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |            |
|----------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------------|
| Gymnasiets år 2                  | År   |      |      |      |      |      |      |      |      |      | Utveckling |
|                                  | 2004 | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 | 2018 | 2020 | 2022 |            |
| Rinkeby-K Pojke                  | 15%  | 19%  | 25%  | 26%  | 14%  | 24%  | 21%  | 26%  | 21%  | 20%  |            |
| Flicka                           | 33%  | 32%  | 38%  | 28%  | 33%  | 41%  | 38%  | 46%  | 47%  | 42%  |            |
| Spånga-Te Pojke                  | 14%  | 16%  | 14%  | 20%  | 14%  | 24%  | 21%  | 19%  | 19%  | 17%  |            |
| Flicka                           | 36%  | 32%  | 36%  | 33%  | 35%  | 46%  | 38%  | 32%  | 30%  | 44%  |            |
| Hässelby- Pojke                  | 17%  | 11%  | 11%  | 17%  | 12%  | 24%  | 17%  | 24%  | 12%  | 19%  |            |
| Flicka                           | 36%  | 34%  | 36%  | 34%  | 35%  | 38%  | 43%  | 48%  | 30%  | 46%  |            |
| Bromma Pojke                     | 13%  | 14%  | 10%  | 12%  | 13%  | 13%  | 14%  | 15%  | 17%  | 17%  |            |
| Flicka                           | 32%  | 34%  | 27%  | 34%  | 34%  | 31%  | 35%  | 38%  | 33%  | 38%  |            |
| Kungsholm Pojke                  | 11%  | 12%  | 7%   | 14%  | 13%  | 14%  | 17%  | 21%  | 23%  | 23%  |            |
| Flicka                           | 42%  | 37%  | 30%  | 42%  | 31%  | 36%  | 41%  | 48%  | 43%  | 40%  |            |
| Norrmalm Pojke                   | 13%  | 9%   | 10%  | 15%  | 17%  | 19%  | 12%  | 16%  | 25%  | 20%  |            |
| Flicka                           | 29%  | 21%  | 33%  | 35%  | 27%  | 29%  | 36%  | 46%  | 42%  | 47%  |            |
| Östermalr Pojke                  | 13%  | 7%   | 11%  | 17%  | 11%  | 18%  | 15%  | 20%  | 13%  | 17%  |            |
| Flicka                           | 34%  | 36%  | 33%  | 26%  | 32%  | 40%  | 40%  | 50%  | 32%  | 34%  |            |
| Södermalr Pojke                  | 13%  | 13%  | 14%  | 13%  | 19%  | 19%  | 19%  | 26%  | 22%  | 18%  |            |
| Flicka                           | 33%  | 30%  | 35%  | 34%  | 38%  | 44%  | 46%  | 49%  | 38%  | 43%  |            |
| Enskede- Pojke                   | 16%  | 14%  | 14%  | 12%  | 15%  | 18%  | 18%  | 21%  | 23%  | 18%  |            |
| Flicka                           | 32%  | 31%  | 35%  | 32%  | 39%  | 41%  | 40%  | 41%  | 47%  | 49%  |            |
| Skarpnäck Pojke                  | 12%  | 20%  | 11%  | 16%  | 11%  | 23%  | 13%  | 31%  | 16%  | 25%  |            |
| Flicka                           | 30%  | 34%  | 31%  | 33%  | 38%  | 34%  | 50%  | 33%  | 50%  | 50%  |            |
| Farsta Pojke                     | 13%  | 12%  | 15%  | 14%  | 15%  | 24%  | 17%  | 21%  | 24%  | 19%  |            |
| Flicka                           | 43%  | 41%  | 31%  | 33%  | 40%  | 37%  | 55%  | 39%  | 38%  | 42%  |            |
| Hägersten Pojke                  | 13%  | 19%  | 13%  | 13%  | 14%  | 17%  | 19%  | 22%  | 21%  | 14%  |            |
| Flicka                           | 32%  | 39%  | 30%  | 32%  | 36%  | 38%  | 43%  | 53%  | 44%  | 39%  |            |
| Skärholm Pojke                   | 20%  | 26%  | 15%  | 21%  | 26%  | 18%  | 21%  | 31%  | 28%  | 35%  |            |
| Flicka                           | 41%  | 36%  | 38%  | 32%  | 39%  | 34%  | 40%  | 45%  | 43%  | 52%  |            |

## Källförteckning

Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, ”Hur mår de som använder narkotika?”, Fokusrapport 11, april 2021.

Fridh, M. ”Bullying, violence and mental distress among young people. Cross-sectional population-based studies in Scania, Sweden.” Folkhälsovetenskap, inriktning socialmedicin, Lunds universitet, 2018.

Folkhälsomyndigheten, ”Spel om pengar och spelproblem i Sverige 2008-2018”, 2021.

Folkhälsomyndigheten (1), ”Faktorer som påverkar den psykiska hälsan hos barn och unga”, 2022.

Folkhälsomyndigheten (2), ”Hur hänger olika skolfaktorer samman med ungdomars hälsa och välbefinnande i Sverige?”, Analyser på data från Skolbarns hälsovanor, 2022.

Folkhälsomyndigheten (3), E-Källa: Återrapportering av befolkningsstudie om spel. Folkhälsomyndighetens återrapportering av regeringsuppdrag under 2022 (folkalsomyndigheten.se). 2022.

Plenty, S. M., Brodin Låftman, S., & Magnusson, C., ”Internalising and externalising problems during adolescence and the subsequent likelihood of being Not in Employment, Education or Training (NEET) among males and females: The mediating role of school performance, Stockholms Universitet, Institutionen för folkhälsovetenskap, 2021.

Nordenmark, L. & Hyllander, K med underlag från Bo Helsing, kurator och doktorand i psykologi, och Lena Berg, kurator och fil. dr. i sociologi, ”Maskulinitet och psykisk hälsa”, Sveriges Kommuner och Landsting, 2018.

Ungdomsbarometern, ”Generation Z 2021”, 2021.

Åhlén J, Dal H, Muwonge J, Lundin A, Wicks S. Psykisk ohälsa i Stockholms län – nuläge och förslag. Rapport 2022:13. Stockholm: Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin, Region Stockholm, 2022.