

**§ 12****Stockholmsenkäten 2022**

Ämnesrapport Psykisk ohälsa baserad på  
Stockholmsenkätens resultat 2022

2022/21

**Beslut**

1. Socialnämnden godkänner rapporten och att den överlämnas för kännedom till stadsdelsnämnderna och utbildningsnämnden.

**Sammanfattning av ärendet**

Rapportens sambandsanalyser visar att det verkar finnas ett tydligt samband mellan psykisk ohälsa och flera undersökta variabler, bland annat visar resultaten att elever som inte trivs i skolan har sämre psykosomatisk hälsa än de som trivs mycket bra. Andra starkt påverkande variabler för psykisk ohälsa är utsatthet för mobbning, ifall föräldrarna anses vara en god förebild samt om förälderns humör påverkar eleven. Det går också att se ett samband mellan psykisk ohälsa och spelproblematik respektive narkotikabruk. Elever som rapporterar problem med spelande mår sämre än de som inte upplever spelrelaterade problem, speciellt intressant är att pojkarnas resultat är sämre än flickornas, som i många andra frågor rapporterar sämre mående än pojkar. Elever som använt narkotika under den senaste månaden rapporterar sämre mående än de som avstått narkotika, och de som mår allra sämst verkar vända sig till främst narkotikaklassade smärtstillande- och sömnmedel. Skillnaderna i resultaten är framför allt mellan pojkar och flickor, och inte mellan årskurser eller stadsdelsområde.

Förvaltningen föreslår att socialnämnden godkänner rapporten och att den överlämnas för kännedom till stadsdelsnämnderna och utbildningsnämnden.

**Handlingar i ärendet**

- 2022/21-5 Tjänsteutlåtande - Stockholmsenkäten 2022  
Ämnesrapport Psykisk ohälsa
- 2022/21-5.1 Bilaga - Stockholmsenkäten 2022  
Ämnesrapport Psykisk ohälsa

## **Signerat av**

Detta dokument har signerats digitalt av följande personer

<b>Namn</b>	<b>Datum</b>
Jan Oskar, Jönsson	2023-06-14
Johan Alexander Emanuel, Ojanne	2023-06-16
Carl Magnus, Hillborg	2023-06-14

**Handläggare**  
Helena Robertsson  
Telefon: 08-50825232

**Till**  
Socialnämnden  
2023-06-13

## Stockholmsenkäten 2022

Ämnesrapport Psykisk ohälsa baserad på  
Stockholmsenkätens resultat 2022

### Förvaltningens förslag till beslut

1. Socialnämnden godkänner rapporten och att den överlämnas för kännedom till stadsdelsnämnderna och utbildningsnämnden.

### Sammanfattning

Rapportens sambandsanalyser visar att det verkar finnas ett tydligt samband mellan psykisk ohälsa och flera undersökta variabler, bland annat visar resultaten att elever som inte trivs i skolan har sämre psykosomatisk hälsa än de som trivs mycket bra. Andra starkt påverkande variabler för psykisk ohälsa är utsatthet för mobbning, ifall föräldrarna anses vara en god förebild samt om föräldrarnas humör påverkar eleven. Det går också att se ett samband mellan psykisk ohälsa och spelproblematik respektive narkotikabruk. Elever som rapporterar problem med spelande mår sämre än de som inte upplever spelrelaterade problem, speciellt intressant är att pojkarnas resultat är sämre än flickornas, som i många andra frågor rapporterar sämre mående än pojkar. Elever som använt narkotika under den senaste månaden rapporterar sämre mående än de som avstått narkotika, och de som mår allra sämst verkar vända sig till främst narkotikaklassade smärtstillande- och sömnmedel. Skillnaderna i resultaten är framför allt mellan pojkar och flickor, och inte mellan årskurser eller stadsdelsområde.

Förvaltningen föreslår att socialnämnden godkänner rapporten och att den överlämnas för kännedom till stadsdelsnämnderna och utbildningsnämnden.

### Bakgrund

Levnadsvaneundersökningen Stockholmsenkäten har i olika former genomförts sedan 1970-talet och socialförvaltningen har i dagsläget tillgång till flera tidsserier från 1998. Datainsamling sker under vårterminen vartannat år och ska ligga till grund för stadens

förebyggande arbete med unga, samt fungera som verktyg för praktisk forskning och kunskapsutveckling.

Målgruppen för undersökningen är elever i grundskolans åk 9 och i gymnasiet år 2. I samband med mätningar publiceras Stockholmsenkätens resultat först på stadsövergripande nivå och därefter på stadsdelområdesnivå. Efter varje genomförande av enkäten avrapporteras fördjupade sammanfattningar av resultat i olika ämnesrapporter, tidigare skrevs årsrapporter.

### **Ärendet**

I ämnesrapporten Psykisk ohälsa som baseras på Stockholmsenkätens resultat 2022 beskrivs elevernas mående på flera analysnivåer. Dels följs frågornas utveckling på stadsövergripande- och stadsdelområdesnivå över tid (år 2004 till 2022), dels följs skillnader mellan flickor och pojkar samt mellan elever på grundskolan och i gymnasiet.

Förutom beskrivande statistik ingår även sambandsanalyser av psykisk ohälsa genom analyser av indexet god psykosomatisk hälsa samt andelen *elever som känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför* gentemot frågor inom ANTS, framtid, skola, mobbning, covid-19-pandemin, fritid samt föräldrar.

Sedan frågeblocket om psykisk (o)hälsa introducerades i 2004 års undersökning har flickor kontinuerligt rapporterat ett sämre psykiskt och psykosomatiskt mående, jämfört med pojkar. Även om pojkars mående verkar försämrats något över tid, är det framför allt flickors psykiska ohälsa som försämrats över tid.

### **Ärendets beredning**

Ärendet har beretts inom avdelningen för stadsövergripande sociala frågor. Förvaltningsgruppen har behandlat ärendet den 7 juni 2023. Funktionshinderrådet har haft möjlighet att behandla ärendet den 8 juni 2023.

### **Jämställdhetsperspektiv**

I majoriteten av presentationerna av Stockholmsenkätens resultat redovisas könsuppdelad statistik. Inom ämnet psykisk ohälsa finns tydliga skillnader i flickors och pojkars mående. Under flera mätår syns att flickor mår sämre än pojkar. Inom självrapporteringsstudier finns alltid risk för så kallad över- eller undertäckning vilket är viktigt att tänka på vid tolkning av resultaten. Bland annat verkar det finnas skillnader i normer mellan flickor och pojkar när det gäller hur man ger uttryck för eller söker vård för psykisk ohälsa<sup>1</sup>

### **Förvaltningens synpunkter och förslag**

Förvaltningen föreslår att socialnämnden godkänner rapporten och att den överlämnas för kännedom till stadsdelsnämnderna och utbildningsnämnden.

Veronica Wolgast Carstorp  
Socialdirektör  
Socialförvaltningen

Lina Blombergsson  
Avdelningschef  
Socialförvaltningen

### **Bilaga**

1. Stockholmsenkäten 2022 – Ämnesrapport Psykisk ohälsa.

## **Attesterat av**

Detta dokument har godkänts digitalt av följande personer:

<b>Namn</b>	<b>Datum</b>
Veronica Wolgast Carstorp, Socialdirektör	2023-06-01
Lina Blombergsson, Avdelningschef	2023-06-01

# Ämnesrapport psykisk ohälsa

Stockholmsenkäten 2022

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, relation 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>

1 Ählén, J. m fl., 2022.

2 Folkhälsomyndigheten (1), 2022.

3 Ibid.

4 Nordenmark, L., m fl., 2019.

5 Ählén, 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 fler än var tredje pojke som mår dåligt också spelproblematik.



# Innehåll

<b>Inledning</b>	<b>3</b>
<b>Metod</b>	<b>6</b>
<b>Resultat</b>	<b>8</b>
<b>Sambandsanalyser och tolkning av resultat</b>	<b>18</b>
Hur kan resultaten tolkas?	18
<b>Sambandsanalyser</b>	<b>19</b>
Framtidstro och psykisk ohälsa	19
Pojkar trivs bättre i skolan än flickor	21
Skolfrånvaro kan vara förenat med psykisk ohälsa	22
Mobbning och utsatthet	23
Föräldramiljön	26
Narkotika, spelmissbruk och psykisk ohälsa	28
Covid-19-pandemin och psykisk ohälsa	34
<b>Sammanfattning</b>	<b>35</b>
<b>Vidare läsning</b>	<b>36</b>
<b>Tabeller för vidare läsning</b>	<b>37</b>
<b>Källförteckning</b>	<b>43</b>





# 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 gymnasiet 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 iaktas, 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 sammanlagd procentenhet för alternativen ”mycket ofta” och ”ganska ofta”.

## **Frågans svarsalternativ:**

- Väldigt 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, 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 riskbetedenden som har koppling till psykisk ohälsa. Dessa olika exempel kan bidra till en eventuell underläggning 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.

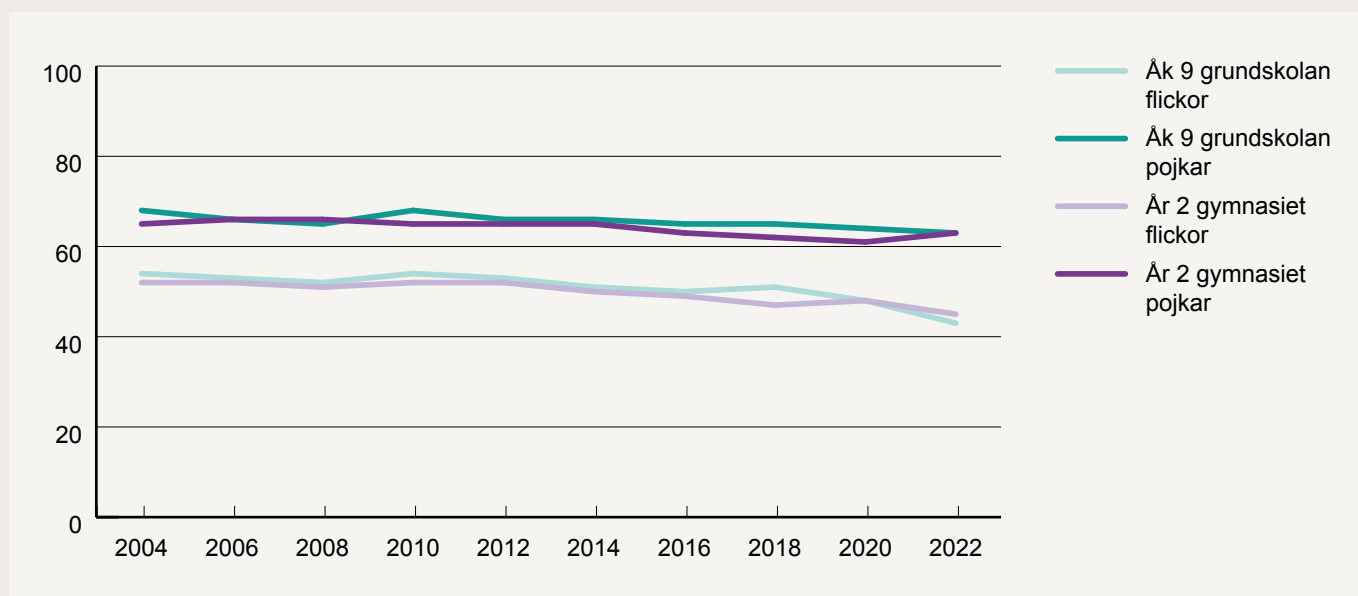
## Flickor mår sämre än pojkar

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 gymnasiet år 2 generellt haft den lägsta, med enstaka undantag. Det finns en svag trend över senare tid med försämrad psykosomatisk hälsa för både gymnasiet 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>

<sup>6</sup> Se avsnitt ”Tabeller för vidare läsning”.

**Diagram 1** Index för God psykosomatisk hälsa (indexenheter 0–100), 2004–2022, uppdelat på årskurs och kön.



**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 grundskolepojknas 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>

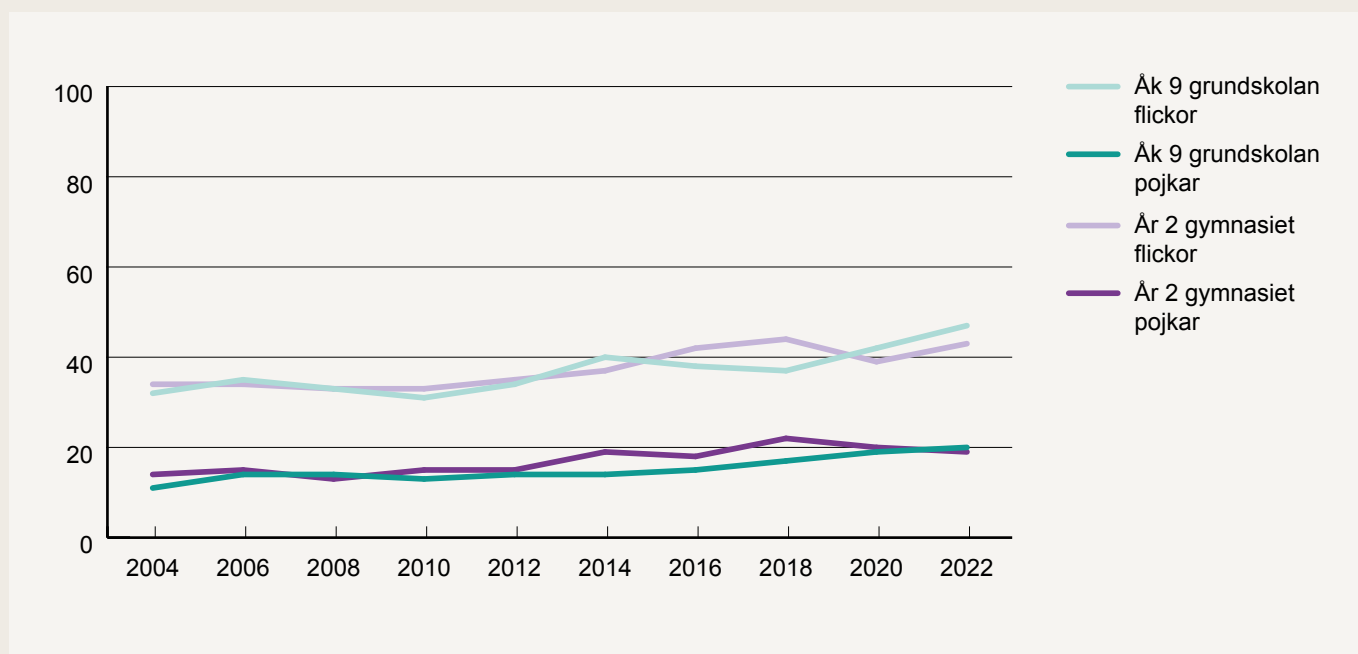
<sup>7</sup> Se avsnitt ”Tabeller för vidare läsning”.

Bland flickor i gymnasiet 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 gymnasiet 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.

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, medan motsvarande är nästan varannan bland flickorna – oavsett årskurs.

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



### 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 grundskolepojkar 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 stadsdelsområdens utveckling är mer markant än andras.

Samtantaget 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.

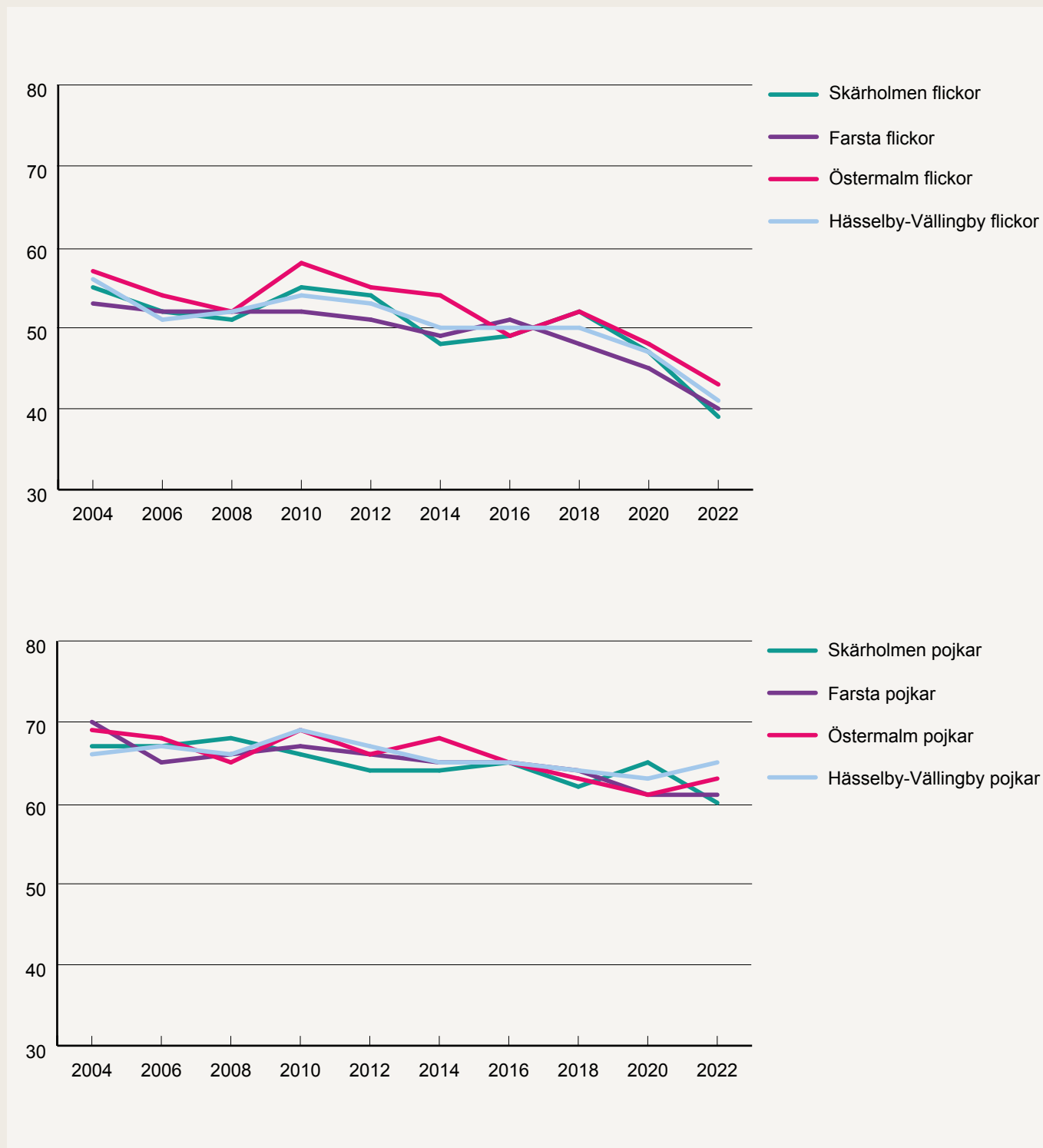
Samma tydliga könsskillnad kan konstateras i gymnasiets år 2, med pojkar på högre nivåer än flickor oavsett mätningstillfälle. I stort sett i samtliga stadsdelsområden syns bland flickor en något nedåtgående trend i psykosomatisk hälsa. Skillnaderna mellan stadsdelsområden i gymnasiets år 2 är dock inte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

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

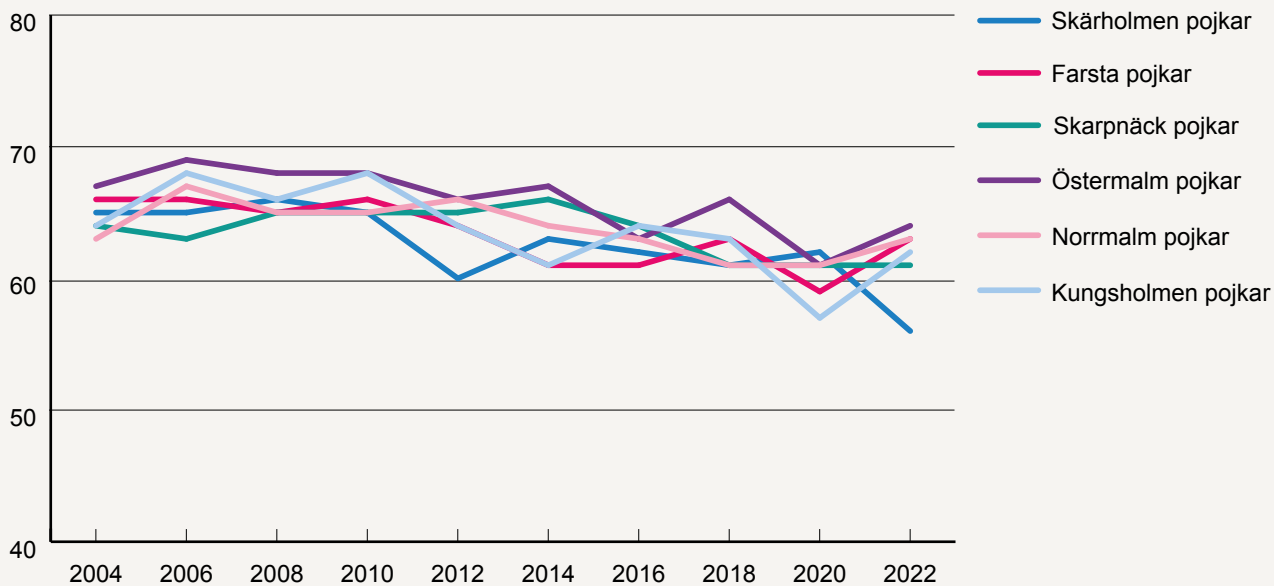
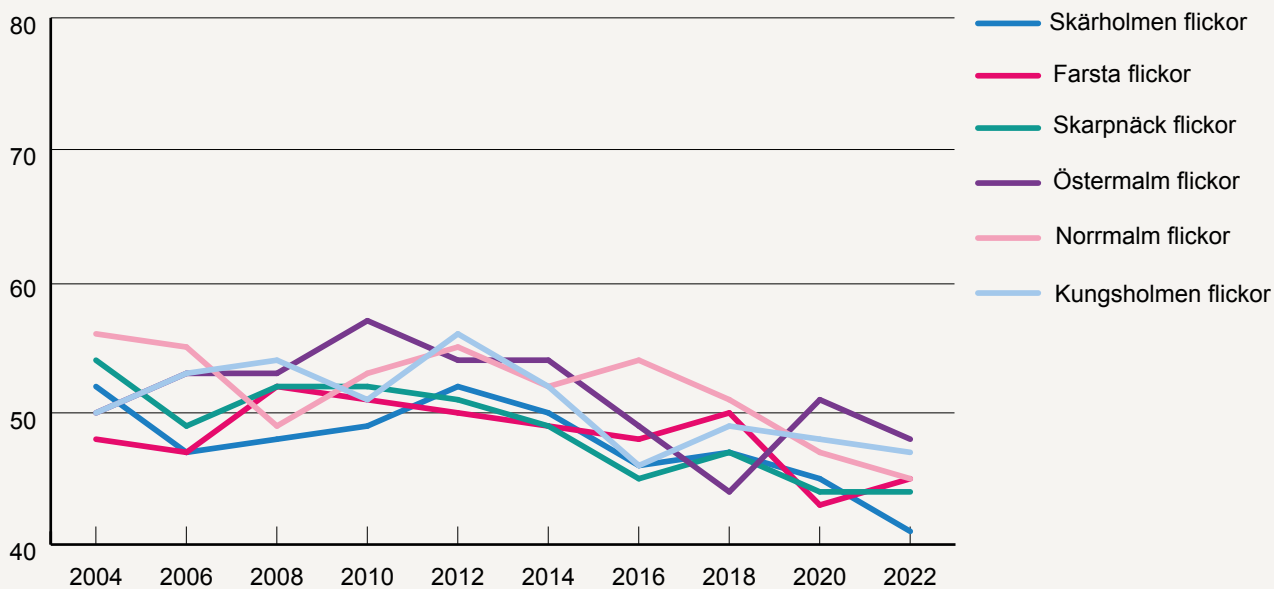
<sup>9</sup> Se tabeller i stycket ”Tabeller för vidare läsning”.



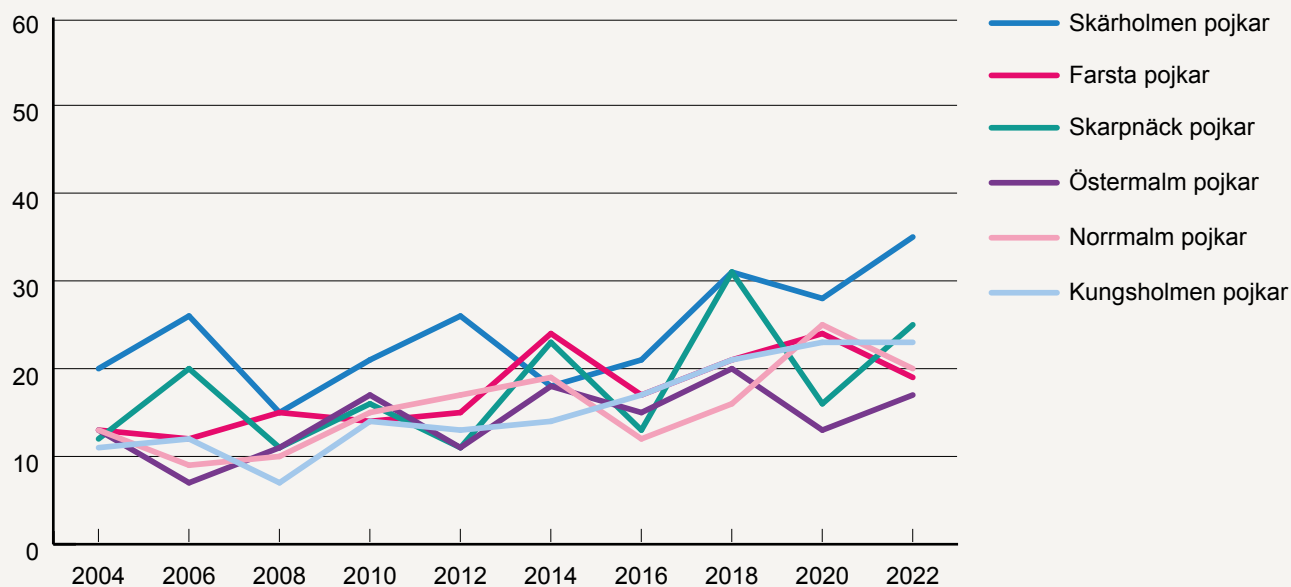
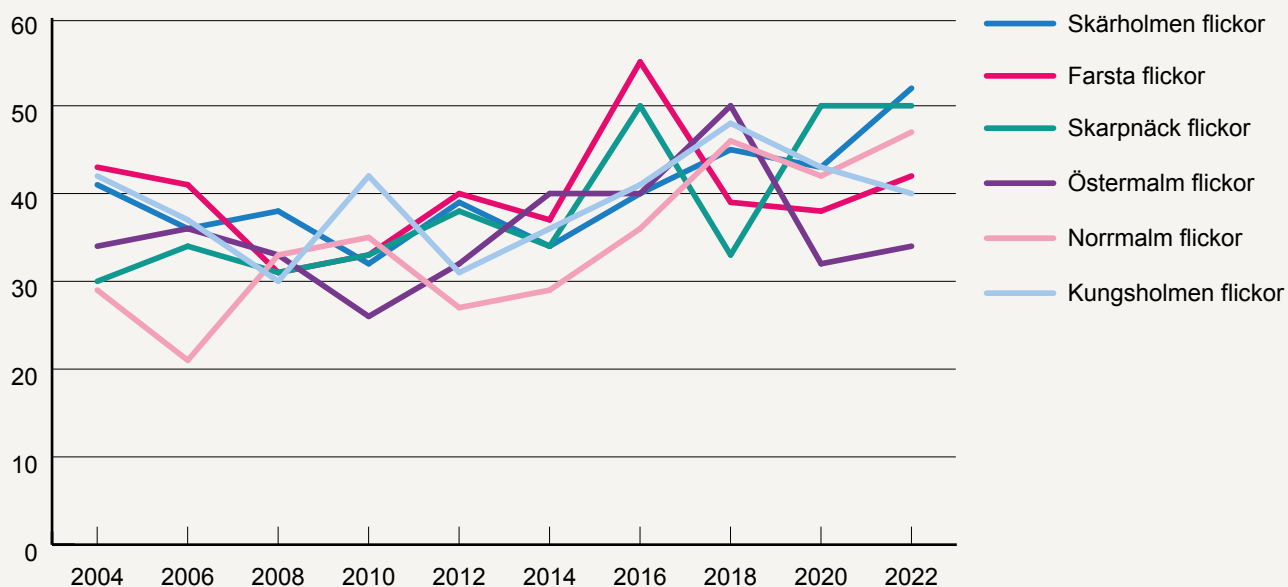
**Diagram 3** Index för God psykosomatisk hälsa (indexenheter 0–100) för grundskolans årskurs 9, urval av stadsdelsområden, 2004–2022, uppdelat på kön. Observera y-axeln: 30–80 indexenheter.



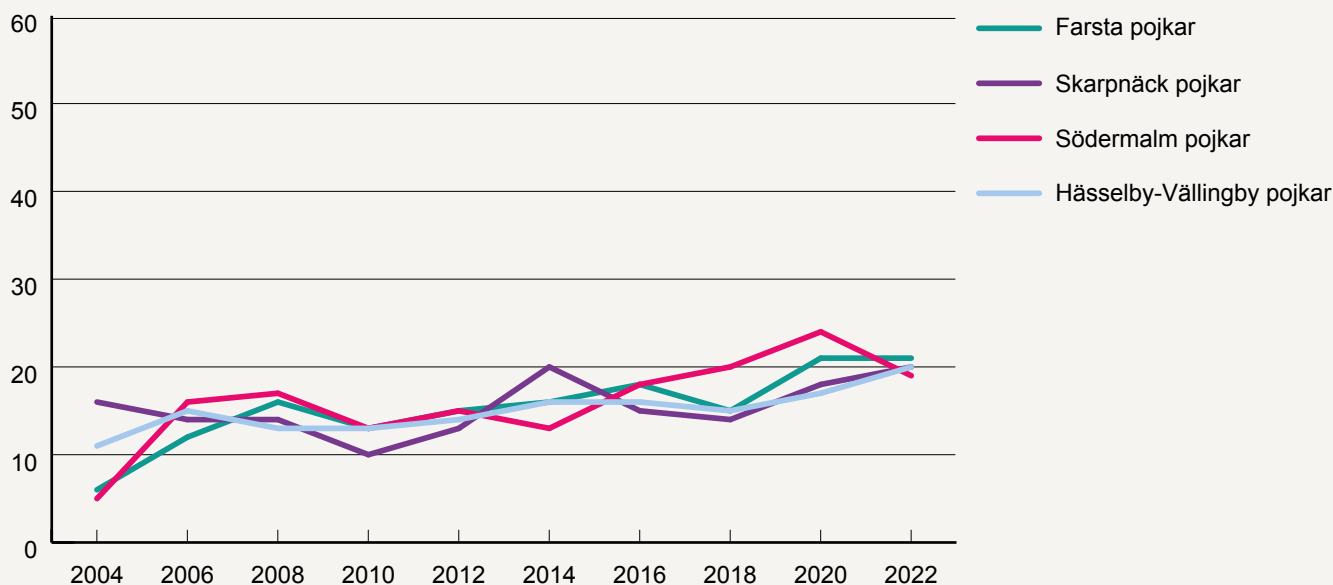
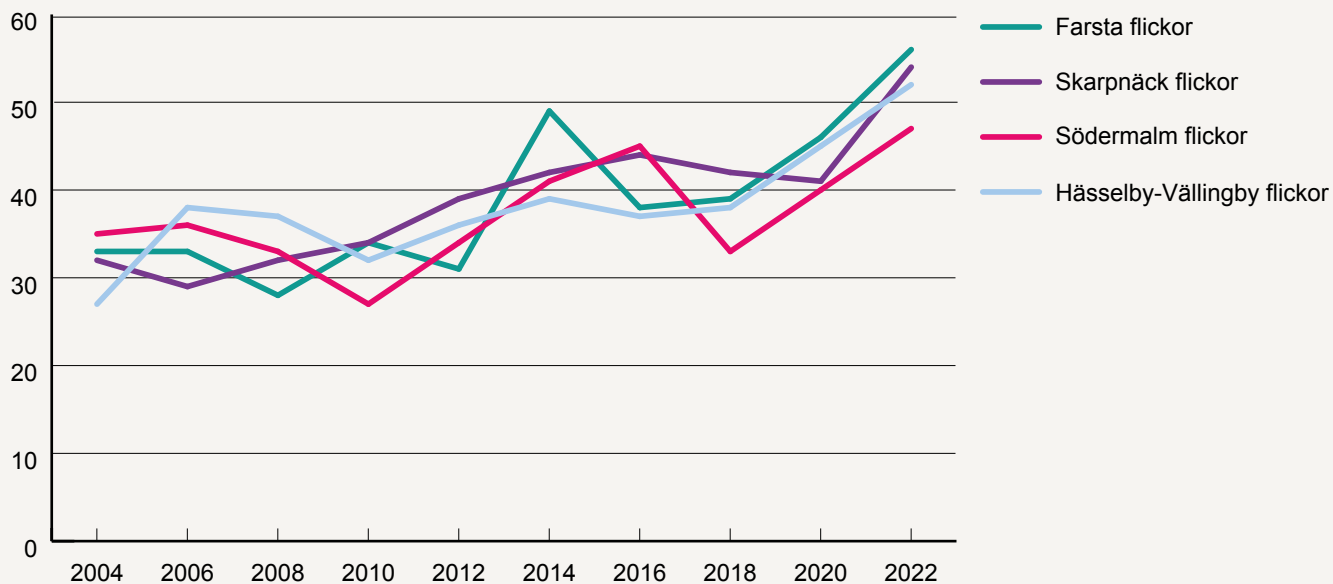
**Diagram 4** Index för God psykosomatisk hälsa (indexenheter 0–100) för gymnasiet år 2, urval av stadsdelsområden, 2004–2022, uppdelat på kön. Observera y-axeln: 40–80 indexenheter.



**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. Observera y-axeln: 0–60.



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



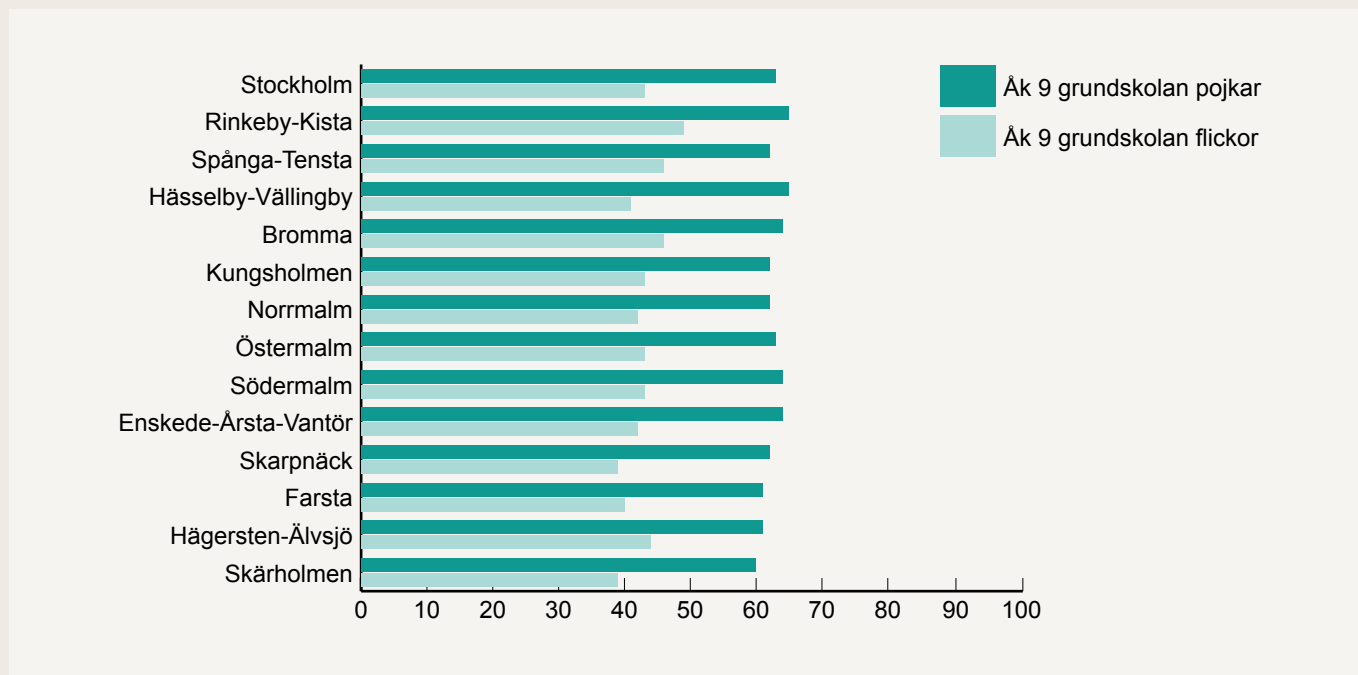
### Grundskoleflickorna mår sämst i Stockholms stad

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.

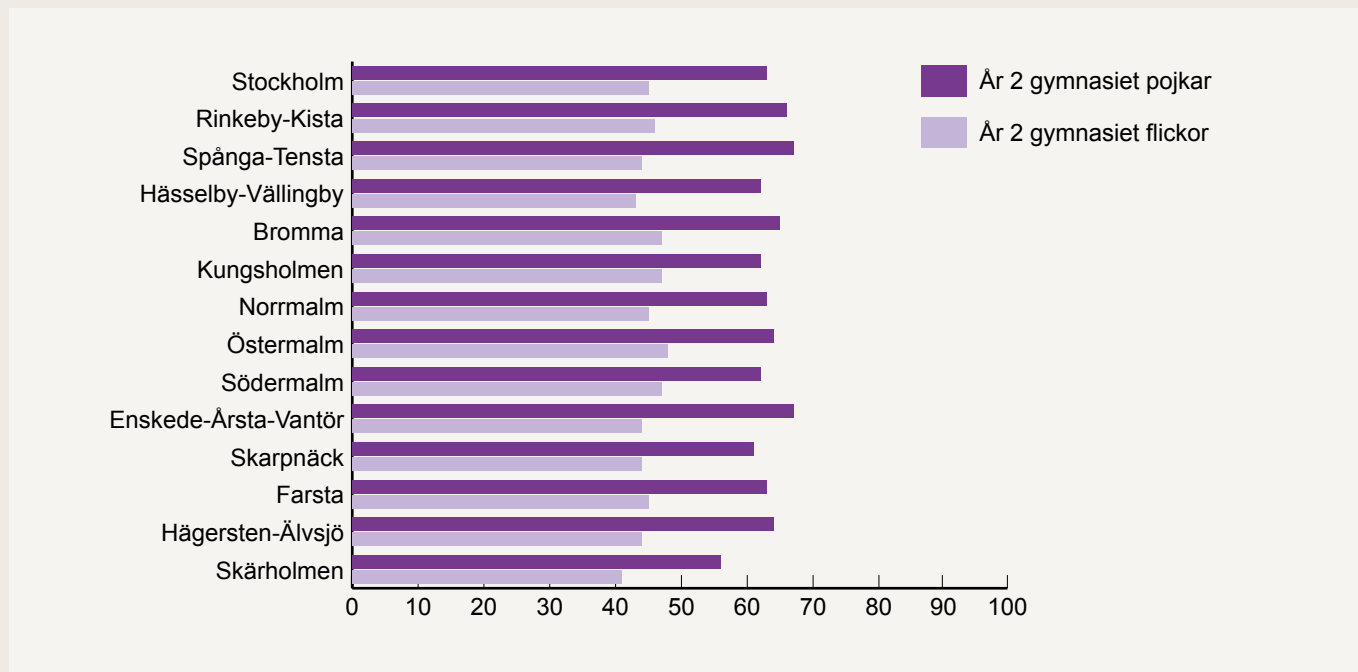
De skillnader som är tydliga inom resultaten är framför allt mellan pojkar och flickor, inte mellan stadsdelsområden. Stockholms stads genomsnitt bland pojkar är 63 indexenheter i båda årskurser. Bland flickor är stadens genomsnitt 43 indexenheter i grundskolans årskurs 9, respektive 45 index-

enheter i gymnasiet år 2. Lägst grad av psykosomatisk hälsa, det vill säga uppger 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 (indexenheter 0–100), för grundskolans årskurs 9, 2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön (indexenheter 0–100).



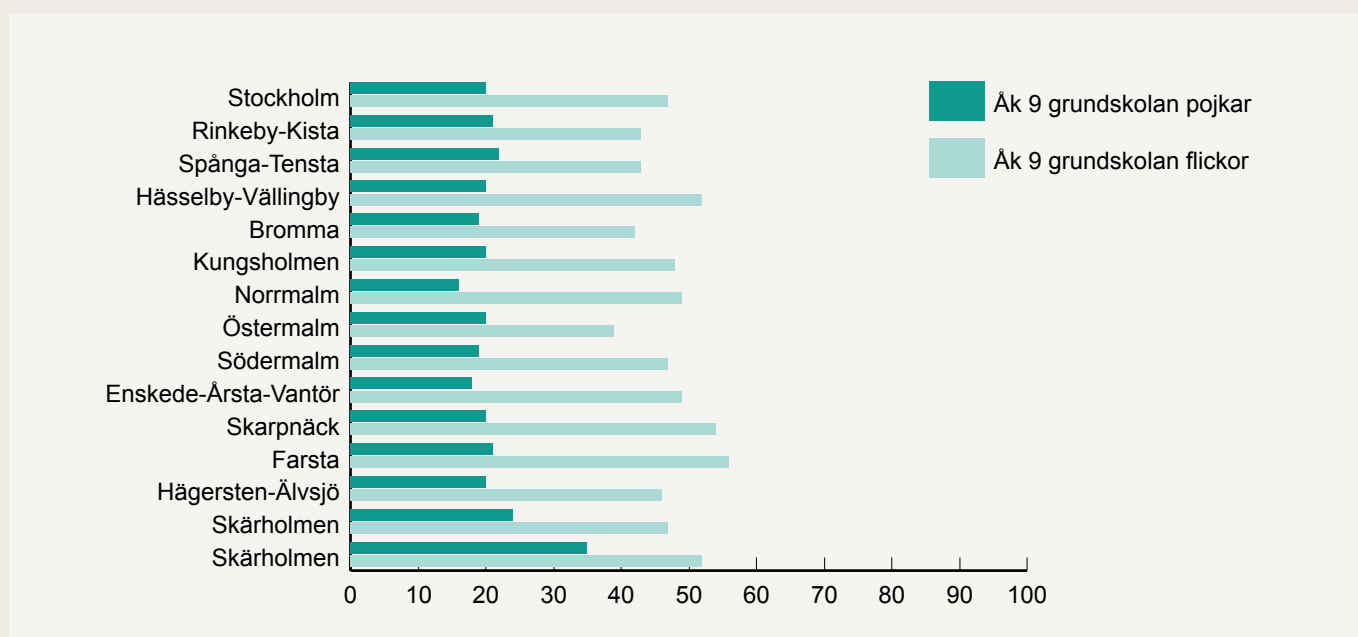
**Diagram 8** Index för God psykosomatisk hälsa för gymnasiet år 2, 2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön (indexenheter 0–100).



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).

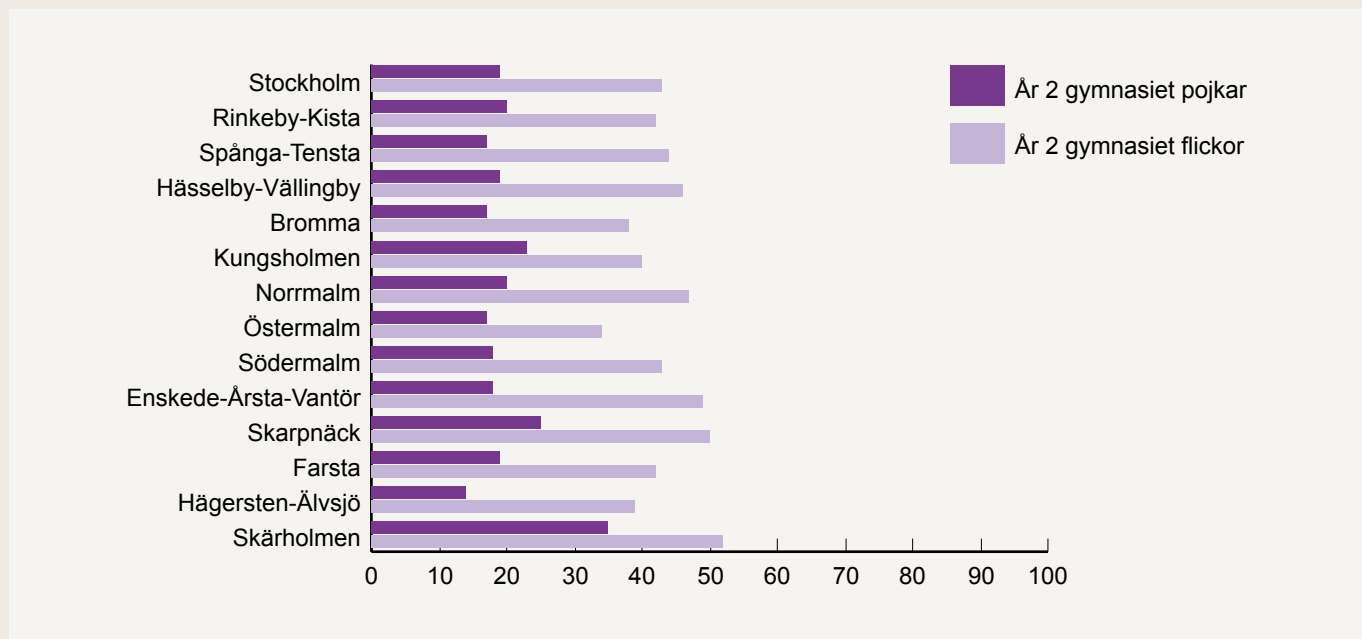
De bästa resultaten syns bland gymnasiepojkarna i Hägersten-Älvsjö (14 procent) följt av grundskolepojkarna i Norrmalm (16 procent). Övriga pojkar i staden ligger på ungefär samma nivå, men en grupp som sticker ut är gymnasiepojkarna i Skärholmen, där fler än var tredje pojke i gymnasiet år 2 uppger 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 grundskolans åk 9, uppdelat på stadsdelsområde och kön.





**Diagram 10** Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, 2022, för gymnasiets 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 korsas. 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, påverkan av covid-19-pandemin samt alkohol, narkotika, tobaks- och nikotinprodukter samt spel om pengar. 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. 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>10</sup> Därför undersöks ifall den upplevelsen kan påverka hälsan.

<sup>10</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							
Tycker du det är viktigt vad du kommer jobba med när du blir stor eller spelar det ingen roll?	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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 år 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.

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 år 9 har de flickor som svarat mycket sämre framtidsutsikter indexvärde 33 för psykosomatisk hälsa medan de som svarar mycket bättre har indexvärde 44. I gymnasiet år 2 har de flickor som svarat mycket sämre framtidsutsikter indexvärde 34 medan de som svarar mycket bättre har indexvärde 48.

**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							
Om du jämför dina framtidsutsikter med de flesta andras i din ålder, tror du då att dina är sämre, lika bra eller bättre?	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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

## 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>11</sup> Kränkande behandling, diskriminering och trakasserier<sup>12</sup> ökar också risken för inåtvända psykiska problem.

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.

<sup>11</sup> Folkhälsomyndigheten (2), 2022.

<sup>12</sup> I enkätformuläret och i föreliggande rapport används ordet mobbing, inom skolan används dock ”kränkande behandling, diskriminering och trakasserier”.

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>13</sup> Även i denna rapport kan alltså skolan i sig klassas som en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa.

<sup>13</sup> Folkhälsomyndigheten, (2), 2022.

**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							
Jag trivs bra i skolan	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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

## 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 år 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 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.

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.

**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							
Har du skolkat en hel dag från skolan det här läsåret?	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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

## Mobbning och utsatthet

Den psykiska ohälsan är omfattande bland unga som utsätts för mobbning, nättrakasserier och fysiskt våld.<sup>14</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>15</sup>

På frågan ”Har du känt dig mobbad eller trakasserad i skolan det här läsåret?” svarade 18 procent totalt av eleverna i grundskolans åk 9 att de utsatts för mobbning. Flickor anger i högre grad att de utsatts 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 utsatts för mobbning än pojkar, 13 procent jämfört med 7 procent.

<sup>14</sup> Fridh, M. 2018.

<sup>15</sup> Plenty, S. mfl, 2021.

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.

**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							
Har du känt dig mobbad eller trakasserad i skolan det här läsåret?	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
Nej	56	56	46	65	55	47	64
Ja	45	41	35	52	42	36	52

### 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 gymnasiet 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 psykosomatisk hälsa							
Har du varit med om att mobba eller trakassera andra elever på skolan det här läsåret?	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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 årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
Har ej (blivit mobbad och har mobbat)	56	56	46	65	56	47	65
Har (blivit mobbad och har 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							
Har du blivit mobbad eller trakasserad via sociala medier, internet eller SMS/MMS det här läsåret?	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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>16</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.



<sup>16</sup> Folkhälsomyndigheten (1), 2022.

**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							
Det humör de är på bestämmer hur de är mot mig (föräldrar)	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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 psykosomatisk hälsa							
Mina föräldrar/ vårdnadshavare är en förebild för mig	ALLA	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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

## Narkotika, spelmissbruk och psykisk ohälsa

Sedan 1998 års mätning får Stockholms stads elever besvara frågor om sina eventuella erfarenheter av alkohol, narkotika, tobaks- och nikotinprodukter samt spel om pengar. 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>17</sup> Resultatet bekräftar 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.

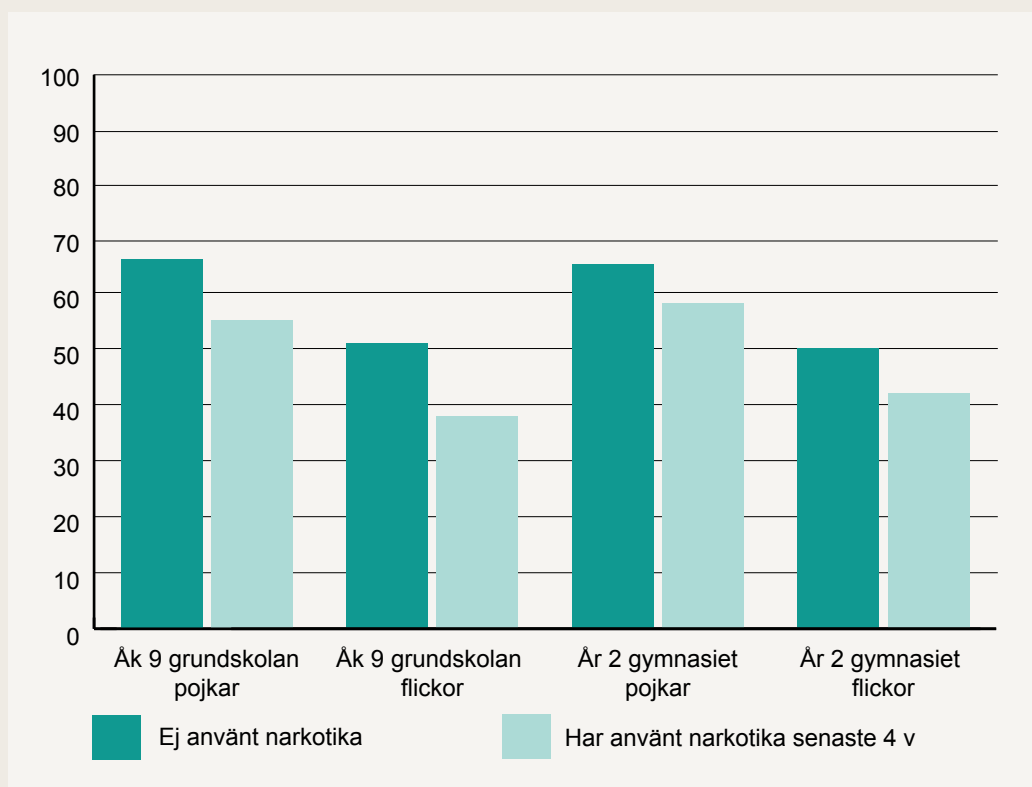
<sup>17</sup> Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, 2021.

Vid en korskörning av data från mätningarna 2004-2022 med psykosomatisk hälsa mot narkotika-användning 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.

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.

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

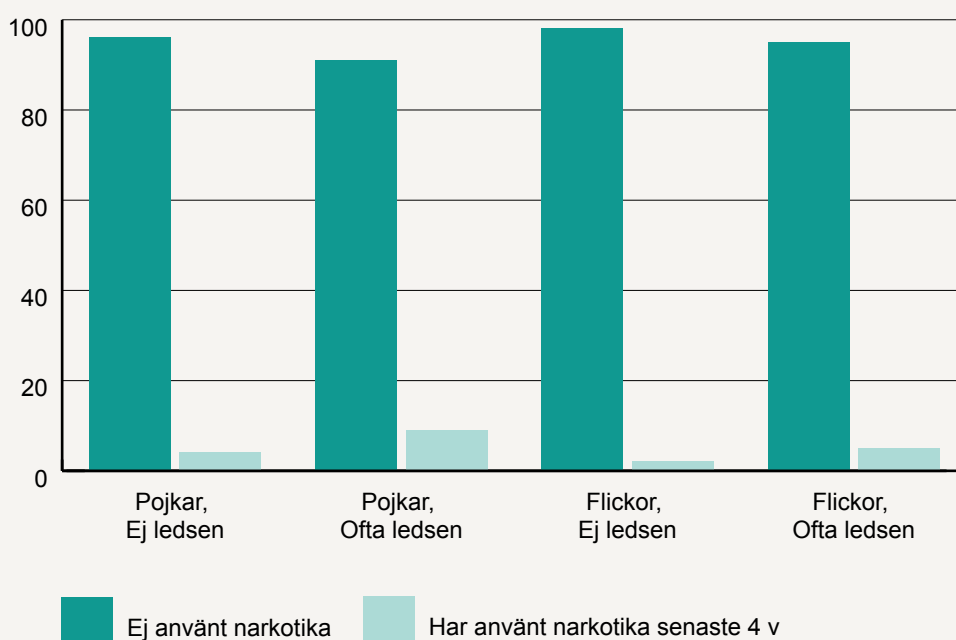


### Gymnasiepojkar som är ledsna och deppiga använder narkotika i högre utsträckning

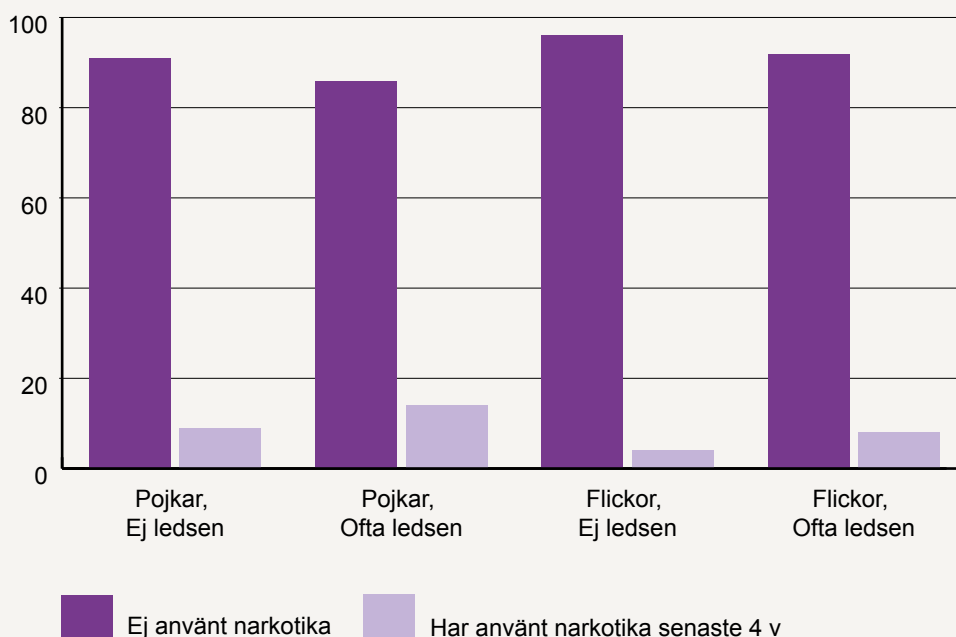
Vid andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, syns en liknande tendens. Majoriteten av eleverna har inte använt narkotika, oavsett om de uppger psykisk ohälsa eller inte. Den grupp som verkar sticka ut något är pojkarna i år 2 på gymnasiet som ofta är ledsna eller deppiga. 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 och narkotikaanvändning, grundskolans årskurs 9, sammanslagning av mätningarna 2004–2022, uppdelat efter kön.



**Diagram 13** Samband mellan Andelen elever som känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför och narkotikaanvändning, gymnasiets år 2, sammanslagning av mätningarna 2004–2022, uppdelat efter kön.



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>18</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 (indexvärde 47).<sup>19</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>20</sup>

18 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 opiodtyp (t.ex. Tramadol, Citodon, Oxycodone), Kat, Vet inte.

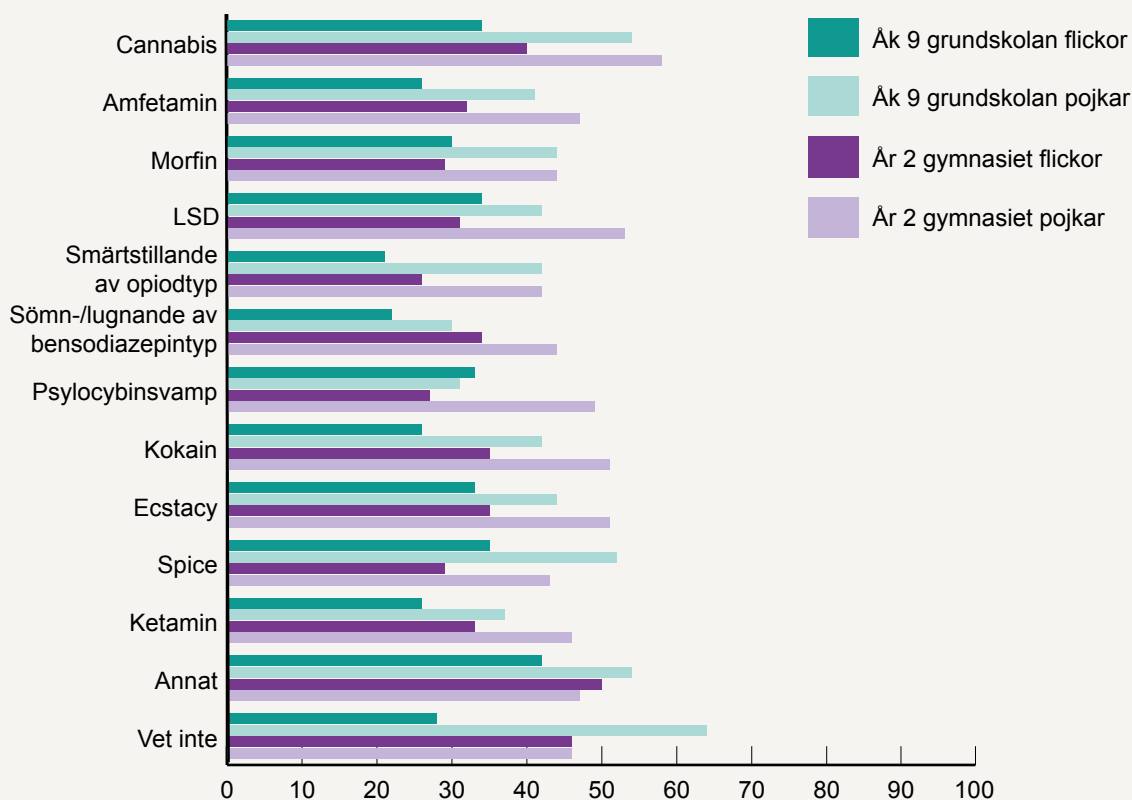
19 I denna rapport ingår frågan om vilka preparat eleven använt, ingen hänsyn tas till antal gånger. Det finns möjlighet till högre respektive lägre indexvärden bland gruppen elever som testat någon gång jämfört elever som testat mer än 20 gånger.

20 Se avsnitt ”Tabeller för vidare läsning”.

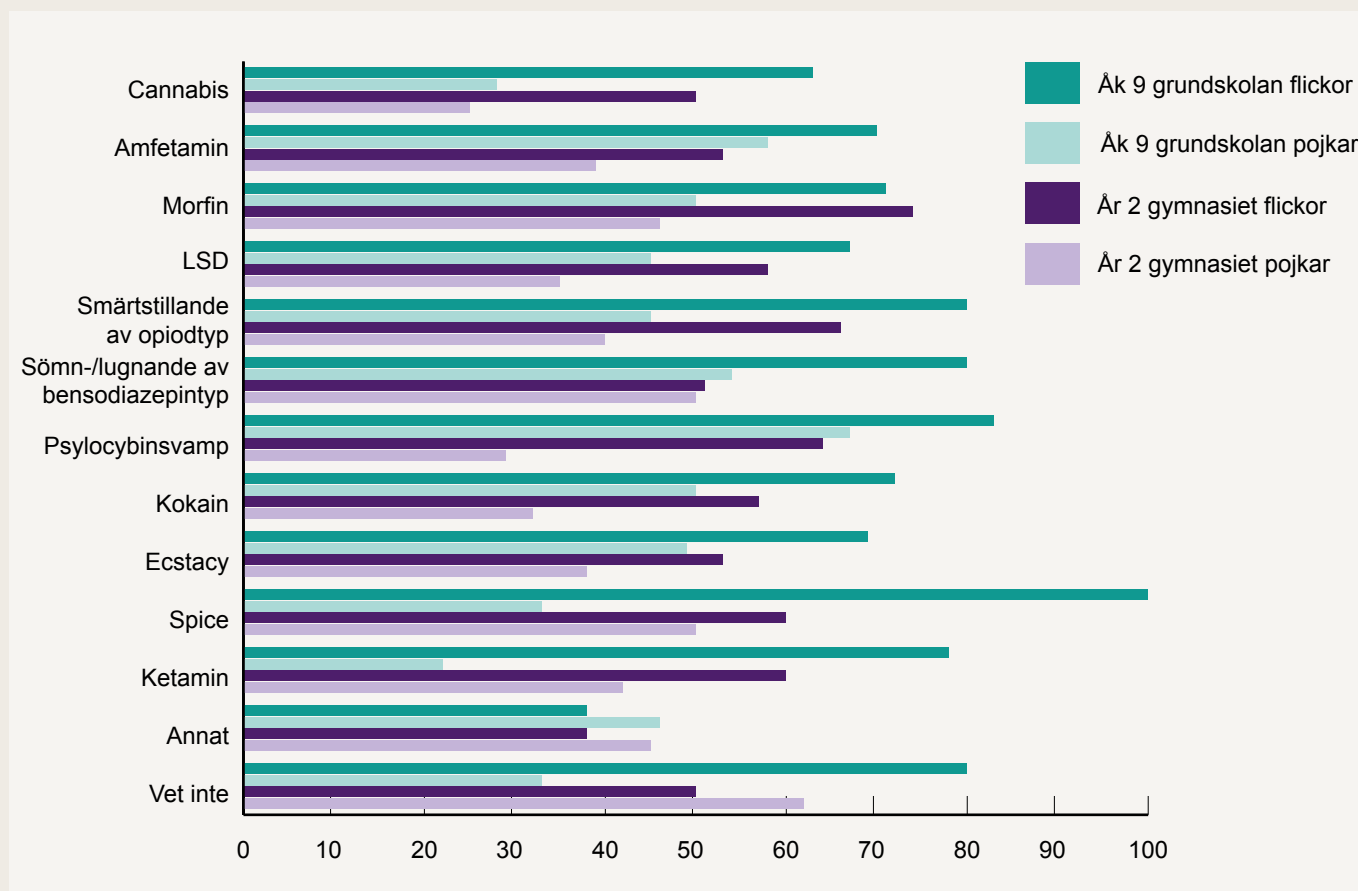
Vid en jämförelse av grad av psykosomatisk hälsa mellan elever som använt cannabis respektive sömn-/lugnande medel kan en genomsnittlig skillnad på 14 indexenheter konstateras, det vill säga elever som använder sömnmedel och lugnande mår i genomsnitt 14 indexenheter sämre än elever som ”endast” använder cannabis.<sup>21</sup>

21 Observera att all analys i detta kapitel utgår ifrån självrapporterad användning av narkotika utan läkares ordination/recept.

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



**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), 2022, uppdelat på kön och årskurs.



Bland eleverna som uppger att de ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför är det vanligast att använda spice, psylocybinsvamp, 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>22</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>23</sup>.

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.

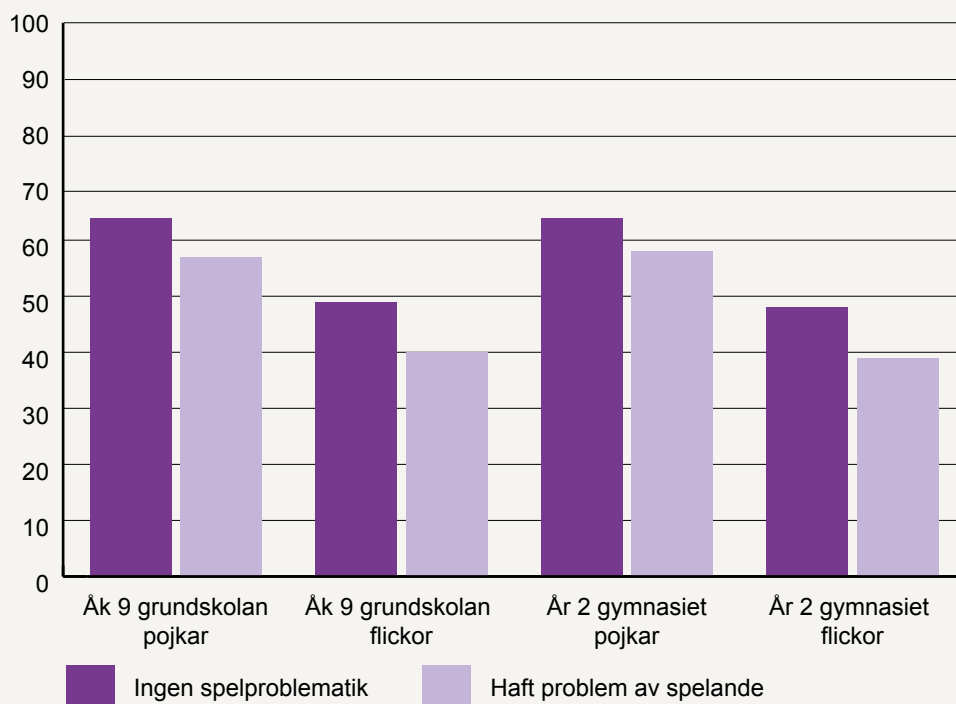
I samtliga grupper syns en något lägre psykosomatisk hälsa bland de som upplevt spelproblematik jämfört med de som inte gjort det. Den tydligaste skillnaden i psykosomatisk hälsa mellan gruppen som har, respektive inte har, upplevt spelproblematik framkommer bland flickor: nio indexenheter sämre i årskurs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

<sup>23</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 och irriterad om du inte kunnat spela? 75c) Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna: ljugit om hur mycket du spelat?

<sup>22</sup> Folkhälsomyndigheten (3), 2022.

**Diagram 16** Samband mellan index för God psykosomatisk hälsa och spelproblematik (indexenheter 0–100), sammanslagning av mätningarna 2004–2022, uppdelat på årskurs och kön.



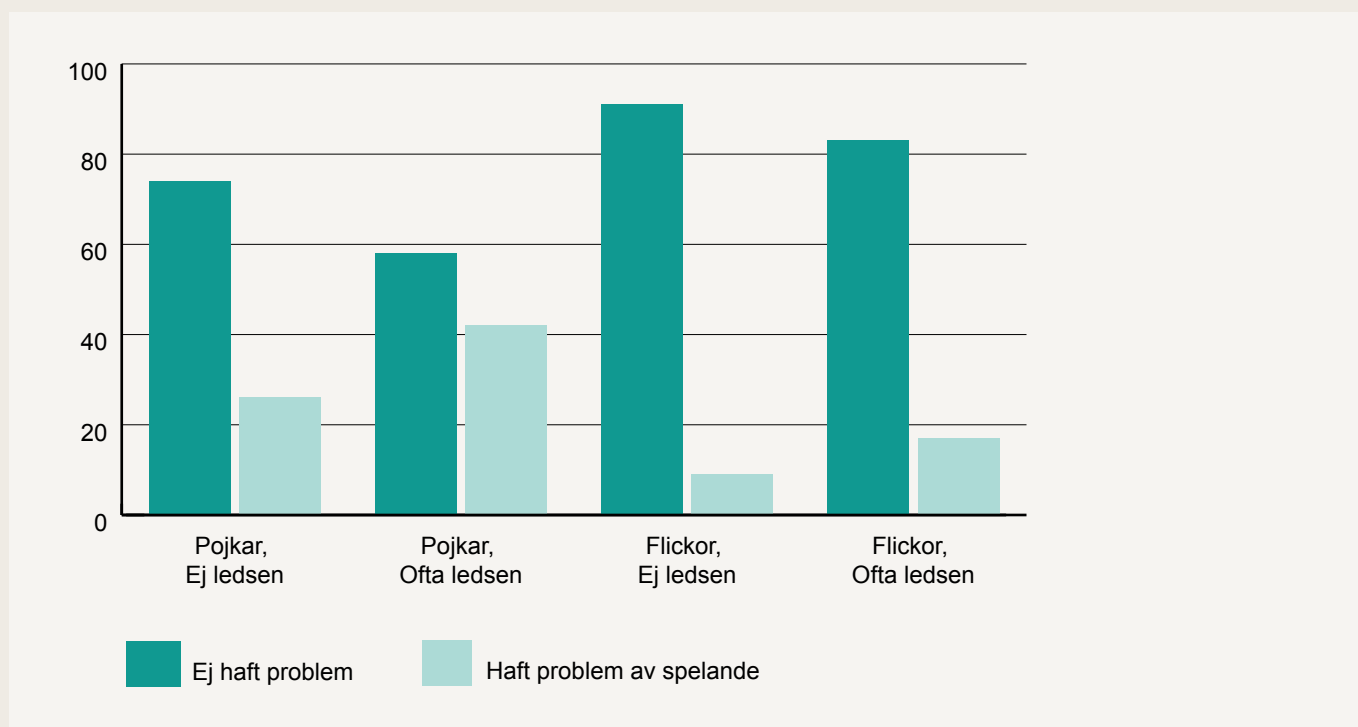
Även frågan ”Känner mig ofta ledsen och deppig utan att veta varför” visar ett visst samband med spelproblematik. Det syns en tydligt högre andel som har upplevt spelproblematik bland elever som ofta känner sig ledsna och deppiga, jämfört med gruppen som inte gör det.

Till skillnad från analysen om psykosomatisk hälsa, verkar särskilt pojkarna lida av sitt spelande. I båda årskurserna upplever fler 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.

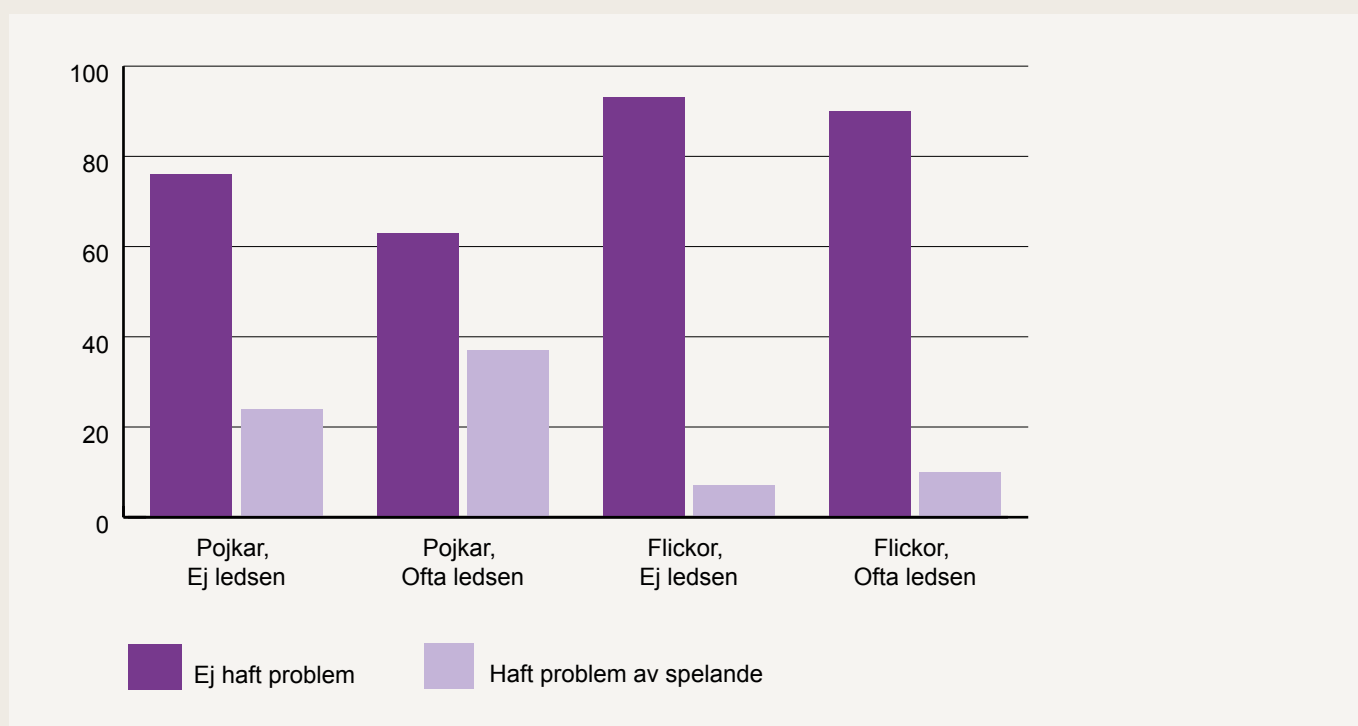
Psykiska besvär kan både vara en riskfaktor och en konsekvens av spelproblem. Det visar Swelogs rapport från en omfattande studie gjord 2008-2018 kring sambandet mellan spel om pengar och hälsa<sup>24</sup>. Rapporten visar att psykiska besvär var vanligare bland personer som hade någon grad av spelproblem, och att de även utgjorde en riskfaktor för att utveckla spelproblem.

<sup>24</sup> Folkhälsomyndigheten, 2021.

**Diagram 17** Samband mellan Andel elever som ofta känner sig ledsna och deppiga och spelproblematik (bland elever som har spelat), grundskolans åk 9, sammanslagning av mätningarna 2004–2022, uppdelat på kön.



**Diagram 18** Samband mellan Andel elever som ofta känner sig ledsna och deppiga och spelproblematik (bland elever som har spelat), gymnasiets år 2, sammanslagning av mätningarna 2004–2022, uppdelat efter kön.





## 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 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”.

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 åk 9 att deras psykiska hälsa har påverkats negativt av pandemin, medan motsvarande siffror för pojkarna är 28 respektive 20 procent (tabell 23).

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

INDEX – God psykosomatisk hälsa						
På vilket sätt har ditt liv förändrats efter coronapandemin? Min psykosomatiska hälsa har blivit....	Grundskola årskurs 9 Totalt	Grundskola årskurs 9 Flickor	Grundskola årskurs 9 Pojkar	Gymnasiet år 2 Totalt	Gymnasiet år 2 Flickor	Gymnasiet år 2 Pojkar
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>



# 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. Fler 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>25</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.

25 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://socialmedicinsk.tidskrift.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
- 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 (indexenheter 0–100), 2004–2022, grundskolans årskurs 9.

INDEXTAL för psykosomatisk hälsa	Grundskolan årskurs 9									
	2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
God psykisk hälsa										
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 (indexenheter 0–100), 2004–2022, gymnasiet år 2.

INDEXTAL för psykosomatisk hälsa	Gymnasiet år 2									
	2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
God psykisk hälsa										
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, 2004–2022, grundskolans årskurs 9, pojkar.

Känner du dig ledsen och deppig utan att veta varför? (%)	Grundskolan årskurs 9 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, 2004–2022, grundskolans årskurs 9, flickor.

Känner du dig ledsen och deppig utan att veta varför? (%)	Grundskolan årskurs 9 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, 2004–2022, gymnasiet år 2, pojkar.

Känner du dig ledsen och deppig utan att veta varför? (%)	Gymnasiet år 2 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>

**Tabell 6** Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, 2004–2022, gymnasiet år 2, flickor.

Känner du dig ledsen och deppig utan att veta varför? (%)	Gymnasiet år 2 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 grundskolans årskurs 9 (indexenheter 0–100), 2004–2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön.

Index Grad av god psykosomatisk hälsa (mv)											
Årskurs 9		2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
Rinkeby-Kista	Pojke	68	64	63	62	64	65	65	68	64	65
	Flicka	54	52	50	50	53	54	52	53	52	49
Spånga-Tensta	Pojke	68	62	63	67	64	68	64	65	61	62
	Flicka	57	53	52	55	55	48	52	54	49	46
Hässelby-Vällingby	Pojke	66	67	66	69	67	65	65	64	63	65
	Flicka	56	51	52	54	53	50	50	50	47	41
Bromma	Pojke	71	67	66	70	69	66	69	69	66	64
	Flicka	55	54	55	58	55	54	51	53	47	46
Kungsholmen	Pojke	68	67	64	66	71	67	64	61	64	62
	Flicka	50	56	49	54	56	51	57	51	50	43
Norrmalm	Pojke	65	66	63	67	67	69	66	64	64	62
	Flicka	54	55	52	56	55	54	52	52	51	42
Östermalm	Pojke	69	68	65	69	66	68	65	63	61	63
	Flicka	57	54	52	58	55	54	49	52	48	43
Södermalm	Pojke	70	65	66	69	66	65	62	64	62	64
	Flicka	54	53	52	57	53	52	47	52	47	43
Enskede-Årsta-Vantör	Pojke	67	70	66	69	66	68	65	64	64	64
	Flicka	52	51	55	51	51	52	51	48	47	42
Skarpnäck	Pojke	67	66	64	68	67	63	62	67	61	62
	Flicka	52	52	51	55	50	51	51	50	51	39
Farsta	Pojke	70	65	66	67	66	65	65	64	61	61
	Flicka	53	52	52	52	51	49	51	48	45	40
Hägersten-Älvsjö	Pojke	67	67	66	71	68	65	68	64	67	61
	Flicka	52	56	51	52	55	50	50	50	45	44
Skärholmen	Pojke	67	67	68	66	64	64	65	62	65	60
	Flicka	55	52	51	55	54	48	49	52	47	39

**Tabell 8** Index för God psykosomatisk hälsa för gymnasiets år 2 (indexenheter 0–100), 2004–2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön.

Index Grad av god psykosomatisk hälsa (mv)											
Gymnasiets år 2		2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
Rinkeby-Kista	Pojke	63	62	64	60	64	64	64	59	59	66
	Flicka	51	53	51	53	49	48	51	49	47	46
Spånga-Tensta	Pojke	66	64	66	62	66	61	61	64	63	67
	Flicka	50	52	51	52	51	53	50	47	49	44
Hässelby-Vällingby	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
Kungsholmen	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
Östermalm	Pojke	67	69	68	68	66	67	63	66	61	64
	Flicka	50	53	53	57	54	54	49	44	51	48
Södermalm	Pojke	65	67	65	65	65	65	61	60	60	62
	Flicka	53	56	51	51	53	50	49	47	46	47
Enskede-Årsta-Vantör	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-Älvsjö	Pojke	63	66	67	66	67	65	62	64	61	64
	Flicka	53	49	53	50	52	50	49	44	46	44
Skärholmen	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 grundskolans åk 9, 2004–2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön.

Andel ofta ledsen och deppig (%)											
Årskurs 9		2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
Rinkeby-Kista	Pojke	14	17	15	22	18	22	21	16	18	21
	Flicka	36	38	35	35	33	34	34	38	38	43
Spånga-Tensta	Pojke	11	17	21	20	18	11	18	15	25	22
	Flicka	29	36	34	32	34	46	35	31	41	43
Hässelby-Vällingby	Pojke	11	15	13	13	14	16	16	15	17	20
	Flicka	27	38	37	32	36	39	37	38	45	52
Bromma	Pojke	10	12	14	12	12	13	9	12	17	19
	Flicka	25	32	29	26	30	32	31	28	42	43
Kungsholmen	Pojke	14	7	15	17	9	11	16	25	15	20
	Flicka	39	33	34	30	35	41	31	41	44	48
Norrmalm	Pojke	16	11	16	11	14	11	14	16	11	16
	Flicka	33	29	34	26	33	33	36	31	31	49
Östermalm	Pojke	13	11	13	11	9	12	13	15	23	20
	Flicka	30	31	28	20	31	27	34	39	44	39
Södermalm	Pojke	5	16	17	13	15	13	18	20	24	19
	Flicka	35	36	33	27	34	41	45	33	40	47
Enskede-Årsta-Vantör	Pojke	8	11	13	11	12	10	15	20	17	18
	Flicka	36	39	32	37	36	43	42	38	45	49
Skarpnäck	Pojke	16	14	14	10	13	20	15	14	18	20
	Flicka	32	29	32	34	39	42	44	42	41	54
Farsta	Pojke	6	12	16	13	15	16	18	15	21	21
	Flicka	33	33	28	34	31	49	38	39	46	56
Hägersten-Älvsjö	Pojke	13	14	13	10	13	14	11	15	14	20
	Flicka	36	33	31	34	31	44	37	41	42	46
Skärholmen	Pojke	14	15	11	17	16	14	19	19	20	24
	Flicka	35	39	36	35	28	47	42	39	43	47



**Tabell 10** Andelen elever som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför, för gymnasiet år 2, 2004–2022, uppdelat på stadsdelsområde och kön.

Andel ofta ledsen och deppig (%)											
Gymnasiet år 2		2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
Rinkeby-Kista	Pojke	15	19	25	26	14	24	21	26	21	20
	Flicka	33	32	38	28	33	41	38	46	47	42
Spånga-Tensta	Pojke	14	16	14	20	14	24	21	19	19	17
	Flicka	36	32	36	33	35	46	38	32	30	44
Hässelby-Vällingby	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
Kungsholmen	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
Östermalm	Pojke	13	7	11	17	11	18	15	20	13	17
	Flicka	34	36	33	26	32	40	40	50	32	34
Södermalm	Pojke	13	13	14	13	19	19	19	26	22	18
	Flicka	33	30	35	34	38	44	46	49	38	43
Enskede-Årsta-Vantör	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-Älvsjö	Pojke	13	19	13	13	14	17	19	22	21	14
	Flicka	32	39	30	32	36	38	43	53	44	39
Skärholmen	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: Återrapporering av befolkningsstudie om spel. Folkhälsomyndighetens återrapporering av regeringsuppdrag under 2022 (folkalsomyndigheten.se). 2022.

Plenty, S. M., Brolin 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.