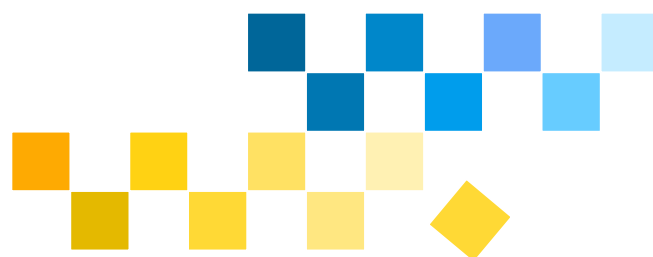


Lilian Zøllner

UNGES (MIS)TRIVSEL



***Center for Selvmordsforskning
2002***

Unge (mis)trivsel

© Forfatteren og Center for Selvmordsforskning
Odense, 2002

Det er tilladt at citere og bringe uddrag, herunder figurer og tabeller, samt at kopiere m.v. fra denne rapport med tydelig kildehenvisning

Udgivet af
Center for Selvmordsforskning
Søndergade 17
5000 Odense C
Tel: (+45) 66 13 88 11
Fax: (+45) 65 90 81 74
E-mail: Lilian.Zollner@dou.dk

Tryk: Odense Universitetshospitals Trykkeri
1. udgave, 1. oplag, november 2002

ISBN: 87-90291-13-1

Rapporten kan købes ved henvendelse til Center for Selvmordsforskning
Tlf. 66 13 88 11
Email: info.selvmordsforskning@dou.dk

Pris: 50 kr

Indhold

Forord	4
1. Baggrunden for projektet	5
2. Mål, gennemførelse og deltagere	8
3. Tanker om at skade sig selv	10
4. Unges selvskadende handlinger	13
5. Læreres viden og holdninger	15
6. Forældres viden og holdninger	17
7. Hvor henvender man sig?	19
Litteratur	20

Forord

I september 2001 blev der med støtte fra Egmont Fonden igangsat et forskningsprojekt i Fyns Amt om unges livsstil og trivsel. Projektets målgruppe er de unge samt deres forældre og lærere. Undersøgelsen er enestående, idet både de unge selv samt de nære voksne har bidraget med viden, som gør det muligt at se livsstil og trivsel i et perspektiv, som optimerer muligheden for at sætte ind med forebyggelse.

I den foreliggende rapport præsenteres nogle nøgleresultater, som gør det muligt at indgå i overvejelser over initiativer på forebyggelsesområdet. Øvrige resultater af undersøgelsen vil senere dels udkomme i bogform og dels blive offentliggjort som artikler i internationale tidsskrifter.

Rapporten præsenterer nogle tal, som dækker over svar fra unge, fra lærere og fra forældre. Indholdet er med andre ord ingen endelig forskningsrapport eller forskningsartikel, idet der for det første ikke præsenteres relevante teorier. For det andet er der ikke medtaget en række statistiske analyser, og for det tredje er der kun i meget ringe udstrækning inddraget anden forskning på området. Dette arbejde udføres efterfølgende. Rapporten beskriver besvarelserne, men forklarer og fortolker ikke. Indholdet giver mulighed for at debattere, diskutere og fremkomme med overvejelser om hvor og hvordan, der skal sættes ind med forebyggelse. Og dette kan foregå sideløbende med, at der arbejdes videre rent forskningsmæssigt.

Undersøgelsen er et resultat af mange menneskers velvillige indsats. Der skal lyde en meget stor tak til Egmont Fonden for den støtte, som har gjort det muligt at gennemføre undersøgelsen. En varm tak til skolelederne for deres positive indstilling samt til de lærere, forældre og elever, som har medvirket i undersøgelsen. Deres besvarelser udgør hele fundamentet i det videre forskningsarbejde. Både de unges svar samt deres og deres forældres og læreres skriftlige besvarelser kan bidrage væsentligt til overvejelser og debatter om forebyggende indsats.

Endvidere rettes en meget stor tak til de medarbejdere, som har stået for selve dataindsamlingen, indtastning og statistiske beregninger: Åse Andresen, Else Dam, Anette Bladt, Per Larsen, Irene Gadeberg, Berit Sørensen, Henrik Schiødt og Karin Andersen.

Odense, november 2002

Lilian Zøllner,
Centerleder, Ph.D.

1. Baggrunden for projektet

Stigende antal selvmordsforsøg blandt unge

I 1990'erne har der været en stigende tendens til, at unge har forsøgt at tage deres eget liv (se tabel 1.1). Tallene stammer fra det eneste register i Danmark, hvor der registreres selvmordsforsøg – Register for Selvmordsforsøg, Center for Selvmordsforskning i Odense. Registeret indeholder de selvmordsforsøg, der er foretaget i Fyns Amt siden 1989. Fyns Amt udgør ca. 10 % af den danske befolkning og har på baggrund af en række forskellige parametre vist sig at være repræsentativt for landet som helhed. Registeret giver derved en mulighed for at foretage et skøn over antallet af selvmordsforsøg på landsplan (Bille-Brahe, U., 1982).

Som det fremgår af tabel 1.1 har der for de 15-19-årige unge mænd været en udvikling fra 1990 præget af fald og stigning, men fra 1999 til 2000 var der en stigning 79%. For de unge kvinders vedkommende gælder det, at der er tale om en udvikling med en nogenlunde stabilt stigende tendens over en ti-årig periode. Fra 1990 til 2000 er der tale om en stigning på godt 260%.

Tabel 1.1											
Selvmordsforsøg blandt de 15-19-årige i Fyns Amt											
Antal hændelser pr. 100.000 fordelt på år og køn											
	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000
Mænd	129	96	93	178	91	137	72	104	131	72	129
Kvinder	153	231	182	218	357	370	317	380	464	387	553

Kilde: Register for Selvmordsforsøg, Center for Selvmordsforskning

De registrerede antal forsøg er udtryk for et absolut minimumstal. De dækker udelukkende over de unge, som i forbindelse med selvmordsforsøg har været i kontakt med skadestuen, egen læge eller som er blevet indlagt. De unge, der har forsøgt selvmord, og som er blevet fundet af familie, venner eller andre, og som ikke har været i kontakt med sundhedsvæsenet, indgår ikke i registeret. Der er med andre ord et stort mørketal, når det gælder antallet af selvmordsforsøg. Nogle forskere skønner, at 75-90% af unges selvmordsforsøg ikke bliver officielt registreret. Andre forskere påregner, at antallet af selvmordsforsøg er 8-10 gange højere end de registrerede. For at få viden om problemets omfang samt søge at finde årsager og forklaringer er det nødvendigt at gennemføre såvel kvantitative som kvalitative undersøgelser.

Få ungdomsselvmord

Heldigvis lykkes det kun for få unge at tage deres eget liv. Som det fremgår af tabel 1.2, er der flere unge mænd end kvinder, der begår selvmord. Der er med andre ord tale om et modsatrettet forhold: Flere unge kvinder end mænd forsøger at tage livet af sig, hvorimod det lykkes for flere unge mænd end kvinder at begå selvmord. Det samlede antal selvmord i Danmark er faldet gennem de seneste tyve år, men som det fremgår af tabel 1.2 er denne tendens ikke synlig, når det gælder selvmord blandt de unge 15-19-årige.

Tabel 1.2									
Selv mord blandt de 15-19-årige i Danmark									
Antal hændelser fordelt på år og køn									
	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998
Mænd	14	11	10	12	11	15	13	19	16
Kvinder	4	5	4	3	4	2	4	8	4

Kilde: Register for Selvmord, Center for Selvmordsforskning

Det bør desuden bemærkes, at hovedparten af de unge, som fra 1990-1998 har begået selvmord, ikke har haft en psykiatrisk diagnose.

Den stigende andel af unge, som forsøger at begå selvmord, og det manglende fald i andelen af unge, som tager deres eget liv, efterlader en lang række ubesvarede spørgsmål. Disse spørgsmål kalder på forskning, der kan afdække problematikken og danne grundlag for forebyggelse.

Et unikt forskningsprojekt

I foråret 2001 blev det med støtte fra Egmont Fonden muligt at igangsætte et helt unikt forskningsprojekt. Der har aldrig tidligere været gennemført forskning i Danmark, som direkte sigter på at få inddraget besvarelser fra unge og de voksne, som omgiver dem.

Forskningsprojektet omfatter

en spørgeskemaundersøgelse rettet mod unge på 8. og 9. klassetrin i Fyns Amt. Spørgeskemaet indeholder bl.a. spørgsmål om familiens sammensætning, søskende, etnisk baggrund, livsstil, selvmordshandlinger, selvmordstanker, forhold til voksne, forhold til kammerater og til sig selv

en spørgeskemaundersøgelse omfattende de unges forældre og lærere. Disse spørgeskemaer indeholder bl.a. spørgsmål om forældres/læreres viden om unges selvskadende handlinger og deres viden om unges overvejelser om selvmord

en registrering af selvmord og selvmordsforsøg blandt børn og unge under 20 år. Tallene indgår i Center for Selvmordsforskningens register, som er offentligt godkendt.

Tilsvarende undersøgelser gennemføres i 9 andre europæiske lande som led i Child and Adolescent Self-harm in Europe (The CASE Study). Der vil derfor være unikke muligheder for at søge at identificere ligheder og forskelle i selvmordsadfærden blandt de unge, således at det selvmordsforebyggende arbejde kan intensiveres.

Den danske undersøgelse er i forhold til de andre europæiske landes undersøgelser udbygget på følgende områder: Undersøgelsen indeholder spørgsmål om etnisk baggrund, hvilket gør det muligt at få indblik i selvmordsadfærden blandt unge med anden kulturel og religiøs baggrund i forhold til unge med dansk baggrund. Desuden inddrager den danske undersøgelse forældres og læreres holdninger til unges livsstil.

Begrundelsen for at bede såvel forældre og lærere om at besvare et spørgeskema er, at de er centrale samtalepartnere i de unges liv. De unge, som tænker på at skade sig selv, eller som forsøger at begå selvmord, vil i løbet af deres opvækst udover forældrene møde voksne i skoler, ungdomsskoler, klubber, foreninger og i forbindelse med eventuelle fritidsjobs. Det er af afgørende betydning for det forebyggende arbejde at have viden om voksnes holdninger til de unges livsstil og trivsel.

Denne rapport giver kun et indblik i de første resultater af undersøgelsen. Efterfølgende vil resultaterne af de videregående analyser blive publiceret.

2. Mål, gennemførelse og deltagere

Mål

Målet med undersøgelsen er at afdække og belyse omfanget af unges selvskadende adfærd samt at finde sammenhænge og årsager, som kan bidrage til at forebygge, at unge forsøger at tage livet af sig. Endvidere er det målet at få viden om forældres og læreres holdninger til unges livsstil og selvskadende handlinger med henblik på at anvende denne viden i det forebyggende arbejde.

Gennemførelse

Kriteriet for udvælgelsen var, at de unge skulle være mellem 14 og 16 år og modtage undervisning i enten folke- eller friskole. En opgørelse i juni 2001 viste, at der i Fyns Amt i det følgende skoleår 2001/2002 ville være i alt 129 skoler med 9. klassetrin. Samtlige skoler blev kontaktet pr. brev vedlagt udkast til spørgeskema. I brevet blev skolelederne oplyst om undersøgelsens formål og om, at en projektmedarbejder ville forestå indsamling af data, såfremt der blev givet tilsagn om at deltage.

I august 2001 blev skolelederne kontaktet telefonisk. Af de 129 skoler gav 88 skoler (67%) tilsagn om at deltage. Tilsagn kom fra skoler jævnt fordelt i Fyns Amt herunder fra skoler på øerne samt fra skoler med elever med anden etnisk baggrund såvel i Odense som på Sydfyn. Begrundelserne for afslag var bl.a., at der var tilrettelagt en lang række aktiviteter i skoleåret, som gjorde det vanskeligt at få tid til mere. Mange skoler har i løbet af de seneste år deltaget i en række forskellige undersøgelser og har brug for "arbejdsro". En del skolers afslag blev begrundet med, at man havde sårbare og udsatte unge, som enten selv havde forsøgt selvmord, eller hvor der havde været selvmord eller selvmordsforsøg i nærmeste familie. Endelig blev en mindre del af afslagene begrundet med, at forældre eller skolebestyrelsen fandt, at emnet var for alvorligt, og at man var usikker på de unges reaktion.

Dataindsamlingen blev påbegyndt i september 2001 på 9. klassetrin og blev fulgt op af dataindsamling på 8. klassetrin i slutningen af foråret 2002 – dvs. inden for samme skoleår.

Med henblik på at sikre at alle fik enslydende information forud for besvarelsen, og i den hensigt at sikre så høj besvarelsesprocent som muligt forestod projekt-medarbejdere ved Center for Selvmordsforskning indsamlingen. Ved mødet med den enkelte klasse blev der givet en kort orientering til elever og klasselærer. Projektmedarbejderen udleverede til hver enkelt en kuvert med spørgeskema til elev og forældre og derudover en kuvert med skema til klasselærer. Elev- og forældreskema bærer det samme nummer med henblik på i analysen at kunne sammenholde disse besvarelser. Projektmedarbejderen opholdt sig i klassen under besvarelsen og indsamlede efterfølgende skema fra elever og lærer. Forældreskemaerne blev afleveret til klasselæreren via eleverne i dagene efter og videresendt til Center for Selvmordsforskning.

Anonymitet

Såvel elever som forældre og lærere har besvaret spørgeskemaerne under den forudsætning, at deres besvarelser er anonyme.

Deltagere

Som det fremgår af tabel 2.1, bygger resultaterne af det foreliggende materiale på 5240 elevbesvarelser – alle fra Fyns Amt. Befolkningsmæssigt udgør Fyns Amt som før nævnt ca. 1/10 af hele Danmark, og hvad angår befolkningens sammensætning, skønnes amtet at være repræsentativt for landet.

I alt deltog 326 klasser fra 88 skoler. Frafaldet hos elevgruppen skyldes fx sygdom, fridag, lægebesøg osv. den pågældende dag, dataindsamlingen fandt sted. Frafald hos lærere skyldes bl.a. elevernes behov for støtte under indsamlingen. De manglende forældrebesvarelser kan bl.a. skyldes, at forældrene ikke har modtaget spørgeskemaet.

Besvarelser			
	Antal udliveredede	Antal besvarede	Besvarelsesprocent
Elever	5240	5237	99.9
Forældre	5240	4019	76.7
Lærere	326	308	94.5

Unge

Der er næsten lige mange drenge og piger, der har besvaret spørgeskemaet (tabel 2.2). Hovedparten af de unge (63%) er 15 år gamle, hovedparten bor sammen med begge forældre (68,7%), og hovedparten har dansk etnisk baggrund (88%).

Køn, bopæl og etnisk baggrund. Besvarelser i procent	
Køn	%
Drenge	51
Piger	49
Alder	
13 år	0
14 år	33
15 år	63
16 år	4
17 år	0
Bopæl	
Bor hos begge forældre	69
Bor hos mor	13
Bor hos far	3
Bor hos mor og stedfar	10
Bor hos far og stedmor	2
Bor hos anden familie	1
Andet	3
Etnisk baggrund	
Dansk	88
Norden, Færøerne, Grønland	1
Europa	1
Anden etnisk baggrund	10

3. Tanker om at skade sig selv

Hovedparten af de unge i den foreliggende undersøgelse har det godt. De har familie, venner, søskende eller andre at tale med om problemer, og deres svar afspejler, at de trives.

Problemer

Men ca. 40% giver udtryk for, at de inden for det sidste års tid har haft alvorlige problemer, og at de har haft brug for professionel hjælp (se tabel 3.1). Der er langt flere piger end drenge, som giver udtryk for, at de har problemer.

Endvidere viser besvarelsene, at der er procentvis mere end dobbelt så mange piger end drenge, som angiver, at de ikke har søgt hjælp.

Tabel 3.1			
Problemer			
Svarfordeling i procent			
Har du inden for det sidste års tid haft alvorlige personlige, følelsesmæssige eller psykiske problemer, hvor du følte, du havde brug for professionel hjælp?	Dreng	Pige	I alt
	*N= 2640	*N=2531	*N=5171
Nej, har ikke haft alvorlige problemer	73,6	47,8	61,0
Ja, har haft/har problemer, men har ikke søgt hjælp	8,3	18,9	13,5
Ja, har haft/har problemer og har søgt hjælp	4,1	9,0	6,5
Ja, har haft/har problemer, men har ikke haft brug for hjælp	14,0	24,3	19,0
Total	100	100	100

*N = antal elever, der har besvaret dette spørgsmål

Andre undersøgelser viser (Due og Holstein, 1997), at der er flere piger end drenge, som giver udtryk for, at de har det skidt med sig selv, og at de føler sig usikre og bange. De nævnte forskere har gennemført undersøgelser om børns og unges sundhed og trivsel, som viser, at ca. 20 % af de danske skoleelever har daglige symptomer på manglende psykisk eller fysisk trivsel. Det kan fx være hovedpine, mavepine, nervøsitet, dårligt humør, nedtrykthed eller indsovningsbesvær. Der er flere piger end drenge, som har symptomer på manglende fysisk eller psykisk trivsel. Halvdelen af de unge i alderen 11-15 år har anvendt lægemidler inden for den seneste måned, og det er især pigerne, som bruger medicin.

Dertil kommer en nyere undersøgelse af unges livsstil og dagligdag (Sundhedsstyrelsen, 2000), som viser, at 36 % af de unge i 16-21-års alderen føler, at de har personlige problemer, der gør det vanskeligt at klare dagligdagen. Igen viser resultaterne, at det i

langt større udstrækning er pigerne end drengene, der har personlige problemer.

Den seneste undersøgelse om unges livsstil (Zøllner, 2002) viser, at flere piger end drenge i den undervisningspligtige alder giver udtryk for, at de har personlige problemer eller problemer med forældre, kammerater, ensomhed, fritid eller med job efter skoletid. Det største problem angiver de til at være personlige problemer.

Overvejelser om selvskadende handling

En selvskadende handling kan defineres som

en bevidst og villet handling, som individet har foretaget for at skade sig selv, og som individet ikke kunne være helt sikker på at overleve, men hvor skaden ikke har medført døden. Selvskadende handlinger er udover overdreven brug af medicin eller alkohol, at skære sig i håndledet eller på anden måde at udføre selvdestruktiv adfærd.

Bjerke (1991) peger på, at selvdestruktive handlinger skal ses som en risikofaktor for selvmordsforsøg.

Et af spørgsmålene i den foreliggende undersøgelse drejer sig om, hvorvidt den unge nogen sinde alvorligt har overvejet at tage en overdosis medicin eller på anden måde skade sig selv uden at gøre det.

Som det fremgår af tabel 3.2, er det knapt halvdelen (47 %) af samtlige piger, som har overvejet selvskadende handlinger en enkelt gang eller flere gange. Hovedparten (83 %) af de unge angiver, at overvejelserne om at skade sig selv ligger mere end fire måneder tilbage, mens 17 % fortæller, at de har haft overvejelserne for mindre end en måned siden. Drengene har i langt mindre udstrækning tanker om selvskadende handlinger end pigerne.

Selve formuleringen "overveje at skade sig selv" kan sprogligt virke mindre provokerende end udsagnene "overveje at begå selvmord" eller "tænkt på at tage sit eget liv, selvom du faktisk ikke vil gøre det". Dette er værd at bemærke i sammenligningen af besvarelser fra forskellige undersøgelser.

Tabel 3.2			
Overvejelser om selvskadende handlinger			
Svarfordeling i procent			
	Dreng N= 2632	Pige N=2544	I alt N=5176
Aldrig	81,4	52,9	67,4
Ja, en enkelt gang	11,9	25,8	18,7
Ja, flere gange	6,7	21,3	13,9
	100	100	100

En tidligere spørgeskemaundersøgelse af 3.042 unge i en lidt ældre aldersgruppe (de 15-24-årige) i Fyn og Jylland (Jessen, 1996) viste, at 39,2% svarede bekræftende på spørgsmålet om, hvorvidt de nogensinde havde overvejet at begå selvmord. I en nyere undersøgelse gennemført af Statens Institut for Folkesundhed (2002) indgår følgende spørgsmål "Har De inden for det sidste år tænkt på at tage Deres eget liv, selv om De faktisk ikke ville gøre det?" og til dette spørgsmål svarer 14,6% af de 16-24-årige bekræftende. Undersøgelsen viser, at tanker om selvmord er mere almindelige blandt de helt unge (16-19-årige) end blandt de 20-24-årige. Der er således 19,3% af de helt unge (16-19-årige), som har haft selvmordstanker inden for det seneste år, mens dette er tilfældet for 12% af de 20-24-årige. Også i denne undersøgelse er selvmordstanker mere karakteristisk for de unge piger end for de unge mænd.

Som nævnt *kan* tanker om selvskadende handlinger være et skridt på vejen til senere selvmordsforsøg, hvilket indikerer, at der er grund til at gå dybere ind i problemstillingen med analyser, som gør det muligt at se sammenhænge, der kan bidrage til forklaringer.

Fortrolige samtalepartnere

Det er af fundamental betydning for den unge at have nogen at snakke fortroligt med om problemer. De befinder sig i en aldersgruppe, hvor der skal træffes mange beslutninger af afgørende betydning, og de står i deres udvikling over for en række spørgsmål, som bedst belyses gennem samtaler både med voksne og med andre unge.

Forskning har vist, at mennesker med stærke sociale relationer er mindre sårbare, de overvinder lettere sygdom, og de har lavere dødelighed i alle aldersgrupper. Når det gælder børn og unge, har forskning ligeledes vist, at de sociale relationer har afgørende betydning for trivsel og adfærd set i et bredt perspektiv (Due et al, 2001).

Sundhedsstyrelsens undersøgelse af unges livsstil og dagligdag viser, at 17% af de 16-21-årige i almindelighed ikke taler med andre om problemer. 1% angiver, at de slet ikke har nogen at tale med. Der er procentvis langt flere drenge end piger, som ikke taler med andre (Sundhedsstyrelsen, 2000).

En undersøgelse af unges livsstil (Zøllner, 2002) viser, at 10 % af de unge i 7.-10. klasse samt de unge i ungdomsuddannelserne ikke har så fortrolig kontakt til forældre eller andre unge, at de kan tale med dem om de problemer, de har i deres dagligdag. De unge forklarer deres tavshed med hensyntagen til forældrene. De antager, at forældrene selv har store problemer nok i forvejen, og at de ikke yderligere vil belaste dem ved at fortælle om deres egne problemer.

I den her foreliggende undersøgelse fra Fyns Amt viser resultaterne, at 60% af de unge, som én eller flere gange har overvejet at skade sig selv, ikke har talt med nogen om de tanker, de har gjort sig. Dette forhold er paradoksalt, idet de udgør en aldersgruppe, som er omgivet af andre mennesker døgnet rundt. I modsætning til andre aldersgrupper, som enten bor alene, eller som er uden for arbejdsmarkedet og derfor har større muligheder for at isolere sig, er denne aldersgruppe omgivet af såvel andre unge som forældre, lærere og skoleledere hver dag. Der er optimale muligheder for samtaler.

Også her er dybere analyser nødvendige med henblik på at søge at forklare den manglende kommunikation.

4. Unges selvskadende handlinger

At unge tænker på at skade sig selv, fører ikke nødvendigvis til, at de også gør det. Men den foreliggende undersøgelse viser, at knapt 17% af de unge piger svarer bekræftende på spørgsmålet om forsøg på at skade sig selv én eller flere gange (se tabel 4.1).

Tabel 4.1			
Selvskadende handlinger			
Svarfordeling i procent			
Har du nogensinde taget en overdosis af piller eller anden medicin, eller på anden måde forsøgt at skade dig selv (fx ved at snitte dig selv)?	Dreng N= 2662	Pige N=2544	I alt N=5206
Nej	95,4	83,2	89,5
Ja, en enkelt gang	2,8	10,3	6,5
Ja, flere gange	1,8	6,5	4,1
	100	100	100

Besvarelsene understøttes af en anden nyere undersøgelse foretaget i Ringkøbing Amt, som viser, at 13% af de unge piger i 7.-10. klasse har forsøgt at skade sig selv, og 5,6% har taget for mange piller. Tendensen er faldende med alderen. Af de lidt ældre elever dvs. de unge, som går i ungdomsuddannelserne, er der 8% af pigerne, som angiver at have forsøgt at skade sig selv, og 3% har taget for mange piller (Zøllner, 2002).

Af resultaterne fra Sundheds- og Sygelighedsundersøgelsen 2000 foretaget af Statens Institut for Folkesundhed (2002) fremgår det, at 2,5% af de 16-19-årige har forsøgt selvmord inden for det seneste år, og at selvmordsforsøg især foretages af kvinder. Tanker og handlinger er et ungdomsfænomen, idet andelen med selvmordstanker og selvmordsforsøg falder med stigende alder. Andelen, der har forsøgt at begå selvmord, er næsten dobbelt så høj blandt den unge aldersgruppe, som blandt de 20-24-årige.

En tidligere dansk undersøgelse viser, at 10% af de adspurgte elever i fri- og efterskoler og 13,5% af de adspurgte elever i produktionsskolerne svarede ja til, at de havde forsøgt at tage deres eget liv (Jessen, 1996).

Hvad er det, de unge gør?

Der er forskel på pigers og drenge adfærd. For pigernes vedkommende viser det sig, at den største andel (37,1%) af de unge, som har foretaget selvskadende handlinger, har snittet sig selv i håndledet, - en adfærd, som i mindre udstrækning anvendes af

drengene. Desuden er der forskel på indtagelse af piller, idet denne metode er mere udbredt blandt pigerne i forhold til drengene.

Tabel 4.2

**Hvad gjorde de unge rent konkret?
Svarfordeling i procent**

	Dreng N= 117	Pige N=421	I alt N=538
Tog en overdosis af piller	9,4	18,8	16,7
Snittede sig selv i hånden	24,8	37,1	34,4
Drak store mængder af alkohol	19,7	10,5	12,5
Andet	46,2	33,7	36,4
Total	100	100	100

Hvor var de, da det skete? Var de påvirkede, og hvornår havde de truffet beslutningen?

Det er værd at bemærke, at flertallet af de unge (82%), som har skadet sig selv, har gjort det hjemme. Og det er de færreste, der var påvirket af alkohol eller narkotika, da de skadede sig selv. Godt 30% havde tænkt på at skade sig mindre end en time, før de gjorde alvor af det, og 11% havde tænkt på det mere end en måned.

5. Læreres viden og holdninger

Klasselærere i folkeskolen har en central funktion. Mange har fulgt klasserne i en årrække og kender ikke bare den enkelte elev godt, men har også kendskab til hjemmene og til elevernes søskende. Desuden kender klasselærerne den unges faglige standpunkt og ved, hvilke faglige styrker og svagheder den unge har. Det sociale liv i skolen vil i mange situationer have været gjort til genstand for samtaler med såvel elever som med forældrene, og eventuelle konflikter har klasselærere rige muligheder for at fremhæve og løse.

Erfarne lærere

I alt 326 klassers klasselærere har fået udleveret spørgeskemaet, og 308 har besvaret det, hvilket svarer til en besvarelsesprocent på 94,5. Der er langt flere kvindelige lærere (66,6%) end mandlige lærere (33,4%), og hovedparten (64,9%) af den samlede lærergruppe, som deltager i undersøgelsen, har undervist i over 15 år. Sagt med andre ord er der tale om en erfaren lærerstab, som har et mangeårigt fagligt kendskab til arbejdet med børn og unge.

Lærernes viden, holdninger og værdier er af afgørende betydning, når det drejer sig om at debattere alvorlige temaer med unge. I den foreliggende undersøgelses spørgeskema til lærerne indgår en række af de samme spørgsmål, som stilles til de unge. Muligheden for at belyse læreres viden og holdninger er derfor til stede.

Viden og samtaler

Lærere har gennem samtaler, gennem betroelser i skriftlige arbejder (fx stile eller rapporter), i undervisningssammenhænge, hvor livsspørgsmål er til debat (fx litteratur og religion), og gennem socialt samvær med den unge muligheden for at få viden om, hvilke tanker og overvejelser, den enkelte har.

Et af spørgsmålene i spørgeskemaet omhandler de unges overvejelser om selvskadende handlinger. Det lyder, som følger: Ved du, hvorvidt én eller flere af dine elever nogen sinde alvorligt har *overvejet* at tage en overdosis eller på anden måde skade sig selv, men uden at gennemføre det?

38,5% af lærerne angiver, at de er vidende om elevers tanker om at skade sig selv, og der er procentvis flere kvindelige end mandlige lærere, som har denne viden.

30% af lærerne tilkendegiver, at én eller flere af deres elever har fortalt dem, at de ville skade sig selv eller tage sit eget liv. De har enten fået denne oplysning én gang, flere gange eller ofte. Procentvis er der flere kvindelige lærere end mandlige lærere, som får sådanne betroelser.

18,5% af lærerne har viden om, at én eller flere af deres elever har taget en overdosis af piller eller anden medicin, eller at de på anden måde har forsøgt at skade sig selv (fx ved at snitte sig selv).

Elevers og læreres holdninger

I spørgeskemaet indgår en række påstande, som henholdsvis elever, lærere og forældre kan erklære sig enig eller uenig i eller besvare med "ved ikke".

Elever og lærere ligger langt fra hinanden i holdningen til, hvorvidt de unge ville have skadet sig selv med vilje, uanset om de havde fået hjælp til det eller ej. Lærerne tror mere end de unge på, at hjælp kan afværge selvskadende handlinger. Men til spørgsmålet om, hvorvidt den unge som regel har nogen at snakke med, når der virkelig er brug for det, svarer godt halvdelen af lærerne (53%), at de unge mangler samtalepartnere. 10% af samtlige unge giver udtryk for samme holdning, men ser man på den andel af unge, som én eller flere gange har tænkt på at skade sig selv, er det over halvdelen (60%), som ikke har talt med nogen om det.

Det videregående forskningsarbejde vil søge at belyse læreres og elevers holdninger til hvilken form for indsats, der vil være optimal i det forebyggende arbejde.

Ungdomslivet

At have fortrolige samtalepartnere og at have tillid til andre er grundlæggende for børns og unges udvikling. Ungdommen skal i dag – i langt større udstrækning end tidligere – kvalificere sig til at leve et liv præget af risici og muligheder. Der er mangfoldige veje at gå, og de unge er sårbare livsprojekt-konstruktører. Samtidig har de unge personlige værdiprioriteringer, som er bestemmende for, hvad de anser for at være meningsfuldt og tilfredsstillende. Den enkelte unge kan nå til den fejlslutning, at han eller hun står alene med valg og fravalg. Følelsen af, at vanskelighederne skal overvindes alene frem for i fællesskab med andre, kan opstå og kan føre til øget sårbarhed.

6. Forældres viden og holdninger

Det sociale miljø for børn og unge er helt fra starten forankret i de familiemæssige livsvilkår. Forankringen gælder naturligvis boligforhold og materielle forhold, men det gælder i høj grad også de værdier og holdninger, som forældrene gennem deres samvær og opdragelse påvirker barnet med. Det er i familien, barnet har muligheden for at føle sig ubetinget elsket og værdsat, og det er i familien, den unge kan stille med forventninger om at blive lyttet til, set og taget alvorligt.

Anden forskning har vist, at sociale relationer er af afgørende betydning for den unges evne til at magte store udfordringer, skuffelser og nederlag. Enhver ung vil komme ud for forhold, som, afhængig af den enkelte, kan være mere eller mindre vanskelige at bære. Set i et relationsorienteret perspektiv kan den unges samspil med omgivelserne – herunder forældrene – udgøre en væsentlig forskel for om tanken om selvskade melder sig.

Forældrenes besvarelser

I alt 4019 forældre har svaret på spørgeskemaet, hvilket svarer til en besvarelsesprocent på 76,7. Hovedparten af besvarelserne stammer fra mødre.

En række af de samme spørgsmål, som stilles til de unge, er blevet stillet til lærerne og forældrene, hvilket åbner muligheden for at belyse de voksnes viden og holdninger set i relation til de unges holdninger.

Viden om selvskade

Få forældre – dvs. 5% af mødre og 3,7% af fædre angiver, at de er vidende om, at deres barn alvorligt har overvejet at tage en overdosis eller på anden måde skade sig selv uden at gøre det. Og få forældre - dvs. 1,3% af mødre og 1,6% af fædre – fortæller, at de er vidende om, at deres søn eller datter på ét eller andet tidspunkt har taget en overdosis af piller eller anden medicin eller på anden måde forsøgt at skade sig selv (fx ved at snitte sig selv). Yderligere forskning kan belyse årsagerne til forskellen mellem de unges besvarelser, lærernes og forældrenes besvarelser, men det er værd at notere, at der er en væsentlig forskel på de unges adfærd og voksnes viden om denne adfærd.

Forældrenes holdninger

En meget vigtig faktor i det selvmordsforebyggende arbejde er de holdninger, de sociale relationer har.

Der er stor afstand mellem de unges og de voksnes holdninger til selvmordsadfærd. En langt større andel af de unge (28%) end af forældre (7%) og lærere (5%) mener, at unge skader sig selv for at begå selvmord. Tilsyneladende tror de voksne (lærere 85% og forældre 79%), at de unge gør det for at få opmærksomhed. Denne holdning deles ikke af eleverne i samme udstrækning (42%).

Det er desuden værd at fremhæve, at voksne og unge ikke har den samme holdning til, hvorvidt hjælp ville have gjort en forskel. Hovedparten af de voksne tror det, men de unge er meget mere forbeholdne. 15% af de unge mener, at uanset om de havde fået hjælp eller ej, ville de alligevel have skadet sig selv.

Forebyggelse

Mange års indsats på det sundhedsmæssige område har vist, at viden ikke er tilstrækkeligt til at ændre børns og unges sundhedsskadelige adfærd. Til trods for at børn og unge får viden om, at det er farligt fx at ryge eller drikke, er denne viden ikke tilstrækkelig til ændring af adfærd.

Nyere teorier bygger på, at ændring i adfærd beror på, om der er overensstemmelse mellem den unges egen holdning og de nære sociale relationers holdning, samt hvordan den unge tolker de normer, de sociale relationer sætter i forhold til sine egne normer. De sociale relationer vil i dette tilfælde være både forældre, lærere og andre unge. I det forebyggende arbejde er det derfor vigtigt at inddrage den holdningsmæssige dimension i uddannelse og kurser for alle faggrupper, der har med børn og unge at gøre.

Endvidere er det vigtigt at have et særligt blik for de udsatte og sårbare unge, hvis livsforhold medfører, at der er særlig risiko for selvskadende handlinger. Her tænkes bl.a. på de unge, som har forsøgt at begå selvmord, eller hvor der i nærmeste familie er selvmordsadfærd. De bør have særlig opmærksomhed. Forskningsbaseret forsøgs- og udviklingsarbejde med fokus på elevrelationer kunne åbne mulighed for, at den unge ændrer såvel holdning som adfærd og finder, at livet er værd at leve.

Helt centralt viser undersøgelsen, at det er nødvendigt at forebygge således, at mistro ikke fører til manglende tro på, at vanskeligheder ikke kan overvindes. Forebyggelsen bør tage udgangspunkt i de unges egen forståelse af livet og ikke de voksnes. Selvskadende handlinger ophører ikke, fordi unge får fortalt, at det er etisk eller moralsk forkert.

Børn og unge, som erfarer, at de bliver taget alvorligt, som føler, at de har tillid til egen formåen, og som føler sig værdsat, har ressourcer at trække på, når der opstår problemer. Nyere undersøgelser peger på unges prioritering af venskab (Zøllner, 2002) som en vigtig faktor for følelsen af ikke at stå alene med problemer. De problemer, de unge tumler med, kan af voksne synes små og uden reel betydning, men kan af andre unge tolkes i lyset af egen livssituation.

På baggrund heraf må forebyggelsens fundament rumme såvel holdningsbearbejdende kurser for lærere og pædagoger samt søge at inddrage og integrere unges egne livstolkninger af, hvad der for dem giver sammenhæng og mening.

7. Hvor henvender man sig?

Lokalt

Familie

Venner

Skolepsykolog

Sundhedsplejerske

Pædagogisk Psykologisk Rådgivning

Børne- Ungerådgivning

Praktiserende læge

Præst

Nationalt

Livslinien	70 20 12 01
Linien	35 36 26 00
Sct. Nicolai Tjenesten	70 12 01 10
Børnetelefonen	35 55 55 55
Forældretelefonen	35 55 55 57
Ældresagen	33 96 86 86
Alkolinien	33 33 06 10
Landsforeningen for Spiseforstyrrelser	33 12 17 27

www.selvmordsforskning.dk

www.selvmordsforebyggelse.dk

Litteratur

Bille-Brahe, Unni.: Levekårene i Fyns Amt: en analyse på grundlag af Socialforskningsinstituttets Velfærdsundersøgelse. Odense Universitet, 1982

Bjerke, Tore. Selvmord og selvmordsforsøk blant unge. Trondheim, 1991

Due, P. og Holstein, B.E.: Sundhed og trivsel blandt børn og unge. Danmarks bidrag til en international undersøgelse. København, 1997

Due, Pernille, Henriksen, Pia, Schultz Jørgensen, Per, Holstein, Bjørn E.
Børns sociale relationer. I: Schultz Jørgensen, Per, Holstein, Bjørn E., Due, Pernille (red.)
Sundhed på vippen. København, 2001 (ss. 49-62)

Jessen, Gert, Andersen, Karin og Bille-Brahe, Unni: Selvmordstanker og selvmordsforsøg blandt 15-24-årige i det danske uddannelsessystem. Ugeskrift for læger 158/36: 5026-5029, 1996

Unge livsstil og dagligdag 2000 - forbrug af tobak, alkohol og stoffer. Gert Allan Nielsen. Kræftens Bekæmpelse: Sundhedsstyrelsen, 2002

Sundhed og sygelighed i Danmark 2000 & udviklingen siden 1987. Mette Kjølner og Niels Kr. Rasmussen. Statens Institut for Folkesundhed, 2002

Zøllner, Lilian: Unge livsstil. Lemvig Ungdomsgård, 2002