

STAÐREYNDIR Í STUTTU MÁLI

HÁDEGISFYRIRLESTRAR RANNSÓKNA OG GREININGAR OG SÁLFRÆÐISVIÐS HR





ÁHRIF TEKJUÓJÖFNUÐAR Á ANDLEGA HEILSU UNGLINGA

STAÐREYNDIR Í STUTTU MÁLI

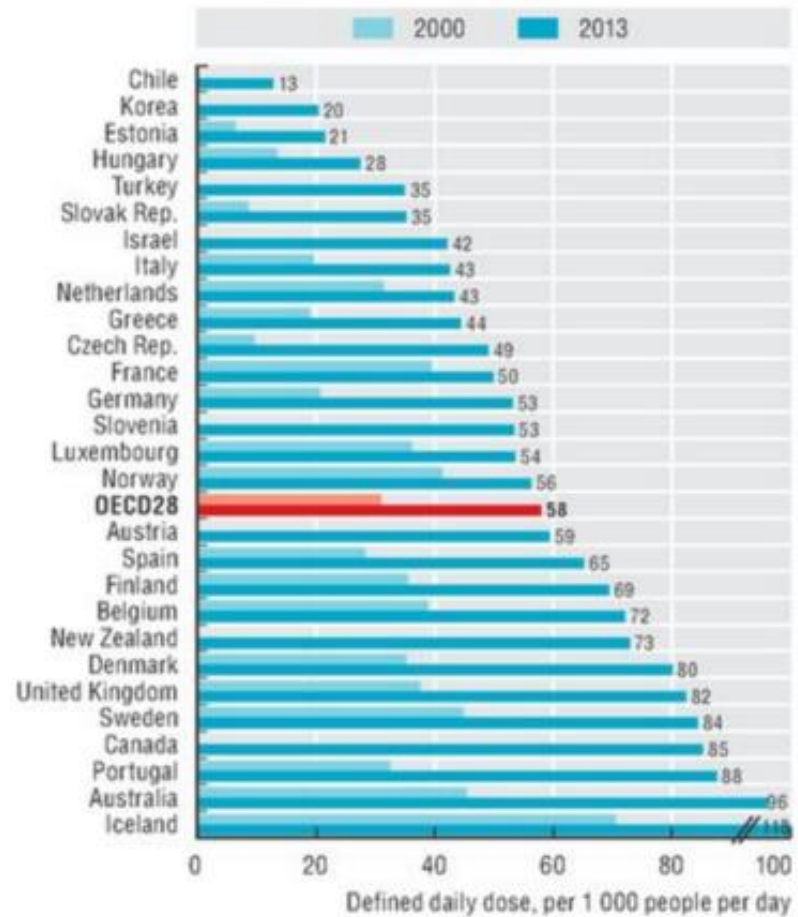
2. JÚNÍ 2016


ARNDÍS VILHJÁLMSDÓTTIR, DOKTORSNEMI

RAGNA BENEDIKTA GARÐARSDÓTTIR, DÓSENT
JÓN GUNNAR BERNBURG, PRÓFESSOR
INGA DÓRA SIGFÚSDÓTTIR, PRÓFESSOR



**10.11. Antidepressant drugs consumption, 2000 and 2013
(or nearest years)**



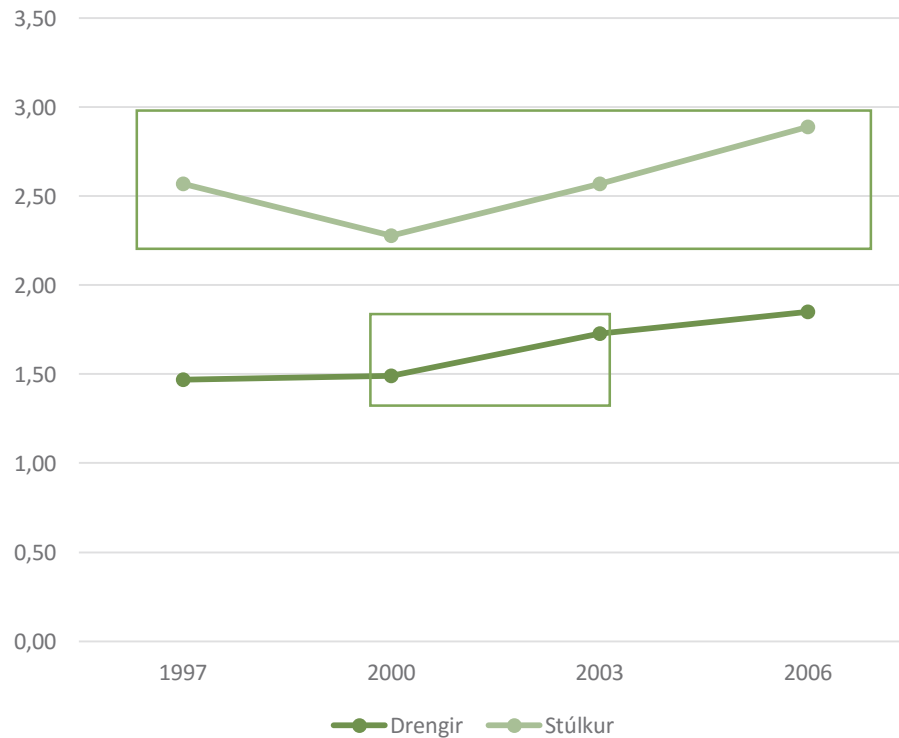
Source: OECD Health Statistics 2015, <http://dx.doi.org/10.1787/health-data-en>.
StatLink  <http://dx.doi.org/10.1787/888933281342>

NOTKUN ÞUNGLYNDISLYFJA

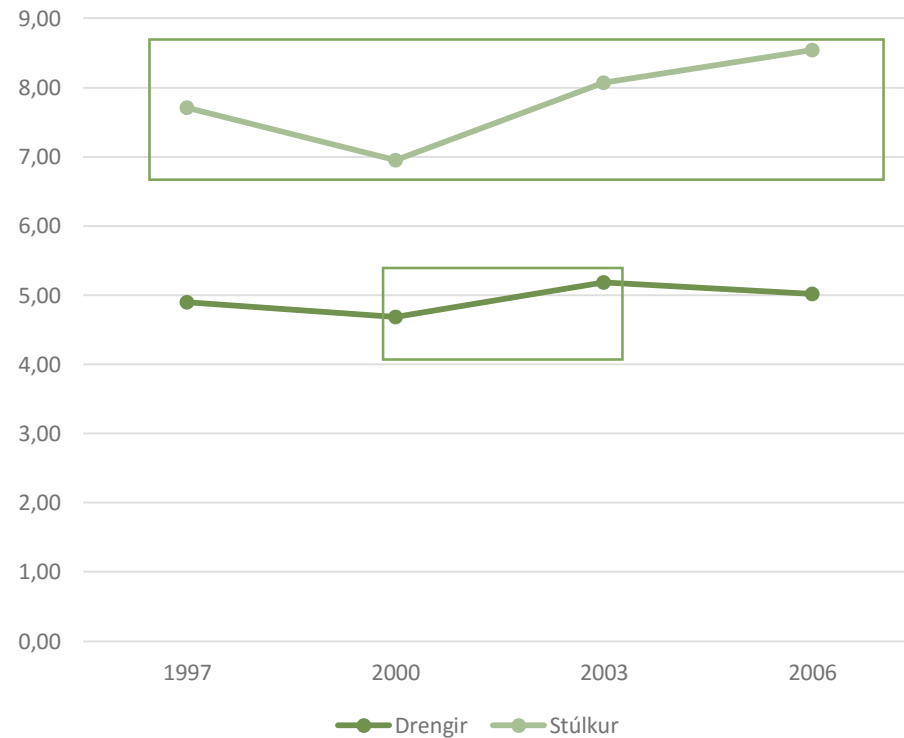
Hefur andlegri heilsu raunverulega hrakað?

ÞRÓUN YFIR TÍMA HJÁ ÍSLENSKUM UNGLINGUM

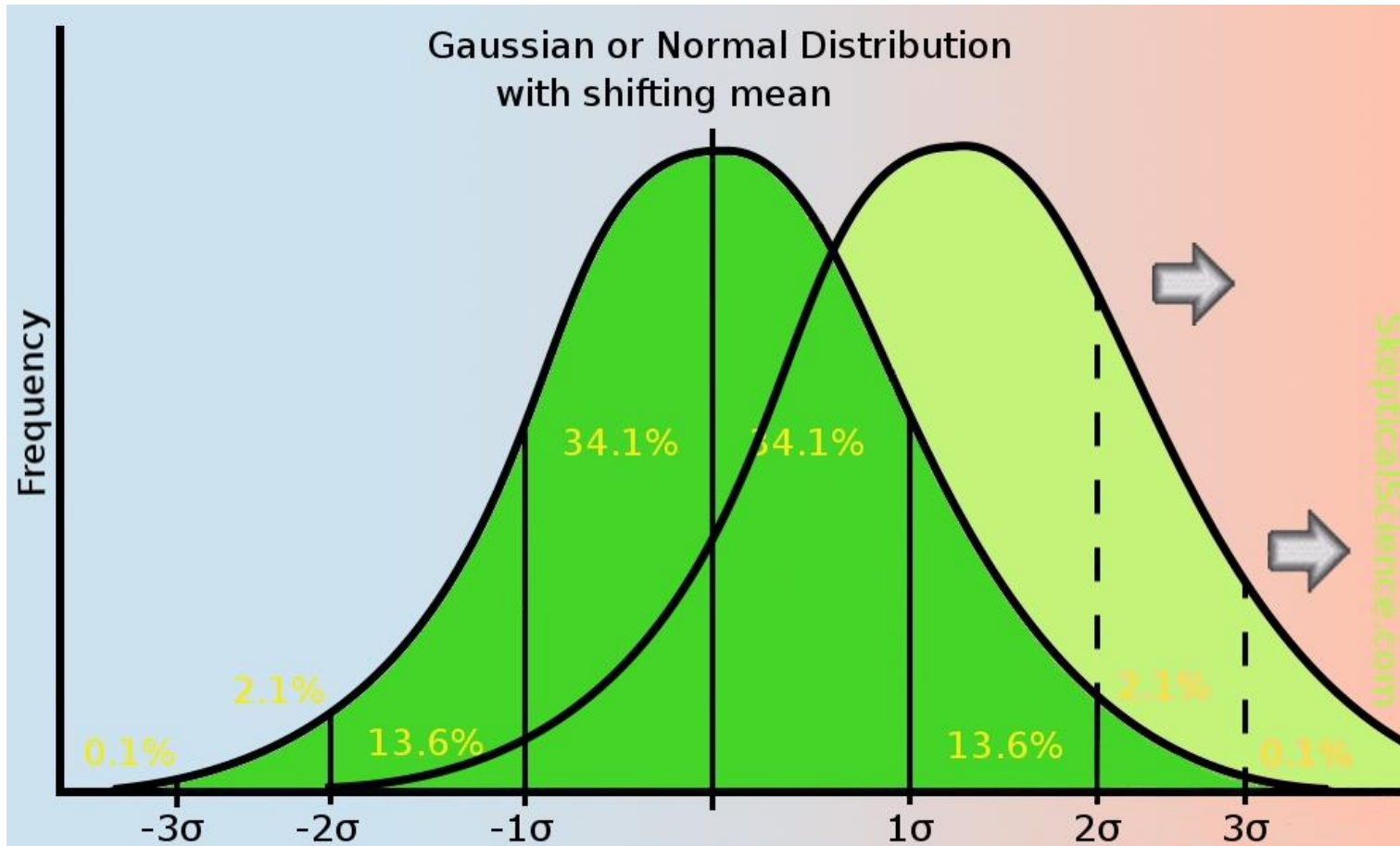
KVÍÐAEINKENNI 1997-2006



ÞUNGLYNDISEINKENNI 1997-2006



Heimild: Sigfusdóttir, I. D., Asgeirsdóttir, B. B., Sigurdsson, J. F., & Gudjonsson, G. H. (2008). Trends in depressive symptoms, anxiety symptoms and visits to healthcare specialists: a national study among Icelandic adolescents. *Scandinavian Journal of Public Health*, 36(4), 361–8.



HNIKUN Á DREIFINGU ANDLEGRAR HEILSU

Meðaltal þýðis lækkar eða hækkar

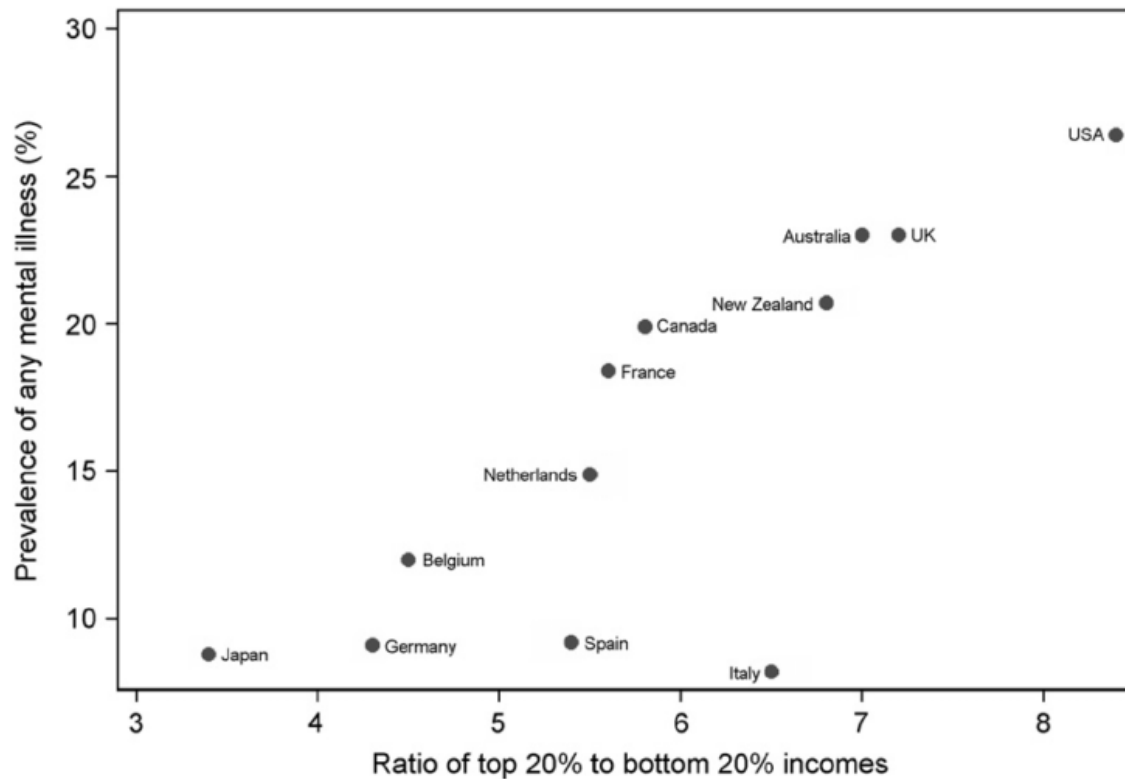
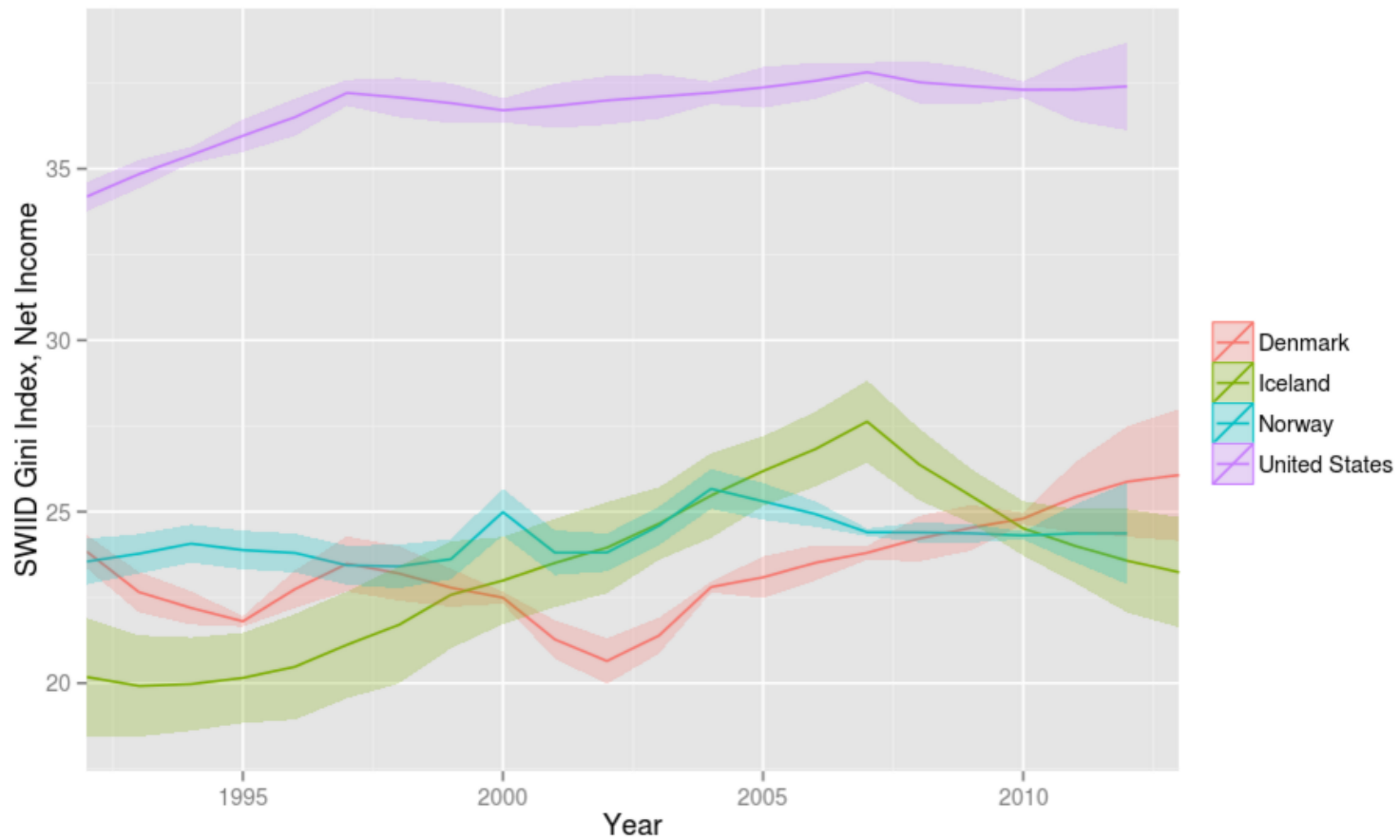


Fig. 1. Prevalence in mental illness in relation to income inequality among rich countries.

Heimild: Wilkinson, R. G., & Pickett, K. E. (2007). The problems of relative deprivation: why some societies do better than others. *Social Science and Medicine*, 65(9), 1965–78.

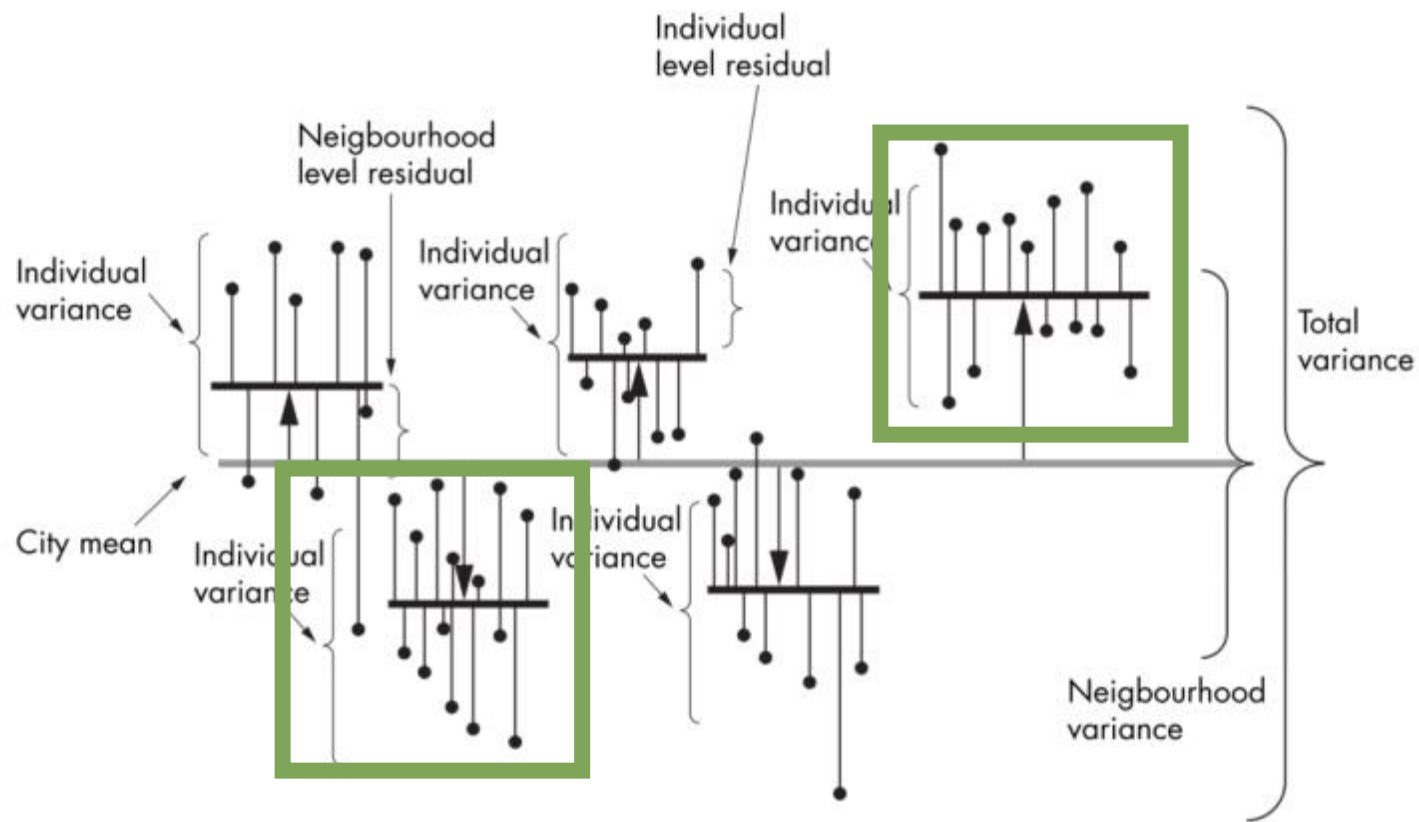
KENNINGIN UM ÁHRIF TEKJUÓJFNUÐAR

Tengsl tekjuójfnuðar og geðraskana



Note: Solid lines indicate mean estimates; shaded regions indicate the associated 95% confidence intervals.
 Source: Standardized World Income Inequality Database v5.0 (Solt 2014).

TEKJUÓJÖFNUÐUR Á ÍSLANDI Í SAMHENGI



SKIPULAG RANNSÓKNAR

Skipulag íslenskra skólahverfa er einstakt

NIÐURSTÖÐUR

- Tekjuójöfnuður hafði skaðlega áhrif á andlega heilsu árið 2006!! (Heimild: Vilhjalmsdottir, A; Gardarsdottir, R.B; Bernburg, J.G. & Sigfusdottir, I.D., In press. Neighborhood income inequality, social capital and emotional distress among adolescents; a population-based study. *Journal of Adolescence*)
- Hvað skýrir þessi áhrif?
 - Samheldni í samfélaginu
 - Tekjuójöfnuður hefur slæm áhrif á alla – óháð tekjustöðu
 - Afstæður skortur
 - Tekjuójöfnuður hefur einungis áhrif á þá sem upplifa skort (þá sem eru tekjulægri) (Heimild: Bernburg, J. G., Thorlindsson, T., & Sigfusdottir, I. D. (2009). Relative deprivation and adolescent outcomes in Iceland : a multilevel test. *Social Forces*, 87, 1223–1250.)

ÍSLENSKAR HVERFARANNSÓKNIR

- Framlag til þekkingar á lýðheilsu Íslendinga og íslenskri þjóðfélagsgerð
 - Hver er sporbraut geðheilbrigðis eftir að tekjuójöfnuður minnkaði?
 - Hvernig hefur félagslegt umhverfi okkar áhrif á okkur og heilsu okkar?
- Framlag til alþjóðlegrar þekkingar
 - Þekking á áhrifum tekjuójafnaðar
 - Grundvöllur hagrænnar og félagslegrar stefnumótunar
 - Leitum skýringa á gagnadrifinn hátt



NÁNARI
UPPLÝSINGAR:
Arndís Vilhjálmsdóttir
arv5@hi.is



MIKILVÆGI HREYFINGAR FYRIR VELLÍÐAN UNGMENNA

STAÐREYNDIR Í STUTTU MÁLI

2. JÚNÍ 2016

BIRNA BALDURSDÓTTIR



SKILGREININGAR

- Ungmenni: einstaklingar á aldrinum 10-19 ára
- Viðmið fyrir daglega hreyfingu að 18 ára aldri: 60 mín á dag af meðal til mikilli ákefð
- Viðmið fyrir daglega hreyfingu eftir 18 ára aldur: 30 mín á dag af meðalákefð
- Einkenni þunglyndis (depressive symptoms): 9 spurningar um leiða, matarlyst, einmanaleika, gráþörf, svefnvandamál, depurð, áhugaleysi, orkuleysi og vonleysi tengt framtíð
- Út frá einkennum þunglyndis má staðsetja hvar viðkomandi einstaklingur eða hópur einstaklinga er staddur á litrófi sem nær frá depurðar til gleði

STAÐREYNDIR UM HREYFINGU UNGMENNA

- Almennt hefur dregið hefur úr hreyfingu
- Á heimsvísu ná 20% 13-15 ára ungmenna viðmiðum um daglega hreyfingu
- Á Íslandi: 23% 11-15 ára ungmenna ná viðmiðum um daglega hreyfingu
- Ónóg hreyfing getur haft alvarlegar afleiðingar
- Hreyfing hefur jákvæð áhrif á líkamlega og andlega heilsu
- Á unglingsárum mótast hreyfimyntur einstaklinga
- Munur er á kynjum

STAÐREYNDIR UM GEÐHEILSU UNGMENNA

- 10-20% ungmenna á heimsvísu stríða við eitt eða fleiri vandamál tengd hegðun eða geðheilsu
- 4% af 12-17 ára ungmennum og 9% af 18 ára ungmennum þjást af þunglyndi
- Þunglyndiseinkenni geta þróast yfir í þunglyndi
- Þunglyndi á oft upptök sín á unglingsárum
- Þunglyndi á unglingsárum spáir fyrir um þunglyndi síðar á lífsleiðinni
- Munur á kynjum

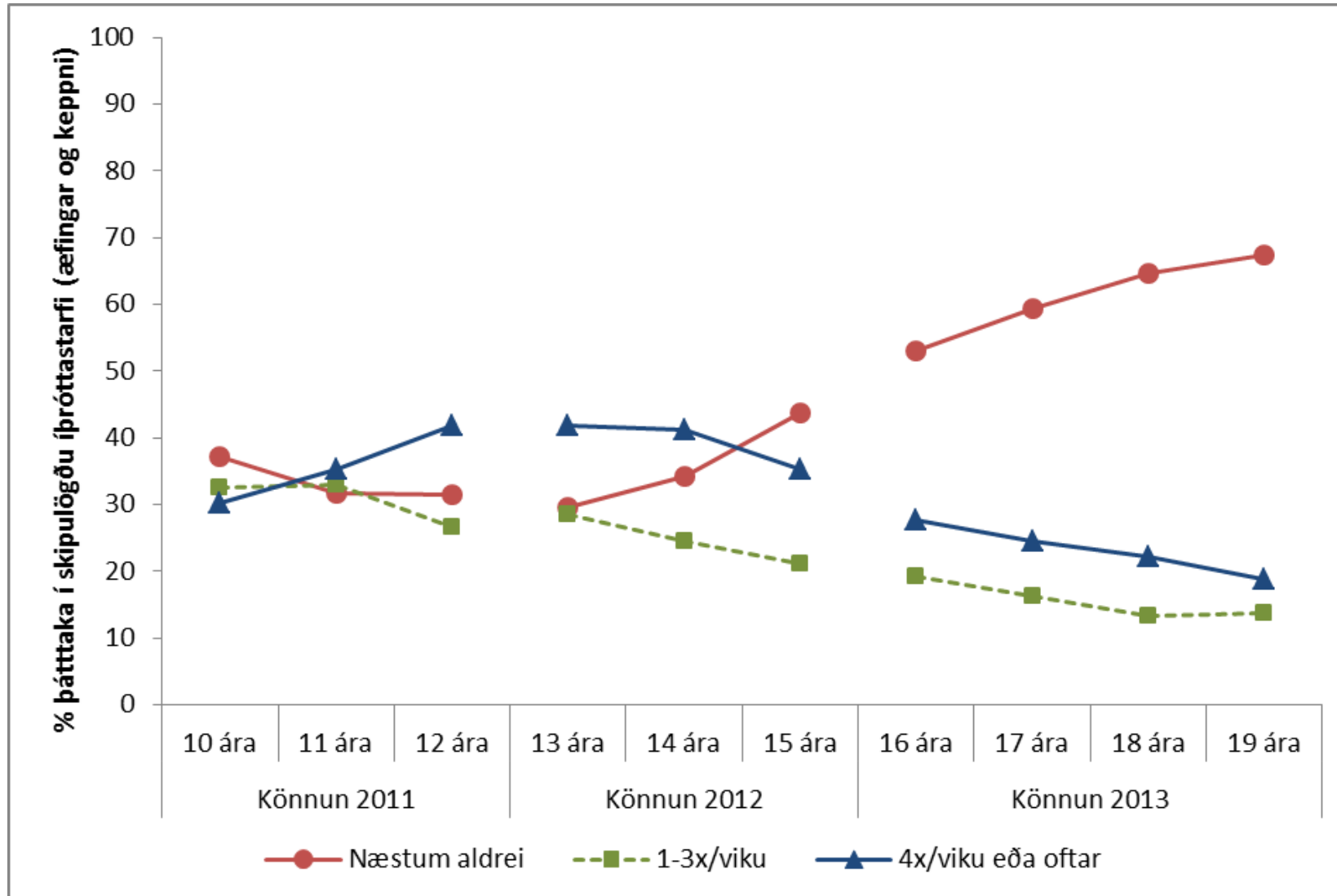
STAÐREYNDIR UM TENGLI HREYFINGAR OG GEÐHEILSU

- Hreyfing hefur jákvæð áhrif á heilastarfsemi
- Hreyfing hefur óteljandi jákvæð áhrif á heilsu – líkamlega og andlega
- Regluleg hreyfing dregur úr einkennum þunglyndis
- ... og hefur einnig fyrirbyggjandi áhrif gegn einkennum þunglyndis

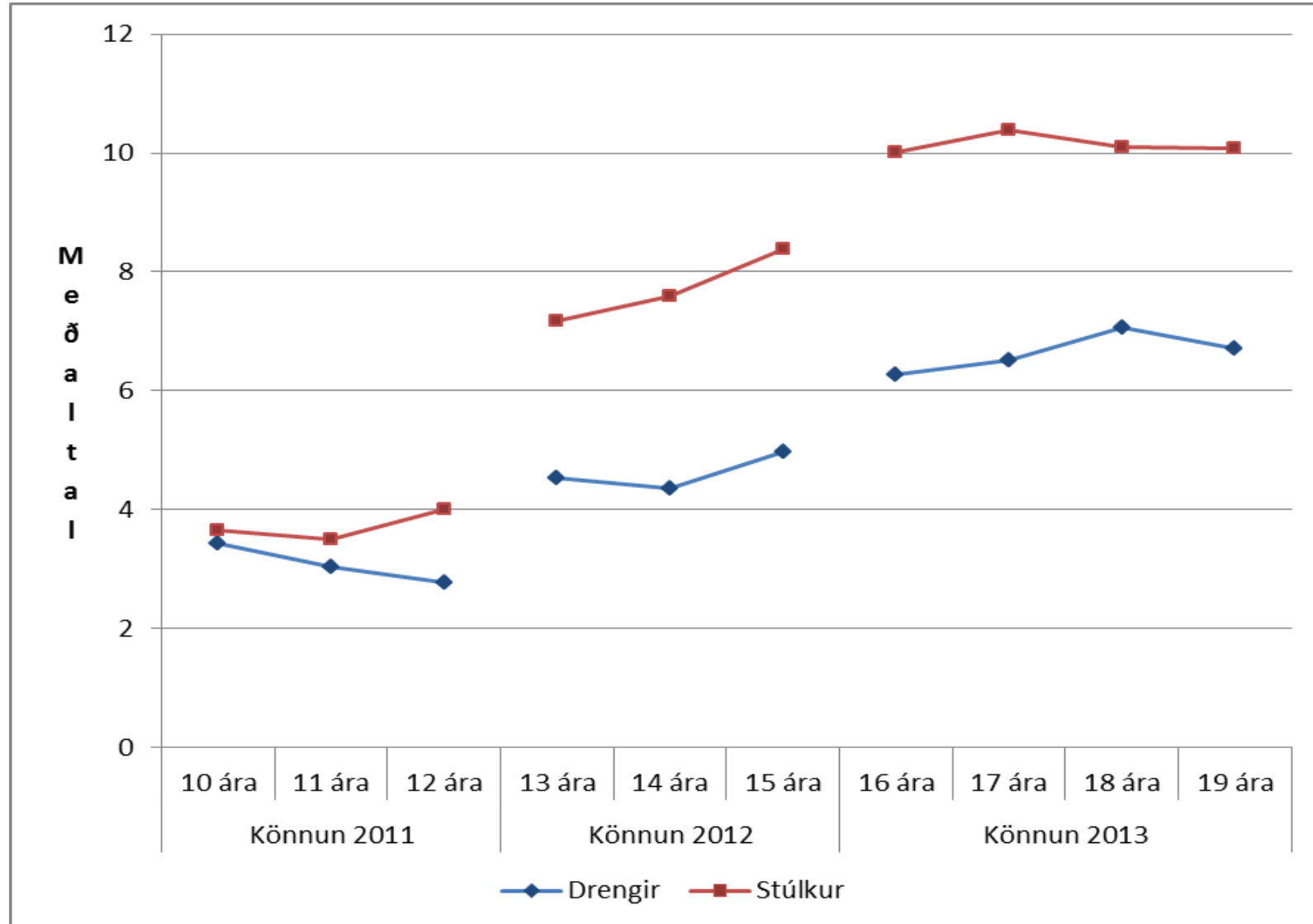
MARKMIÐ MEÐ RANNSÓKNINI

- Skoða aldurstengdar breytingar í hreyfingu 10-19 ára ungmenna á Íslandi
- Skoða samhliða aldurstengdar breytingar á einkennum þunglyndis
- Skoða tengsl milli hreyfingar og þunglyndiseinkenna
- Skoða mun milli drengja og stúlkna

ÞÁTTTAKA Í SKIPULÖGÐU ÍÞRÓTTASTARFI



EINKENNI ÞUNGLYNDIS



NIÐURSTÖÐUR

- Hreyfing minnkar með aldri, sérstaklega dregur úr þátttöku í skipulögðu íþróttastarfi frá grunnskóla til framhaldsskóla
- Einkenni þunglyndis – hækkandi meðaltal með aldri
- Stúlkur hreyfa sig minna en drengir – meðaltal einkenna þunglyndis er hærra hjá stúlkum
- Samband er milli þátttöku í hreyfingu og skipulögðu íþróttastarfi og einkenna þunglyndis
- Þátttaka í skipulögðu íþróttastarfi skiptir meira máli fyrir líðan stúlkna en drengja

HVAÐA ÞÝÐINGU HAFA NIÐURSTÖÐURNAR?

- Samanburðarrannsókn (HBSC): nýjustu tölur sýna að 23% íslenskra 11-15 ára ungmenna hreyfa sig daglega í 60 mínútur – samanborið við 16% úr eldri rannsókn
- Engu að síður er 23% allt of lágt hlutfall
- Mikilvægt að gera ungmennum kleift að flétta hreyfingu inn í daglegt líf
- Sérstaklega þarf að huga að hreyfingu og líðan ungmenna á framhaldsskólaaldri
- Skipulagt íþróttastarf er mikilvægt – en getur skólinn gert meira?
- Skylduáfangi um mikilvægi hreyfingar fyrir líkamlega og andlega heilsu – „heilsumennt“?

NÁNARI UPPLÝSINGAR UM ÞESSA RANNSÓKN

BIRNABALDURS@RU.IS



ANDLEG LÍÐAN UNGLINGA Í NÚTÍMASAMFÉLAGI

STAÐREYNDIR Í STUTTU MÁLI

2. JÚNÍ 2016

INGIBJÖRG EVA ÞÓRISDÓTTIR



TIL UMFJÖLLUNAR

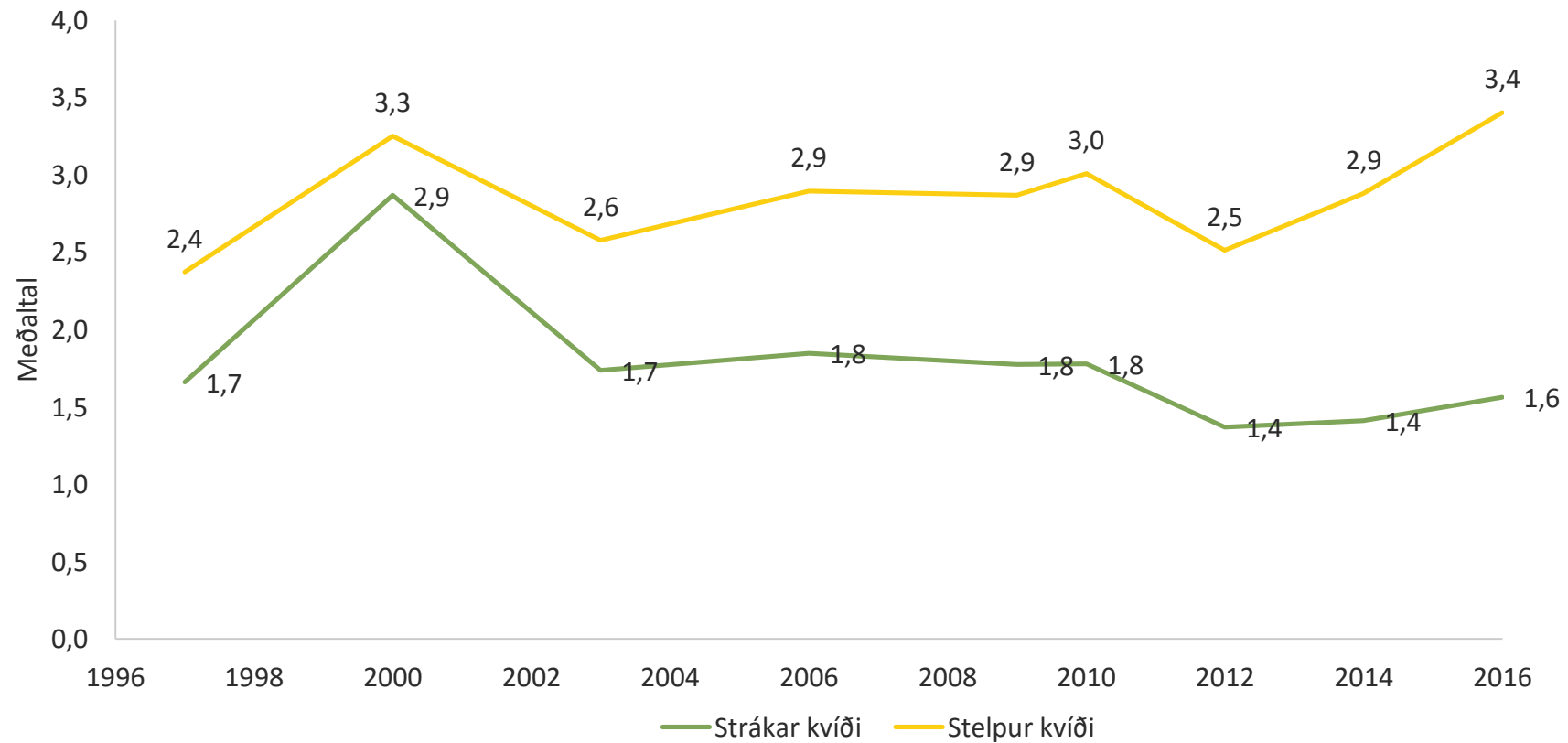
- Andleg heilsa ungs fólks
- Ungt Fólk 2016
- Mælingar á þunglyndi og kvíða á meðal ungs fólks
- Tengsl þunglyndis og kvíða við samfélagsmiðla, svefn og neteinelti

MÆLINGAR

- Einkenni þunglyndis: 9 spurningar um leiða, matarlyst, einmanaleika, grátþörf, svefnvandamál, depurð, áhugaleysi, orkuleysi og vonleysi tengt framtíð
 - Kvarðinn nær frá 0 til 27
- Einkenni kvíða: 3 spurningar um skyndilega hræðslu, uppspenntur og taugaóstyrkur
 - Kvarðinn nær frá 0 til 9

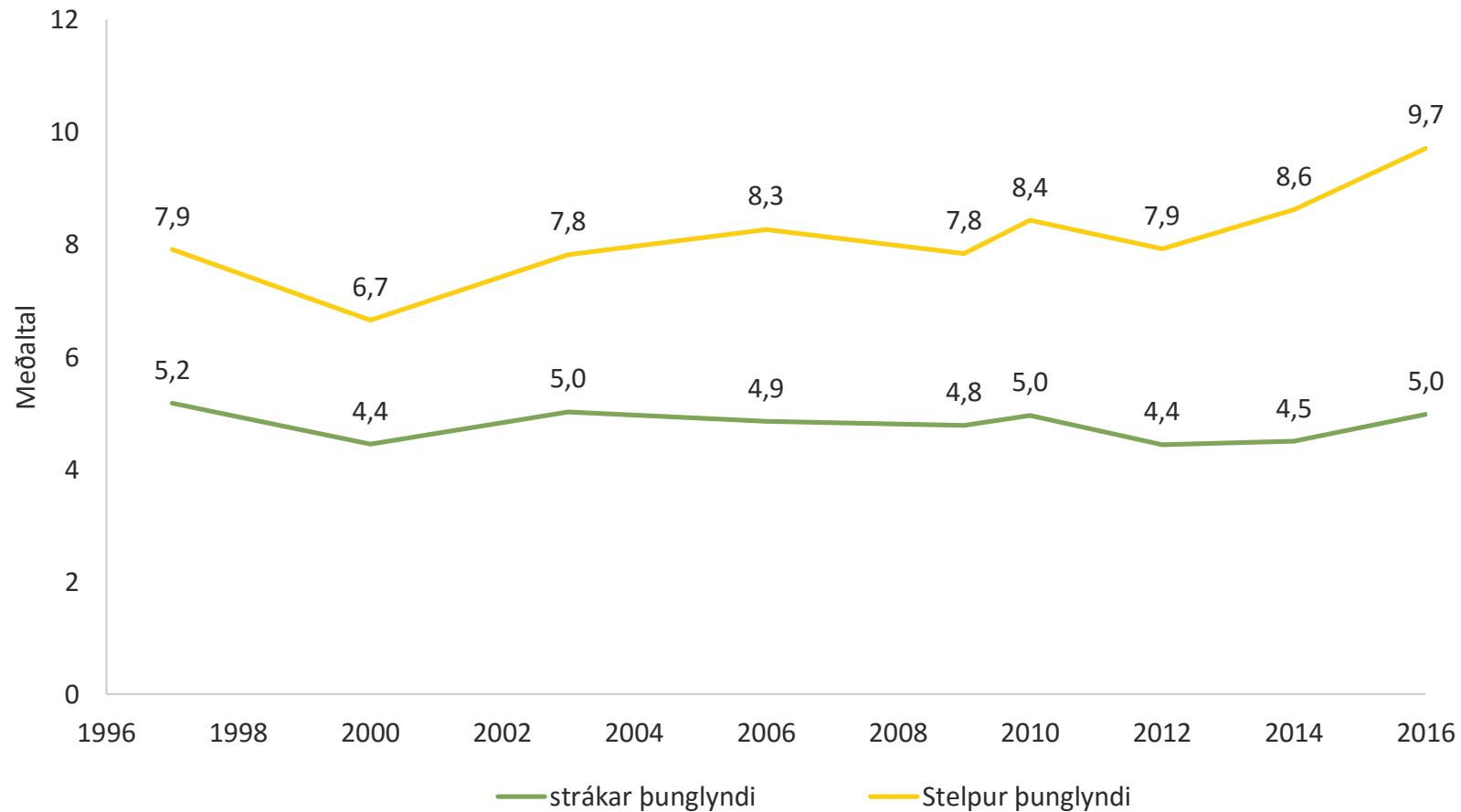
EINKENNI KVÍÐA FRÁ 1997 TIL 2016

MEÐALTAL FYRIR STELPUR OG STRÁKA Í 9. OG 10. BEKK

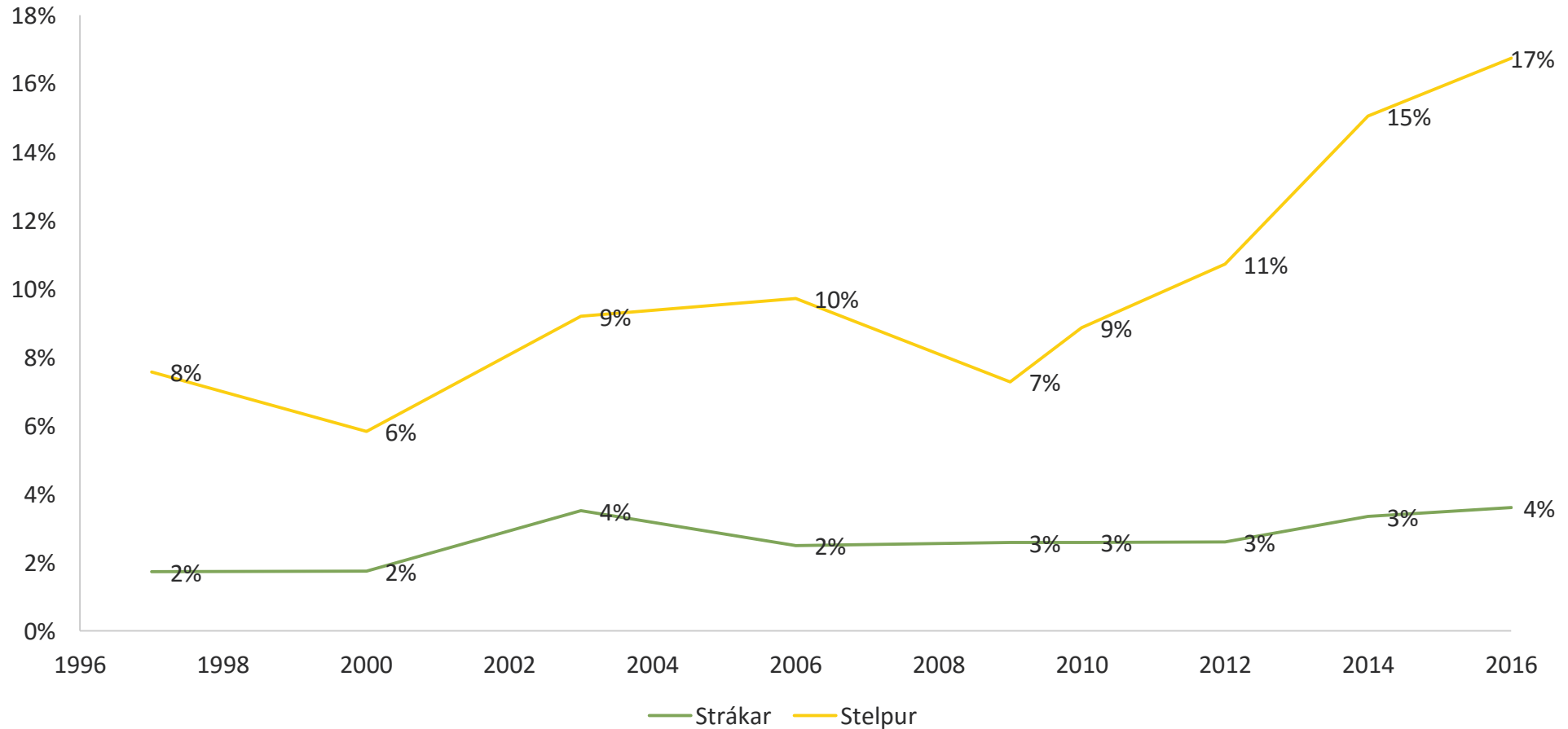


EINKENNI ÞUNGLYNDIS FRÁ 1997 TIL 2016

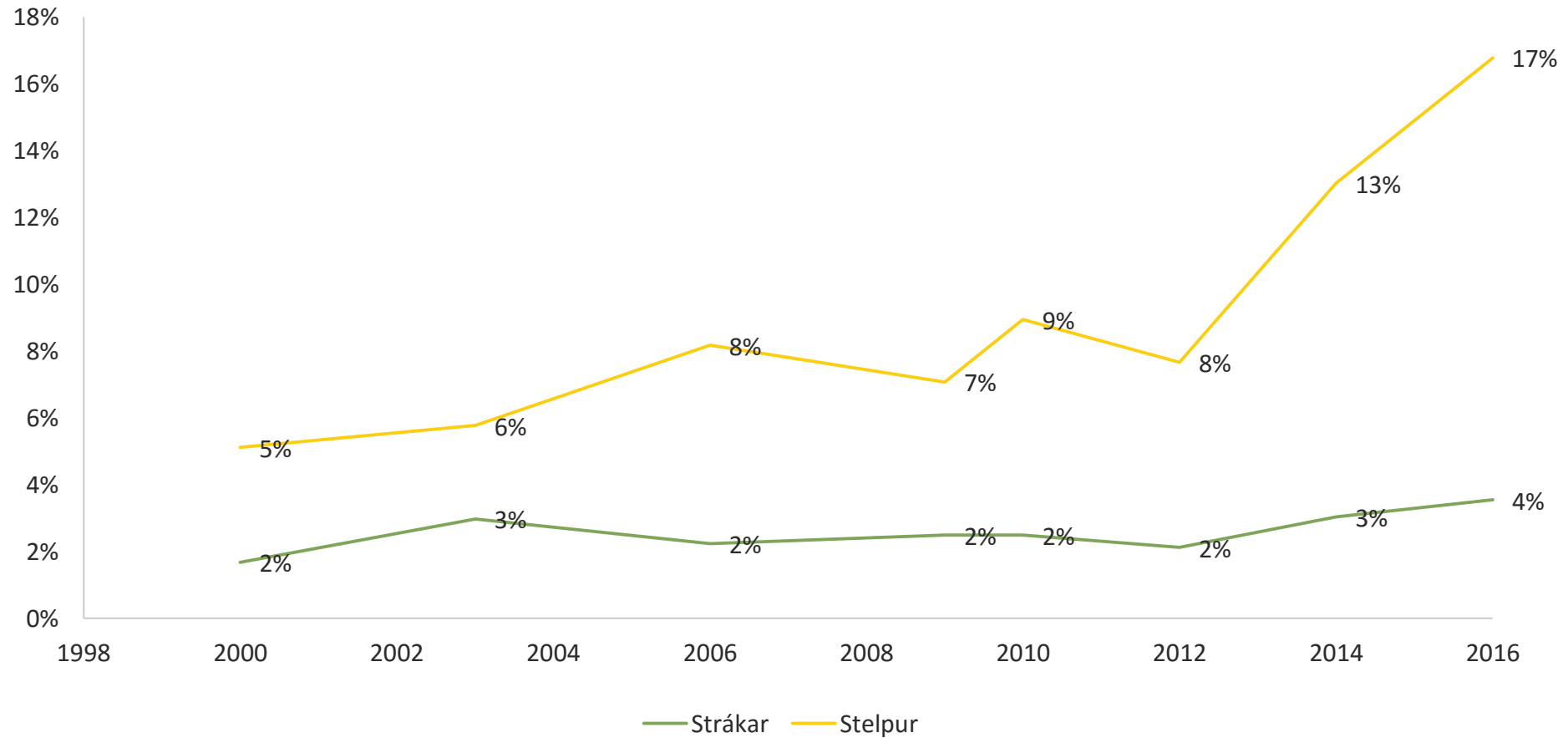
MEÐALTAL FYRIR STELPUR OG STRÁKA Í 9. OG 10. BEKK



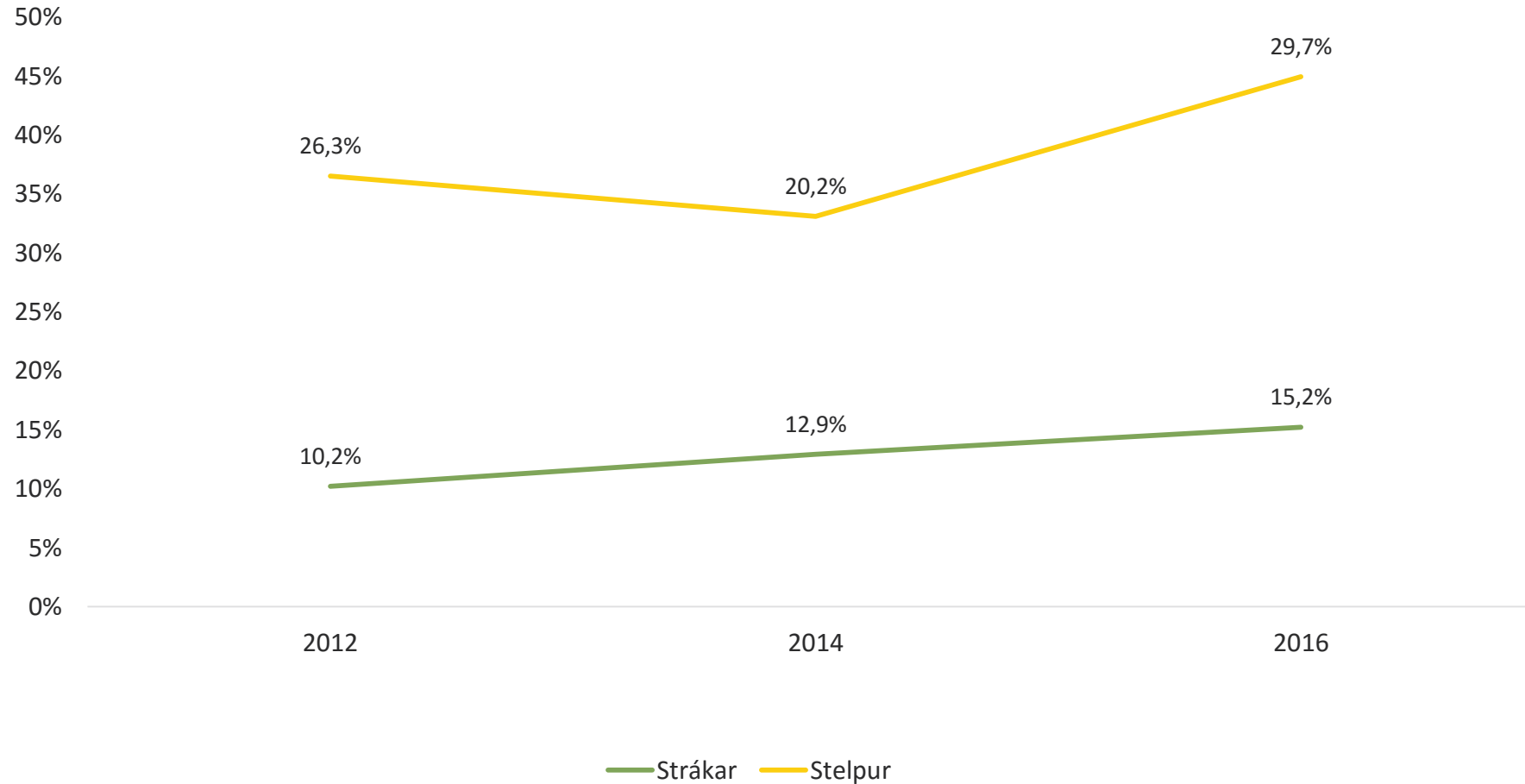
EINKENNI ÞUNGLYNDIS MEÐAL UNGLINGA Í 9. OG 10. BEKK. HLUTFALL ÞEIRRA SEM SKORA HÆST Á ÞUNGLYNDISKVARÐA



EINKENNI KVÍÐA MEÐAL UNGLINGA Í 9. OG 10. BEKK. HLUTFALL ÞEIRRA SEM SKORA HÆST Á KVÍÐAKVARÐA

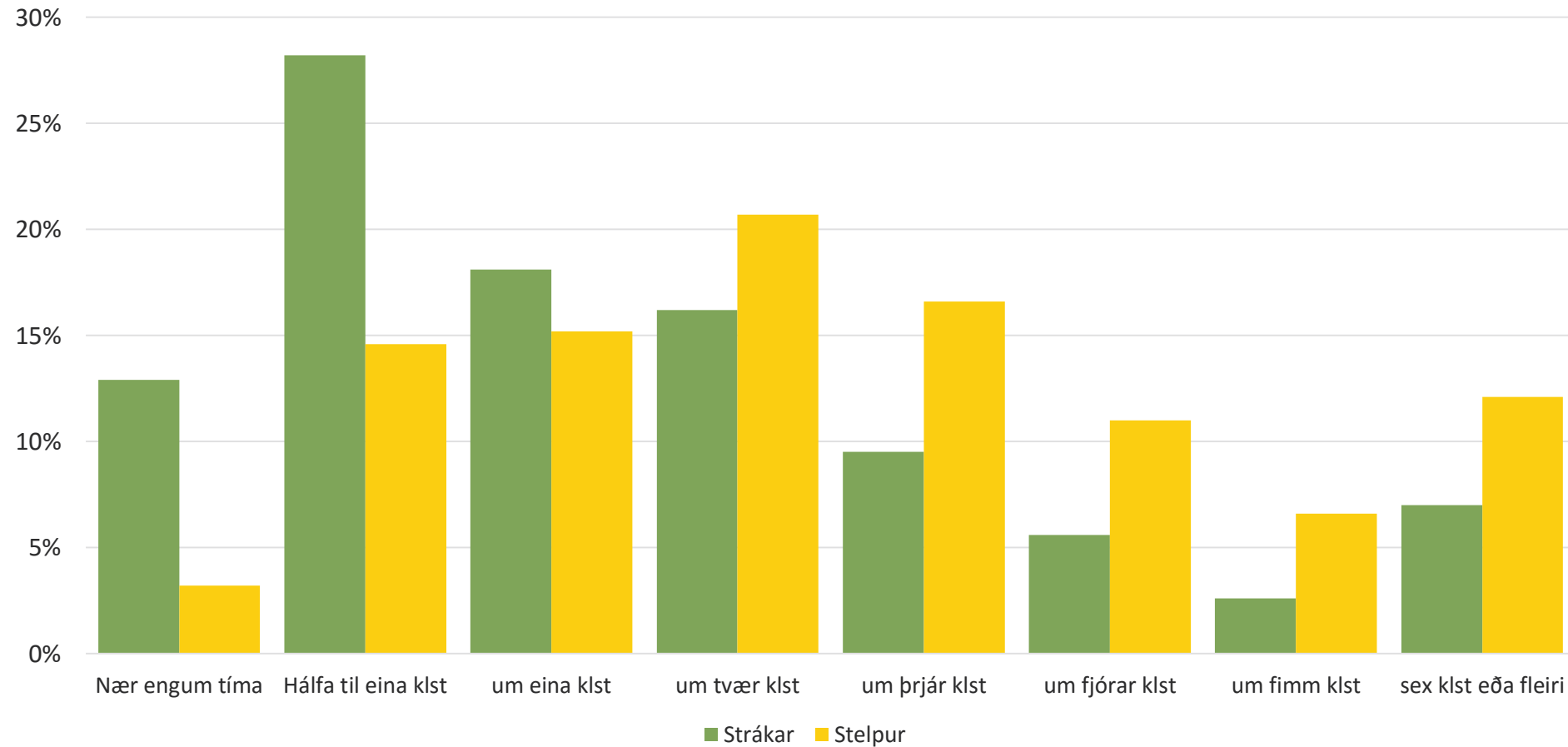


HLUTFALL NEMENDA Í 9. OG 10. BEKK SEM VER 4 KLUKKUSTUNDUM EÐA MEIRA Á SAMFÉLAGSMIÐLUM Á DAG



TÍMA VARIÐ Á SAMFÉLAGSMIÐLUM ÁRIÐ 2016

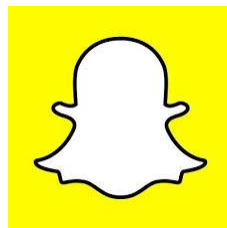
STELPUR OG STRÁKAR Í 9. OG 10. BEKK



HVAÐ VELDUR ÞESSUM BREYTINGUM?

- Flókið samspil margra þátta

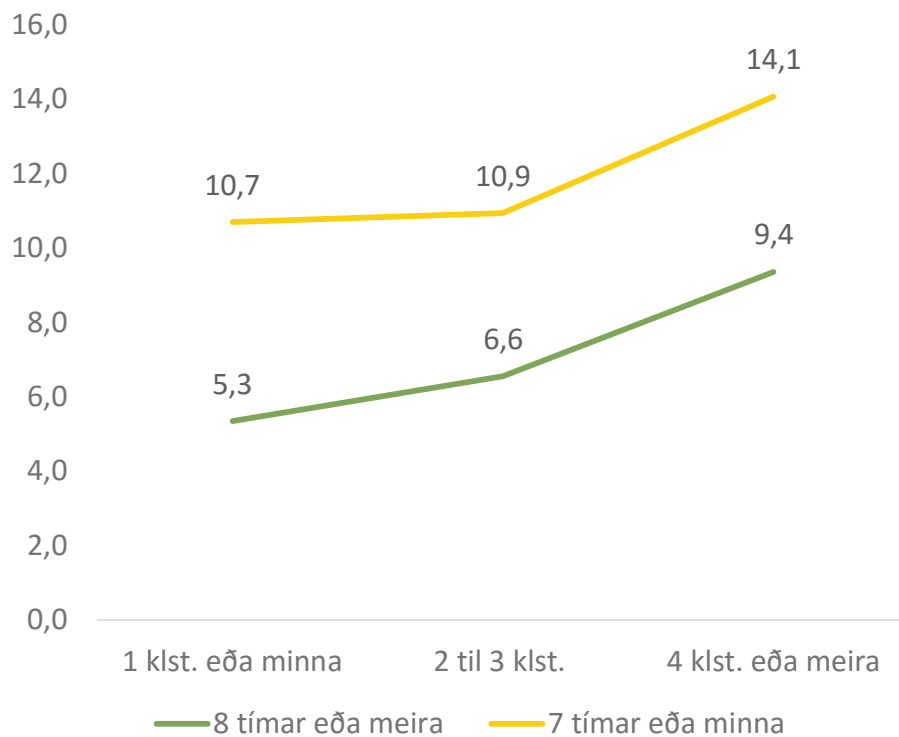
- Samfélagsmiðlar



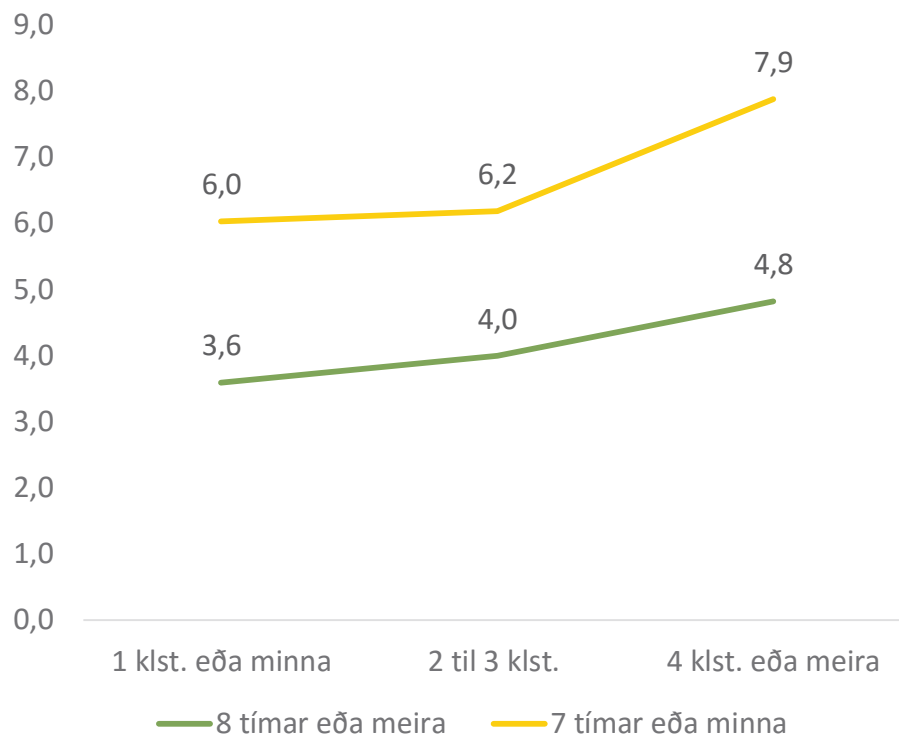
- Andstyggileg eða særandi skilaboð í gegnum netið/símánn
- Svefnvenjur hafa lítið breyst frá 2009 til 2016
 - Sá hópur sem er með mestu kvíðaeinkennin sefur þó minna núna en árið 2012

ÞUNGLYNDISEINKENNI – SAMFÉLAGSMIÐLAR OG SVEFN

STELPUR Í 9. OG 10. BEKK

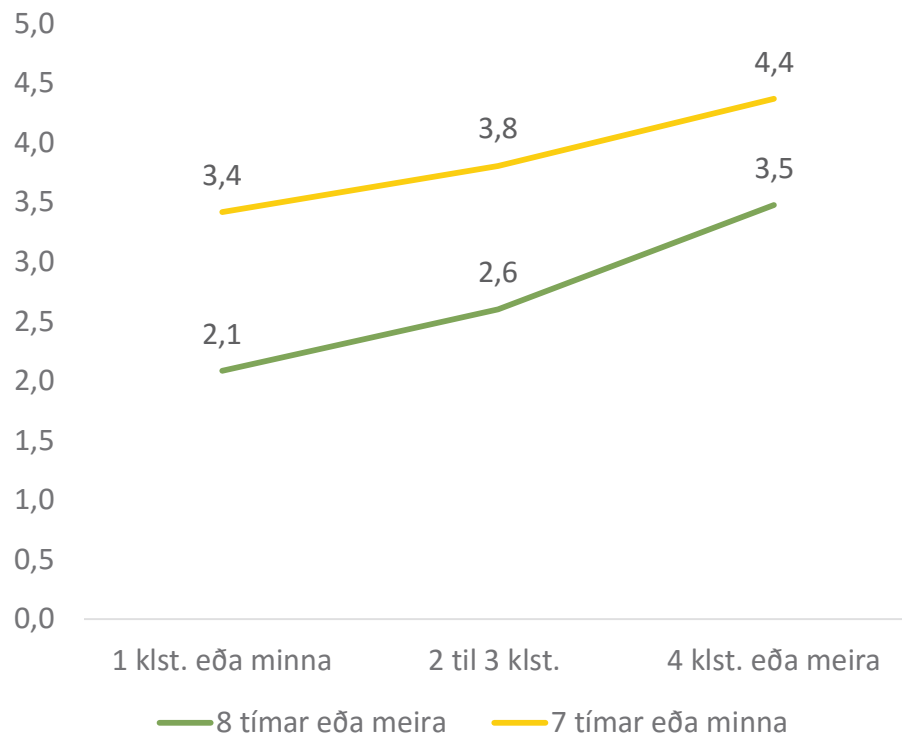


STRÁKAR Í 9. OG 10. BEKK

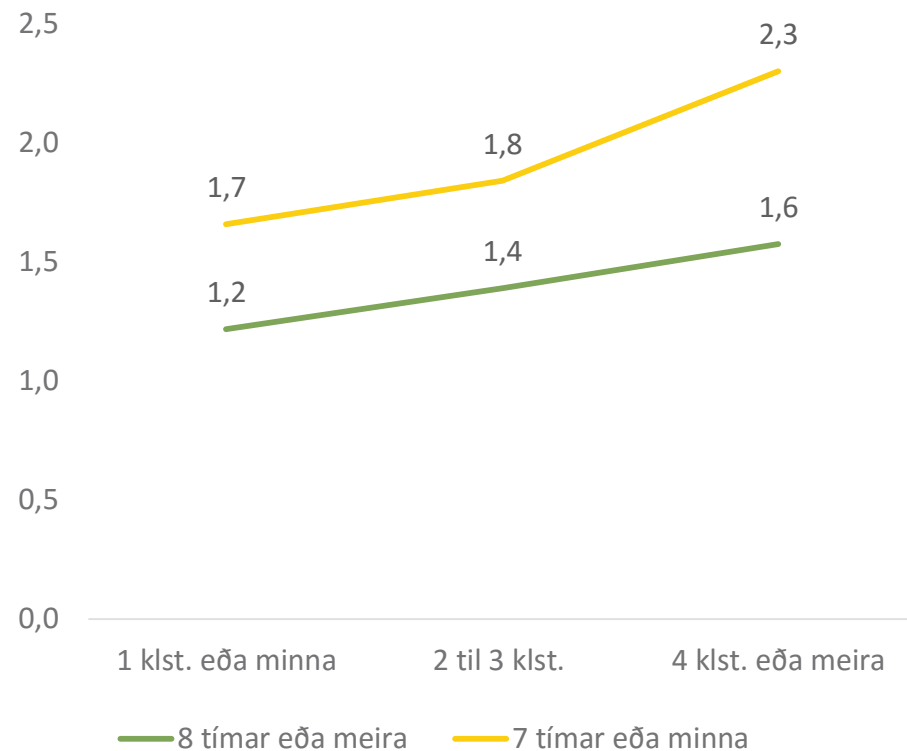


KVÍÐAEINKENNI – SAMFÉLAGSMIÐLAR OG SVEFN

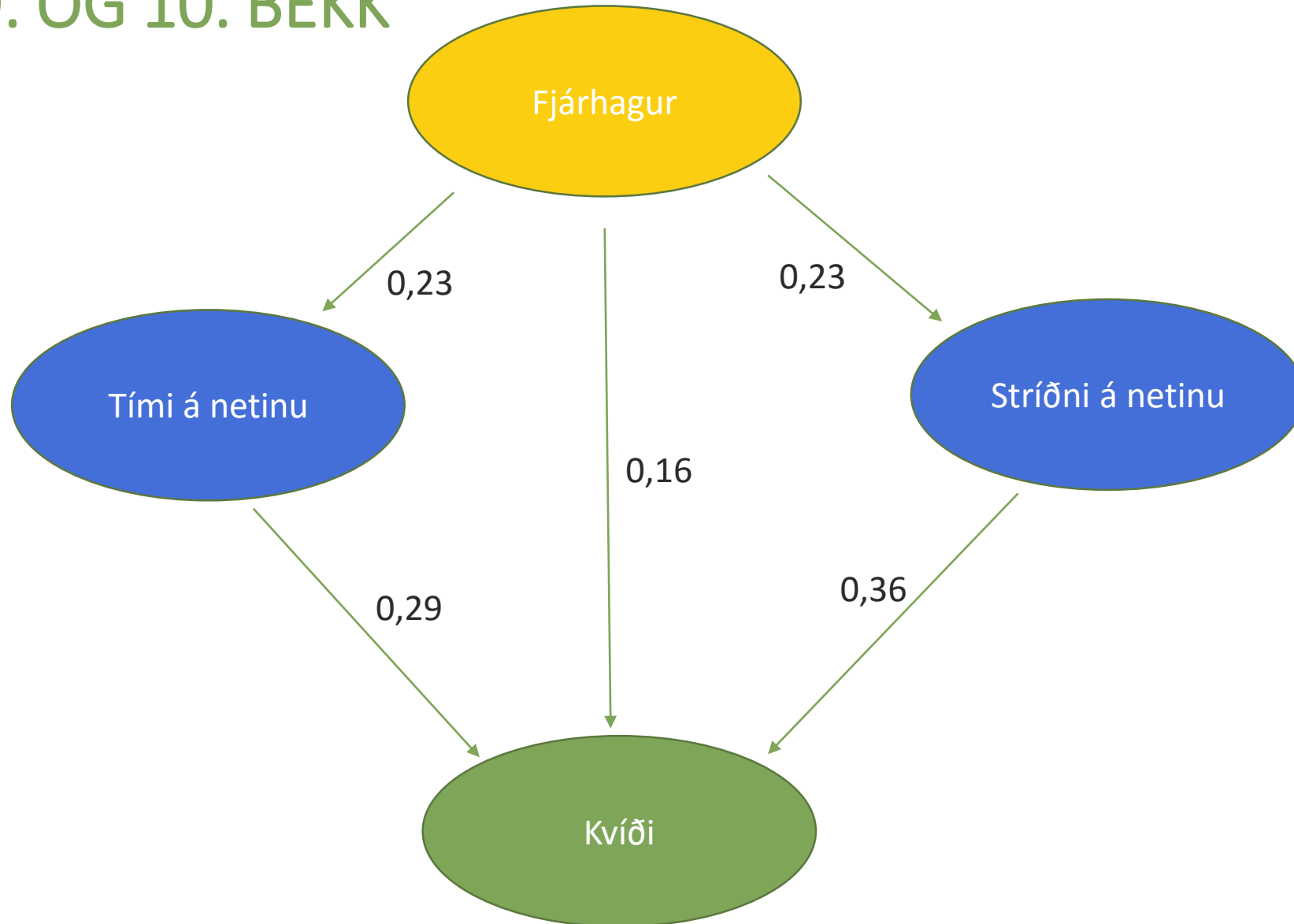
STELPUR Í 9. OG 10. BEKK



STRÁKAR Í 9. OG 10. BEKK



TÍMI Á NETINU OG KVÍÐI STÚLKUR Í 9. OG 10. BEKK



ANDLEG HEILSA UNGMENNA Á ÍSLANDI ÁRIÐ 2016

- Jákvætt:
 - Flest ungmenni meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða
 - 78,5 % stráka og 63,1% stúlkna árið 2016
 - Meirihluti ungmenna sefur um 8 klukkustundir eða meira að jafnaði á hverri nóttu
 - 62% stráka og 57% stúlkna
- Áskoranir sem að við stöndum frammi fyrir núna:
 - Að kortleggja verndandi þætti

NÁNARI UPPLÝSINGAR

INGIBJORGTH@RU.IS



ANDLEG LÍÐAN HINSEGIN UNGMENNA Í ÍSLENSKUM FRAMHALDSSKÓLUM

STAÐREYNDIR Í STUTTU MÁLI

2. JÚNÍ 2016

BERGLIND GÍSLADÓTTIR



TIL UMFJÖLLUNAR

- Framhaldsskólarannsóknin Ungt fólk 2013
- Áhrif kynhneigðar á andlega heilsu ungmenna
- Andleg heilsa skoðuð með mælingum á depurð, reiði og streitu.
- Einnig fjallað um sjálfsskaða, sjálfsvígshugsanir og sjálfsvígstilraunir

HINSEGIN UNGMENNI

- Öll ungmenni standa frammi fyrir margvíslegum áskorunum í daglegu lífi
- Auk þeirra áskorana standa hinsegin ungmenni frammi fyrir því að vera frábrugðin meirihluta jafnaldra sinna þegar kemur að kynhneigð
- Fyrri rannsóknir hafa bent á að hinsegin ungmenni eru líklegri til þess að:
 - þjást af þunglyndi og depurð
 - sækja í vímuefni
 - hafa verri líkamlega heilsu
 - hafa sjálfsvígshugsanir og fremja sjálfsvíg

Á ÍSLANDI HEFUR
RÉTTINDABARÁTTA
SAMKYNHNEIGÐRA
SKILAÐ MIKLUM
ÁRANGRI Á SÍÐUSTU
TVEIMUR ÁRATUGUM

- 1996 tóku lög um staðfesta samvist samkynhneigðra gildi.
- 2006 var samkynhneigðum pörum heimilt að ættleiða börn og heimil aðstoð við tæknifrjóvgun.
- 2008 var prestum og forstöðumönnum skráðra trúfélaga veitt heimild til að staðfesta samvist.
- 2010 samþykkti Alþingi að ein hjúskaparlög skyldu gilda um alla.



VAKNING Í SAMFÉLAGINU



BBC News

Johanna Sigurdardottir, named as Iceland's prime minister on Sunday, is the first openly lesbian head of government in Europe, if not the world - at least in modern times.

The 66-year-old's appointment as an interim leader, until elections in May, is seen by many as a milestone for the gay and lesbian movement.



Few Icelanders seem concerned about the PM's sexual orientation

KYNHNEIGÐ SKILGREIND EFTIR AÐLÖÐUN

	Laðast ekkert að		Laðast nokkuð að	Laðast mikið að	
	1	2	3	4	5
Hvar myndir þú staðsetja þig á mælikvarða sem mælir kynferðislega aðlöðun að <u>gagnstæðu kyni</u> ?					
Hvar myndir þú staðsetja þig á mælikvarða sem mælir kynferðislega aðlöðun að <u>sama kyni</u> ?					

Gagnkynhneigðir = 3 4 5 + 1 2

Samkynhneigðir = 3 4 5 + 1 2

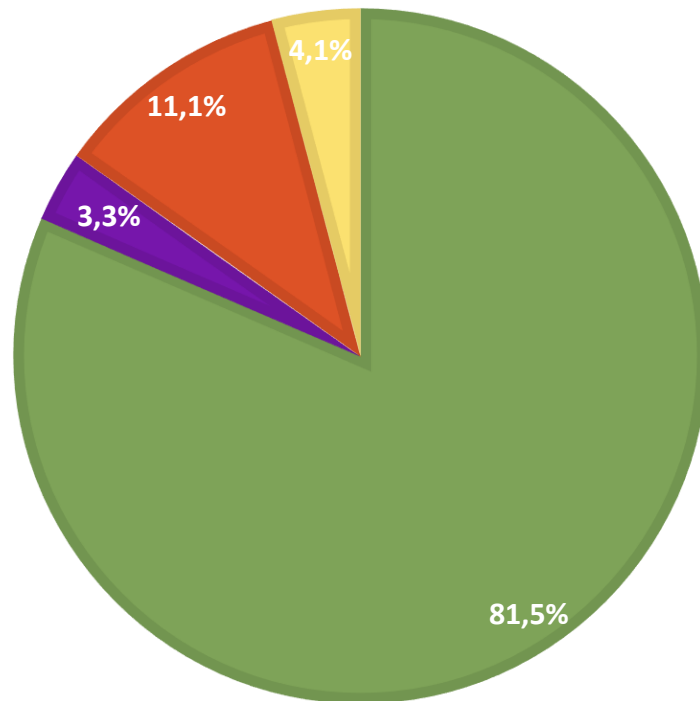
Tvíkynhneigðir = 3 4 5 + 3 4 5

Óskilgreindir = 1 2 + 1 2 (Voru ekki með í greiningum)

NEMENDUR Í ÍSLENSKUM FRAMHALDSSKÓLUM, SKIPT EFTIR KYNHNEIÐ

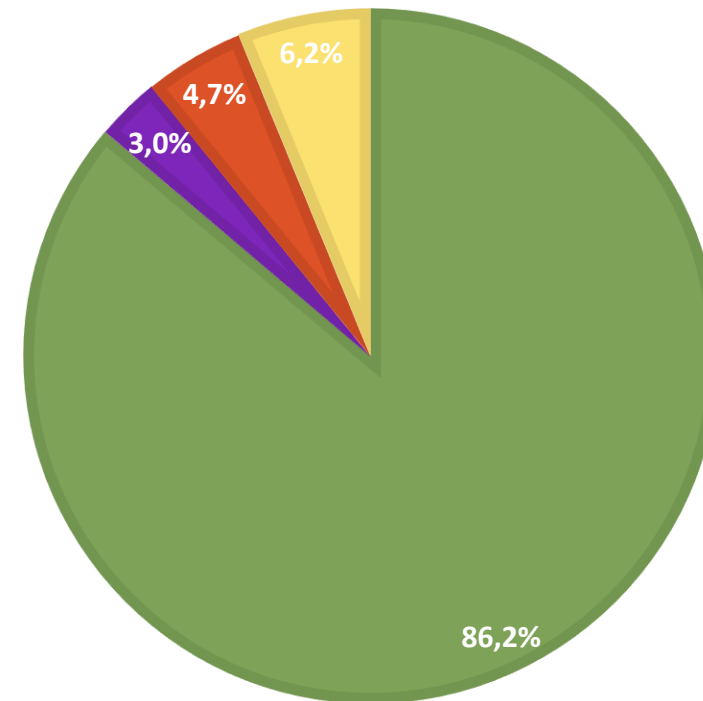
STÚLKUR

■ Gagnkynhneigðir ■ Samkynhneigðir ■ Tvíkynhneigðir ■ Óskilgreindir



DRENGIR

■ Gagnkynhneigðir ■ Samkynhneigðir ■ Tvíkynhneigðir ■ Óskilgreindir

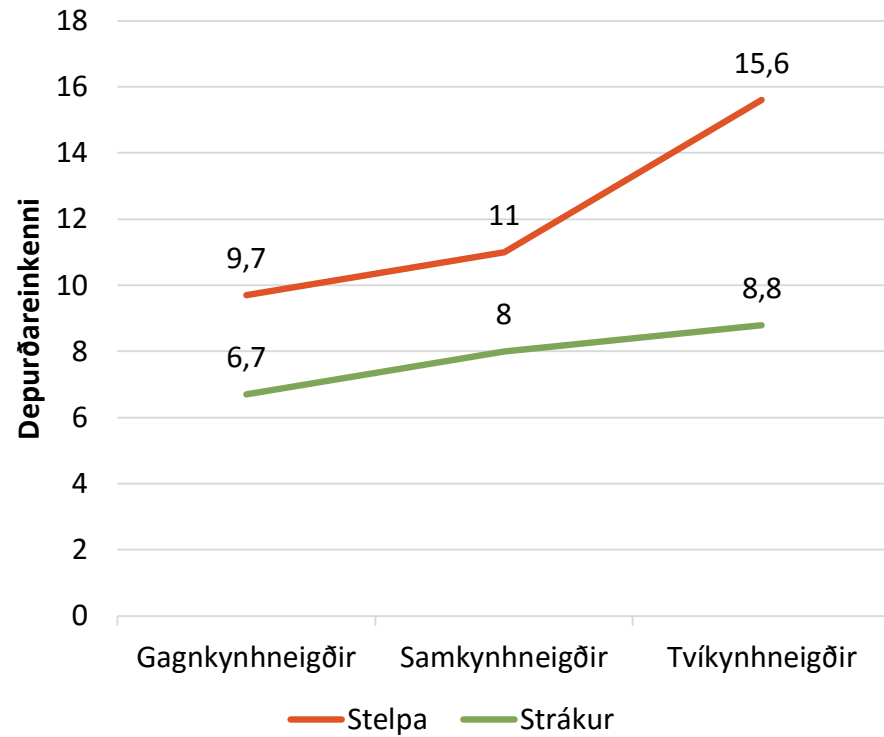


ANDLEG HEILSA (depurð, reiði og streita)

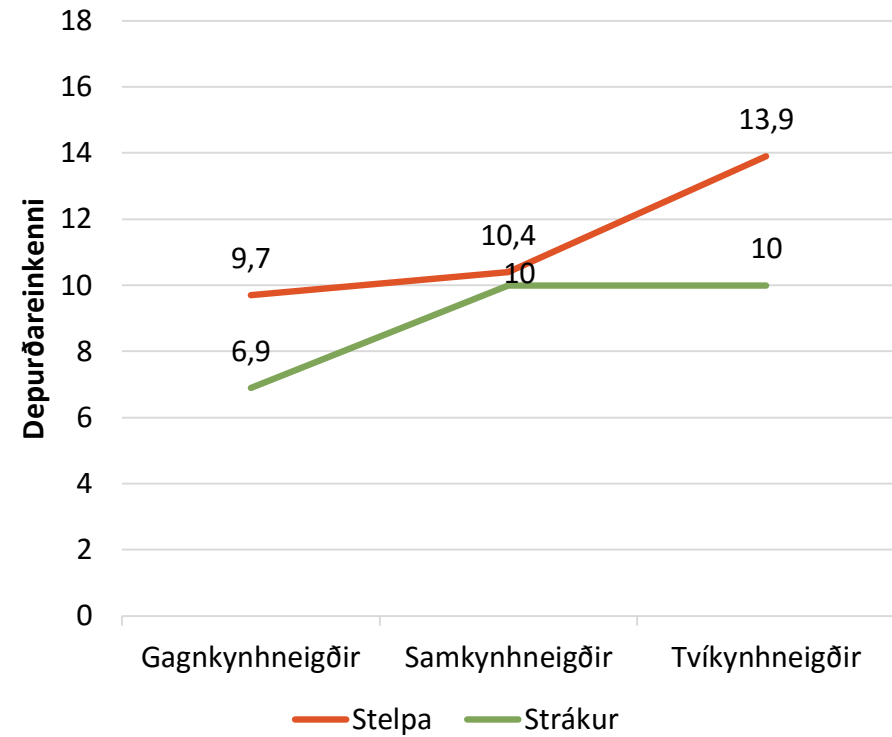


DEPURÐ

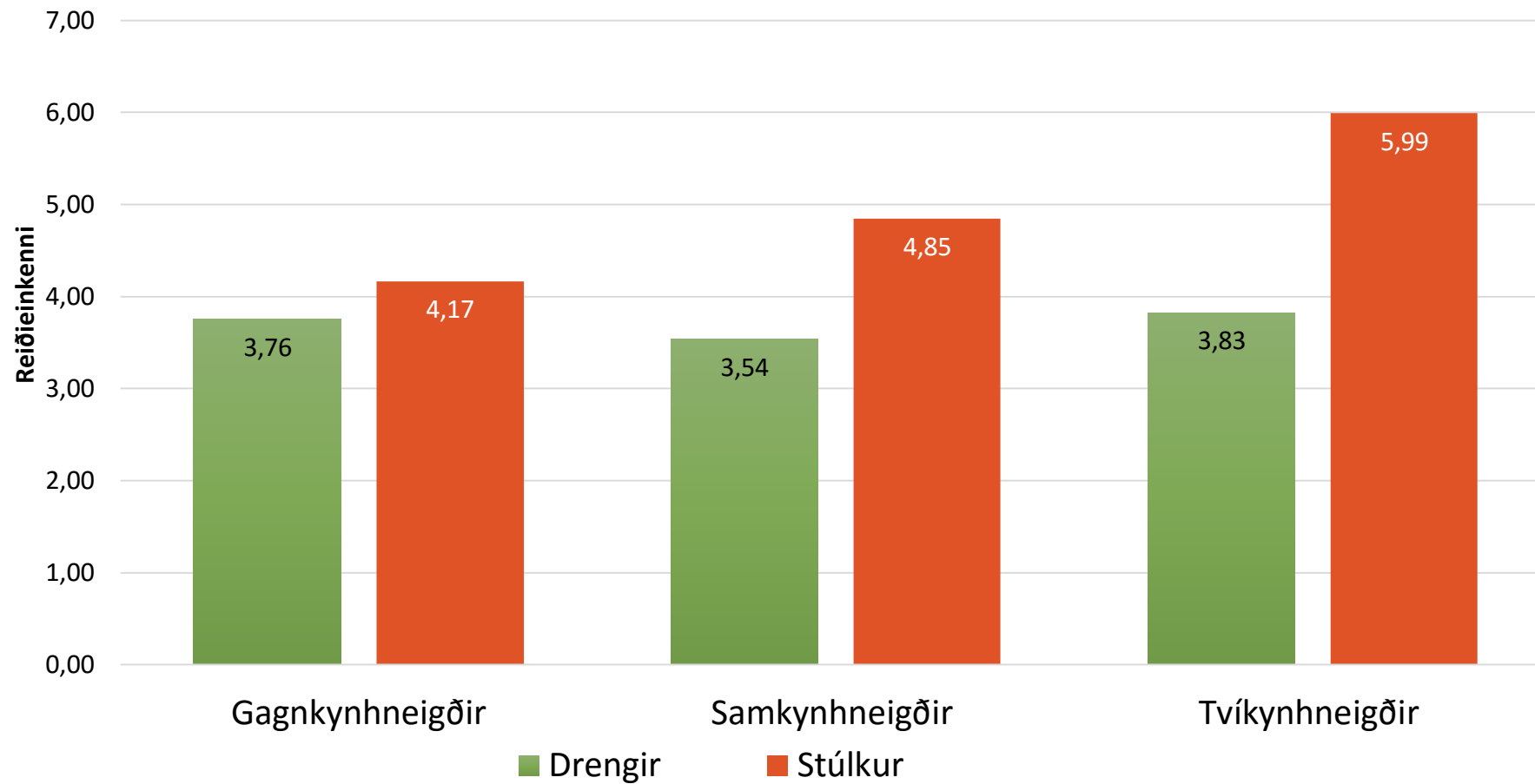
Yngri en 18 ára



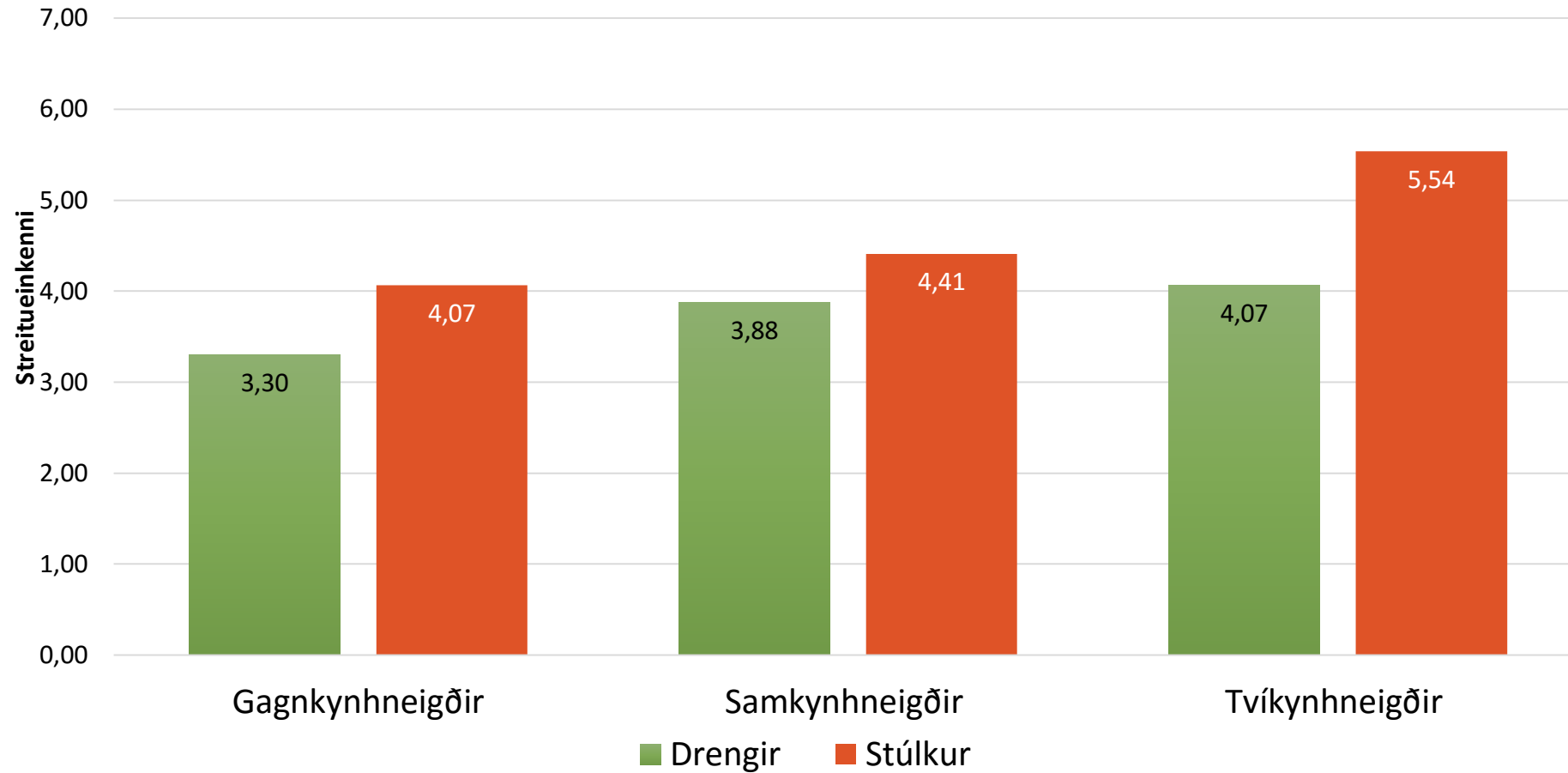
18 ára og eldri



REIÐI



STREITA

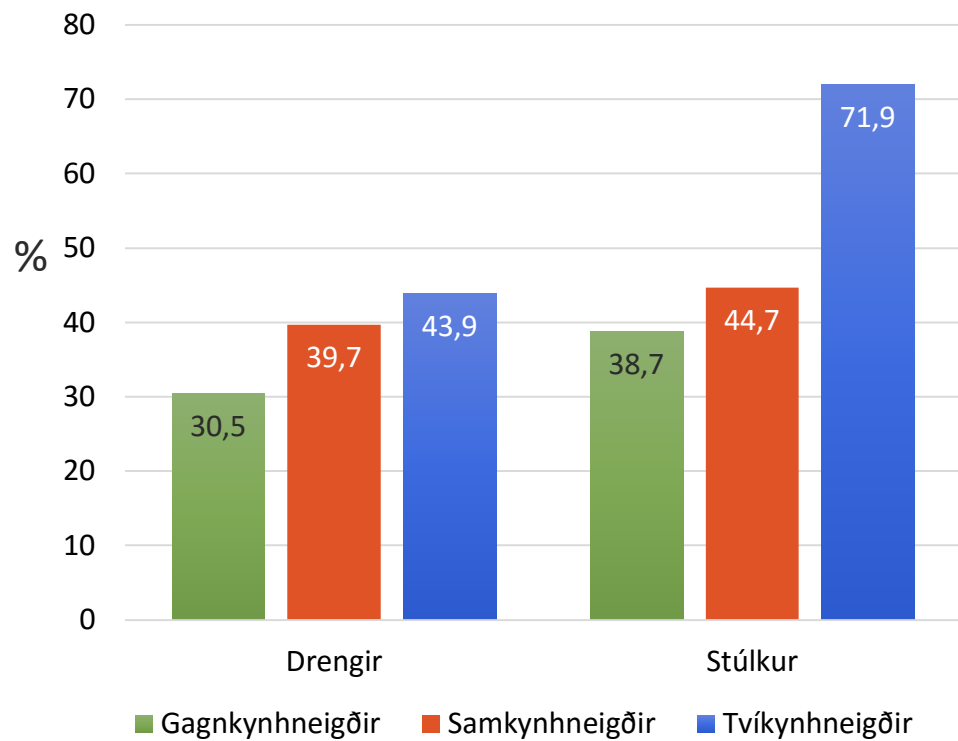


SJÁLFSSKAÐI

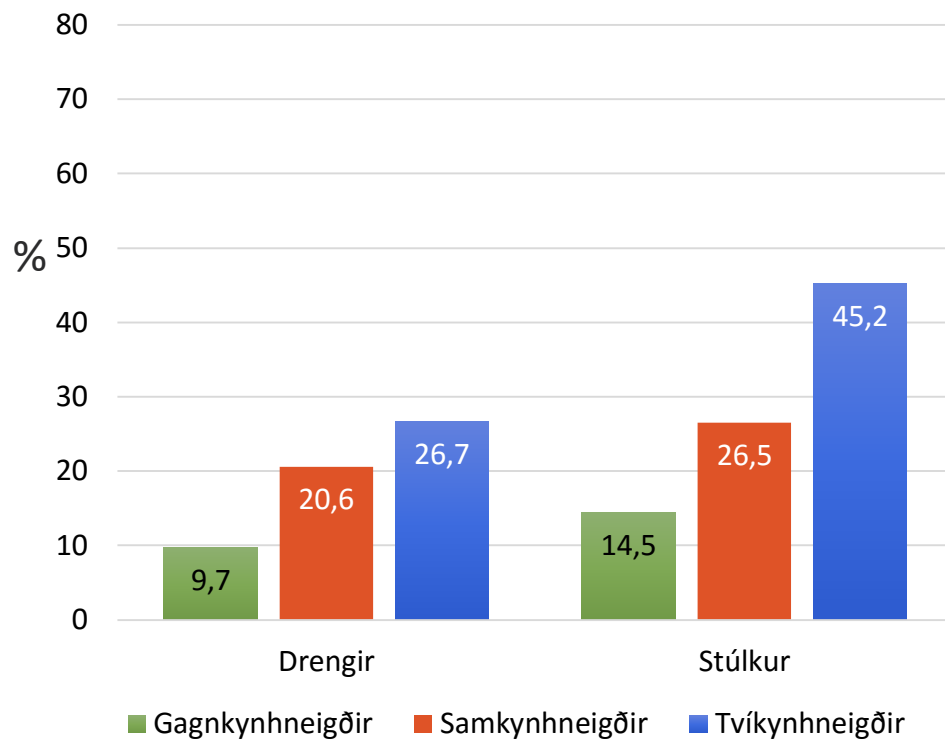


SJÁLFSSKAÐAHEGÐUN

Hugsað um að skaða sig einu sinni eða oft

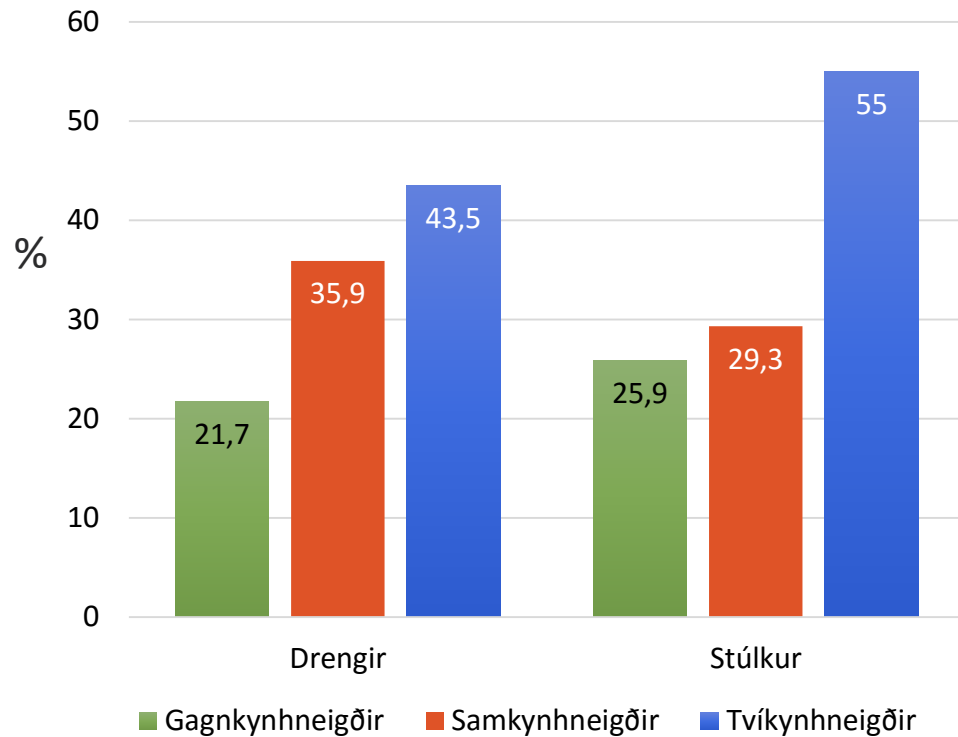


Skaðað sig einu sinni eða oft

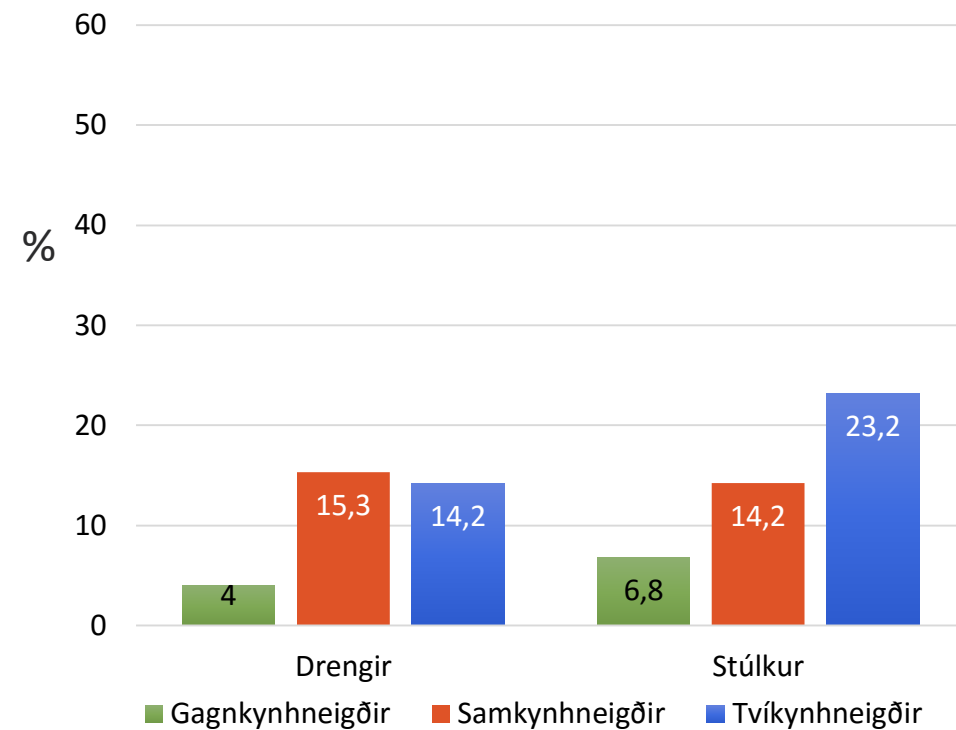


SJÁLFSVÍGSHUGSANIR OG SJÁLFSVÍGSTILRAUNIR

Hugleitt í alvöru að fremja sjálfsvíg



Hafa gert tilraun til að fremja sjálfsvíg



TAKK FYRIR

berglindg@ru.is