



Ung under coronapandemin

En lokal studie om ungdomars livssituation, psykiska hälsa
och utsatthet i Huddinge



 **KRAFTBYRÅN**
DIN UNGDOMSJOUR I HUDDINGE

Ung under coronapandemin

- En lokal studie om ungdomars livssituation, psykiska hälsa och utsatthet i Huddinge

Producerad av Kraftbyrån 2021

Rapportförfattare: Jessica Johansson

Layout: Jessica Johansson

www.kraftbyran.nu | Instagram: @kraftbyran

info@kraftbyran.nu | Facebook: @kraftbyran



Innehållsförteckning

Förord.....	4
Resultat.....	5
Bakgrund.....	6
Syfte och metod.....	7
Metod och urval.....	7
Ungdomsenkät.....	7
Frågor till elevhälsan.....	8
Demografi.....	8
Dataskydd och anonymitet.....	9
Livssituation.....	10
Kunskapsläge.....	10
Ungas egna röster.....	10
Psykisk hälsa.....	13
Kunskapsläge.....	13
Ungas egna röster.....	14
Psykisk hälsa - före och under pandemin.....	15
Svar från elevhälsan.....	17
Utsatthet.....	18
Kunskapsläge.....	18
Begränsningar.....	18
Våld i ungas partnerrelationer.....	19
Svar från elevhälsan.....	22
Våld och annan utsatthet i hemmet.....	22
Svar från elevhälsan.....	23
Ekonomisk utsatthet.....	24
Svar från elevhälsan.....	24
Slutsatser.....	25
Kraftbyråns politiska krav och förslag på åtgärder	25
Referenser.....	27
Appendix.....	29

Förord

Kraftbyrån är en partipolitiskt- och religiöst obunden ungdomsjournalist som arbetar med stöd, våldsprevention och politisk påverkan utifrån en kunskap om kön, genus, makt och våld. Vi är en del av den nationella kvinno-, tjej- och ungdomsjournalisten och organiserar oss tillsammans med över 130 andra journalister under riksförbundet Unizon.

Framför dig har du vår rapport "Ung under coronapandemin". Rapporten samlar information och citat från ungdomar som bor, vistas eller går i skolan i Huddinge kommun. De berättar om hur deras livssituation, psykiska hälsa och utsatthet sett ut hittills under pandemin. I snart ett års tid har vi dagligen nåtts av rubriker och nyheter om människor som blivit svårt sjuka eller gått bort i sviterna av covid-19. Vi har fått se allvarliga politiker som uppmanar oss till social distansering och att ställa in aktiviteter som inbegriper fysisk samvaro med andra människor. Det politiska budskapet har varit tydligt - håll avstånd, stanna hemma och umgås endast med de personer som du bor tillsammans med.

Men hur har livet under coronapandemin sett ut för ungdomar? Hur har livet förändrats för den som bor eller är tillsammans med någon som skadar, hotar, slår och förnedrar? Eller den vars psykiska hälsa försämrats på grund av inställda aktiviteter, isolering, förändrade familjeförhållanden eller rädsla? Kvinno-, tjej- och ungdomsjournalerna var tidigt ute

och uppmärksammade att kvinnor, barn och unga är särskilt sårbara grupper i pandemin. Vi vet att under samhällskriser ökar våld, våldtäkter och den psykiska ohälsan. Kraftbyråns fokus för året har därför varit att snabbt ställa om och anpassa vår verksamhet efter rådande restriktioner och villkor. Vi har bland annat utökat vår digitala närvaro och stödet till unga, bevakat kommunens coronarelaterade insatser och påmint om ett jämställdhets- och ungdomspolitiskt perspektiv. Att sammanställa denna rapport är ett viktigt bidrag för att kunna fortsätta arbetet med att stötta och skydda ungdomar.

Rapporten riktar sig främst till dig som på något sätt arbetar med eller ansvarar för ungdomar. Den riktar sig även till dig som beslutsfattare som ansvarar för ungdomspolitiken. Rapporten uppmanar till konkret handling för att stötta och skydda de unga vars liv förändrats i spåren av pandemin.

Vi vill vi tacka er modiga ungdomar som besvarat enkäten, delat era berättelser samt chattat med oss under året. Vi kommer fortsätta att kämpa för att varenda en av er ska få leva i ett jämställt samhälle fritt från våld. Tack också till kuratorer och personal på elevhälsan som varit med och besvarat frågor om ungas utsatthet under coronapandemin. Slutligen vill vi också tacka vårt riksförbund Unizon för att ni alltid är jourernas och våra stödsökandes röst i politiken. Utan ert arbete hade inte denna rapport varit möjlig.



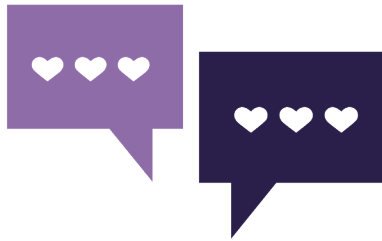
*Camilla Skyttman
Ordförande Kraftbyrån
januari 2021*

Resultat

- **Ungdomar uppgav** att coronapandemin främst påverkar deras livssituation genom social distansering, ingen eller liten påverkan, färre eller inställda fritidsaktiviteter, psykisk ohälsa och distansundervisning.
- **Högstadiel elever berättade** ofta att de endast påverkas lite eller inte alls av coronapandemin. Liknande svar var ytterst ovanliga bland gymnasieelever och de ungdomar som gick ut gymnasiet våren 2020, under pandemin.
- **Hälften av gymnasieeleverna svarade** att distansundervisningen påverkar studierna negativt. Flertalet tog även upp att distansundervisning samt social distansering och inställda aktiviteter bidragit till försämrad psykisk hälsa och lägre motivation.
- **Ungdomar rapporterade** om ökad psykisk ohälsa i form av nedstämdhet, oro, ångest, sömnsvårigheter, rädsla och ensamhet. Den rapporterade försämringen var särskilt stark hos tjejer.
- **Ungdomar och personal från grund- och gymnasieskolornas elevhälsa vittnade** om hur pandemin slår olika mot olika grupper. Ojämligheter i hemförhållanden och ekonomi gör sig gällande i pandemins spår. De som redan levde i ekonomisk utsatthet, med våld i hemmet eller våld i partnerrelationen innan pandemin blir mer utsatta nu.
- **Elevhälsan berättade** om olika former av våld som förekommer i pandemins spår: fysiskt-, psykiskt-, hedersrelaterat- och digitalt våld. Förövaren är oftast man eller kille och den utsatta är oftast kvinna eller tjej.
- **Elevhälsan lyfte** en ny form av ekonomisk utsatthet: vissa elever går hungriga när skollunchen uteblir.



Bakgrund



”Hela mina ungdomsår försvinner på grund av den här pandemin” – det är en av många berättelser som ungdomar delar med sig av i den här rapporten. Här samlar vi ungdomars röster om hur deras livssituation, psykiska hälsa och utsatthet har påverkats, och fortsätter att påverkas, av coronapandemin.

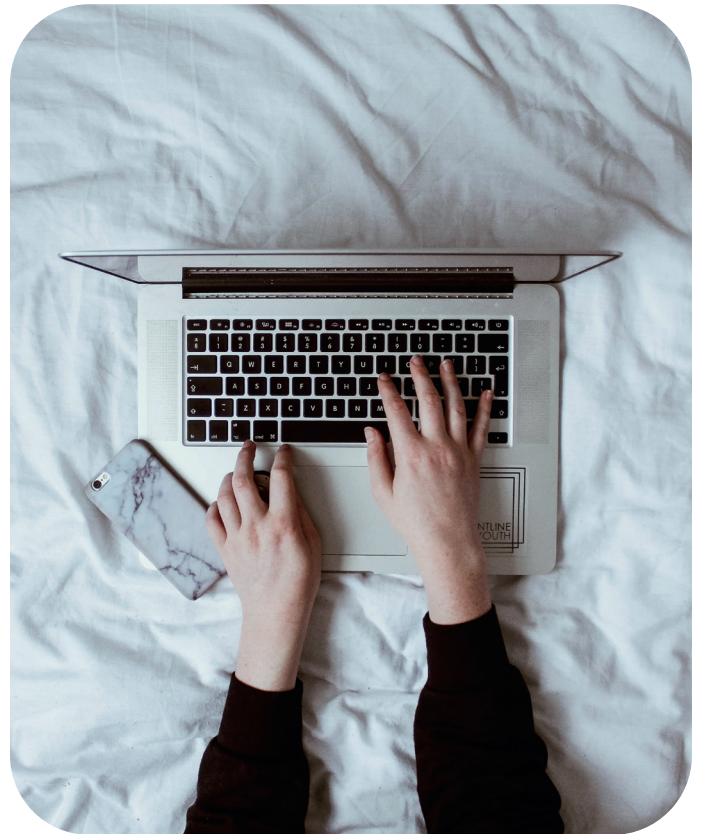
Sedan coronapandemins utbrott i Sverige i början av 2020 har rapporteringen till stor del fokuserat på pandemins effekter för riskgrupper och krisens ekonomiska konsekvenser. Mindre fokus har lagts vid hur pandemin påverkar ungdomar. Även om ungdomar inte tillhör en riskgrupp rent medicinskt så påverkas de indirekt av pandemin genom förändrade hemförhållanden, inställda fritidsaktiviteter, distansundervisning, försämrad arbetsmarknad, social distansering och andra restriktioner.

Hittills finns det relativt få studier om hur coronapandemin har påverkat gruppen unga, speciellt på lokal nivå. Därtill finns det få studier som fokuserar på att lyfta ungdomars egna röster i pandemins spår (för undantag, se Sarkadi m.fl, 2020; Rädda Barnen 2020).

Kraftbyrån är en partipolitiskt- och religiöst obunden idéburen förening, vars vision är ett jämställt samhälle fritt från våld. Organisationen är en feministisk förening vars ändamål är att ge stöd åt unga människor, bland annat genom en nationell stödchatt. Under förra året ökade juren öppettiderna för chatten för att kunna ge extra stöd under coronapandemin. Det resulterade i att antalet stödsamtal ökade från 179 samtal år 2019 till 283 år 2020 (58 %).

Ungdomsjuren utökade chattiderna under pandemin.

Det ledde till en ökning av stödsamtal med 58% under 2020.



Samtalsämnena cirkulerade bland annat kring nedstämdhet, fysiskt-, psykiskt- och verbalt våld, sex mot ersättning och sexuella övergrepp - men även teman som kropp, kärlek, familj och vänner.

Trycket på landets jourer har i många, men inte alla, fall varit högt under pandemin. BRIS rapporterade redan i början av april hur deras stödsamtal ökat markant under pandemins första månad (BRIS 2020). Unizon – som samlar över 130 kvinnojourer, tjejjourer, ungdomsjourer och andra stödverksamheter – varnade tidigt om att våldet mot barn och kvinnor skulle öka under pandemin (Kanakaris och Persson 2020). Med anledning av den förändrade samhällssituationen och oron för ökad utsatthet bland barn och unga, tog Kraftbyrån därför initiativet att genomföra en lokal studie i Huddinge om hur ungdomar har påverkats av coronapandemin.

I rapporten presenteras fem avsnitt. Först beskrivs studiens **(1) syfte och metod**. Därefter följer ett avsnitt om hur ungdomars **(2) livssituation** har förändrats. Här beskriver ungdomar själva hur deras tillvaro ser ut under pandemin. I avsnittet efter analyseras effekterna av den förändrade livssituationen – med fokus på ungas **(3) psykiska hälsa** och **(4) utsatthet**. Slutligen följer **(5) Kraftbyråns politiska krav och förslag** för att möta ungdomars behov.

Syfte och metod



Syftet med rapporten är att lyfta ungdomars egna röster om deras livssituation, psykiska hälsa och utsatthet under coronapandemin. Med rapporten vill Kraftbyrån få en bild av hur ungas liv har påverkats, och fortsätter att påverkas, av pandemin. Rapporten undersöker om effekterna skiljer sig åt mellan olika grupper samt hur faktorer såsom kön, ålder och socioekonomisk bakgrund påverkar utfallet.

Rapporten är ett viktigt underlag för tjej- och ungdomsjourer, ungdomsgårdar, föreningar, skolor och andra organisationer och individer som arbetar direkt med ungdomar. På så sätt kan vuxna bättre utforma stöd, aktiviteter och insatser riktade till målgruppen. Det är också ett viktigt underlag för beslutsfattare som arbetar med politik som påverkar ungdomar. Det kan även vara en inspiration till framtida studier med fokus på pandemins effekter bland unga, i andra kommuner eller på nationell nivå. Studiens syfte är inte att kunna generalisera resultaten till den nationella befolkningen - studien ska snarare ses som en inblick i hur ungdomar har det i Huddinge kommun.

Metod och urval

Rapporten baseras på en anonym digital enkät riktad till ungdomar samt på kvalitativa frågor som riktats till personal inom elevhälsan på kommunens grund- och gymnasieskolor. Urvalsgruppen för ungdomsenkäten är ungdomar som bor, studerar eller är föreningsaktiva i Huddinge. Fokus för studien är åldersgruppen 15 - 19 år. Syftet är att fånga upp erfarenheter bland högstadiel elever, gymnasieelever och de som precis gått ut gymnasiet, det vill säga den grupp elever som tog studenten år 2020 under coronapandemin. Den digitala enkäten spreds därför till grundskolor, gymnasieskolor och föreningar i kommunen samt via Facebook och Instagram för att uppnå en så pass bred spridning som möjligt och för att nå alla åldersgrupper. Datainsamlingen genomfördes 2 november - 26 december 2020.

Ungdomsenkät

Rapporten baseras på 114 enkätsvar från ungdomar. Från början samlades 119 fullständiga svarsenkäter in men fem svar togs bort på grund av att personerna tillhörde fel åldersgrupp eller uppenbart svarat oseriöst på frågorna. Efter databearbetning var antalet därför 114. Utöver dessa svar hade personer vid 110 tillfällen endast öppnat och stängt enkäten eller börjat svara och sedan avslutat endast efter ett fåtal frågor. Dessa ofullständiga enkätsvar har inte räknats med.



Alla grundskolor med högstadielärover i årskurs 9 och gymnasieskolor i kommunen kontaktades via telefon och email. Bortfallet var högt. Många skolor bekräftade i början av studien sitt deltagande, men avböjde senare när smittan och restriktionerna tilltog under hösten och vintern. Majoriteten avböjde deltagande med hänvisning till att coronapandemin har inneburit ett ökat tryck på skolverksamheten och av komplikationer kring nya restriktioner. Skolorna uppgav stress, hög sjukfrånvaro bland elever och lärare, distansundervisning och förändringar i organisationen under pandemin som de främsta orsakerna till att de inte kunde medverka. Ett fåtal skolor avböjde även med hänvisning till det höga antalet enkäter som redan genomförs i kommunen.

Enkäten spreds även till föreningar i kommunen och via sociala medier (på Facebook och Instagram). Datainsamling via sociala medier, där personen själv aktivt klickar på enkäten, kan fånga upp ett annat urval av svarande än när en högstadie-, gymnasieklass eller en förening tillfrågas på plats under mentorstid, träning eller föreningsmöte. De olika datainsamlingsmetoderna har vägts mot behovet av att öka spridningen av enkäten och att få in en bred svarsbas från hela målgruppen. För att reda ut om datainsamlingsmetoden i sig påverkar resultaten har svaren samlats in i olika grupper och därefter analyserats. Betydligt fler tjejer besvarade enkäten i sociala medier och de som besvarade enkäten på plats tenderade att vara yngre än de som besvarade enkäten på sociala medier. I resultatdelen diskuteras mer i detalj ifall, och i så fall hur, detta kan tänkas påverka resultaten.

Frågor till elevhälsan

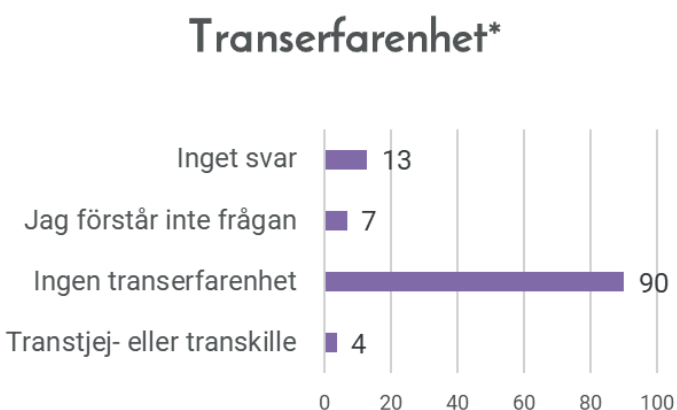
För att komplettera ungdomars egna röster har även personal som arbetar inom elevhälsan vid kommunens grund- och gymnasieskolor svarat på frågor om ungdomars utsatthet. Svaren från elevhälsan är ett kvalitativt komplement till ungdomsenkäten. Syftet är att få en fördjupad inblick i ämnena ekonomisk utsatthet, våld i hemmet och våld i ungas partnerrelationer – ämnena som kan vara svåra eller känsliga för ungdomar att besvara i en enkät. Av 96 kontaktade personer svarade 25 på frågorna i enkäten. All information triangulerades då ungdomsenkäten samlade in både kvantitativ data (förvalda svar och öppna svar som kodats om till kategorier) och kvalitativa svar (öppna svar), i kombination med att kvalitativa svar samlades in från elevhälsan. Trianguleringen gör underlaget mer tillförlitligt eftersom information samlats in från olika källor och genom olika metoder.

Demografi

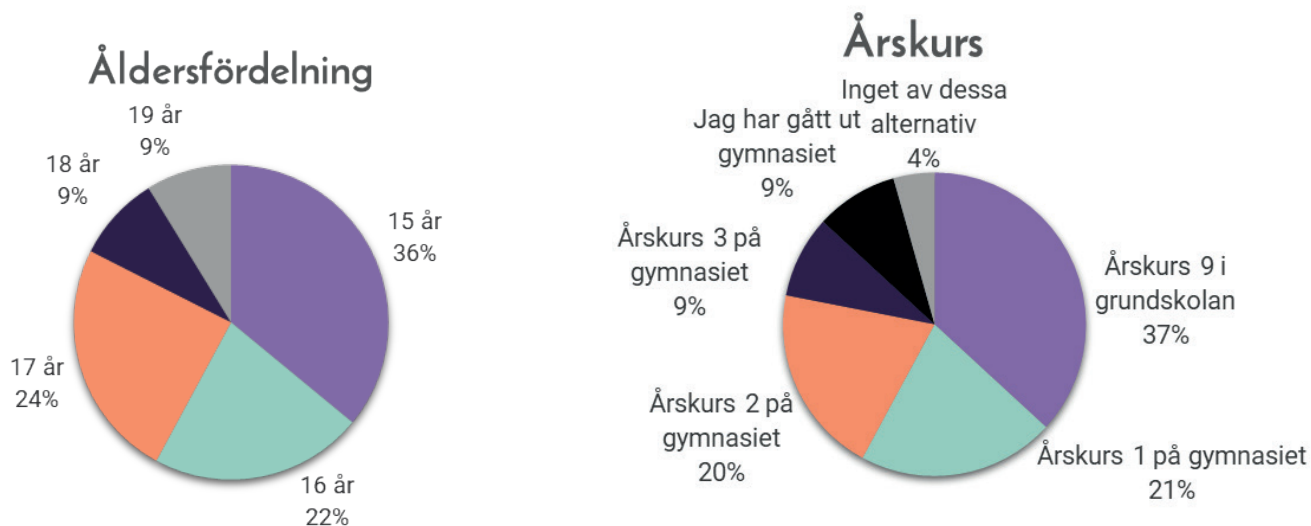
Totalt deltog 114 personer i ungdomsenkäten. De som deltog är ungdomar i åldern 15 - 19 år som antingen går i årskurs 9, i gymnasiet eller har gått ut gymnasiet år 2020. Även de som är i gymnasieålder men inte går i skolan kunde delta. Något fler tjejer deltog - 59 procent tjejer jämfört med 38 procent killar. Därtill svarade 3 procent att den binära indelningen tjej eller kille inte passar en själv. Här användes den tvåstegsmodell som föreslås i Statistiska Centralbyråns (SCBs) nya material om hur kön, könsidentitet och transexfarenhet kan inkluderas i enkäter. Den första frågan rör kön



*De svarande som varken identifierar sig som kille eller tjej uppgav svaren bigender och hen.



*Med transexfarenhet menas här att det juridiska kön som registrerades vid födelsen inte stämmer överens med den egna könsidentiteten och/eller könsuttrycket.



och den efterföljande frågan fokuserar på transerfarenhet (SCB 2020). Statistiken delas upp i killar, tjejer och "indelningen passar inte mig" för att kunna genomföra en jämställdhetsanalys av effekterna av coronapandemin och samtidigt inkludera icke-binära. Frågan om transerfarenhet finns också med för att inkludera erfarenheterna från transkillar och transtjejer. Frågan om hur enkäter ska utformas för att inkludera transpersoner och även kunna dela upp jämställdhetsstatistik är en relativt ny fråga i Sverige, speciellt när studien riktar sig till ungdomar. Av 114 deltagare hade fyra transerfarenhet (4 %), det vill säga att det juridiska kön som registrerades vid födelsen inte stämmer överens med den egna könsidentiteten och/eller könsuttrycket. Sju personer (6 %) förstod inte frågan och 13 (11 %) valde att inte svara.

Vid anonyma studier med ett litet urval kan inte resultat med låg svarsfrekvens presenteras utan att riskera att den enskilda individens identitet avslöjas och känslig information röjs (röjandekontroll). Därför har frågan om transerfarenhet och icke-binär könsidentitet inkluderats i bakgrundsfrågorna, men hädanefter redovisas endast statistik för tjejer och killar i de fall då könsuppdelad statistik visas. Detta är nödvändigt eftersom urvalet (N = 114) är så pass litet. Annars riskerar de enskilda svaren att avslöja identiteten på de svarande och känslig information om psykisk hälsa, hemförhållanden eller annat kan kopplas till enskilda individer i kommunen.

Ungdomar i årskurs 9 i grundskolan (37 %),

årskurs 1 (21 %), årskurs 2 (20 %) och årskurs 3 (9 %) på gymnasiet deltog i studien. Även personer som gått ut gymnasiet (9 %) eller inte passade in på något av dessa alternativ (4 %), men ändå var i åldern 15 - 19 år, kunde svara. Majoriteten (88 %) av de svarande har bott i Sverige hela sitt liv. Det var en relativt jämn fördelning mellan ungdomar vars föräldrar är utlandsfödda eller födda i Sverige. 54 procent av ungdomarna hade åtminstone en förälder som är född utanför Sverige, medan 45 procent av ungdomarna hade föräldrar som båda var födda i Sverige. En procent svarade inte på frågan (se Appendix).



Livssituation



Huvudpunkter

- **Ungdomar berättade att** coronapandemin påverkar dem genom social distansering, färre eller inställda träningar, psykisk ohälsa och distansundervisning.
- **Yngre ungdomar, högstadiel elever, påverkas** mindre av pandemin. Gymnasieelever uppgav sällan att de inte påverkas.
- **Hälften ansåg att** distansundervisningen påverkar studierna negativt.

Kunskapsläge

Även om ungdomar inte utgör den främsta riskgruppen medicinskt så påverkas de direkt och indirekt av coronapandemins effekter. Ett fåtal studier har hittills genomförts där barn och unga själva får definiera hur de upplever pandemin. I en internationell enkätstudie genomförd av OECD framgick att unga främst känner oro för pandemins effekter på den psykiska hälsan, jobb, inkomst, utbildning, familjerelationer och individuell frihet. En del unga uttryckte även oro för tillgången till pålitlig information. De tre områden som ungdomar själva rankade som mest oroande var psykisk ohälsa samt möjligheter till arbete och inkomst (OECD 2020).

I en svensk kontext genomförde Uppsala universitet i ett tidigt skede av pandemin en studie riktad till barn och unga (4 - 18 år). Forskarna fann att oro för sjukdom och död, inställda aktiviteter och mindre tid med kompisar var viktiga ämnen för barn och unga (Sarkadi m.fl. 2020). I Rädda Barnens enkät framgick att över hälften av ungdomarna (13 - 17 år) upplever en ökad ensamheten och att tre fjärdedelar upplever att distansstudierna försvårat studietiden (Rädda Barnen 2020). Det pågår även flera studier som ännu inte har publicerats (exempelvis Häggström 2020; Kapetanovic m.fl. 2020). Hittills har ingen studie genomförts på lokal nivå i Huddinge.

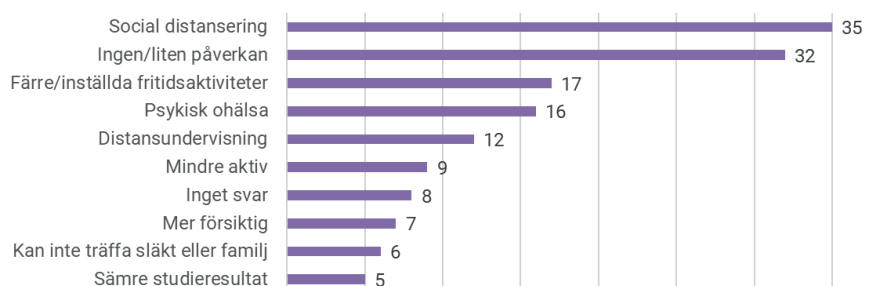
”Jag har varit mer försiktig med allt jag gör och planerat min vardag mer. Jag har hållit avstånd till andra och inte träffat min släkt på hela året”

tjej, 16 år

Ungas egna röster

I den första delen av Kraftbyråns ungdomsenkät fick ungdomar själva definiera hur deras liv, hemförhållanden samt skola och fritid eventuellt förändrats under coronapandemin. De fick tre öppna frågor som sedan analyserats kvalitativt och som även kodats om från kvalitativa svar till kategorier för att kunna se svarsfrekvensen för olika teman. Varje svar kunde innehålla flera kategorier¹. I grafen presenteras endast svar med högre svarsfrekvens än fem. Det mest återkommande svaret från ungdomarna var att deras liv förändrats i form av social distansering. De spenderar mer tid hemma, träffar inte vänner eller träffar endast en liten grupp människor, går mer sällan till affärer och undviker att träffa riskgrupper.

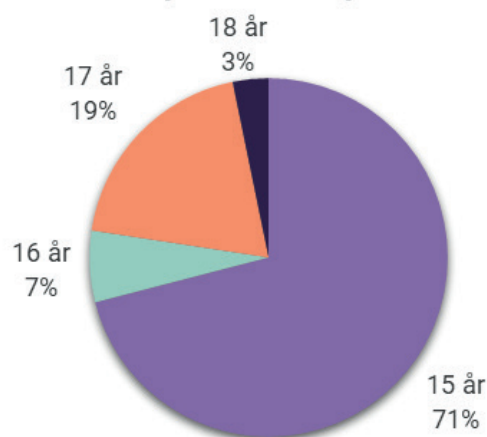
Hur ungdomars livssituation förändrats under coronapandemin



¹ Om en person svarade "Mitt liv har förändrats genom att jag har distansundervisning och träffar färre människor", kategoriserades detta som "social distansering" och "distansundervisning". Svarsantalet är därför fler än 114.

Det näst vanligaste svaret var att coronapandemin inte har haft någon, eller endast en mindre, inverkan på tillvaron. Killar svarade i betydligt högre utsträckning att pandemin haft liten eller ingen inverkan på ens livssituation. Av de som uppgett att livet påverkats lite eller inget var 75 procent killar (se Appendix). De yngre ungdomarna som går i högstadiet uppgav oftare en liten eller ingen påverkan, jämfört med de äldre. Den svenska strategin har fokuserat på att mildra konsekvenserna av pandemin för de yngre, genom att hålla grund- och förskolor öppna och genom tillåtelse att bedriva fritidsaktiviteter för unga födda 2004 eller senare (Krisinformation 2020). De mildare restriktionerna för barn och yngre ungdomar återspeglas tydligt i enkätsvaren.

Coronapandemin haringen eller liten påverkan på livet



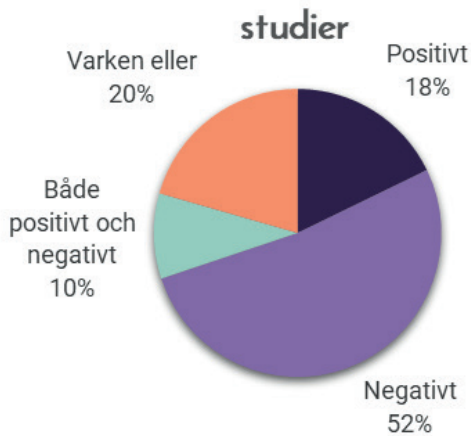
På motsatt sätt reflekterar svaren även den mer restriktiva tillvaron för de äldre ungdomarna. Distansundervisning, hårdare begränsningar av fritidsaktiviteter och en osäker arbetsmarknad påverkar de äldre ungdomarna som går i gymnasiet eller har gått ut gymnasiet. Hela 71

procent av de som svarat att deras liv inte har påverkats alls, eller endast lite, är 15 år. Liknande tendenser gäller coronapandemins inverkan på hemförhållanden samt skolan och fritid. Den motsatta tendensen gäller för äldre ungdomar. Inte en enda av de tillfrågade 19-åringarna ansåg att deras liv påverkats lite eller ingenting av coronapandemin. Elever på gymnasiet och de som just avslutat gymnasiet lyfter i högre grad frågor om distansundervisning, lägre motivation, försämrade betyg och en försämrade arbetsmarknad.

”Mitt liv har inte förändrats efter corona började”
kille, 15 år



Distansundervisningens påverkan på



Av alla svarande hade 64 procent haft distansundervisning (se Appendix). Ungefär hälften av dessa upplevde att deras studier påverkats negativt. En tiondel ansåg att distansundervisningen haft både positiva och negativa effekter på deras studier, medan en femtedel svarade att de varken påverkats positivt eller negativt. Ungefär en femtedel (18 %) ansåg att distansstudierna haft en positiv inverkan på möjligheten att studera, till exempel genom ökat fokus eller för att det gett mer tid till annat.

Vissa, om än få, uttryckte även positiva förändringar i sin tillvaro eller sitt tankesätt. Mer tid med familjen, en uppskattning för det vanliga livet utan restriktioner eller mer tid att träna, reflektera och utveckla kreativa intressen nämndes.

Färre eller helt inställda fritidsaktiviteter var det tredje vanligaste svarsalternativet. Ungdo-

mar berättade ofta i kommentarerna om hur träningar ställts in, att de inte kunnat gå till fritidsgårdar eller att de slutat genomföra andra fritidsaktiviteter. Två tredjedelar av alla ungdomar hade fått sina fritidsaktiviteter begränsade på något sätt, varav en tredjedel hade aktiviteter som ställts in helt (se Appendix). Ofta nämndes detta kopplat till försämrad motivation, mindre aktivitet och tristess - i vissa fall även till oro, ångest och nedstämdhet. Den förändrade livssituationen med social distansering, distansstudier och färre eller inställda fritidsaktiviteter har tydligt påverkat hur ungdomar mår. Det fjärde vanligaste svaret om hur livet förändrats rörde någon form av psykisk ohälsa, såsom oro, nedstämdhet eller ångest. I de öppna svaren var dessa kommentarer återkommande. Pandemins effekter på ungdomars psykiska hälsa behandlas i nästa avsnitt.

"Svårare att fokusera på skolan från distansundervisning. Mycket sämre prestation"

kille, 17 år

"Det har känts lättare att delta på distans"

tjej, 17 år

"Mitt tankesätt har ändrats [...] kommer uppskatta mitt liv mer när det inte är lika begränsat som det är nu. Jag kommer inte ta lika mycket för givet sen när det blir som vanligt igen".

tjej, 18 år



”Skolan stängde ner och förstörde hela studentperioden, jag blev av med båda mina jobb och mitt psykiska mående gick i botten”

tjej, 19 år

”Mina studier har blivit sämre eftersom vi sitter hemma och jobbar. Distansundervisningen har även påverkat mig psykiskt. Hela mina ungdomsår försvinner på grund av den här pandemin”

tjej, 17 år

Kunskapsläge

Under de senaste åren har otaliga rapporter lämnat om ökad psykisk ohälsa bland unga i Sverige. Den självrapporterade psykiska ohälsan är högre, antalet vårdsökande likaså och konsumtionen av antidepressiva medel har ökat. Under de senaste tio åren har mildare och svårare former av psykisk ohälsa ökat både bland unga män och kvinnor (16 - 24 år). Trenden är likadan för unga män som för unga kvinnor, men unga kvinnor uppger högre nivåer av psykisk ohälsa (SCB ULF/SILC i Mind 2020, 8). Psykisk ohälsa inkluderar både ”lätta, vardagliga psykiska besvär och psykiatriska tillstånd” (Folkhälsomyndigheten 2020). När man talar om psykisk ohälsa, och huruvida den har ökat bland unga, är det viktigt att hålla isär lindrig psykisk ohälsa som oro och nedstämdhet och allvarliga psykiatriska tillstånd såsom paniksyndrom, tvångssyndrom eller självmordstankar (Mind 2020). Psykisk hälsa ”omfattar både psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa” (Folkhälsomyndigheten 2020).

Internationella forskningsstudier pekar på ökad psykisk ohälsa under coronapandemin men hittills har få forskningsstudier genomförts i Sverige. I Folkhälsomyndighetens egen enkät svarade en tredjedel av unga att de oroar sig för att

Huvudpunkter

- **Ungdomar rapporterade** om försämrad psykisk hälsa i spåren av coronapandemin. Detta tar sig uttryck i form av oro, nedstämdhet, sömnsvårigheter och andra psykiska och psykosomatiska besvär.
- **Utvecklingen är** särskilt alarmerande bland unga tjejer.
- **Tjejer uppgav** försämrad psykisk hälsa i alla tolv kategorier.

pandemin påverkar arbete och studier (ibid). En publicerad svensk studie fann att de flesta ungdomars psykiska hälsa och psykosociala funktioner inte har påverkats negativt av coronapandemin. Samtidigt rapporterade en hög andel negativa förändringar. Speciellt tjejer och elever med distansundervisning uppgav en försämring i sitt mående (Kapetanovic m.fl. 2020). Rädda Barnens (2020) rapport som samlar barn och ungas röster under pandemin fann att speciellt de som lever i låginkomstfamiljer upplever oro, ensamhet och försämrat psykiskt välbefinnande. Ungas psykiska hälsa påverkas när skolor stängs, arbetsmarknaden blir mer osäker och hemförhållanden förändras. Internationellt visar en enkätundersökning att många unga upplever ångest och depression sedan pandemins början samt oro och rädsla inför framtiden (OECD 2020).

I Kraftbyråns undersökning i Huddinge kommun syns en liknande trend. Effekten av pandemin på ungdomars psykiska hälsa framkommer tydligt i tre delar av studien: i de öppna svaren, i frågorna som direkt berör psykisk hälsa och i de kvalitativa svaren från personal vid elevhälsan på kommunens grund- och gymnasieskolor. Svaren signalerar tydligt två trender: många ungdomar (men långt ifrån alla) rapporterar om psykisk ohälsa under coronapandemin och unga tjejer sticker ut som den grupp vars mående har påverkats mest av pandemin.

Ungas egna röster

Teman som oro, ångest, nedstämdhet och depression är återkommande teman när ungdomar själva sätter ord på hur coronapandemin har påverkat deras liv. Det var det fjärde vanligaste temat i de öppna svaren. Svaren handlade antingen om mildare psykiska besvär som oro och nedstämdhet, men även allvarigare psykiska besvär såsom ångest och i enstaka fall att man inte ser meningen med livet. Ungdomar vittnar om en tydlig försämring av den psykiska hälsan till följd av distansundervisning,

inställda träningar och fritidsaktiviteter, mindre aktiv livsstil och social distansering. I mindre utsträckning nämndes även förlust av arbete och försämrade betyg som påverkar ens möjligheter att komma in på universitet och högskolor. Effekterna som beskrevs var nedstämdhet, oro, minskad motivation, ensamhet, depression och en känsla av att förlora sina ungdomsår under pandemin. Tjejer är starkt överrepresenterade bland de som kommenterar oro, nedstämdhet eller andra psykiska besvär i de öppna svaren.



”Det har blivit så ensamt och så hemskt”

tjej, 15 år

”Livet känns ovanligt, och det känns som att jag oftast drömmer, jag mår inte bra oftast och det känns som att livet inte har någon mening längre. Det är obeskrivligt men livet känns inte rätt längre”

tjej, 17 år

”Mår sämre av att inte träffa kompisar och att interöra på migsåden mentala hälsan bryts sakta ned”

tjej, 16 år

”Mer ångest, klarar inte av att göra någonting utan att få någon slags panikattack eller gå runt med ständig ångest”

tjej, 17 år



”Varje gång när jag går ut till skolan blir jag orolig att bli smittad av corona och senare smitta mina föräldrar”

kille, 15 år

Psykisk hälsa - före och under pandemin

Varje år genomför Stockholms stad undersökningen Stockholmsenkäten i stadens olika kommuner. Ett delavsnitt i den stadsomfattande undersökningen handlar om psykisk hälsa. Enkäten riktar sig till ungdomar i årskurs 9 och i årskurs 2 på gymnasiet. Den senaste Stockholmsenkäten genomfördes i början av mars 2020, innan pandemin börjat få verkliga konsekvenser i samhället (Stockholms stad 2020). Av den anledningen har samma frågebatteri använts för att kunna göra jämförande analys av hur den psykiska hälsan har förändrats under pandemins förlopp.

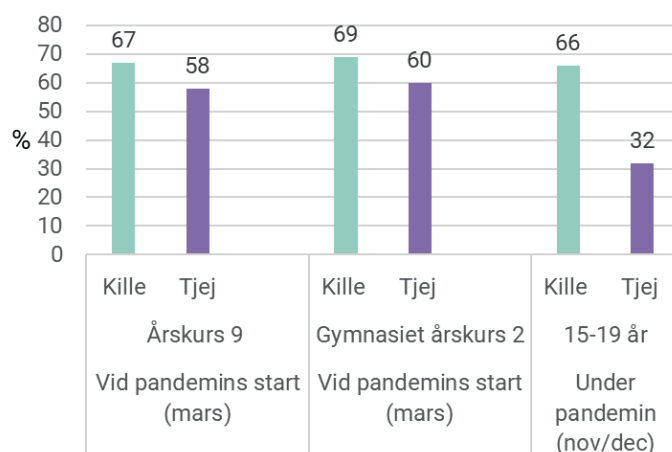
Huddinge kommun deltog inte i Stockholmsenkäten 2020. Eftersom det inte finns någon data om psykisk hälsa från Huddinge kommun vid pandemins start används istället stadsgenomsnittet från Stockholmsenkäten. I tidigare undersökningar har Huddinge haft nivåer som ligger mycket nära stadsgenomsnittet (Länsstyrelsen 2021). Detta jämförs här mot nivåerna av psykisk hälsa som återfinns i Kraftbyråns ungdomsenkät i november och december. En bättre jämförelse hade kunnat genomföras om data funnits på kommunnivå, men i avsaknad av detta ger jämförelsen med de stadsövergripande resultaten en uppskattning om förändringen under pandemin.

I båda enkäterna fick ungdomar svara på tolv frågor om deras psykiska hälsa, till exempel hur ofta det är härligt att leva. En del av frågorna var direkta frågor om psykisk ohälsa, exempelvis hur ofta personen i fråga känner sig ledsen och deppig. Andra frågor rörde psykosomatiska symptom på psykisk ohälsa som dålig aptit, sömnsvårigheter eller ont i magen. Resultaten visar två tydliga effekter: den rapporterade psykiska ohälsan är högre än vid coronapandemins start och nivåerna är särskilt alarmerande bland tjejer. I alla tolv kategorier rapporterade tjejer i Huddinge en sämre psykisk hälsa i november och december än stadsgenomsnittet före pandemin. Nedan

presenteras ett urval av grafer där skillnaden är särskilt markant (för övriga grafer, se Appendix).

I Stockholmsenkäten svarade 58 procent av tjejerna i årskurs 9 att de ofta eller ganska ofta tycker att det är riktigt härligt att leva. För tjejer i årskurs 2 på gymnasiet i Stockholm var den siffran 60 procent vid pandemins start. I november och december månad var det endast 32 procent av tjejerna i Huddinge kommun som svarade att livet ofta eller ganska ofta är riktigt härligt att leva - 26 och 28 procentenheter lägre än vid pandemins start.

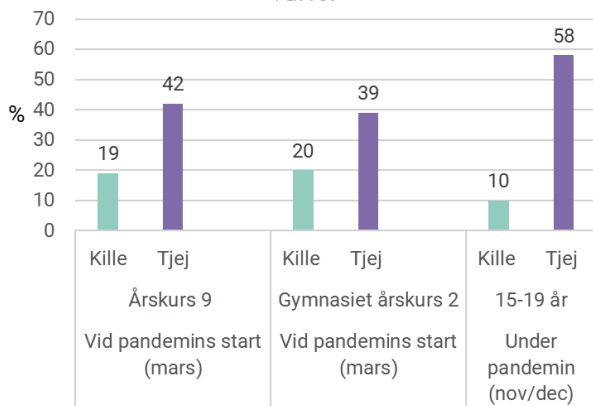
Ungdomarsom (ganska eller väldigt ofta) tycker att det är riktigt härligt att leva



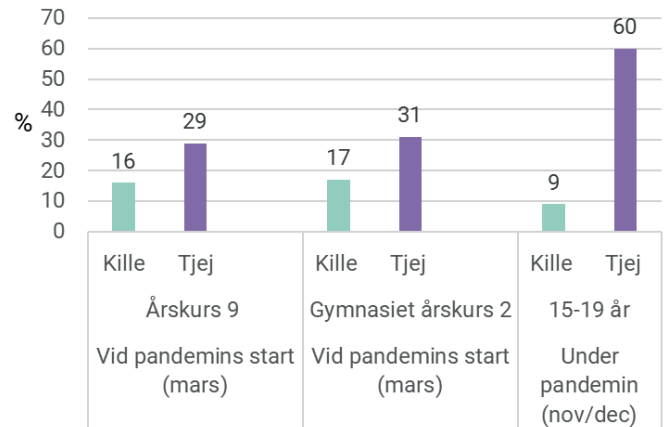
Tjejer rapporterade genomgående högre nivåer av psykisk ohälsa i november och december, under pågående pandemi, än vid pandemins start i mars. Under pågående pandemi rapporterade 60 procent av tjejerna i Huddinge att de ofta eller väldigt ofta känner sig slöa och olustiga (31 och 29 procentenheter högre än vid pandemins start, för stadsgenomsnittet i årskurs 9 respektive årskurs 2 på gymnasiet). Tjejer rapporterade också att de allt oftare känner sig ledsna och deppiga (16 och 19 procentenheter högre än tidigare, för stadsgenomsnittet i årskurs 9 respektive årskurs 2 på gymnasiet) och oftare är rädda utan att veta varför (14 och 13 procentenheter högre än vid pandemins start, i årskurs 9 respektive årskurs 2 på gymnasiet).

I Kraftbyråns enkät uppgav även 64 procent av tjejerna att de har sömnsvårigheter minst en

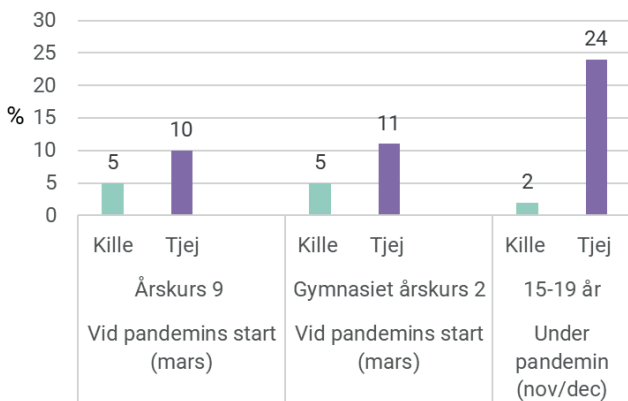
Ungdomarsom (ganska eller väldigt ofta)
känners ledsna och deppiga utan att veta
varför



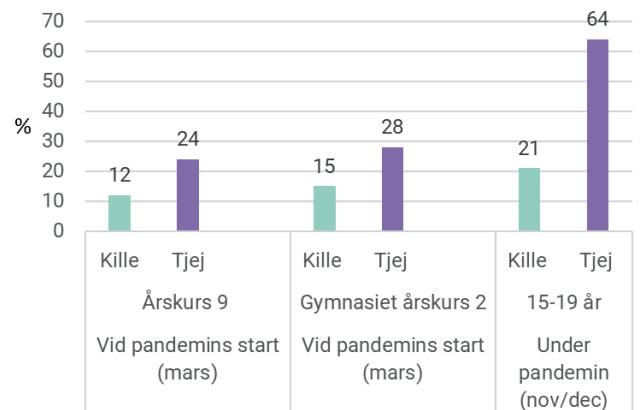
Ungdomarsom (ganska eller väldigt ofta)
känners sig slöa och lustiga



Ungdomarsom (ganska eller väldigt ofta)
känners räddad utan att veta varför



Ungdomarsom sovit oroligt och vaknat under
natten minst en gång i veckan (senaste läsåret)



gång i veckan. Andelen unga tjejer som rapporterade att de sover oroligt och vaknar mitt under natten minst en gång i veckan har ökat markant under coronapandemin (40 och 36 procentenheter fler än vid pandemin start, för årskurs 9 respektive årskurs 2 på gymnasiet). Även om man bör vara försiktig med att tolka dessa resultat som en direkt förändring, eftersom urvalet och populationen skiljer sig åt, så är ändå de stora skillnaderna en stark indikator på att ungdomars psykiska hälsa har försämrats under pandemin.

En del av effekten skulle kunna bero på en variation mellan Huddinge kommun och genomsnittet i Stockholms stad – oberoende av pandemin verkningar. Huddinge har dock inte varierat nämnvärt från genomsnittet i tidigare undersökningar. Om en del av förändringen beror på geografiska skillnader så borde därför den effekten vara liten. Det kan även finnas en viss snedvridning i urvalet beroende på att många tjejer svarat via sociala medier. Tidigare studier har visat att ungdomar som

ofta använder sociala medier mer sannolikt lider av nedstämdhet och depression (McCrae, Gettings, och Purssell 2017). Försämringen i psykisk hälsa är dock så pass genomgående och så pass stark att det inte är troligt att förändringen endast skulle bero på geografisk variation eller på typen av datainsamlingsmetod. En mer trolig förklaring är att den psykiska hälsan bland unga tjejer verkligen har försämrats under pandemin och att den förändringen är markant.

Resultaten bland killar var betydligt mer blandade. I vissa kategorier var den rapporterade psykiska hälsan sämre än innan pandemin. Till exempel hade en högre procentandel av killarna sömnsvårigheter under pandemin jämfört med innan pandemin – 21 procent i Huddinge under november och december, jämfört med 12 procent bland årskurs 9 och 15 procent i årskurs 2 i gymnasiet. Samtidigt svarade en lägre procentandel, 10 procent, att de kände sig ledsna och deppiga utan att veta varför. Procentandelen som tyckte att det var riktigt härligt att leva (ganska eller väldigt ofta) låg på en relativt jämn



nivå – med endast en skillnad på en och tre procentenheter (se Appendix). Killar berättade också mer sällan om oro, nedstämdhet och andra psykiska besvär i de öppna svaren. Att tjejer rapporterar om psykisk ohälsa i högre grad än killar går i linje med tidigare studier om ungas psykiska ohälsa. Det kan bero på att den psykiska ohälsan hos tjejer verkligen är högre eller att killar i lägre grad rapporterar och berättar om psykisk ohälsa - eller en kombination av båda. Dessutom kan åldersfördelningen påverka. 70 procent av killarna som svarade på enkäten var 15 eller 16 år och ungefär hälften gick i årskurs 9 på grundskolan, vilket kan ha påverkat utfallet (se Appendix). I enlighet med vad som presenterades i första avsnittet, var högstadiееlever den grupp som oftast rapporterade att coronapandemin inte påverkat dem särskilt mycket.

Svar från elevhälsan

Personal inom elevhälsan på kommunens grund- och gymnasieskolor gav också en lägesbild präglad av ökad psykisk ohälsa. Av de 120 personer som kontaktades svarade 25 på frågorna om ungdomars utsatthet. Psykisk ohälsa var, tillsammans med ekonomisk utsatthet, det vanligast förekommande svaret på hur ungdomars utsatthet påverkats av pandemin. I de kvalitativa svaren beskrev personal från elevhälsan återkommande att unga möter stora utmaningar. Svaren rörde oftast att ungdomar har påverkats negativt av social distansering, ekonomisk utsatthet och distansundervisning. Därtill lyfte personalen att elever med inlärnings- och koncentrationssvårigheter är en särskilt utsatt grupp under pandemin. Personal inom elevhälsan nämnde även att tjejer ofta upplever psykisk ohälsa under pandemin.

De faktorer som påverkar elevers psykiska ohäl-

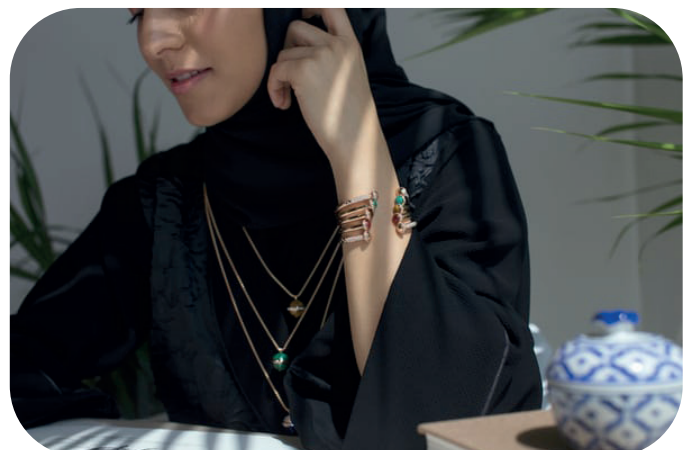
sa är framförallt ekonomiska svårigheter i familjen och social distansering samt svårigheter att koncentrera sig på distans och få tillräckligt med stöd från skolan. Bakgrunden för de som söker stöd hos elevhälsan är blandad. Även om många kommer från svårare socioekonomiska förhållanden så har pandemins effekter på den psykiska hälsan drabbat ungdomar med olika bakgrund.

Utöver effekterna på den psykiska hälsan har coronapandemin även påverkat ungdomars ekonomiska utsatthet och våldsutsatthet. I nästa avsnitt behandlas därför pandemins effekter på ungas utsatthet i Huddinge.

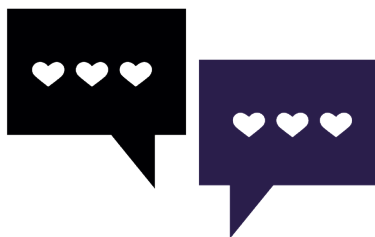
”Det som förändrats är det sociala, mer depressioner och ensamhet”

”Den grupp av elever som haft draghjälp av skolan i att bibehålla rutiner har en större utmaning nu. Dessa faktorer har inte allt för sällan påverkat sömnen, kosthållningen och också måendet i stort (vilket i sin tur påverkat närvaron och studier, som påverkat måendet - en ond cirkel)”

”Flera elever med sämre social situation söker stöd men även elever med god ekonomi söker för stress, ångest och oro”



Utsatthet



”De som redan har tuffa familjeförhållanden, blir ännu mer utsatta då många arbetar hemifrån”

Huvudpunkter

- **Elevhälsan berättade** om fysiskt-, psykiskt, hedersrelaterat- och digitalt våld i pandemins spår.
- **Klyftan mellan ungdomar** djupnar.
- **De redan våldsutsatta**, som lever med våld i hemmet eller våld i en partnerrelation, blir mer utsatta.
- **De redan ekonomiskt utsatta** blir särskilt utsatta under pandemin.
- **Elevhälsan tog upp** en ny form av ekonomisk utsatthet, där elever går hungriga när skollunchen uteblir.

Kunskapsläge

För ungdomar kan utsatthet innebära våld i hemmet, våld i den egna partnerrelationen eller ekonomisk utsatthet. Under pandemin förstärker dessa varandra – med den ekonomiska krisen, isolering, permitteringar och oro tilltar våld i hemmet och våld i ungas partnerrelationer. Kvinnojouren och andra stödorganisationer slog tidigt larm om en ökning av mäns våld mot kvinnor under pandemin till följd av att fler blir fast i hemmet med sina förövare (Kanakaris och Persson 2020). I Europa har WHO noterat en kraftig ökning av stödsamtal och kontakt med jouren (UNRIC 2020). För år 2020 rapporterade Brottsförebyggande rådet (Brå) en ökning

av anmälda misshandelsbrott mot kvinnor i fall där förövaren känner offret. Även sexualbrott mot barn under 18 år ökade (Brå 2020)².

I april 2020 fick Jämställdhetsmyndigheten och Socialstyrelsen ett utökat uppdrag för att motarbeta den ökade våldsutsattheten bland barn, kvinnor och hbtq-personer (Flores 2020). I december, nio månader senare, rapporterade var tredje kommun i landet att våld i partnerrelationer har ökat under pandemin. Isolering, permitteringar, distansarbete och försämrad ekonomi bidrar till mer oro, alkoholmissbruk och våldshandlingar (Orre 2020). Dessa effekter slår hårt mot barn och unga som bor i familjer där våld förekommer.

Våld i partnerrelationer kan röra sig om allt från subtila handlingar som kränkande ord eller kontrollerande handlingar, till grova fysiska och sexuella brott (Socialstyrelsen 2020). Våldet sker inte endast i vuxnas partnerrelationer utan även bland unga. Var femte ungdom har någon gång varit utsatt för brott i en partnerrelation (Brå 2018). Killar är i mycket högre grad förövare och den utsatta är oftast tjej (Stiftelsen 1000 Möjligheter 2020). Trots detta har killars våld mot tjejer behandlats betydligt mindre i den offentliga debatten än mäns våld mot kvinnor. Regeringen har gett Brottsförebyggande rådet (Brå) i uppdrag att studera åtgärder mot våld i ungas partnerrelationer (Justitiedepartementet 2020). I dagsläget saknas information om hur våld i ungas partnerrelation ser ut mitt under pandemin. I rapporten behandlas därför tre former av utsatthet: våld i hemmet, våld i ungas partnerrelation och ekonomisk utsatthet.

Begräsningar

Ungdomsenkäten såväl som svaren från elevhälsan ligger till grund för avsnittet om utsatthet. I enkäten fick ungdomar själva beskriva sina hemförhållanden i en öppen fråga samt svara på frågor med förvalda svarsalternativ. Därtill svarade personal från elevhälsan på frågor om, och i så fall hur, våld i hemmet och i ungas partnerrelation förändrats under coronapandemin. En fråga ställdes också om ungdomars ekonomiska utsatthet under pandemin. Det kan krävas mycket av en ungdom för att frivilligt

² Statistiken visar endast anmälda brott. Enligt Brå kan ökningen bero på effekter från pandemin men även delvis på nya former för kodning. Statistiken ska tolkas med försiktighet eftersom siffrorna kan fluktuera även i vanliga fall. Det finns troligen ett stort mörkertal eftersom våldsbrott i nära relation sällan anmäls.

ta upp utsatthet i en enkät. Ämnen som våld och kontroll eller fattigdom kan vara känsliga att tala om och svåra att sätta ord på.

Ofta betraktar ungdomar inte heller våld från en partner som just våld – även i fall där det rör sig om olagliga handlingar. Få anmäler och unga själva beskriver inte sällan händelser och beteenden som en småsak (Brå 2018). De vanligaste orsakerna till att hålla våldsutsattheten för sig själv är att det ses som ett privat problem, ungdomen saknar förtroende för vuxna eller så vill man skydda sin partner (Stiftelsen 1000 Möjligheter 2020). Att nå just den här gruppen unga är mycket svårt på grund av ämnets känsliga natur och för att de som tillfrågas oftast är minderåriga.

Under de rådande omständigheterna med coronapandemin var det dessutom särskilt svårt att nå ut med ungdomsenkäten till grund- och gymnasieskolor på grund av ökad belastning i skolorna, sjukfrånvaro och distansundervisning. Med ett lägre bortfall hade mer information från ungdomsenkäten kunnat hämtas in. Berättelserna från elevhälsan är därför ett mycket viktigt komplement för att få en djupare insikt i ungdomars utsatthet under pandemin.

34 av 114 ungdomar är i en relation

3 av 34 ungdomar har ibland eller någon gång sex mot sin vilja

2 av 34 ungdomar är ofta eller någon gång våldsamma mot sin partner

Våld i ungas partnerrelationer

Ungdomarna fick svara på tio påståenden angående deras relationer och våld³. Av 114 svarande var det 34 ungdomar som var i någon form av relation. Relation definierades som att man är ihop med någon, ligger med någon eller träffar någon som mer än en vän.

Även om majoritet av de svarande var nöjda med sin relation finns det många svar som oroar. För att vara ett så pass litet urval är det mycket alarmerande att fyra av 34 ungdomar är rädda för sin partner, att sex av 34 har en partner som tar tag i, knuffar eller puttar en och att tre av 34 har sex utan att vilja det.

6 av 34 har en partner som ofta, ibland eller någon gång tar tag i en, knuffar eller puttar

4 av 34 ungdomar är någon gång rädd för sin partner

6 av 34 ungdomar har en partner som ofta, ibland eller någon gång har smygläst, eller kräver att få läsa, meddelanden eller mejl

23 av 34 ungdomar har en partner som ofta, ibland eller någon gång vill veta var de är och med vem

³ Frågorna är inspirerade av ungarelationer.se. Om urvalet hade varit större hade statistiken jämförts med resultaten i rapporten "Ett år med ungarelationer.se - erfarenheter och kunskap om killars våld mot tjejer och våld i ungas partnerrelationer" från Stiftelsen 1000 Möjligheter (2020).

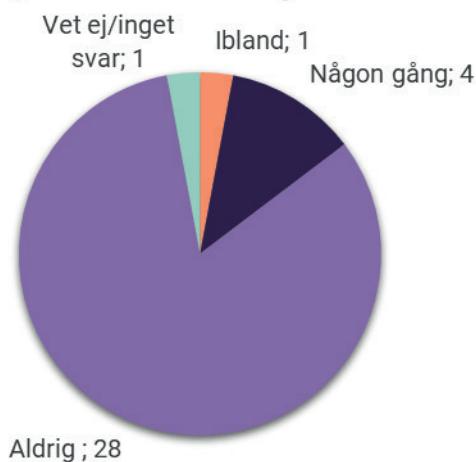
Det är också en varningssignal att så pass många ungdomar lever i kontrollerande förhållanden – sex av 34 har en partner som smygläser eller kräver att få läsa meddelanden. Trots att det inte går att generalisera resultaten på grund av urvalets storlek så är siffrorna en stark varningssignal. Tidigare rapporter visar att det är vanligare att killar utövar våld, särskilt fysiskt och sexuellt (Stiftelsen 1000 Möjligheter 2020). Det är därtill vanligast att tjejer är de som utsätts för olika former av våld.

I ungdomsenkäten framgår att främst killar "tar tag i, knuffar eller puttar" sin partner⁴. Det är främst tjejer som rapporterar att de är rädda för sin partner. I ena frågan om kontroll (smygläser eller kräver att få läsa meddelanden eller mejl) är könsbalansen jämn medan killar oftare rapporterar att de har en flickvän som ofta, ibland eller någon gång vill veta var de är och med vem. Det är

endast tjejer som har rapporterat att de har sex mot sin vilja. Detta bör ses i ljuset av att tjejer är starkt överrepresenterade som våldsoffer för sexuellt våld och att killar är överrepresenterade som förövare. Ingen - varken killar eller tjejer - har svarat att de har blivit hotade att få sina bilder spridda på internet. Statistik om samkönade relationer har en så låg svarsfrekvens att presentation av informationen skulle riskera att röja identiteten på de svarande.

Dessa siffror ger en första inblick i hur relationer, kontroll och våld kan se ut i ungas partnerrelationer under pandemin. Det är problematiskt att det finns så pass få underlag om våld i ungas partnerrelation och killars våld mot tjejer, både på lokal nivå i Huddinge och nationellt. Det gör det svårt för organisationer som jobbar med stöd och våldsprevention att agera mot våldet.

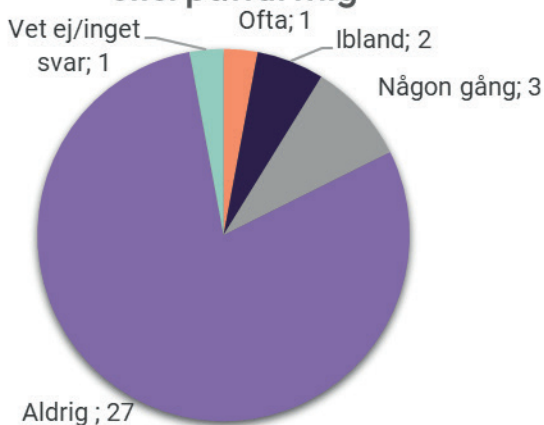
Jag är rädd för min partner



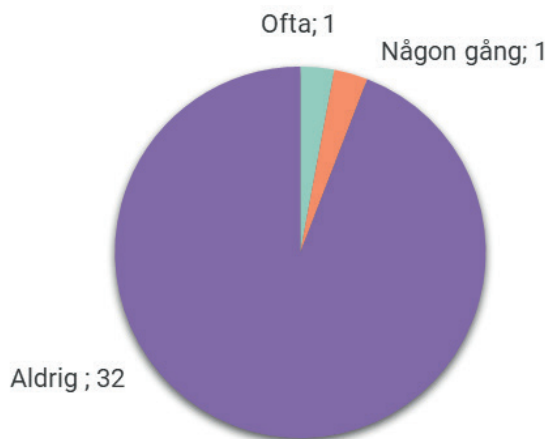
Jag har sex mot min vilja



Min partnern tar tag i, knuffar eller puttar mig

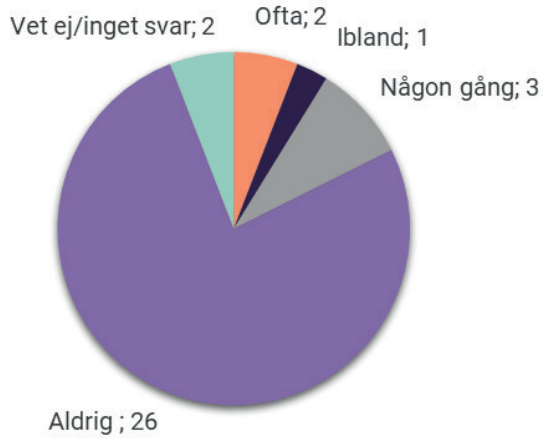


Jag är våldsam mot min partner

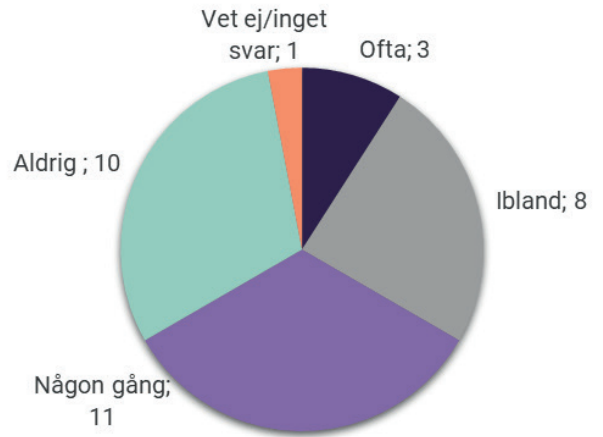


4 När man delar upp varje underkategori baserat på kön är det så pass få svarande att statistiken inte kan presenteras i detalj på grund av risken att röja den enskildes identitet (röjandekontroll).

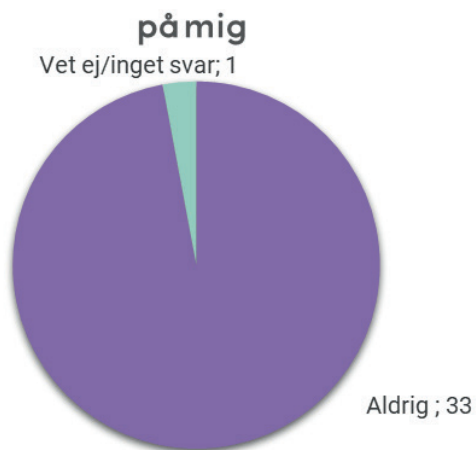
Min partner har smygläst, eller kräver att få läsa, mina meddelanden eller mejl



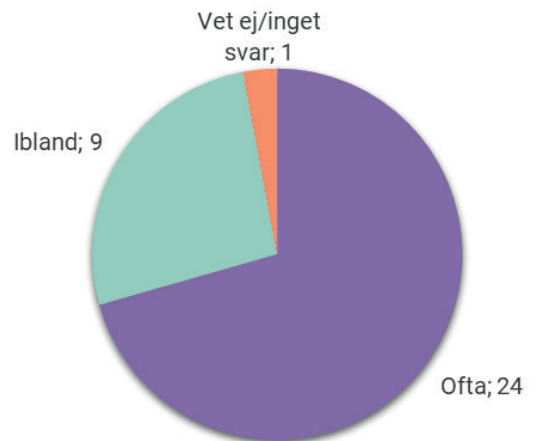
Min partner vill veta var jag är och vem jag umgås med



Min partner hotar med att sprida bilder på mig



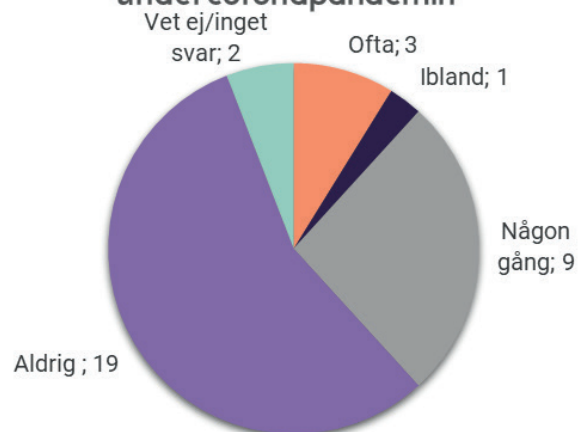
Min partner är kärleksfull



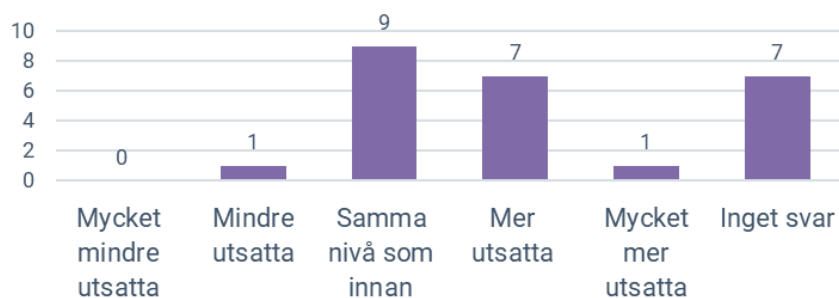
Jag är nöjd med min relation



Jag har varit isolerad med min partner under coronapandemin



Ungdomars utsatthet under coronapandemin (våld i ungas partnerrelation)



Svar från elevhälsan

Åtta av 25 svarande från elevhälsan uppgav att utsattheten för våld ungas i partnerrelation har ökat under pandemin. Nio ansåg att utsattheten var oförändrad sedan innan pandemin. I de fall där våld och kontroll i ungas partnerrelation nämnades i de öppna svaren var den som utförde våld eller utövade kontroll en kille och den utsatta en tjej.

Våld och annan utsatthet i hemmet

Tidigare i rapporten presenterades de stora skillnader som finns i ungdomars uppfattning om hur coronapandemin påverkat dem. En stor andel av de svarande ansåg att deras livssituation påverkats lite eller inget av coronapandemin. Samtidigt beskrev andra stora försämringar i sin psykiska hälsa. Samma mönster av ojämlika effekter syns gällande frågan om situationen hemma under pandemin. Många anser att situationen hemma inte har förändrats mycket – i många fall inte alls. Samtidigt uttrycker andra ungdomar en oerhört pressad situation hemma, med missbruk eller otrygghet. Ingen har berättat öppet och direkt om våld i de öppna svaren, men däremot vittnar elevhälsan om olika former av våldsutsatthet. Flera ungdomar pratar mer allmänt om bråk, att det är tufft hemma eller att de ser vänner, klasskamrater eller lagkamrater i föreningen som har det tufft hemma (utan att specificera om detta rör våld, missbruk, bråk eller något annat).

Det kan vara känsligt för en ungdom att ta upp våldsutsatthet öppet i en enkät - därför är svaren från elevhälsan ett mycket viktigt komplement. Trots att ämnet är så pass känsligt var det ändå några av ungdomarna som öppet berättade om en situation av utsatthet i hemmet, till exempel

om föräldrars missbruk eller en känsla av otrygghet hemma. Ungdomar beskrev också att distansundervisning och social distansering har påverkat dem negativt eftersom skolan eller fritidsaktiviteter i vanliga fall är trygga platser. Den sociala distanseringen gör det svårare att fly hemmet - till exempel genom att lägga tid på fritidsaktiviteter eller gå över till en kompis när situationen hemma är för jobbig.

”Eftersom min pappa har problem med missbruk och mentala hälsan så är det inte alltid så jättekul att behöva stanna hemma och aldrig kunna gå till en kompis när det känns jobbigt”

tjej, 17 år

”För vissa, de som har det jobbigt hemma, är handbollen det viktigaste i livet. När det försvinner blir det som att allt rasar”

tjej, 16 år

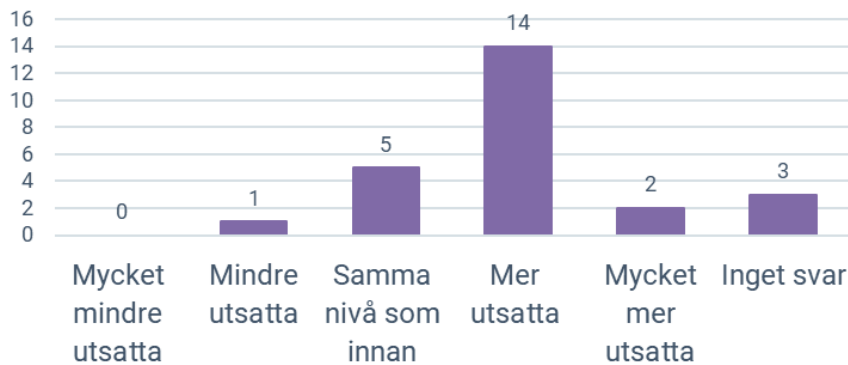
”Ingenting alls!”

tjej, 17 år

”Det är nästan som vanligt. Förutom att alla i familjen är hemma mycket mer”

tjej, 16 år

Ungdomars utsatthet under coronapandemin (våld i hemmet)



Utsattheten ökar inte bara på grund av att situationen hemma blir värre, utan också på grund av aktiviteter och stöd som i vanliga fall håller ihop vardagen uteblir. Situationen som beskrivs är en där de redan utsatta blir mer utsatta. Å andra sidan är det mycket vanligt att ungdomar svarar att deras hemförhållanden är i stort sett oförändrade eller att det endast förändrats genom att fler personer är hemma.

Svar från elevhälsan

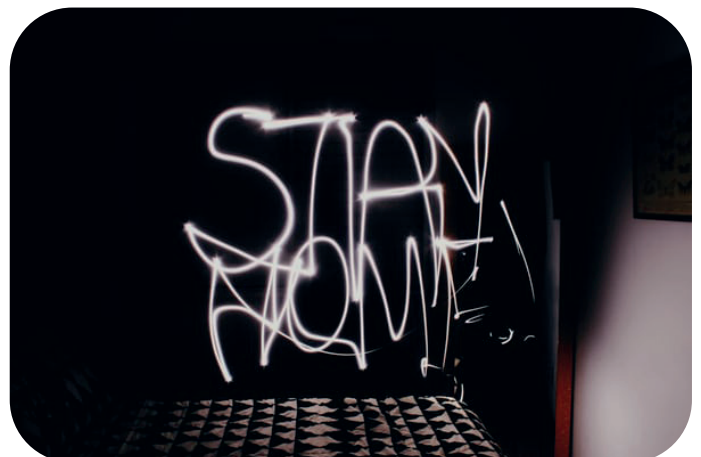
En majoritet av personalen från elevhälsan, 16 av 25, svarade att ungdomar är mer eller mycket mer utsatta för våld i hemmet under coronapandemin. Olika former av våldsutsatthet i hemmet var dessutom ett återkommande svar i de öppna svaren. I frågan om våld i hemmet och i våld i ungas partnerrelation är det återkommande svaret att förövaren är en man eller kille – den utsatta är oftast en ung tjej eller en kvinna (där ungdomen bevittnar våld). Även killar utsätts för våld av förälder, oftast av fadern.

”En del har faktiskt förbättrat sin relation med hemmet, dvs vårdnadshavare, pga mer tid tillsammans mm. Men i de hem som redan innan haft en destruktiv atmosfär med verbala och fysiska kränkningar från förälder, har det istället kunnat öka de spänningar och konflikter till mycket högre nivåer och risker för den unges välbefinnande”

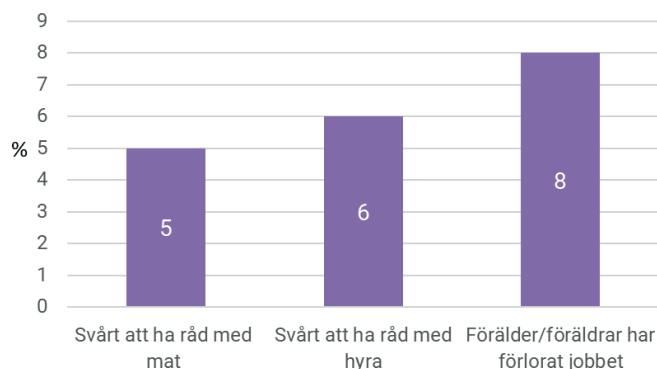
Olika typer av våld och utsatthet återfinns i elevhälsans svar, både fysiskt-, psykiskt-, digitalt- och hedersrelaterat våld. Personal framhävde att det är de individer som redan är utsatta som blir mer utsatta, oavsett om detta rör sig om våldsutsatthet eller annan utsatthet.

Personal från elevhälsan berättade även att det inte bara är hemförhållandena i sig som har förändrats. Minskade kontaktytor med andra människor ökar också utsattheten. Skolan är ofta en trygg plats där elever kan få stöd och där utsatthet kan upptäckas. Med social distansering och distansundervisning försvinner eller försvagas den funktionen.

”Ungdomar som har det tufft hemma på grund av ekonomi, arbetslösa föräldrar, våld i hemmet - allt det blir mer påtagligt när inte skolan finns där som ett skyddsnät varje dag”



Ekonomisk utsatthet



Ekonomisk utsatthet

En majoritet av ungdomarna gav inte uttryck för ekonomisk utsatthet i sina svar. Det vanligaste svaret på hur livet hemma förändrats under pandemin var att situationen endast förändrats lite eller inte alls. Trots detta är det en förvånansvärt hög andel ungdomar som rapporterar att familjen har svårt att få ihop pengar till mat, hyra eller att minst en förälder blivit av med sitt arbete. Av de tillfrågade ungdomarna var det 5 procent som uppgav att deras familj har svårt att ha råd med mat och 6 procent som har svårigheter att få ihop pengar till hyran. Cirka en tiondel av ungdomarna uppgav att en eller båda föräldrarna är arbetslösa under pandemin. Att var tionde ungdom lever i ett hushåll där en eller båda föräldrarna är arbetslösa är en allvarlig effekt av den ekonomiska kris som följer i spåren av coronapandemin. Bilden som växer fram är ett Huddinge med stora skillnader i hur effekterna av pandemin slår mot ungdomar.

”Situationen hemma har förändrats på ett tragiskt sätt eftersom min pappa som är gammal inte jobbar så mycket längre vilket leder till att familjens ekonomi sjunker”

kille, 15 år

Svar från elevhälsan

När elevhälsan tillfrågades om den ekonomiska utsattheten bland ungdomar, svarade 18 av 25 i personalen att ungdomar är mer eller mycket mer ekonomiskt utsatta under pandemin. Ekonomisk utsatthet var också det vanligaste svaret

när elevhälsan tillfrågades om hur ungdomars utsatthet förändrats. Försämrade ekonomi eller arbetslöshet bidrar till en pressad kontext för många ungdomar. Ungdomar i socioekonomiskt utsatta familjer, de som saknar bra internetuppkoppling, de som bor trångt samt nyanlända eller ensamkommande flyktingungdomar befinner sig i en särskilt utsatt situation. Tidigare i år rapporterade Sveriges Stadsmissioner (2020) att behovet av matkassar ökat dramatiskt under coronapandemin. I enlighet med den bilden nämner elevhälsan en extrem utsatthet bland vissa elever – där kombinationen av försämrade ekonomi och utebliven skollunch kan innebära svårigheter att få tillräckligt med mat under dagen.

”Matintaget för eleverna har blivit svårare, då många av våra elever tyvärr har det svårt med ekonomin och luncherna på skolan är kanske den enda måltiden de har”

Ungdomars utsatthet under pandemin



Slutsatser



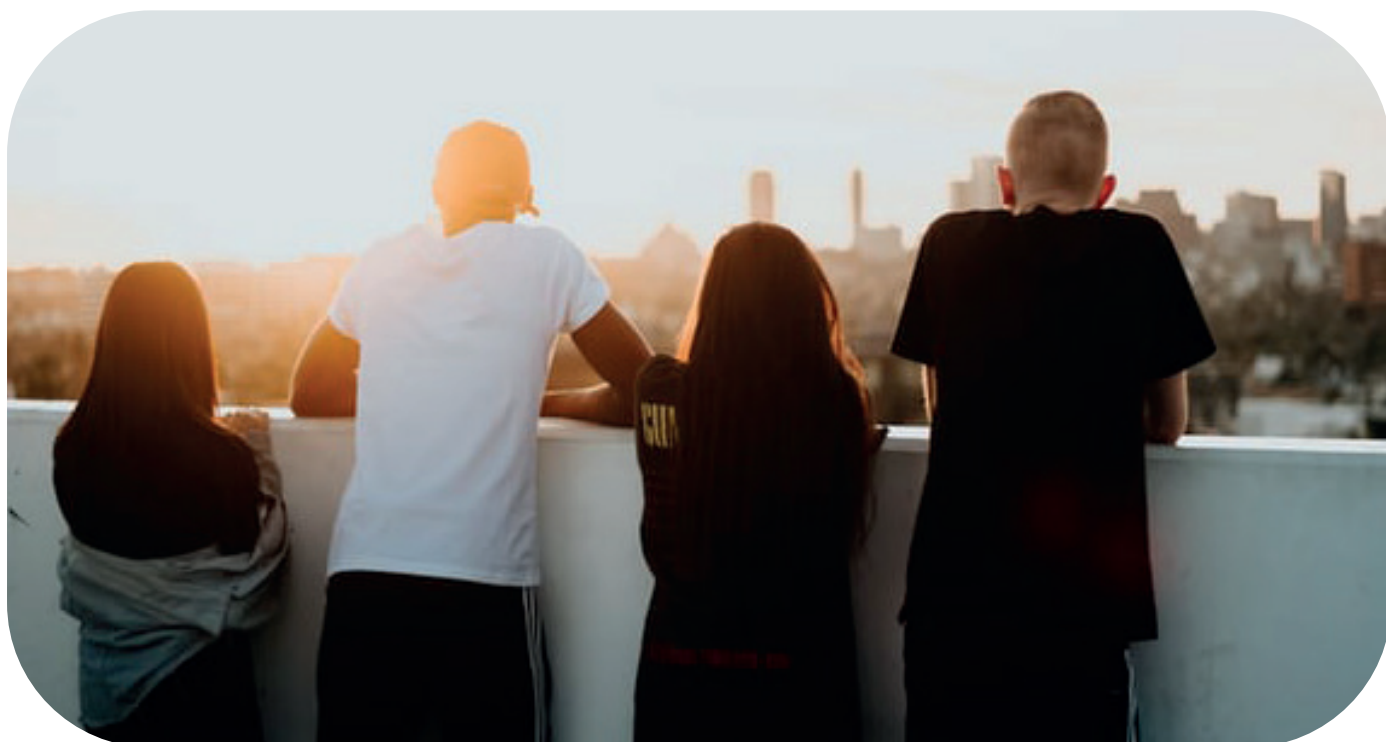
Sammanfattningsvis, ungdomar uppgav att de främst påverkats av coronapandemin genom social distansering, färre eller inställda fritidsaktiviteter och distansundervisning. Ett vanligt svar var också att man inte påverkats av coronapandemin alls eller endast i liten grad. Det fanns en tydlig skiljelinje mellan yngre ungdomar på högstadiet och äldre ungdomar på gymnasiet. De som går på gymnasiet eller som redan har gått ut gymnasiet uttryckte större oro för pandemins effekter på arbete, distansstudier och framtida studier. Bland de yngre, som inte haft distansundervisning och som i högre grad kunnat gå till sina fritidsaktiviteter, var det vanligare att svara att pandemin inte påverkat ens liv alls eller endast i en liten utsträckning. De äldre ungdomarna som haft distansundervisning svarade ytterst sällan att coronapandemin påverkat dem lite eller inget. Denna åldersskillnad är troligen resultatet av de mindre restriktiva åtgärderna som gällt för högstadieungdomar och de striktare regler som varit på plats för gymnasieelever.

Coronapandemin har påverkat ungdomars psykiska hälsa och utsatthet. Utifrån ungdomars egna svar och svaren från personal på elevhäls-

an runtom i kommunen fanns ett tydligt mönster av ökad psykisk ohälsa bland unga i kommunen.

Tjejer rapporterade i högre grad att deras psykiska hälsa försämrats under pandemin. I alla tolv kategorier rapporterade de en försämring i månaden. I de öppna svaren berättade unga om psykiska besvär som oro, nedstämdhet och ensamhet, ofta kopplat till distansundervisning, färre fritidsaktiviteter och social distansering. I enstaka fall nämndes även allvarigare psykiska besvär som ångest och att man inte har lust att leva.

Resultaten pekar på att klyftan djupnat mellan de som var utsatta redan innan pandemin och de med en mer stabil ekonomisk situation eller stabila hemförhållanden. Ett av de vanligaste svaren bland yngre ungdomar var att de inte hade påverkats särskilt mycket av pandemin. Å andra sidan rapporterades att socioekonomiskt utsatta grupper och ungdomar som är våldsutsatta blev mer utsatta i pandemins spår. Distansundervisningen, med minskade möjligheter till stöd på plats, har även påverkat koncentrationen och studierna, särskilt för de som har koncentrations- och inlärnings svårigheter. Skolans funktion som skyddsnät för utsatta individer försvagas också. Berättelserna om hunger till följd av arbetslöshet, ekonomisk kris och utebliven skollunch är ett nytt och allvarligt fenomen som drabbar de som är särskilt ekonomiskt utsatta. Det är en tydlig signal på hur allvarligt vissa ungdomar påverkas av den pågående pandemin.



Kraftbyråns politiska krav och förslag på åtgärder framåt



- **Att alla kommunala insatser** under coronapandemin, såväl som efter pandemins slut, har ett tydligt jämställdhetsperspektiv och analyseras utifrån hur de kommer pojkar och killar, respektive flickor och tjejer till del.
- **Att civilsamhället** och andra som arbetar direkt med barn och unga bjuds in när kommunen utformar krisinsatser.
- **Att kommunen gör riktade insatser** till minoritetsgrupper, såsom unga utsatta för hedersrelaterat våld, hbtq-ungdomar och ensamkommande flyktingungdomar.
- **Att kommunen inkluderar** frågor om våldsutsatthet, otrygghet och psykisk ohälsa i den lokala befolkningsundersökningen. Detta innefattar även frågor om killars våld mot tjejer, våld i ungas partnerrelationer samt pornografins skadeverkningar.
- **Arbetet mot män och killars våld** mot kvinnor och tjejer måste budgeteras och resurssätas – men pengarna får inte tas från stöd till kvinnor och tjejer som utsätts för mäns och killars våld. Stöd till utsatta och preventiva insatser bör finansieras separat för att undvika konkurrens mellan de två områdena.
- **Våldsförebyggande arbete ska nå alla** unga i skolan. Regeringens nationella strategi för att förebygga och bekämpa mäns våld mot kvinnor betonar att alla barn och unga ska nås av våldsförebyggande insatser. Det är centralt att det våldsförebyggande arbetet bedrivs långsiktigt och utgår från en genusförändrande ansats för att bryta kopplingen mellan maskulinitet och våld.
- **Att kommunen utvecklar** och resurssätter verksamheter som arbetar med ungas psykiska ohälsa. Kraven för att få snabb vård måste sänkas och väntetiderna förkortas.
- **Att socialtjänstens förebyggande arbete** får mer resurser för att på sikt minska eller bromsa sociala problem innan de uppstår samt att de har tillräckliga resurser för att bedriva sitt arbete på ett rätts- och kvalitetssäkrat sätt utan långa utredningstider till följd av hög arbetsbelastning.
- **Att kommunen säkrar barn och ungas rättigheter** vid distans- och fjärrundervisning. Detta gäller såväl deras möjlighet till skollunch, internetuppkoppling och frihet från våld och övergrepp i hemmet. fungerande skola och närvarande personal är en viktig förebyggande åtgärd mot såväl ekonomisk som annan utsatthet.
- **Att elevhälsan, ungdomsmottagningen samt hälso- och sjukvården** rutinemässigt ställer frågor om våldsutsatthet. Det är också centralt att ungas psykisk ohälsa kopplas till eventuell våldsutsatthet.
- **Att varje skola** har en handlingsplan för hur man upptäcker hedersrelaterad våldsutsatthet och förtryck. Detta är särskilt viktigt under den tid där skolan har distansundervisning då de vanliga kontaktytorna begränsas. Satsningen måste ha ett tydligt könsmaktsperspektiv.
- **Att kvinno-, tjej- och ungdomsjourerna** har långsiktig och trygg finansiering för att bedriva stöd, skydd, prevention och politisk påverkan. En stark och fristående kvinnorörelse är avgörande för att flytta fram positionerna för kvinnor och barn och för att den politiska rösten inte ska tystna.



Referenser

- BRIS. 2020. "Lägesbild från Bris under coronakrisen". Barnens Rätt i Samhället - Pressmeddelanden, 01 april 2020. <https://www.bris.se/om-bris/press-och-opinion/pressmeddelanden/lagesbild-fran-bris-under-coronakrisen/>.
- Brå. 2018. "Brott i nära relationer bland unga". Kortanalys 6/2018. Brottsförebyggande rådet.
- . 2020. "Fortsatta indikationer på konsekvenser av pandemin i Brås preliminära statistik över anmälda brott i november 2020". Brottsförebyggande rådet. <https://www.bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/nyheter/2020-12-17-anmalda-brott-fortsatta-indikationer-pa-konsekvenser-av-pandemin-i-november.html>.
- Flores, Juan. 2020. "Nya åtgärder för att hjälpa våldsutsatta under pandemin". Dagens Nyheter, 30 april 2020. <https://www.dn.se/nyheter/sverige/nya-atgarder-for-att-hjalpa-valdsutsatta-under-pandemin/>.
- Folkhälsomyndigheten. 2020. "Påverkar covid-19-pandemin befolkningens psykiska hälsa?". <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/p/paverkar-covid-19-pandemin-befolkningens-psykiska-halsa/>.
- Häggström, Tinika. 2020. "Forskarteam tittar på hur unga påverkas av coronapandemin". P4 Västerbotten. Sveriges Radio. <https://sverigesradio.se/artikel/7549368>.
- Justitiedepartementet. 2020. "Uppdrag att studera åtgärder mot våld i nära relationer bland unga". Regeringsbeslut Ju2020/03036/KRIM. Regeringen.
- Kanakaris, Zandra, och Olga Persson. 2020. "Unizon: Vi måste förbereda oss på att våldet kommer öka". Unizon (blog). 27 mars 2020. <https://unizon.se/aktuellt/unizon-vi-maste-forbereda-oss-pa-att-valdet-kommer-oka>.
- Kapetanovic, Sabina, Sevtap Gurdal, Birgitta Ander, och Emma Sorbring. 2020. "Reported Change in Adolescent Psychosocial Functioning during the Covid-19 Outbreak", oktober. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-99461/v1>.
- Krisinformation. 2020. "Idrott och träning". Krisinformation.se. 18 december 2020. <https://www.krisinformation.se/detta-kan-handa/handelser-och-storningar/20192/myndigheterna-om-det-nya-coronaviruset/andra-sprakother-languages/lattlast1/tb-11-idrott-och-traning>.
- Länsstyrelsen. 2021. "ANDTS - förebyggande arbete". <https://www.lansstyrelsen.se/stockholm/samhalle/social-hallbarhet/andts/andts---forebyggande-arbete.html>.
- McCrae, Niall, Sheryl Gettings, och Edward Purssell. 2017. "Social Media and Depressive Symptoms in Childhood and Adolescence: A Systematic Review". *Adolescent Research Review* 2 (4): 315–30. <https://doi.org/10.1007/s40894-017-0053-4>.
- Mind. 2020. "Unga mår allt sämre - eller? Kunskapsöversikt om ungas psykiska hälsa i Sverige 2018". <https://mind.se/wp-content/uploads/mind-rapport-unga-mar-allt-samre-eller-2018-hela-rapporten.pdf>
- OECD. 2020. "Youth and COVID-19: Response, Recovery and Resilience". Tackling Coronavirus (covid-19) - contributing to a global effort. <http://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/>

youth-and-covid-19-response-recovery-and-resilience-c40e61c6/.

Orre, Sebastian. 2020. "Ökat våld i nära relationer i var tredje kommun under pandemin". Dagens Nyheter, 07 december 2020. <https://www.dn.se/sverige/okat-vald-i-nara-relationer-i-var-tredje-kommun-under-pandemin/>.

Rädda Barnen. 2020. "Stress, bekymmer och ensamhet - coronapandemins verkningar på barn och ungdomars liv". <https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/pelastakaalapset/main/2020/05/23235440/Barnets-rost-2020.pdf>

Sarkadi, Anna, Lisa Sahlin Torp, Anna Perez Aronsson, Tökès Antonia, Natalie Durbeej, Karin Fängström, och Fatumo Osman. 2020. "Barn och ungas röster om corona - En undersökning med barn och unga 4–18 år om coronapandemin våren 2020". Uppsala Universitet. <https://www.pubcare.uu.se/forskning/chap/projekt/barn-och-ungas-roster-om--corona-/>.

SCB. 2020. "Stödmaterial för att inkludera transpersoner i enkäter och undersökningar". Statistiska centralbyrån. <https://www.scb.se/globalassets/stodmaterial-for-att-inkludera-transpersoner-i-enkater-och-undersokningar.pdf>.

Socialstyrelsen. 2020. "Våld i nära relationer". Socialstyrelsen. 2020. <https://www.socialstyrelsen.se/stod-i-arbetet/vald-och-brott/vald-i-nara-relationer/>.

Stiftelsen 1000 Möjligheter. 2020. "Ett år med ungarelationer.se - erfarenheter och kunskap om killars våld mot tjejer och våld i ungas partnerrelationer". <https://ungarelationer.se/ettrsrapport>

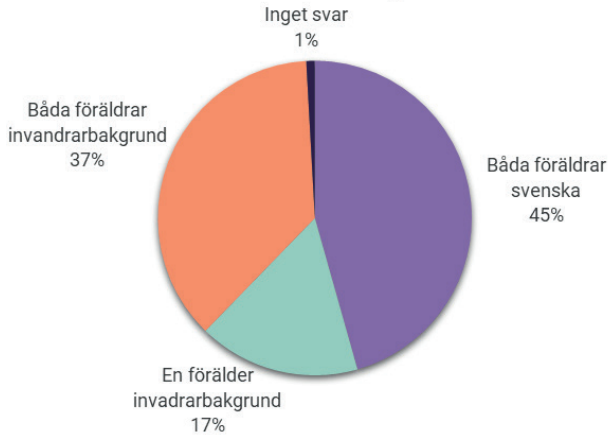
Stockholms stad. 2020. "Stockholmsenkäten 2020- urval av stadsövergripande resultat". Socialförvaltningen. <https://start.stockholm/aktuellt/nyheter/2020/09/presstraff-stockholmsenkaten-2020/>

Sveriges Stadsmissioner. 2020. "Fattigdomsrapporten 2020". <https://www.stadsmissionen.org/fattigdomsrapporten-2020/>

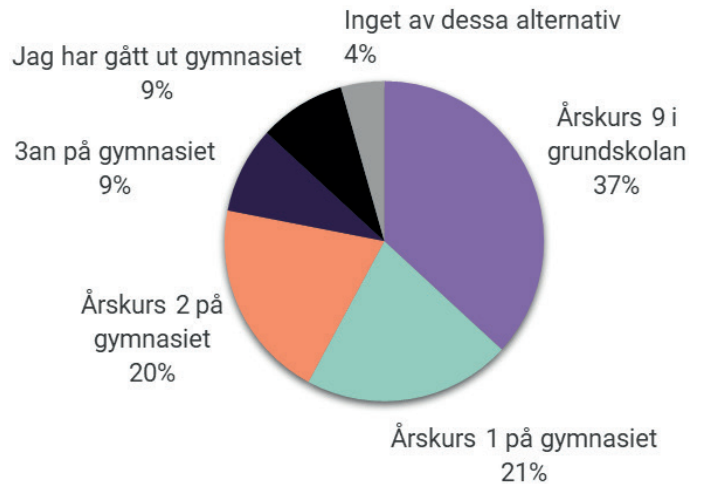
UNRIC. 2020. "WHO Warns of Surge of Domestic Violence in Europe". United Nations Western Europe, 07 maj 2020. <https://unric.org/en/who-warns-of-surge-of-domestic-violence-as-covid-19-cases-decrease-in-europe/>.

Appendix

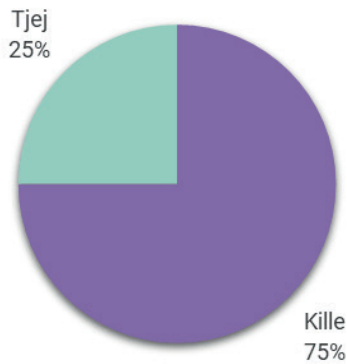
Föräldrars bakgrund



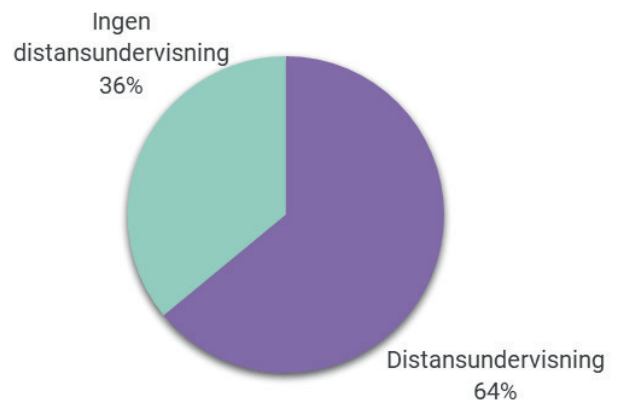
Årskurs



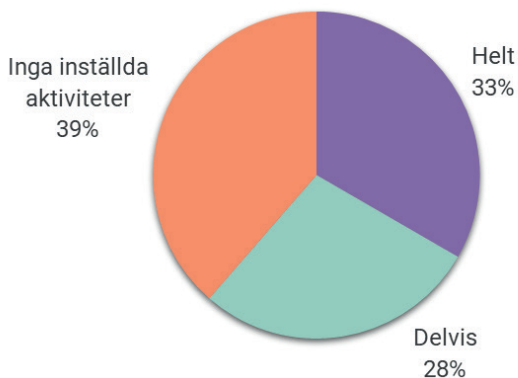
Coronapandemin haringen eller liten påverkan på livet



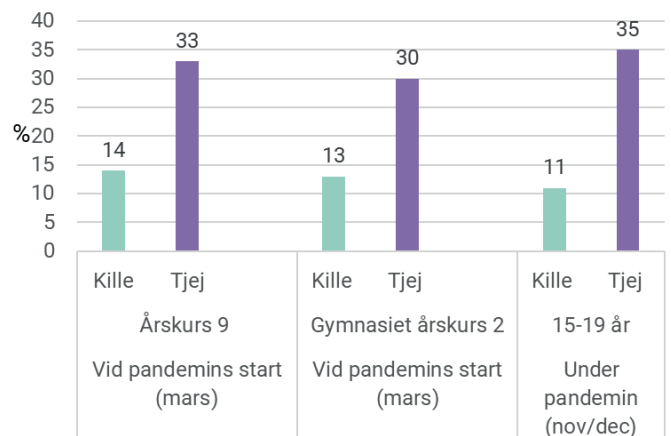
Distansundervisning



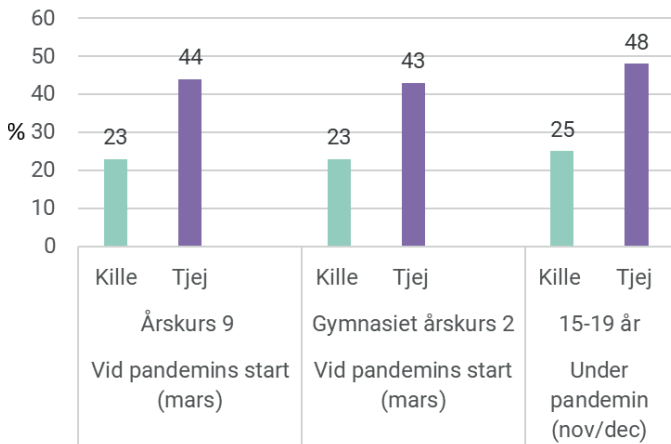
Färre eller inställda fritidsaktiviteter



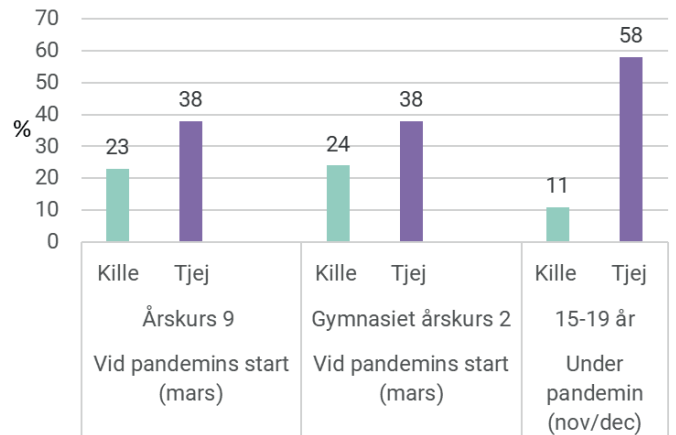
Ungdomar som tycker att de inget dugert till (ganska eller väldigt ofta)



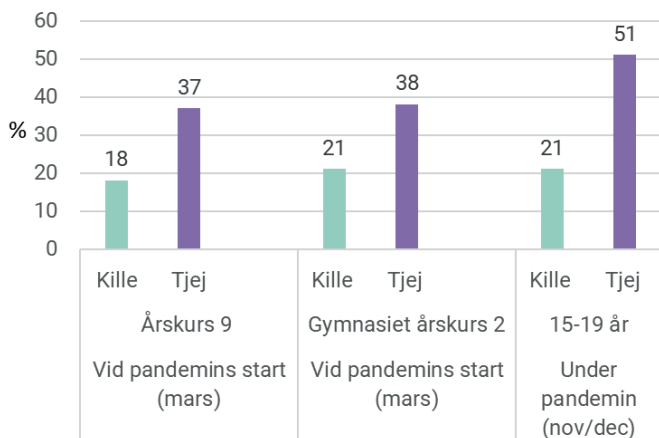
Ungdomarsom haft huvudvärk minst 1 gång i veckan (det senaste läsåret)



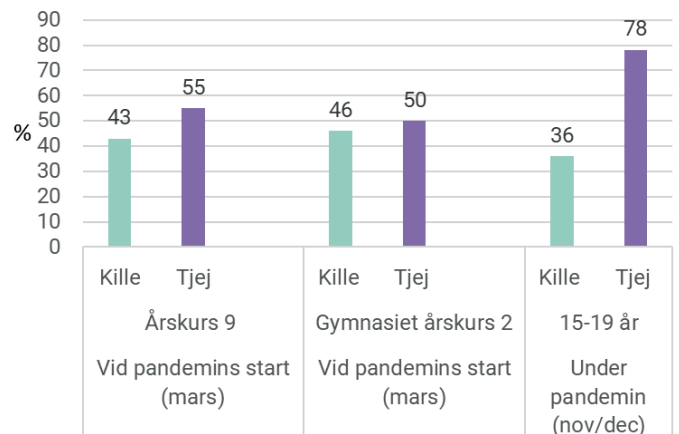
Ungdomarsom haft dålig aptit minst 1 gång i veckan (det senaste läsåret)



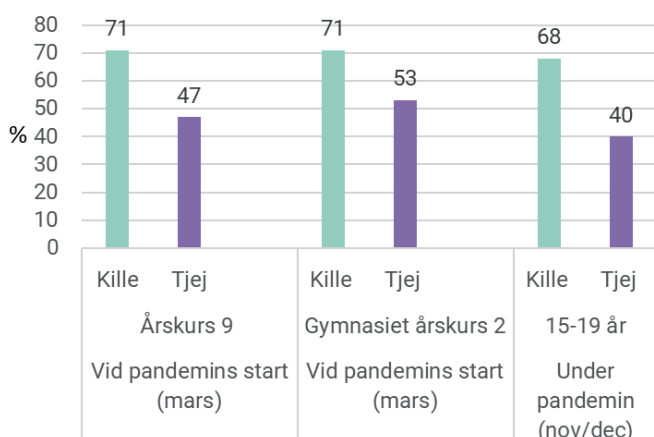
Ungdomarsom haft "nervös mage" minst 1 gång i veckan (det senaste läsåret)



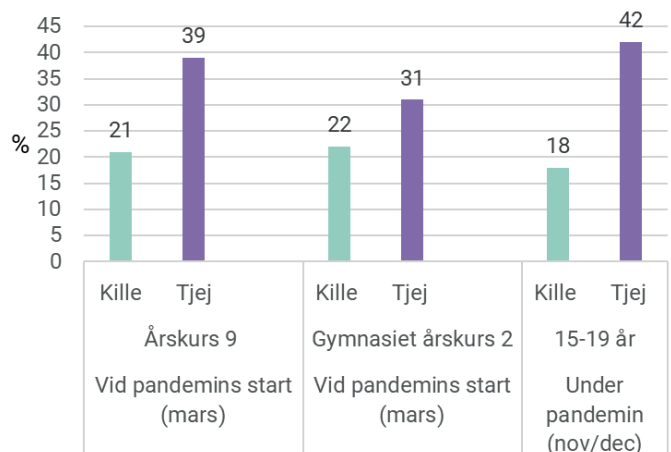
Ungdomarsom haft svårt att somna minst 1 gång i veckan (det senaste läsåret)



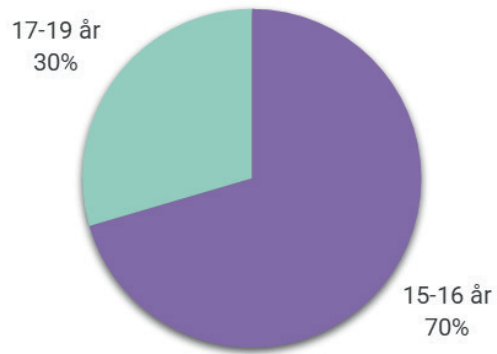
Ungdomarsom (oftast eller ganska ofta) är nöjd med sitt utseende



Ungdomarsom skulle vilja ändra mycket på sig själva (ganska eller väldigt mycket)



Åldersfördelning bland killarna



Andel av killarna som går i en viss årskurs

