



**LUNDS**  
UNIVERSITET  
Socialhögskolan

# Orsaker och Åtgärder

- En kvalitativ textanalys av medias rapportering kring  
psykisk ohälsa hos unga

Elisabeth Davidsson

Kandidatuppsats (SOPA 63)  
VT 2019  
Handledare: Helene Hansen

# Abstract

Author(s): Elisabeth Davidsson

Title: Causes and Actions – a qualitative text analysis of media portrayal regarding mental illness in adolescents

Supervisor: Helene Hansen

Assessor: Eva Palmblad

The aim of this paper was to analyze and reflect on how Swedish newspapers report on mental illness amongst adolescents and review what causes of mental illness are presented and what prevention strategies Swedish newspapers reports on. The research questions where: What forms of mental illness are represented in the articles? What causes of mental illness are presented in the articles? What prevention strategies are presented in the articles? In order to answer these research questions seventeen articles where chosen from six newspapers published in Sweden between the years 2018-2019. In order to analyze the articles thirteen analytical questions where formulated. The analytical questions originated from the research questions. The result showed that changes in the Swedish school system where a popular cause reported in several of the newspapers. Other causes reported on was the use of social media and how that interferes with the wellbeing of adolescents. As a result of the school system being a popular cause, many of the prevention strategies presented are meant to happen in school. This might because prevention strategies in schools will target adolescents from all socioeconomic and cultural backgrounds. Interesting aspects to do further research on are how politics interfere in the reporting of mental illness in newspapers.

Keywords: “mental illness”, “mental illness adolescents”, “causes of mental illness”, “prevention strategies”, “newspapers portrayal”.

# Innehållsförteckning

<b><i>Inledning</i></b> .....	<b>1</b>
<b>Problemformulering</b> .....	<b>1</b>
<b>Syfte och frågeställningar</b> .....	<b>3</b>
<b><i>Orientering av kunskapsläget</i></b> .....	<b>3</b>
<b>Litteratursökning</b> .....	<b>4</b>
<b>Omfattning</b> .....	<b>4</b>
<b>Orsaker</b> .....	<b>5</b>
Miljöer där unga vistas.....	5
Faktorer hos familjen .....	5
Brister i skolan .....	6
Social status i förhållande till psykisk ohälsa.....	6
Sociala medier i förhållande till psykisk ohälsa .....	7
Missbruk i relation till psykisk ohälsa.....	8
Tre förklaringar till rapportering om ökad psykisk ohälsa .....	8
<b>Konsekvenser</b> .....	<b>9</b>
<b>Strategier för att hantera psykisk ohälsa</b> .....	<b>9</b>
<b>Medial framställning av psykisk ohälsa</b> .....	<b>12</b>
<b><i>Teori</i></b> .....	<b>12</b>
<b><i>Metod</i></b> .....	<b>14</b>
<b>Metodologiska överväganden</b> .....	<b>14</b>
<b>Urval</b> .....	<b>15</b>
<b>Bearbetning och analys</b> .....	<b>16</b>
<b>Metodens tillförlitlighet</b> .....	<b>17</b>
<b>Metodens begränsningar</b> .....	<b>18</b>
<b>Forskningsetiska överväganden</b> .....	<b>19</b>
<b><i>Resultat och analys</i></b> .....	<b>20</b>
<b>Psykisk ohälsa</b> .....	<b>20</b>
Psykisk ohälsa som begrepp.....	20
Psykiatriska diagnoser.....	20
Psykosomatiska symtom.....	21
Förklaring av begreppet psykisk ohälsa .....	22
Hur talas det om psykisk ohälsa? .....	23
Missbruk i relation till psykisk ohälsa.....	24
<b>Orsaker</b> .....	<b>25</b>
Forskares felbedömningar .....	25
Sociala medier och jämförelser med andra .....	26
Deterministiskt perspektiv .....	28
Voluntaristiskt perspektiv.....	29
<b>Förebyggande åtgärder</b> .....	<b>31</b>
Åtgärder som ska ske i skolan .....	31
Skyddsfaktorer .....	32
Anspråksformulerare .....	33
Frivilliga initiativ .....	35

<b><i>Avslutande diskussion</i></b> .....	<b>36</b>
Olika former av psykisk ohälsa.....	36
Orsaksförklaringar.....	37
Åtgärder .....	39
Framtida forskning .....	40
<b><i>Referenser</i></b> .....	<b>41</b>
<b><i>Bilaga</i></b> .....	<b>44</b>
Material för empiri.....	44

## **Inledning**

I samhället är vi ständigt omringade av texter i olika slag och även om vi inte medvetet söker efter texter att läsa fångar vårt subjektiva medvetande ändå upp vad som står. Massmedier är ett samlingsnamn för de olika sätt det finns att sprida information och underhållning till människor, till exempel genom TV, radio och tidningar. Sedan internet slog igenom har det blivit ännu lättare att få information och vi har nu tillgång till hela världens nyheter i våra telefoner (Nationalencyklopedin 2019a). Då vi har tillgång till nyheter dygnet runt på årets alla dagar är vi ännu mer omringade av tidningars texter än vad vi var förut. När vi vaknar är det första vi gör att kolla sociala medier där även dagstidningarna finns, när vi är på väg till skola och jobb passerar vi kanske en Pressbyrå där det går att se de traditionella löpsedlarna med morgonens rubriker. På förmiddagsrasten finns det kanske en dagstidning att läsa i fikarummet. När det sedan är dags att ta sig hem för dagen kollar vi igenom våra sociala medier igen och möts kanske av nya nyhetsrubriker. Vi har alltså ständig tillgång till tidningsartiklar som kan påverka vår bild av hur samhället ser ut (Boréus 2015, s. 157).

Något jag själv lagt märke till under de senaste åren är att det rapporteras allt mer kring psykisk ohälsa bland unga.

## **Problemformulering**

Psykisk hälsa är ett svårdefinierbart begrepp som saknar en allmän definition. Världshälsoorganisationen har dock en ideal norm som säger att psykisk hälsa innebär ett tillstånd av totalt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande (Nationalencyklopedin 2019b). Psykisk ohälsa är i sin tur ett begrepp som används som samlingsnamn på en mängd olika psykiska problem, både mindre allvarliga problem såsom oro och nedstämdhet, samt mer allvarliga symtom som uppfyller kriterierna för att räknas som en psykiatrisk diagnos (Socialstyrelsen 2016). Psykiatriska diagnoser som exempelvis adhd, autism och Aspergers syndrom räknas också som neuropsykiatriska funktionsnedsättningar vilket förkortas NPF (Attention 2013).

Under de senaste åren har det kommit allt fler rapporter om att den psykiska ohälsan bland unga ökar. Enligt Socialstyrelsen (2017) är det 10% av pojkar och 15% av flickor i Sverige som har någon form av psykisk ohälsa. I Socialstyrelsens rapport förutspås det att den psykiska ohälsan bland unga troligtvis kommer att fortsätta att öka en tid framöver eftersom nya sjukdomsfall blir långvariga. Orsaken till ökningen av den psykiska ohälsan hos unga är okänd, men det finns tecken som tyder på att ökningen har någonting att göra med de ungas livsvillkor. Det kan till exempel handla om skolan, inträde på arbetsmarknaden eller att påbörja ett vuxenliv (Socialstyrelsen 2017). Folkhälsomyndigheten (2018) har i en rapport försökt kartlägga orsaker till varför den psykiska ohälsan bland unga ökar. De har sett att brister i skolan och högre krav på utbildning ifrån arbetsmarknadens sida kan ha haft betydelse för att den psykiska ohälsan bland unga ökar.

Samtidigt som det kommer rapporter om att den psykiska ohälsan bland unga ökar i Sverige menar den ideella organisationen Mind (2018), som verkar för att sprida kunskap om psykisk ohälsa och stödja människor i kris, att allvarliga psykiatriska problem som depression inte har ökat. Mind menar också att ängslan, oro, ångest eller andra psykiska besvär inte ökat under de senaste tjugo åren (Mind 2018).

Då psykisk ohälsa är ett vitt begrepp som kan innefatta många olika saker är det svårt att veta vad som menas med att den psykiska ohälsan ökar bland unga. Det verkar också vara oklart kring vad det är som gör att den psykiska ohälsan bland unga ökar, samtidigt som det också finns rapporter som säger att den psykiska ohälsan inte alls ökar. Då media påverkar vår uppfattning av olika händelser (Säkerhetspolitik 2016) är det intressant att se hur media rapporterar kring fenomenet psykisk ohälsa bland unga. Som socionom kommer du dessutom någon gång komma i kontakt med människor som lider av psykisk ohälsa. Antingen som kurator inom psykiatrin eller skolan, men också inom andra verksamheter. De personer som socionomer kommer i kontakt med befinner sig ofta i svåra situationer som kan vara kopplade till psykisk ohälsa på ett eller annat sätt. Antingen har personens psykiska ohälsa orsakat att personen befinner sig i en utsatt situation, eller så har personen drabbats av psykisk ohälsa till följd av att den befinner sig i en utsatt situation.

Det är därför av relevans att inom socialt arbete att granska psykisk ohälsa utifrån flera olika perspektiv, detta för att kunna finna orsaker till problemet men också för att kunna bedriva ett förebyggande arbete.

## **Syfte och frågeställningar**

Syftet är att utifrån olika tidningsartiklar undersöka, analysera och reflektera kring hur media skriver om psykisk ohälsa bland unga, samt att granska vilka eventuella orsaker bakom psykisk ohälsa och förslag på åtgärder för att förebygga psykisk ohälsa som presenteras av media. Syftet preciseras med hjälp av frågeställningarna:

- Vilka former av psykisk ohälsa lyfts fram i tidningsartiklarna?
- Vilka orsaker till psykisk ohälsa bland unga anges i tidningsartiklarna?
- Vilka åtgärder för att förebygga psykisk ohälsa bland unga presenteras i tidningsartiklarna?

## **Orientering av kunskapsläget**

I detta avsnitt presenteras forskning och rapporter inom området psykisk ohälsa. Jag använder mig av rapporter från Socialstyrelsen (2017), Folkhälsomyndigheten (2018) samt Mind (2018) för att presentera omfattningen av psykisk ohälsa bland unga i Sverige. Detta för att presentera hur förekomsten av psykisk ohälsa bland unga ser ut i Sverige samt kunna knyta an till min första frågeställning kring vilka former av psykisk ohälsa som lyfts fram i tidningsartiklarna. Vidare går jag igenom orsaker, konsekvenser och strategier för att förebygga psykisk ohälsa. I dessa avsnitt kopplar jag samman rapporterna jag läst med annan forskning inom problemområdet. Anledningen till att jag valt att koncentrera mig på forskning kring orsaker, konsekvenser och strategier för att hantera psykisk ohälsa är för att två av mina frågeställningar handlar om dessa teman. Slutligen presenterar jag annan forskning som gjorts gällande hur psykisk ohälsa porträtteras i media för att kunna dra paralleller till det resultat jag själv kommer fram till.

## **Litteratursökning**

För att orientera mig om tidigare forskning och olika rapporter på området har jag använt mig av sökmotorn Google samt LUBSearch. De sökord som använts är ”psykisk ohälsa ungdomar”, ”psykisk ohälsa”, ”preventing mental illness”, ”drug abuse and mental health”, ”social media mental health”, ”mental illness adolescents”, ”mental illness social media” samt ”media portrayal of mental illness”. Hiltunens (2017) avhandling som jag refererar till har funnits genom de referenser som återfinns i Folkhälsomyndighetens (2018) rapport.

## **Omfattning**

Enligt en rapport från Socialstyrelsen (2017) har den psykiska ohälsan bland unga i Sverige ökat i större omfattning än vad den har gjort i de andra länderna i Norden. Ökningen gäller både för psykiatriska diagnoser, men också för självrapporterad psykisk ohälsa. Självrapporterad psykisk ohälsa innefattar symtom som oro eller nedstämdhet där personen inte diagnosticerats. I Socialstyrelsens (ibid.) rapport framgår det att psykisk ohälsa är högre bland unga som lever i svåra psykosociala förhållanden, men förekomsten av psykisk ohälsa ökar generellt bland alla unga.

Depression och olika ångestsyndrom är de diagnoser som har ökat mest. Men även diagnosticeringen av olika neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, NPF som adhd och autism ökar. Om det finns en NPF är det vanligt med samsjuklighet i annan psykisk ohälsa, men den ökning av psykisk ohälsa som sker hos unga gäller även för de utan samsjuklighet (Socialstyrelsen 2017). Enligt Socialstyrelsen (ibid.) beror den ökade diagnosticeringen av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar på att det finns en ökad medvetenhet och kunskap kring NPF. Det är oklart varför diagnosticeringen av depressioner och ångest ökat, men det finns tecken på att tidiga självrapporterade besvär innebär en senare psykisk sjukdom. Eftersom självrapportering av psykiska besvär har ökat kan detta i sin tur leda till att fler personer diagnosticeras senare i livet och vårdbehovet av depressioner och ångest ökar.



I Minds (2018) rapport framgår det att även om det kommer rapporter om att den psykiska ohälsan bland unga ökar så ökar inte allvarliga psykiatriska problem som depression. Det finns enligt Mind (ibid.) inte heller några belägg för att förekomsten av ängslan, oro eller ångest ska ha ökat. Däremot finns det en ökning i efterfrågan av vård. Mind (ibid.) menar att den psykiska hälsan bland unga är relativt god i Sverige men att självrapporterade besvär har ökat. Det är också fler unga som får ta del av psykiatrisk vård.

## **Orsaker**

### *Miljöer där unga vistas*

Enligt Socialstyrelsen (2017) kan orsakerna till att psykisk ohälsa bland unga ökar finnas i miljöer där de flesta unga vistas, då ökningen sker i hela populationen av unga och inte endast hos de som lever i svåra psykosociala förhållanden. Exempel på miljöer där alla unga vistas är skolan, inträde till arbetsmarknaden eller övergången till vuxenlivet. Folkhälsomyndigheten (2018) har undersökt orsakerna bakom att den psykiska ohälsan i Sverige har ökat. De har i sin rapport tittat på fyra olika områden som skulle kunna påverka den psykiska ohälsan hos unga: faktorer kopplade till familjen, socioekonomiska förutsättningar, faktorer kopplade till skolan samt förändringar i samhället. Precis som Socialstyrelsen (2017) anser Folkhälsomyndigheten (2018) att det är intressant att se på områden där alla unga befinner sig och pekar ut skolan och samhällsförändringar som exempelvis läget på arbetsmarknaden som viktiga i relation till psykisk ohälsa hos unga.

### *Faktorer hos familjen*

Det råder en del oklarheter när det kommer till om familjens socioekonomiska förhållanden kan påverka ungas psykiska ohälsa. Ekonomisk utsatthet i absoluta mått dvs. att leva på ekonomiskt bistånd eller att ha en låg inkomststandard ökar risken för att drabbas av psykisk ohälsa. Andelen barnfamiljer i Sverige som är ekonomiskt utsatta enligt absoluta mått har dock minskat. Ekonomisk utsatthet kan också mätas efter relativa mått vilket innebär att familjens inkomst är sämre i relation till inkomsten hos den övriga befolkningen. Andelen barnfamiljer som lever i ekonomisk utsatthet enligt relativa mått har ökat, det finns dock ingen

kunskap om hur relativ socioekonomisk utsatthet kan påverka den psykiska ohälsan hos unga (Folkhälsomyndigheten 2018).

Enligt Folkhälsomyndigheten (ibid.) är psykosomatiska symtom som exempelvis sömnsvårigheter, nedstämdhet eller huvudvärk vanligare bland de unga som uppger att de har svårt att prata med sina föräldrar om saker som tynger dem. Det har dock inte gått att se att andelen unga som har svårt att prata med sina föräldrar har ökat. Faktorer inom familjen verkar därför inte vara det som ligger bakom ökningen av psykisk ohälsa bland unga.

### *Brister i skolan*

Folkhälsomyndigheten (ibid.) pekar på ett samband mellan sämre skolprestationer och ökad risk för att drabbas av psykisk ohälsa. Sedan 1995 har skolprestationerna hos svenska högstadiel elever försämrats. Det har också visat sig att psykosomatiska symtom är vanligare hos elever som känner sig stressade av skolarbete. Sedan 1990-talet har andelen elever som känner sig stressade sammanfallit med andelen unga som uppvisar psykosomatiska symtom. Folkhälsomyndigheten (ibid.) drar därför slutsatsen att sjunkande skolprestationer och skolstress är indikatorer på att skolan fungerar sämre. Skolans brister har därför bidragit till den ökade psykiska ohälsan hos unga. Samtidigt som skolan fungerar sämre och skolprestationerna försämras kräver arbetsmarknaden att förstagångsanställda har högre utbildning än tidigare. Att unga är medvetna om detta kan bidra till att de känner en ökad stress och press över att uppnå goda skolresultat.

### *Social status i förhållande till psykisk ohälsa*

Hiltunen (2017) har i sin avhandling gjort en kartläggning kring olika orsaker bakom ungas psykiska ohälsa. I denna avhandling kommer Hiltunen fram till att unga uppger att de generellt mår bra, men att de också är stressade och uppvisar en mängd psykiska besvär. Hiltunen (ibid.) kommer fram till att ungas sociala status och relationer har mer påverkan på den upplevda hälsan än vad sociala bakgrundsfaktorer och uppväxtvillkor har.

Den sociala statusen är en viktig del av de ungas vardag och det finns en version av att vara perfekt som utgår ifrån de ungas vilja att vara normala. De unga upplever att det finns en skillnad i hur de är och hur de önskar att de vore. Det är denna skillnad som kan ge upphov till ohälsa som uttrycker sig i form av stress och olika psykiska besvär. Något som också kan ge upphov till ohälsa i relation till de ungas sociala status är konflikten mellan att passa in i normsystemen samtidigt som de vill sticka ut genom olika statussymboler (Hiltunen 2017).

I Hiltunens (ibid.) avhandling visar det sig också att de personer som berättar om utanförskap och att vara utsatta för kränkningar är de som talar om allvarligare psykisk ohälsa såsom depressioner, självskaumbeteende samt självmordstankar.

### *Sociala medier i förhållande till psykisk ohälsa*

Folkhälsomyndigheten (2018) skriver att det skett en ökning av användandet av digitala medier och att det finns både positiva och negativa hälsoeffekter av detta. Det finns dock inte tillräckligt med forskning för att kunna se om ökningen av digitala medier kan ha orsakat att den psykiska ohälsan hos unga ökar. Berryman, Fergusson och Negy (2018) menar att användning av sociala medier är en dålig markör för att kunna se om en person är drabbad av psykisk ohälsa. De menar också att hur individer använder sig av sociala medier är viktigare än mängden tid unga lägger ner på sociala medier när det kommer till sociala medier i relation till psykisk hälsa. Tromholt (2016) menar att Facebook påverkar vårt mående negativt. Han fann i en studie att ta en paus ifrån Facebook hade positiva effekter på sitt välmående. Vid en paus ifrån Facebook ökade livstillfredsställelsen och känslorna blev mer positiva för de som tog en paus ifrån Facebook under en vecka gentemot den grupp som fortsatte att använda Facebook. Effekterna var större för personer som använde Facebook mycket, passiva Facebookanvändare och användare som brukar avundas andra personer på Facebook. Tromholt (ibid.) drar slutsatsen att förbättring av sitt välmående inte nödvändigtvis endast uppnås genom att sluta använda Facebook. Det kan räcka med att ändra sitt beteende på Facebook. Exempel på förändring av beteende är att använda sig av Facebook mindre än vad som görs idag eller att sluta följa de personer som orsakar avund.

### *Missbruk i relation till psykisk ohälsa*

Elever som röker, dricker alkohol och använder droger mår sämre än elever som inte brukar dessa substanser (Odenbring 2017). I Odenbrings (ibid.) studie förklarar personal från elevhälsan och polisen ungas användande av droger med att det har en stark koppling till psykisk ohälsa. Det är ofta unga som upplever våld eller annan försummelse i hemmet som mår psykiskt dåligt och använder sig av droger. Odenbring (ibid.) skriver att det är vanligt att unga som mår dåligt självmedicinerar för att hantera sina problem, oavsett om problemen är kopplade till våld i hemmet eller något annat. I Odenbrings (ibid.) studie lyfts samverkan mellan skola, socialtjänst och polis fram som något viktigt för att kunna hantera droganvändning hos unga. Elevhälsans personal menar dock att det är svårt med samverkan på grund av socialtjänstens arbetssätt och att polisen har för lite resurser.

Ali, Dean Jr. och Hedden (2016) visar i sin studie att det finns ett samband mellan ungas missbruk och en moder som har en samsjuklighet av psykisk ohälsa och missbruk. Ali, Dean Jr. och Hedden (ibid.) kunde i sin studie inte finna något samband mellan ungas missbruk och en fader med samsjuklighet av psykisk ohälsa och missbruk. De menar dock att eftersom det finns ett samband mellan förälders samsjuklighet i psykisk ohälsa och missbruk så är en viktig förebyggande åtgärd mot att unga hamnar i missbruk att föräldrarna får behandling mot sitt missbruk och sin psykiska ohälsa.

### *Tre förklaringar till rapportering om ökad psykisk ohälsa*

Mind (2018) ger tre förklaringar till varför det rapporteras om en ökad psykisk ohälsa bland unga. De menar att det finns en större öppenhet för att prata om psykisk ohälsa vilket gör att fler identifierar psykiatriska problem och söker sig till vården. Diagnoskriterierna har också utvidgats vilket gör att fler personer har symtom som passar in i en diagnos och kommer med i statistiken. Till sist poängterar Mind (2018) att det har skett en mängd förändringar inom skolan, på arbetsmarknaden, ökad digitalisering vilket innebär att nätmobbning förekommer samt att vi nu lever i ett mer individualiserat samhälle. Mind menar att ungas reaktioner på dessa livsförutsättningar många gånger är helt normala och att

samhället måste bemöta dessa reaktioner utan att ha för bråttom att sjukdomsförklara ungdomar som mår dåligt.

## **Konsekvenser**

Konsekvenserna av att det sker en ökning av psykisk ohälsa hos unga är att de unga riskerar att drabbas av långa sjukdomsförlopp. Ett långt sjukdomsförlopp bidrar i sin tur till att det kan bli svårt att klara av sin skolgång. Då en genomförd skolgång är en viktig skyddsfaktor mot psykisk ohälsa kan en försvårad skolgång få stora konsekvenser för framtiden. Det har också gått att se att det finns en större risk för suicid och suicidförsök hos unga som tidigt rapporterat om psykiska besvär (Socialstyrelsen 2017). Även Thapar et al. (2010) poängterar vikten av att uppmärksamma och förebygga depression hos unga då en depression hos en ung person kan leda till långa svåra sjukdomsfall. En tidig depression gör också att den är svårare att bota i vuxen ålder.

## **Strategier för att hantera psykisk ohälsa**

De ungas sociala relationer är något som kan vara både positivt och negativt i relation till den psykiska ohälsan. Det är positivt för de unga att ha välfungerande relationer som ger dem en känsla av tillhörighet och trygghet. Sociala relationer kan dock också ge upphov till stress då de unga kan känna ett tvång av att delta i sociala aktiviteter för att fortfarande få tillhöra gruppen, samtidigt som de känner att de inte har tid till att umgås. Detta kallar Hiltunen (2017) för delaktighetens dilemma. Det sociala umgänget kan också innebära att unga faller in i en tävling kring vem som har högst status i gruppen.

Hiltunen (ibid.) drar i sin avhandling slutsatsen att unga i stor utsträckning hanterar sin ohälsa på egen hand. Hiltunen menar att detta är på grund av att det finns normer som styr vilka känslor som är okej att visa i sociala sammanhang och psykiska besvär verkar vara något som är skambelagt. Även Teng et al. (2017) skriver att unga är tveksamma till att söka hjälp för sin psykiska ohälsa. Då många unga är tveksamma till att söka hjälp för sin psykiska ohälsa har föräldrarnas en viktig roll när det kommer till att unga söker hjälp (Maiulo, Deane & Ciarrochi 2019). Föräldrarnas auktoritet och vilja att stötta sina barn spelar stor roll, men

också en mängd andra faktorer hos föräldrarna. Exempel på sådana faktorer är om föräldrarna har några egna problem, om föräldrarna har förmåga att se barnens problem och behov samt om föräldrarna känner att de har kapacitet att hantera sina barns problem eller om föräldrarna känner att de behöver stöd från vården (ibid.).

Hiltunen (2017) skriver om olika strategier som unga använder för att hantera sin ohälsa. Hiltunen delar upp strategierna i proaktiva strategier och reaktiva strategier. Vissa av strategierna som används kan dock överlappa varandra. Elever som upplever stressrelaterad ohälsa till följd av att de siktar på att prestera högt i skolan använder sig ofta av proaktiva strategier vilket innebär att de försöker motverka stress genom förebyggande planering. De kan dock även använda sig av reaktiva strategier som exempelvis olika avslappningstekniker. De elever som upplever stressrelaterad ohälsa till följd av att de har svårt att genomföra skolarbetet använder sig däremot i främsta hand av reaktiva strategier. Reaktiva strategier utformas beroende på hur unga uppfattar att situationen ser ut. Det kan handla om att distansera sig från situationen eller att reflektera över ohälsa i samtal med andra. En hjälpsökande strategi är ett exempel på en strategi som kan vara både proaktiv och reaktiv. Hjälpsökande kan ske till följd av att försöka motverka att må dåligt över en kommande situation, men hjälpsökande kan också ske som en reaktion på en situation som upplevts.

Teng et al. (2017) menar att det svårigheter när det kommer till att förbättra psykisk hälsa hos unga då en mängd faktorer spelar in när det kommer till om unga söker hjälp eller ej. Exempel på faktorer som spelar in är individers personlighet, familjeförhållanden, ekonomiska faktorer samt kulturella faktorer. Teng et al. (2017) fann att när de studenter de intervjuade pratade om psykisk ohälsa i allmänhet så visade studenterna förståelse för att psykisk ohälsa kan innebära en mängd svårigheter för den som är drabbad. När studenterna sedan pratade om psykisk ohälsa i förhållande till klasskamrater ändrades deras attityder till psykisk ohälsa. Studenterna menade då att många av de som uppger att de lider av psykisk ohälsa gör det för att få uppmärksamhet. Många av studenterna som Teng et al. (2017) intervjuade uttryckte att de har svårt att förhålla sig till

personer som lider av psykisk ohälsa då de är rädda för att säga fel saker och göra situationen värre.

Thomas et al. (2016) listar upp ett antal förslag till sjukvården för att förespråka psykisk hälsa i det dagliga arbetet. Som argument till varför det är viktigt att göra detta menar Thomas et al. (ibid.) att mellan 25% och 50% av psykisk ohälsa hos vuxna kan förhindras genom tidiga interventioner hos barn och unga. Thomas et al. (ibid.) har bland annat som förslag att prata om psykisk hälsa inom alla delar av sjukvården, speciellt vid kontakt med familjer. Då sjukvården ofta kommer i kontakt med familjer när barnen är små kan sjukvården tidigt göra familjer uppmärksamma på vikten av att ta hand om sin psykiska hälsa. Ett annat förslag som tas upp för att förbättra arbetet med psykisk hälsa inom vården är att arbeta i tvärprofessionella team och att samverka med andra sociala instanser för att kunna erbjuda ett så bra stöd som möjligt.

Det är enligt Thapar et al. (2010) viktigt att vara medveten om vilka riskgrupper som finns för att personer i dessa grupper snabbt ska kunna bli bedömda och bli erbjudna rätt sorts behandling. Thapar et al. (ibid.) förutspår att strategier för att förebygga depressioner hos riskgrupper kommer att vara viktigt för att hantera och förebygga att unga drabbas av depressioner. De riskgrupper som Thapar et al. (ibid.) presenterar är unga med symtom som inte når upp till kriterierna för en diagnos, unga med föräldrar som har en historia av depression samt unga som tidigare haft en depression då återfallsrisken hos dessa är hög.

Eftersom psykisk ohälsa hos unga kan få stora konsekvenser för framtiden rekommenderar Socialstyrelsen (2017) att skolan ska vara uppmärksamma på tidiga tecken på psykisk ohälsa hos eleverna för att kunna förhindra långa sjukdomsförlopp. Socialstyrelsen konstaterar också att det är viktigt att samverka mellan skolan, socialtjänsten och vården fungerar för att alla elever ska få möjlighet att tillgodogöra sig sin skolgång.

Livingston et al. (2014) har i en studie undersökt om sociala medier kan verka som en intervention för att väcka uppmärksamhet mot psykisk ohälsa och attityder mot problemet. De fann i sin studie att en kampanj på sociala medier förbättrade

ungas attityder mot psykisk ohälsa. Kampanjen var dock inte effektiv när det gällde att ge unga verktyg för att kunna hjälpa andra som lider av psykisk ohälsa.

## **Medial framställning av psykisk ohälsa**

Ma (2017) har i sin studie granskat andra studier på hur media rapporterar kring psykisk ohälsa. Ma fann att media bidrar till att stigmatisera personer som lider av psykisk ohälsa genom att rapportera om psykisk ohälsa i relation till brott och våld. Rapporteringen kring specifika diagnoser, där OCD ges som exempel på en diagnos det rapporteras kring, tenderar att vara mindre stigmatiserande och negativ än rapporteringen kring psykisk ohälsa generellt. Ett annat område där tonen kring psykisk ohälsa skilde sig åt i medias rapportering var kring hur media skrev om kvinnors, mäns och barns psykiska ohälsa. Rapporteringen kring kvinnors och barns psykiska ohälsa var mer objektiv än rapporteringen kring mäns psykiska ohälsa. Ma (ibid.) slår fast att media är ett användbart verktyg för att minska stigmatiseringen kring psykisk ohälsa.

## **Teori**

När det kommer till att granska vilka olika former av psykisk ohälsa, orsaker och lösningar som presenteras i en tidningsartikel är det intressant att tänka utifrån teorin om anspråksformulering då denna teori handlar om vem det är som definierar ett fenomen som ett problem, vad det är som är ett problem och vad som måste göras för att lösa problemet. En anspråksformulerare är en person som gör ett anspråk på ett socialt problem. Med anspråk menas ett påstående som är menat att övertyga publiken om att något är ett socialt problem. Anspråket kan göras retoriskt, genom visuella hjälpmedel eller genom att bete sig på ett visst sätt för att ge uppmärksamhet åt det som personen vill definiera som ett socialt problem (Loseke 2003, s. 26).

Loseke (2003, s. 36) menar att det finns en hierarki när det kommer till vilken anspråksformulerare som har högst trovärdighet. Överst i hierarkin är forskare, längre ner i hierarkin finns det en mängd professionella som kan vara experter inom ett visst område. Dessa professionella kan vara längst upp i hierarkin beroende på vad problemet handlar om och i vilket sammanhang anspråket görs.



Längst ner i hierarkin av anspråksformulerare finns barn och socioekonomiskt utsatta människor som ofta också är en del av en minoritetsgrupp i samhället. För att dessa grupper problem ska få uppmärksamhet krävs ofta att andra anspråksformulerare för deras talan och definierar det sociala problemet.

Loseke (2003, s. 37-41) pekar ut tre viktiga grupper av anspråksformulerare: aktivister, forskare och människor inom massmedia. Aktivister är viktiga anspråksformulerare eftersom de organiserar grupper för att skapa rörelser ägnade åt att uppmärksamma och förändra olika sociala problem. Forskare är högst upp i hierarkin av anspråksformulerare och publiken tenderar att tro på de anspråk som forskare gör. Loseke (ibid.) menar dock att det är viktigt att komma ihåg att forskare kan bli betalda för att komma med expertutlåtanden samt att även om forskning ska vara objektiv så påverkas också forskare av sin egna moral. Massmedia är en bred term som innefattar böcker, filmer, olika typer av tidningar, radio, musik och TV. Loseke (ibid.) poängterar att det därför är viktigt att inte dra alltför generella slutsatser gällande anspråksformulerare inom massmedia eftersom begreppet innefattar så många olika typer av media. Loseke (ibid.) menar dock att människor som arbetar inom massmedia kan vara anspråksformulerare på två olika sorters sätt. Förstahandsanspråksformulerare innebär att en reporter själv letar upp information för att skapa ett reportage och på så vis göra anspråk på ett socialt problem. Det vanligaste är dock att människor inom massmedia är andrahandsanspråksformulerare. Detta innebär att de rapporterar om anspråk gjorda av andra anspråksformulerare, exempelvis politiker, aktivister eller forskare.

Teorin om anspråksformulering kan alltså användas för att förstå hur psykisk ohälsa bland unga definieras och vilka orsaker bakom psykisk ohälsa som anges. Teorin kan också användas för att förstå vem det är som gör anspråk på att en förebyggande åtgärd mot psykisk ohälsa hos unga ska genomföras. Samt för att förstå varför det är en viss typ av förebyggande åtgärder som förespråkas mer än andra.

När det kommer till att teoretiskt förklara vilka typer av orsaker det finns på ett problem är voluntarism och determinism två perspektiv som går att använda.

Voluntarism innebär att orsaken ligger till följd av individens fria vilja och ansvar eller skuld. Determinism innebär i sin tur att orsaken ligger till följd av strukturella faktorer och hur omgivningen påverkar en individ. Inom det deterministiska perspektivet befrias den enskilda individen ifrån skuld (Jönson 2010, s. 29).

Begreppen voluntarism och determinism ska i uppsatsen användas för att skilja på vilka typer av orsaker och förebyggande åtgärder det är som föreslås i tidningsartiklarna. Är det orsaker hos individerna själva som orsakar psykisk ohälsa bland unga eller är det strukturer i samhället som ligger bakom? Är det individernas egna ansvar att förebygga psykisk ohälsa eller är det samhällets ansvar att se till så att unga har verktyg för att hantera eventuell psykisk ohälsa? Genom att dela upp orsaksförklaringarna och de förebyggande åtgärderna med hjälp av två olika perspektiv, voluntarism och determinism, blir det enklare att se vilka olika sorters anspråk på orsaker till problemet och förebyggande åtgärder som görs. Antingen görs anspråket att det är individuella faktorer som kan förklara förekomsten av psykisk ohälsa eller så är det någonting i samhället som anges som orsaksförklaring. Det kan också göras anspråk på antingen att individerna själva ska hantera och förebygga psykisk ohälsa, eller så kan det göras anspråk på att förebyggande åtgärder mot psykisk ohälsa ska ske med hjälp av samhällets resurser.

## **Metod**

### **Metodologiska överväganden**

Undersökningen har genomförts med hjälp av en kvalitativ textanalys i form av en perspektivanalys (Jönson 2010, s. 25). En perspektivanalys används för att studera vilka orsaker, lösningar och hur stor omfattningen av problemet anses vara i texter (ibid.). Perspektivanalysen används också för att studera problemets karaktär, vad handlar problemet om? (Jönson 2010, s.27). I den aktuella studien relateras problemets karaktär till den första frågeställningen kring vilka former av psykisk ohälsa som lyfts fram i tidningsartiklarna. Fördelen med att använda sig av en kvalitativ metod är att det går att studera nyanser och värderingar på ett som inte går att göra i kvantitativa studier (Ahrne & Svensson 2015, s. 12). Boréus (2015,

s. 157-158) skriver att det finns flera skäl att studera texter. Enligt Boréus (ibid.) påverkar texter samhället på så sätt att de bidrar till att forma människors föreställningar om hur samhället är. Texter påverkar också relationen mellan människor, på så sätt att texter kan påverka relationen mellan olika grupper av människor i samhället. Även hur grupperna ser ut och vilka människor som ingår i en grupp kan påverkas av texter. Att analysera texter innebär alltså att det går att analysera hur människor ser på samhället, vad det är som påverkar relationer mellan olika grupper i samhället och vad det är som bidrar till att skapa olika identiteter.

## **Urval**

Bryman (2011, s. 285) skriver att det ingår flera olika steg i urvalsprocessen när det kommer till studier av massmedier. Det första steget är valet av medier, vilken typ av medier är det som ska väljas ut? Tidningar, radio eller TV? Vilken typ av tidning är det som ska analyseras? Dagstidning eller kvällspress? Om dagstidningar väljs måste det också reflekteras över om endast rikstäckande tidningar, lokaltidningar eller kanske både och ska analyseras. Tidningens politiska färg är också något som är värt att reflektera över. En annan sak att tänka över är vilket innehåll i dagstidningen det är som ska analyseras, ska allt analyseras eller ska specifika artiklar väljas ut? Nästa steg i urvalsprocessen är att välja ut vilken tidsperiod som innehållet får lov att vara från. I den aktuella undersökningen valde jag att analysera sjutton artiklar publicerade i dagstidningar. Jag valde att analysera artiklar från tidningarna Dagens Nyheter, Sydsvenskan, Svenska Dagbladet, Göteborgsposten, Sundsvalls tidning samt Norran. Dessa tidningar valdes ut eftersom de utges i olika delar av Sverige och jag ville ha ett så brett perspektiv som möjligt som representerade hur problemet belystes i så många delar av Sverige som möjligt. De sjutton artiklarna var fördelade mellan tidningarna på så sätt att jag hade med tre artiklar ifrån varje tidning utom Norran där jag endast fann två artiklar som passade in på mina urvalskriterier. Tidningarnas politiska färg var inget som reflekterades över under urvalsprocessen, däremot fick artiklarna inte vara publicerade på ledarsidan eller liknande. Tidningsartiklarna fick heller inte vara skrivna i krönikeform eller skrivna som debattartiklar. Eftersom jag ville ha ett så nytt perspektiv som möjligt

på problemområdet valde jag att endast ha med tidningsartiklar publicerade år 2018-2019.

Tidningsartiklarna som använts för att samla in empiri har valts ut genom ett målstyrt urval. Ett målstyrt urval innebär att forskningsfrågorna ska försöka passa ihop med det urval som används (Bryman 2011, s. 434). I detta fall innebär det att artiklarna specifikt har valts ut för att det ska gå att kunna svara på forskningsfrågorna. Fördelen med att använda sig av ett målstyrt urval är att det går att försäkra sig om att det material som samlas in till empirin säkert går att använda sig av för att kunna besvara ens forskningsfrågor.

Artiklarna letades upp genom databasen Retriever där sökorden ”psykisk ohälsa” och ”psykisk ohälsa unga” användes. För att avgränsa empirin fanns det vissa kriterier som gällde för att välja ut de artiklar som skulle vara med i undersökningen. Dessa kriterier var som beskrivet ovan att tidningsartiklarna skulle vara publicerade någon gång mellan åren 2018-2019. Artiklarna skulle också vara från olika dagstidningar med geografisk tillhörighet från olika delar av Sverige. Det fick inte heller lov att vara några debattartiklar eller artiklar skrivna på ledarsidan då jag ville försöka förhindra att politiska åsikter skulle färga urvalet. Innehållet i artikeln var tvunget att handla om någon utav de tre forskningsfrågorna aktuella för undersökningen för att jag skulle kunna besvara mina frågeställningar.

## **Bearbetning och analys**

Boréus (2015, s. 175) skriver att de olika stegen i forskningsprocessen är att först formulera ett antal forskningsfrågor och sedan hitta ett material att arbeta med. När detta gjorts väljs de frågor ut som ska ställas till materialet för att kunna svara på de forskningsfrågor som formulerats. Dessa frågor kallas för analysfrågor.

I den aktuella undersökningen analyserades tidningsartiklarna genom att formulera tretton analysfrågor för att kunna besvara de forskningsfrågor som formulerats till undersökningen. Följande analysfrågor användes för att besvara forskningsfrågorna: Nämns det några psykiatriska diagnoser i texten, vilka?

Nämns stress i texten? Nämns oro i texten? Nämns nedstämdhet i texten? Förklaras det vad psykisk ohälsa innebär i texten? Anges det någon orsak till psykisk ohälsa bland unga i texten? Förklaras orsaken med hjälp av olika strukturer i samhället? Vilka aktörer i samhället pekas ut som ansvariga för de bakomliggande orsakerna? Förklaras orsaken genom något hos individerna själva? Förklaras orsakerna genom något hos vuxna i de ungas närhet? Anges det några förebyggande åtgärder i texten? Vem är det som pekas ut som ansvarig för att de förebyggande åtgärderna ska genomföras? Ligger ansvaret på att de förebyggande åtgärderna ska genomföras på individnivå eller samhällsnivå?

Som inspiration till vilka analysfrågor som skulle formuleras användes vissa av de kategorier för ett analyschema som Jönson (2010, s. 26-27) presenterar. Följande kategorier användes som inspiration för att formulera analysfrågor: karaktär, orsaker och lösningar. Dessa kategorier valdes ut eftersom de bäst representerar vad som är syftet med undersökningen.

### **Metodens tillförlitlighet**

För att bedöma kvaliteten i kvalitativ forskning används begreppet tillförlitlighet (Bryman 2011, s. 352-353). Själva begreppet tillförlitlighet består av fyra olika delkriterier: trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet och möjlighet att styrka och konfirmera (Bryman 2011, s. 354). Trovärdighet inom kvalitativ forskning innebär att forskningen utförts enligt de regler som finns och att resultatet av forskningen rapporteras till de personer som är en del av det som studerats så att dessa personer kan bekräfta att forskaren har uppfattat det som studerats på rätt sätt (Bryman 2011, s. 354-355). Då det inte medverkar några enskilda individer i undersökningen behöver resultatet inte rapporteras vidare till någon annan innan det publiceras i denna uppsats. Trovärdigheten i uppsatsen uppfylls också genom att jag tagit hänsyn till Socialhögskolan vid Lunds Universitets regler för uppsatsskrivande samt att jag tagit hänsyn till de forskningsetiska principer som gäller vid samhällsvetenskaplig forskning (Vetenskapsrådet 2002).

Överförbarhet handlar om att beskriva den kontext som studerats så noggrant som möjligt för att på så sätt kunna avgöra om resultaten skulle kunna överföras till att

även gälla i en annan miljö (Bryman 2011, s. 355). I denna studie uppfylls kriteriet på överförbarhet genom att jag redogör för alla steg jag tagit i forskningsprocessen. På så vis går det att avgöra om något i min forskningsprocess är avgörande för de resultat som uppvisats.

Pålitlighet innebär att forskaren ska inta ett granskande synsätt och gör detta genom att fullständigt redogöra för alla delar i forskningsprocessen. Kollegor till forskaren kan sedan under processens gång eller när undersökningen börjar bli färdig bedöma kvaliteten på de procedurer som använts. Denna teknik brukar dock sällan användas då det innebär mycket arbete för kollegor eftersom kvalitativ forskning ofta genererar stora mängder data (Bryman 2011, s. 355). Under forskningsprocessen har jag fört en dialog med min handledare som kommit med synpunkter på den text jag producerat och den metod jag använt mig av. Genom att förklara för min handledare hur jag tänkt samt förtydligat saker i min text som handledare haft synpunkter på har jag intagit ett granskande synsätt och därför uppfyllt delkriteriet om pålitlighet.

Möjligheten att styrka och konfirmera innebär att det ska vara uppenbart att forskaren inte medvetet har påverkat forskningsresultaten genom att till exempel välja en viss teori för att få ett visst resultat eller låta personliga värderingar avgöra resultatet av undersökningen (Bryman 2011, s. 355). I den aktuella undersökningen formulerade jag mina frågeställningar innan jag valde ut tidningsartiklar att analysera för att försöka undvika att påverka resultatet allt för mycket. Jag avstod också från att analysera debattartiklar då mina egna värderingar hade kunnat påverka vilka debattartiklar som valdes ut samt vilka orsaker och förebyggande åtgärder till psykisk ohälsa som jag hade lyft fram i mitt resultat.

### **Metodens begränsningar**

Några brister med den metod jag valt är att jag själv påverkas av de texter jag läser och granskar. Jönson (2010, s.26) skriver att de perspektiv som identifieras i en analys utgörs av forskarens konstruktioner. När jag skriver i min analys att jag identifierat ett anspråk eller ett perspektiv av något som rör ämnet så är det mina egna tolkningar av den text jag läst. En annan forskare hade kanske identifierat ett

annat perspektiv. Något annat som är värt att påpeka är att jag själv påverkas av de texter jag läser. Även om jag medvetet valt bort tidningsartiklar med tydligt politiskt innehåll för att undvika att mina egna politiska åsikter färgar analysen så påverkas jag ändå av de texter jag läser och min förförståelse i form av den forskning och de rapporter jag tagit del av. Min förförståelse kan påverka vilka olika former av psykisk ohälsa jag identifierar, vilka orsaker som tas upp samt vilka förebyggande åtgärder som presenteras i de tidningsartiklar jag analyserar. En annan begränsning med min metod är att jag endast funnit sjutton tidningsartiklar som passade in att använda till empirin enligt mina urvalskriterier. Kanske hade jag kunnat identifiera fler perspektiv på psykisk ohälsa om jag funnit fler tidningsartiklar eller använt mig av fler dagstidningar i min analys.

### **Forskningsetiska överväganden**

Vetenskapsrådet (2002) har fyra etiska principer som ska följas vid samhällsvetenskaplig forskning, informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet innebär att forskaren ska informera de som berörs av undersökningen kring syftet med undersökningen. Samtyckeskravet innebär i sin tur att de som deltar i undersökningen ska göra detta frivilligt. En del av informationskravet går också ut på att informera deltagarna kring att samverkan i undersökningen är frivilligt och att det när som helst går att avbryta sin medverkan. Konfidentialitetskravet går ut på att de personuppgifter som samlas in i samband med undersökningen ska bevaras på ett säkert sätt medan nyttjandekravet innebär att de uppgifter som samlas in endast får användas i samband med undersökningens syfte.

I den aktuella undersökningen går det att bortse från dessa fyra etiska principer. Detta för att det inte samlas in några uppgifter från enskilda individer och således går det att bortse från konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Då det rör sig om redan publicerat material som granskas går det också att bortse från informationskravet och samtyckeskravet eftersom artikelförfattarna redan gett sitt godkännande till att deras tidningsartiklar publiceras och finns tillgängliga för människor att läsa.

## Resultat och analys

I denna del kommer jag först gå igenom hur psykisk ohälsa omtalas i de olika tidningsartiklarna för att sedan gå över till att prata om orsaker och förebyggande åtgärder. Under rubriken psykisk ohälsa har jag valt att dela upp det i psykiatriska diagnoser, psykosomatiska symtom, förklaring av begreppet psykisk ohälsa samt missbruk i relation till psykisk ohälsa då jag formulerat mina analysfrågor på detta sätt. Missbruk i relation till psykisk ohälsa var inte med som en analysfråga utan var något jag lade märke till under analysens gång. Teorin om anspråksformulering och begreppen determinism samt voluntarism används för att förklara vilka olika former av psykisk ohälsa som presenteras, de orsaker bakom psykisk ohälsa hos unga som presenteras samt de förebyggande åtgärder mot psykisk ohälsa hos unga som presenteras i tidningsartiklarna.

### Psykisk ohälsa

#### *Psykisk ohälsa som begrepp*

I samtliga tidningsartiklar nämns olika former av psykisk ohälsa, antingen i form av psykiatriska diagnoser eller i form av olika psykosomatiska symtom. Det är tydligt vid genomläsning av tidningsartiklarna att psykisk ohälsa är ett brett begrepp då psykisk ohälsa nämns i olika kontexter och ibland specificeras i form av diagnoser eller psykosomatiska symtom, och ibland bara benämns som psykisk ohälsa i stort, exempel på detta är till exempel att det nämns att allt fler unga mår dåligt eller är stressade. Hur och varför de mår dåligt specificeras i dessa fall inte något närmre, anspråket som görs i dessa artiklar är att allt fler unga mår sämre och att detta ska ses som ett problem. Det är därför inte viktigt att specificera hur och varför de unga mår dåligt. Anspråket som vill lyftas fram är det finns en ökning i samhället av andelen unga som mår dåligt eller är stressade.

#### *Psykiatriska diagnoser*

De diagnoser som nämns i tidningsartiklarna är depression, ångest, ocd/tvångssyndrom samt de neuropsykiatriska diagnoserna adhd/add, autism och Aspergers syndrom. Diagnoserna nämns i tidningsartiklarna som exempel på olika former av psykisk ohälsa. Enligt Socialstyrelsen (2017) är förekomsten av depression och ångest de diagnoser som har ökat mest. Socialstyrelsen (ibid.)



skriver också att diagnosticeringen av adhd och autism ökar. De diagnoser som nämns i de olika tidningsartiklarna är alltså också de diagnoser som ökar mest i Sverige enligt Socialstyrelsen (ibid.).

Nordgren (Dagens Nyheter 24 september 2018) skriver att ungdomar med funktionsnedsättning mer ofta är utsatta för psykisk ohälsa och mobbning än ungdomar utan någon funktionsnedsättning. I denna artikel skiljs adhd/add ifrån psykisk ohälsa som oro och nedstämdhet och benämns istället som en funktionsnedsättning. Nordgren (Dagens Nyheter 24 september 2018) gör alltså i denna artikel anspråk på att de psykiatriska diagnoserna adhd/add ska skiljas ifrån annan psykisk ohälsa och istället benämnas som en funktionsnedsättning. Artikelförfattaren Nordgren (ibid.) fungerar i denna artikel som en andrahandsanspråksformulerare (Loseke 2003, s.41). Detta då Nordgren (Dagens Nyheter 24 september 2018) rapporterar om en avhandling som berör ämnet nätmobbning i relation till funktionsnedsättning. Det är författaren till denna avhandling som det rapporteras om som i första hand gör anspråk på att adhd/add ska benämnas som en funktionsnedsättning och skiljas ifrån övriga former av psykisk ohälsa.

### *Psykosomatiska symtom*

När tidningsartiklarna berör begreppet psykisk ohälsa är det vanligt att de pratar om olika psykosomatiska symtom. Några vanliga psykosomatiska symtom som nämns är bland annat oro, nedstämdhet samt stress. Gemensamt för tidningsartiklarna är att de använder de psykosomatiska symtomen för att påtala hur psykisk ohälsa kan arta sig. Anspråk kan enligt Loseke (2003, s. 26) göras retoriskt, visuellt eller med hjälp av ett visst beteende. Innehållet i tidningsartiklarna som analyserats är alla retoriska anspråk. Ett exempel på hur psykosomatiska symtom används för att göra ett anspråk går att hitta i Haglunds (Norran 27 april 2018) artikel.

Svårt att sova, nedstämdhet, ont i magen och huvudet. Allt fler tonåringar uppger att de mår psykiskt dåligt, ...  
(Norran 27 april 2018).

Citatet ovan är ett exempel på hur Haglund (Norran 27 april 2018) ger exempel på psykosomatiska symtom som bland annat nedstämdhet för att påtala att allt fler unga mår dåligt. Anspråket som görs här är att allt fler unga mår psykiskt dåligt och att detta visar sig genom olika psykosomatiska symtom som exempelvis sömnsvårigheter, nedstämdhet, magont och huvudvärk.

### *Förklaring av begreppet psykisk ohälsa*

I majoriteten av tidningsartiklarna som analyserats förklaras inte vad som menas med psykisk ohälsa. Det sägs istället att psykisk ohälsa är något som ökar i samhället utan att ge någon närmre förklaring av innebörden eller definitionen av psykisk ohälsa. I dessa tidningsartiklar där det inte ges någon förklaring på vad som menas med psykisk ohälsa görs det alltså anspråk på att psykisk ohälsa är ett socialt problem utan att vidare beskriva problemets karaktär. Något som också varierar i de olika tidningsartiklarna är om begreppet stress skiljs från psykisk ohälsa eller om stress är en form av psykisk ohälsa i sig själv. Ibland framställs stress som ett psykosomatiskt symtom och ibland används begreppet stress som en orsak till varför unga drabbas av psykisk ohälsa. Det som är gemensamt för hur begreppet stress används i de olika tidningsartiklarna är att det ofta nämns i samband med skolan. Detta för att förstärka bilden av att det är en deterministisk orsaksförklaring som kan förklara förekomsten av psykisk ohälsa bland unga. Det deterministiska perspektivet betonar att det är faktorer i samhället som orsakar ett fenomen (Jönson 2010, s.29). I de fall där begreppet stress används är det skolan som är faktorn i samhället som orsakar den psykiska ohälsan hos unga.

Endast i fyra av de sjutton tidningsartiklar som analyserats definieras det vad som menas med psykisk ohälsa. I Jelminis (Svenska Dagbladet 17 september 2018) artikel förklaras psykisk ohälsa som ett samlingsbegrepp av depressioner, självskadebeteende och självmord. Även i artikeln av Skagerberg (Dagens Nyheter 24 maj 2018) förklaras psykisk ohälsa som ett samlingsbegrepp. I Skagerbergs (ibid.) artikel ges exempel på ångest och oro som olika former av psykisk ohälsa. Artikeln i Sundsvalls Tidning (23 september 2018) skiljer lättare psykiska besvär som exempelvis oro ifrån psykisk ohälsa som kräver en vårdinsats.

I Willungs artikel (Göteborgsposten 26 maj 2018) används sjukdomsbegreppet i samband med psykisk ohälsa. Detta framgår i följande citat ifrån Göteborgsposten:

Om vi gör en konferens, och vill starta en dialog...

(Lilian)

...då måste vi sätta ett exempel och bryta tystnaden.

(Alva)

Båda två berättade detaljrikt och välformulerat om sina egna sjukdomar. (Göteborgsposten 26 maj 2018)

I citatet ovan (Göteborgsposten 26 maj 2018) nämner artikelförfattaren att personerna som intervjuas berättar om sina sjukdomar. Vidare i artikeln går det sedan att läsa att Lilian och Alva ångest, tvångssyndrom samt depression. I denna artikel görs det alltså anspråk på att psykisk ohälsa innebär allvarliga psykiska symtom som når upp till kriterierna för att klassificeras som en psykiatrisk diagnos.

#### *Hur talas det om psykisk ohälsa?*

Ma (2017) fann i sin studie att media i huvudsak rapporterar om psykisk ohälsa på ett negativt sätt och ofta nämner psykisk ohälsa i relation till historier om brott och våld. Detta var inget jag fann i min analys. Ma (ibid.) skriver dock att rapporteringen kring barns psykiska ohälsa tenderar att vara mer objektiv än rapporteringen kring mäns psykiska ohälsa. Kanske är det därför jag inte uppmärksammat att brott och våld är ett vanligt tema i rapporteringen kring psykisk ohälsa. Att media rapporterar om psykisk ohälsa på ett negativt sätt är dock något jag lagt märke till. I de artiklar jag analyserat är det inte personerna med psykisk ohälsa som framställs som något negativt, utan det är konsekvenserna av en ökad psykisk ohälsa bland unga i samhället som är det negativa i artiklarna. Exempel som ges på negativa konsekvenser av en ökad psykisk ohälsa bland unga är bland annat att köerna till psykiatrin ökar. Detta framgår bland annat i Anderssons (Norran 14 februari 2018) artikel.

-Det har varit en anstormning till oss inom unga vuxna under de senaste åren. [...] Vi har haft svårt att hinna med, säger avdelningschef Anna Fällman. (Norran 14 februari 2018)

Citatet ifrån Anderssons (Norran 14 februari 2018) artikel visar ett tydligt exempel på en negativ konsekvens av ökningen av psykisk ohälsa hos unga. Samhällets resurser dit det går att vända sig för att få hjälp hinner inte med att ta emot alla som söker sig till dem. Att samhällets stödresurser inte fungerar som de ska är även något som lyfts fram i Haglund och Nordlunds (Svenska Dagbladet 26 augusti 2018) artikel. I denna artikel framgår det att Bris får ta emot fler samtal än tidigare från barn med självmordstankar och problem med självdestruktivitet. Många av de barn som ringer in till Bris uppger att de inte får något stöd från samhället och att kontakta Bris blir därför deras sista utväg. För att göra anspråk på att psykisk ohälsa hos unga ska anses vara ett problem rapporterar media i dessa artiklar om de negativa konsekvenser som redan går att se i samhället av att unga mår dåligt.

#### *Missbruk i relation till psykisk ohälsa*

Missbruk i relation till psykisk ohälsa är endast huvudfokus en utav de sju ton tidningsartiklarna. Detta görs i Anderssons (Norran 14 februari 2018) artikel. Annars nämns missbruk i relation till psykisk ohälsa endast kort i en annan utav tidningsartiklarna där huvudfokus ligger på att prata om hur uppväxten kan göra inverkan på personens psykiska hälsa. Då handlar missbruket istället om att personer som växer upp med missbrukande föräldrar är i riskzonen för att drabbas av psykisk ohälsa. I Anderssons (ibid.) tidningsartikel framkommer det att psykisk ohälsa är en utav riskfaktorerna i relation till missbruk samtidigt som den psykisk ohälsan ökar.

Missbruk förekommer också över lag oavsett vad man söker för... (Norran 14 februari 2018)

I Anderssons (Norran 14 februari 2018) artikel framkommer det att de vanligaste problemen som personer söker sig till Unga Vuxna för är depression, ångest,

trauma, NPF och missbruk. Citatet ifrån Norran (14 februari 2018) visar också att missbruk i sig är oerhört vanligt.

Psykisk ohälsa och missbruk tycks vara nära besläktat då det i Anderssons (Norran 14 februari 2018) artikel framkommer att psykisk ohälsa kan uppkomma till följd av ett narkotikamissbruk, men också att ett missbruk ofta gömmer sig bakom psykisk ohälsa som depression och ångest. Odenbrings (2017) studie visar att missbruk och psykisk ohälsa är nära besläktat då de elever som missbrukar visat sig må sämre än de elever som inte missbrukar. Odenbrings (2017) studie visade också att självmedicinering var vanligt bland unga för att hantera sina problem. Detta är något som tycks märkas hos Unga Vuxna som det rapporteras om i Anderssons (Norran 14 februari 2018) artikel.

## **Orsaker**

### *Forskares felbedömningar*

Lagercrantz (Svenska Dagbladet 28 mars 2019) skriver att rapporterna om ökningen av psykisk ohälsa bland unga i själva verket kan handla om något helt annat och att resultaten har misstolkats av forskare. I artikeln rapporterar Lagercrantz (ibid.) om en studie gjord på niondeklassare där det visade sig att de symtom som används för att bedöma om en person lider av psykisk ohälsa också kan förklaras av andra saker som hör livet till. I artikeln förklaras det att symtom som sömnproblem och huvudvärk kan vara för att personen varit uppe sent och spelat datorspel, symtom som ont i magen kan i sin tur bero på mensvärk.

Även i artikeln från Sundsvalls Tidning (Sundsvalls Tidning 23 september 2018) framkommer det att experter menar att larmen om ökad psykisk ohälsa hos unga inte är så farliga som forskare först trott. Detta framgår av följande citat ifrån Sundsvalls Tidning:

Många unga mår dåligt. Men det är helt normalt att emellanåt känna både oro och ångslan.

– Den allmänna uppfattningen är att du då behöver vård, när unga snarare behöver lära sig att förstå sig på sina känslor, säger barnläkaren Sven Bremberg. (Sundsvalls Tidning 23 september 2018)

Citatet ovan belyser att det finns de experter som menar att rapporterna om ökning av psykisk ohälsa hos unga kan vara överdrivna. Att det finns experter som vill tona ner den allvarliga ökningen av psykisk ohälsa bland unga som det rapporteras om går att se även i Minds (2018) rapport där de menar att samhället måste bemöta ungas känslor utan att sjukdomsförklara dessa känslor. Enligt Losekes (2003, s.36) teori om anspråksformulering är experter och forskare de som har högst trovärdighet när det kommer till att göra olika anspråk. Anspråket att ökningen av psykisk ohälsa inte är så farlig som forskare först trott görs både i Lagercrantz's (Svenska Dagbladet 28 mars 2019) artikel samt i artikeln från Sundsvalls Tidning 23 september 2018 av forskare och experter. Eftersom det är forskare som först gjort anspråket att den psykiska ohälsan hos unga ökar måste det också vara forskare och experter som gör anspråket att ökningen av psykisk ohälsa hos unga inte är så farlig som man först trott. Detta eftersom forskare och experter är högst upp i hierarkin av betrodda anspråksformulerare (Loseke 2003, s.36) och anspråket att psykisk ohälsa bland unga inte alls ökar så mycket som först befarats hade inte fått lika stor genomslagskraft av en anspråksformulerare längre ner i hierarkin.

#### *Sociala medier och jämförelser med andra*

Jelmini (Svenska Dagbladet 17 september 2018) rapporterar att det enligt forskare är mobilerna som gör barnen olyckligare. I denna artikel menar forskare att den stora mängd tid som barnen lägger ner framför en skärm gör att de sover för lite, rör på sig för lite samt inte får den sociala stimulans som de behöver. Men det är inte bara den ökade skärmtiden i sig som bidrar till att unga mår dåligt. Det är också den ökade användningen av sociala medier som gör att unga mår dåligt då de tenderar att jämföra sig själva med vad andra publicerar. Berryman, Fergusson och Negy (2018) har i sin studie kommit fram till att det är hur användningen av

sociala medier ser ut som är viktigt för att förklara psykisk ohälsa. Detta skulle då kunna stämma överens med det forskarna säger i Jelminis (Svenska Dagbladet 17 september 2018) artikel kring att användning av sociala medier är viktigt för att förstå psykisk ohälsa hos unga och att det kan vara jämförelsen som påverkar de ungas mående. Tromholt (2016) fann i sin studie att det kan vara avgörande för sitt välmående att ta en paus ifrån Facebook. I Jelminis (Svenska Dagbladet 17 september 2018) artikel menar forskaren att det är viktigt att minska på skärmtiden och användandet av sociala medier för att förbättra måendet hos unga. Detta överensstämmer med vad Tromholt (2016) säger. Sociala medier behöver dock inte endast vara något negativt i relation till psykisk ohälsa hos unga. Livingston et al. (2014) har i en studie använt sig av en kampanj på sociala medier för att förbättra ungas attityder mot psykisk ohälsa, något som visade sig vara framgångsrikt.

Skagerberg (Dagens Nyheter 24 maj 2018) rapporterar om att jämförelse med andra kan orsaka att unga mår dåligt. Skagerberg (ibid.) skriver att dagens unga är mer perfektionistiska än vad deras föräldrar var när de var i deras ålder. När de unga har högt uppsatta mål och ständigt jämför sig med andra via sociala medier kan detta bidra till att de mår dåligt. Även i denna artikel pekas användandet av sociala medier ut som något som kan vara skadligt för den psykiska hälsan precis som Tromholt (2016) menar att det är.

I Skagerbergs (Dagens Nyheter 24 maj 2018) artikel intervjuas Madeleine som själv tidigare mått dåligt. I denna artikel hävdas det att perfektionism är en orsak till att många unga drabbas av psykisk ohälsa. Madeleine som intervjuas är en av dem. För att styrka anspråket om att perfektionism kan vara skadligt är det två olika forskare som också får lov att uttala sig i artikeln kring hur perfektionism kan vara skadligt.

Hiltunen (2017) skriver om delaktighetens dilemma där unga känner att de måste delta i sociala aktiviteter för att upprätthålla sin sociala status trots att de känner att de inte har tid till att umgås med vänner. Ett exempel på där delaktighetens dilemma förekommer är i Skagerbergs (Dagens Nyheter 24 maj 2018) artikel.

Det räckte liksom inte att få högsta betyg. Hon pluggade jämt och när hon inte gjorde det så bara sov hon. Om hon inte orkat träffa någon under helgen låtsades hon att hon varit bortrest eller att hon arbetat extra på mammans jobb. -Annars kändes det som om mitt liv var helt misslyckat för att jag inte presterat något. (Dagens Nyheter 24 maj 2018)

Citatet ovan visar hur unga känner att de måste delta i sociala aktiviteter för att inte tappa sin sociala status. Det är också ett bra exempel på hur sociala relationer kan vara något som orsakar att unga mår dåligt. Något som Hiltunen (2017) funnit i sin avhandling.

#### *Deterministiskt perspektiv*

Ett vanligt anspråk som görs i de olika tidningsartiklarna är att det är olika strukturer och aktörer i samhället som ska bära ansvaret för att så många unga mår dåligt. En vanlig samhällsaktör som anges som orsaksförklaring är skolan. Skolan pekas även ut som en viktig orsaksförklaring i Socialstyrelsens (2017) och Folkhälsomyndighetens (2018) rapporter.

Ett skolmisslyckande och stressen den för med sig är en av de största riskfaktorerna för psykisk ohälsa bland unga. (Göteborgsposten 10 april 2018)

Citatet ovan är ett exempel på hur skolan anges som en deterministisk orsaksförklaring till varför den psykiska ohälsan bland unga ökat, då det deterministiska perspektivet betonar hur omgivningen och strukturella faktorer påverkar individer (Jönson 2010, s.29). I Boréns (Göteborgsposten 10 april 2018) artikel är skolan den strukturella faktor som orsakar att så många unga lider av psykisk ohälsa.

Enligt artikeln skriven av Borén (Göteborgsposten 10 april 2018) är det skolreformen i början av 1990-talet som gjort att skolstressen har ökat då undervisningen numera är mer målstyrd. Även Haglund (Norran 27 april 2018) rapporterar om bristerna i skolan som en bidragande faktor till att unga är



stressade och mår psykiskt dåligt. I denna artikel anges också arbetsmarknadens högre krav på utbildning som en faktor till varför många unga stressar över skolresultat och på så vis mår sämre psykiskt. Skolan som orsaksförklaring till ökning av psykisk ohälsa och stress hos unga nämns även i Granaths (Göteborgsposten 13 maj 2018) artikel.

Andra deterministiska förklaringar som ges till varför psykisk ohälsa finns bland unga är bland annat att samverkan mellan skola, socialtjänst och vården inte fungerar som den ska, samt att psykiatrin inte hinner med alla patienter eftersom köerna är långa och det finns för lite personal. Brister i vården är något som pekas ut i Willungs (Göteborgsposten 26 maj 2018) artikel.

Även hennes väg genom vården var allt annat än rak. En läkare som pratade om hennes 'fula och äckliga ärr' fick bara hennes självhat att öka. (Göteborgsposten 26 maj 2018)

Citatet ovan är ett exempel på hur en person som varit drabbad av psykisk ohälsa fått ett dåligt bemötande och därför inte fått rätt sorts hjälp. Thomas et al. (2016) menar att alla avdelningar inom sjukvården har en viktig funktion att fylla när det kommer till att hantera psykisk ohälsa hos unga. Att från början ge ett gott bemötande och rätt sorts vård kan enligt Thomas et al. (ibid.) förebygga och hindra många olika former av psykisk ohälsa innan den leder till ett långt sjukdomsförlopp som följer med upp i vuxen ålder. Att betona vikten av ett gott bemötande är ett bra exempel på ett deterministiskt perspektiv. Determinism betonar som beskrivet tidigare hur omgivningen påverkar individer (Jönson 2010, s.29). I detta fall är bemötandet i vården den omgivning som påverkar individens mående.

#### *Voluntaristiskt perspektiv*

Det voluntaristiska perspektivet där ansvaret eller skulden läggs hos individen själv (Jönson 2010, s.29) förekommer inte i någon utav tidningsartiklarna när det kommer till att finna orsaksförklaringar bakom psykisk ohälsa hos unga. Dock finns det inslag av voluntarism i några utav artiklarna.

Nordgren (Dagens Nyheter 24 september 2018) intervjuar Maria Fridh som lagt fram en avhandling kring nätmobbning relaterat till funktionshinder. Fridh framhäver att många barn med neuropsykiatriska funktionshinder kan ha svårt att förstå sociala koder. Detta innebär att det finns en ökad risk att de utsätts för trakasserier, men också för att själv omedvetet göra övertramp. Det finns alltså faktorer hos barn med neuropsykiatriska funktionshinder som gör att de kan bli utsatta för nätrakasserier, men forskaren poängterar att det är vuxna runt omkring som bär ansvaret för att backa upp kring barnen, både för att de inte ska bli utsatta men också för att de inte själva ska göra övertramp.

Jelmini (Svenska Dagbladet 17 september 2018) intervjuar forskaren Jean M Twenge som menar att psykisk ohälsa orsakas av ungdomars höga mängd mobilanvändning. Twenge poängterar att äldre ungdomar själva kan styra sitt mobilanvändande medan yngre barn behöver vägledning. Hon menar att det till stor del är föräldrarnas ansvar att minska skärmtiden. Anspråket som görs här är att äldre barn bär ett större ansvar för sin höga mängd mobilanvändning än vad yngre barn gör. Voluntarism som betonar individers egna ansvar används för att förklara psykisk ohälsa hos äldre barn, medan determinism som betonar omgivningens påverkan används för att förklara psykisk ohälsa hos yngre barn (Jönson 2010, s.29). De äldre barnen eller ungdomarna får bära hela ansvaret när det gäller att förbättra sin ohälsa på grund av ett högt mobilanvändande.

Landelius (Sydsvenskan 3 oktober 2018) skriver att det finns forskning som säger att unga borde träna mer för att må bättre. Fler unga lever ett stillasittande liv samtidigt som den psykiska ohälsan bland unga ökar. Orsaken till ökning av psykisk ohälsa läggs på individerna då ökningen förklaras av att unga rör på sig för lite. Anspråket här är alltså att ett voluntaristiskt perspektiv som betonar individers skuld (Jönson 2010, s.29) ska användas för att förklara ökningen av psykisk ohälsa hos unga. Eftersom orsaken hittas hos individerna läggs ansvaret att förebygga sin psykiska ohälsa på individerna själva. Samtidigt poängteras det att föreningslivet och skolan till stor del bär ansvaret för att unga inte tränar mer. Skolans höga krav gör att många unga är stressade och känner att de inte har tid för träning. Föreningslivet har i sitt fall för höga krav på idrottandet, och många slutar därför.

Även i Granaths (Göteborgsposten 13 maj 2018) artikel läggs ansvaret på att lösa sin ohälsa på individerna själva.

Målet är att ge ungdomar verktyg att hantera sin stress.  
(Göteborgsposten 13 maj 2018)

-Stress i sig är inte farligt, men om man inte får de här momenten utan stress, så att stressen ligger kvar, är det som att köra på en för låg växel. (Göteborgsposten 13 maj 2018)

Men då måste man stanna upp och bena i det. Det hjälper inte att sticka huvudet i sanden, säger Björn Fors.  
(Göteborgsposten 13 maj 2018)

Citaten ovan visar hur det är individens eget ansvar att ta tag i och hantera sin stress för att inte må sämre. Det är individerna själva som ska ha verktygen för att kunna hantera ohälsan. Samtidigt som det är de ungas egna ansvar att ta tag i sina problem föreslås det förebyggande åtgärder för att unga ska lära sig de verktyg som behövs för att kunna ta tag i sina problem. I Granaths (Göteborgsposten 13 maj 2018) artikel finns det inslag av både voluntarism och determinism. Det voluntaristiska perspektivet framkommer av att det är individerna själva som ska hantera sin ohälsa. Det deterministiska perspektivet framkommer av att samhället ska tillhandahålla förebyggande åtgärder som ska ge de unga de verktyg de behöver för att kunna hantera sin psykiska ohälsa.

## **Förebyggande åtgärder**

### *Åtgärder som ska ske i skolan*

Många av de förebyggande åtgärder som presenteras i tidningsartiklarna sker eller är tänkta att ske inom skolvärlden. Ett konkret exempel på en förebyggande åtgärd som är tänkt att ske i skolan presenteras i Sydsvenskan där Rahsepar (Sydsvenskan 10 maj 2018) skriver om en utbildning i psykisk hälsa som införts i en skola i Malmö. Denna utbildning är en del av ett program kallat Youth Aware

of Mental Health förkortat YAM. Med tiden är det tänkt att Malmö Stad och Region Skåne ska inleda ett arbete för att kunna införa denna utbildning på fler skolor.

Teng et al. (2017) fann att många av de studenter de intervjuade i sin studie hade svårt att veta hur de skulle förhålla sig till personer med psykisk ohälsa. I Rahsepars (Sydsvenskan 10 maj 2018) artikel förekommer samma fenomen.

Han hoppas på att få lära sig hur man exempelvis kan hjälpa en klasskamrat som har ett självska debeteende. En situation som han tidigare hamnat i. (Sydsvenskan 10 maj 2018)

I citatet ovan framkommer det att en utav eleverna som ska få gå utbildningen YAM hoppas att den ska leda till att han ska få lära sig mer om bemötande gentemot personer som lider av psykisk ohälsa (Sydsvenskan 10 maj 2018). Just bemötande gentemot personer som lider av psykisk ohälsa är något som är viktigt för att personer ska våga prata om det och be om hjälp. Detta menar Hiltunen (2017) som konstaterar att många unga väljer att hantera sin ohälsa på egen hand då det finns sociala normer som styr vilka känslor det är okej att öppet prata om.

Det talas också mycket om att förbättra samverkan mellan skolan och andra sociala instanser som exempelvis sjukvård och socialtjänst.

### *Skyddsfaktorer*

Förutom förebyggande åtgärder så presenteras det också skyddsfaktorer mot psykisk ohälsa i tidningsartiklarna. Skyddsfaktorer som presenteras är bland annat bra sömn, att ha nära relationer samt att motionera. Att ha goda relationer och lätt för att prata med sina föräldrar och vänner nämns som en viktig skyddsfaktor i Nordgrens artikel (Dagens Nyheter 24 september 2018). Att ha goda relationer är något som Hiltunen (2017) också funnit som positivt för unga då goda relationer kan ge unga en känsla av trygghet. Relationerna kan dock i sig vara en källa till ohälsa då umgänget kan innebära att hela tiden behöva upprätthålla sin sociala status.

I Landelius (Sydsvenskan 3 oktober 2018) artikel presenteras ett projekt som ska få flickor i högstadiet att träna mer i syftet att förebygga psykisk ohälsa och stress. Den förebyggande åtgärden som presenteras i denna artikel är alltså att hjälpa unga flickor att skapa en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa. Den förebyggande åtgärden ska genomföras genom ett samarbete mellan elevhälsan, ett gym och Skåneidrotten vilka är en lokal företrädare för Riksidrottsförbundet (Sydsvenskan 3 oktober 2018, Skåneidrotten 2017).

### *Anspråksformulerare*

Det är intressant att jämföra olika anspråksformulerares förslag på förebyggande åtgärder. Inom anspråksformuleringen är som tidigare nämnt forskare och experter i toppen av hierarkin medan personer ur målgruppen oftast är längst ner i hierarkin (Loseke 2003, s. 36).

I Sundsvalls Tidning intervjuar Skogelin och Rönnbäck (Sundsvalls Tidning 25 januari 2019) Linn som själv lidit av psykisk ohälsa. Intressant med detta är att Linn uttalar sig samtidigt som hon representerar en organisation. I artikeln får hon därför en expertroll både i form av att hon representerar en organisation som arbetar med denna typen av frågor, men också i form av att hon själv varit drabbad av psykisk ohälsa som hon sedan tagit sig ur.

Linn Englund säger att ett vanligt problem i det förebyggande arbetet är att man ofta fokuserar för mycket på barnets egna psykiska ohälsa, utan att leta efter de bakomliggande orsakerna. (Sundsvalls Tidning 25 januari 2019)

Ur citatet ovan framgår det vad personer som själva varit drabbade av psykisk ohälsa lyfter fram som viktigt när det kommer till förebyggande åtgärder mot psykisk ohälsa hos unga. Förutom att se till de bakomliggande orsakerna lyfts också samverkan mellan skola, socialtjänst och vården som viktig samt att se till det enskilda barnets behov (Sundsvalls Tidning 25 januari 2019). Att se till de bakomliggande orsakerna är något som Thapar et al. (2010) lyfter fram som

viktigt då de menar att kunskap om riskgrupperna för att drabbas av psykisk ohälsa gör att rätt sorts interventioner snabbt kan komma till.

Även i Willungs (Göteborgsposten 26 maj 2018) artikel är det personer ur målgruppen som är anspråksformulerare. I denna artikel förespråkar de mer öppenhet kring psykisk ohälsa framförallt i skolan. De menar att även om det rapporteras mer i media kring psykisk ohälsa bland unga, så betyder inte det att det går att prata om det i klassrummet. Att media kan vara ett användbart verktyg för att minska stigmatiseringen kring psykisk ohälsa är något som Ma (2017) slår fast i sin studie. I Willungs (Göteborgsposten 26 maj 2018) artikel menar dock de som uttalar sig att medias rapportering kring psykisk ohälsa inte är tillräcklig för att elever ska våga prata om sin psykiska ohälsa i klassrummet.

... vi vill att alla ska våga fråga och våga lyssna, och få andra att våga söka hjälp. Psykisk ohälsa går inte över av sig själv, säger Alva. (Göteborgsposten 26 maj 2018)

Detta citat visar att personer som själva varit drabbade av psykisk ohälsa anser att det fortfarande finns de som inte vågar be om hjälp när det kommer till psykisk ohälsa och istället tänker att de ska klara av att hantera den på egen hand (Göteborgsposten 26 maj 2018). Att unga väljer att hantera sin psykiska ohälsa på egen hand är något som Hiltunen (2017) kom fram till i sin avhandling.

Politiker gör anspråk på förebyggande åtgärder i Tottmars (Dagens Nyheter 21 mars 2018) artikel. I denna artikel är det ordföranden Jessica Ericsson i Stockholmslandstings psykiatriavdelning som uttalar sig kring hur vården ska nå fler personer. Hon menar att införandet av digitala besök kommer att göra att fler får hjälp med lättare psykiska problem. Hon anser också att de olika psykiatriska mottagningarna ska ta emot unga även om de inte har sina föräldrars medgivande att söka vård. I artikeln hänvisas det till en rapport som säger att det behövs mer personal till vården för att fler unga ska kunna få hjälp. Ericsson håller med om detta, men anser att det är svårt att få tag på erfarna psykologer och att det är därför som de inte tillsatt mer personal.

Socialminister Annika Strandhäll uttalar sig i Haglund och Nordlunds (Svenska Dagbladet 26 augusti 2018) artikel kring vad som måste göras för att förebygga den psykiska ohälsan hos unga. Hon vill minska belastningen på barn- och ungdomspsykiatri, samt erbjuda andra sätt att söka hjälp. Strandhäll tycker också att det är viktigt att fånga upp barn som mår dåligt så tidigt som möjligt.

I Anderssons (Sydsvenskan 31 mars 2018) artikel uttalar sig Anders Åkesson, Region Skånes regionråd med ansvar för psykiatrifrågor kring vad som måste genomföras för att minska risken för att unga begår självmord. Åkesson förespråkar en god samverkan mellan vården och kommunen, bland annat genom att utveckla programmet Youth Aware of Mental Health som är en utbildning kring psykisk hälsa som ska ges i skolan. Denna utbildning tas även upp i Rahsepars (Sydsvenskan 10 maj 2018) artikel. Regionrådet Anders Åkesson framhäver att de vill att kompetensen kring psykisk ohälsa ska finnas i skolan för att barn inte ska behöva söka sig till vården för att få hjälp. Det finns också planer på att inrätta en psykambulans som regionrådet menar ska leda till att minska lidande och självsador hos patienter vid akut psykisk sjukdom (Sydsvenskan 31 mars 2018).

### *Frivilliga initiativ*

Många utav de förebyggande åtgärder eller insatser som presenteras i de olika tidningsartiklarna är åtgärder som olika samhällsstrukturer ansvarar för att genomföra. I Olssons (Sundsvalls Tidning 2 juni 2018) artikel presenteras en insats som sker genom frivilliga personer. I artikeln intervjuas två brandmän som tagit initiativet till att starta en stiftelse där pengarna ska gå till att hjälpa unga med psykisk ohälsa. Stiftelsen vill vara med och påverka ansvariga politiker att se vilka problem som finns. De vill också samarbeta med andra instanser för att kunna ge stöd åt unga som mår dåligt. I denna artikel presenteras stiftelsen som en sorts anspråksformulerare i form av aktivister. Stiftelsen ämnar att som en del av sitt arbete organisera en grupp människor för att göra politikerna uppmärksamma på att det är ett problem att så många unga mår dåligt.

Att påverka politiker är också målet med det initiativ av frivilliga personer som presenteras i Willungs (Göteborgsposten 26 maj 2018) artikel. Den förebyggande

åtgärden att uppmärksamma politikerna på problemet samt att verka för mer öppenhet i skolan är tagen av två personer som på eget initiativ skapat en konferens med syfte att åstadkomma ovan nämnda förebyggande åtgärd. Även här framträder anspråksformulerare i form av aktivister som vill starta en rörelse för att uppmärksamma problemet och finna en lösning till det.

I Rahsepars (Sydsvenskan 10 maj 2018) artikel anordnas utbildningen kring psykisk hälsa som presenteras av en ideell förening. Målet är dock att senare få till ett samarbete med Malmö Stad och Region Skåne så att utbildningen kan genomföras i fler skolor. Denna utbildning är också något som politiker lyfter fram som en viktigt förebyggande åtgärd vilket framgår i Anderssons (Sydsvenskan 31 mars 2018) artikel.

I Landelius (Sydsvenskan 3 oktober 2018) artikel presenteras ett annat frivilligt initiativ som nu sker i samarbete med elevhälsan, gymmet Formtoppen samt Skåneidrotten. Projektet att få flickor att röra på sig mer är från början taget av två frivilliga personer som sedan för att kunna genomföra sitt projekt inlett ett samarbete med de övriga aktörerna.

I artikeln publicerad i Sundsvalls Tidning (23 september 2018) presenteras inte en förebyggande åtgärd i sig, men den läkare som uttalar sig i artikeln menar att den bästa hjälpen för unga som mår dåligt är att prata med vuxna människor om sina känslor. Läkaren föreslår att de vuxna kan vara föräldrar, tränare eller människor vid en hjälplinje.

## **Avslutande diskussion**

### **Olika former av psykisk ohälsa**

I inledningen till denna uppsats skrev jag att psykisk ohälsa är ett samlingsbegrepp på en mängd olika psykiska problem (Socialstyrelsen 2016). Detta märks i de tidningsartiklar jag analyserat. Begreppet psykisk ohälsa nämns i samtliga artiklar, men innebörden av begreppet varierar. Psykisk ohälsa i form av stress eller andra psykosomatiska symtom är något som får ta mycket plats i de olika artiklarna. När det kommer till diagnoser nämns depression och ångest



oftast, men neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, NPF, som adhd eller autism nämns också. Då psykisk ohälsa är ett brett begrepp är det svårt att veta vad som menas med att den psykiska ohälsan hos unga ökar, är det psykosomatiska symtom som ökar eller är det förekomsten av psykiatriska diagnoser som ökar? De rapporter jag läst (Socialstyrelsen 2017, Folkhälsomyndigheten 2018 och Mind 2018) visar alla olika bilder av fenomenet, de är dock överens om att fler unga söker vård för psykisk ohälsa idag än innan år 1990. De är också överens om att fler unga i enkäter svarar att de mår sämre idag än innan år 1990. Vad som är intressant med de olika tidningsartiklarna är att många av de också refererar till samma rapporter som jag läst. I majoriteten av tidningsartiklarna görs dock anspråket att det är en sanning att den psykiska ohälsan i stort ökar.

Missbruk i relation till psykisk ohälsa är något som det talas väldigt lite om i de olika tidningsartiklarna som analyserats. I den artikel där missbruk har huvudfokus framställs det dock som att missbruk i stort sett alltid finns med i bilden när det kommer till psykisk ohälsa (Norrn 14 februari 2018). Även den forskning jag tagit del av (Odenbring 2017 och Ali, Dean Jr. & Hedden 2016) visar på att psykisk ohälsa och missbruk har nära samband med varandra. För framtida studier skulle det vara intressant att granska hur det skrivs om missbruk i olika tidningsartiklar och om psykisk ohälsa i relation till missbruk nämns i sådana artiklar.

## **Orsaksförklaringar**

I många utav tidningsartiklarna pekas skolan ut som en stor bidragande faktor till att den psykiska ohälsan bland unga ökat i Sverige. Som argument till varför skolan är en viktig orsak till att den psykiska ohälsan bland unga ökat i Sverige används forskning på området. Enligt teorin om anspråksformulering är forskare högst upp i hierarkin när det kommer till betrodda anspråksformulerare (Loseke 2003, s. 36).

Vad som är intressant är att jag i de rapporter jag läst (Socialstyrelsen 2017 och Folkhälsomyndigheten 2018) sett att skolan kan vara en bidragande orsak till varför den psykiska ohälsan bland unga ökat, det är dock osäkert om det verkligen

är skolan som ligger bakom eller om det kan vara en kombination av en mängd olika faktorer. Dock verkar det enligt vissa tidningsartiklar vara en vedertagen sanning att det är just skolan som ligger bakom ökningen av psykisk ohälsa hos unga. Kanske för att kunna finna en stark deterministisk förklaring till varför så många unga är drabbade av psykisk ohälsa i någon form.

Andra orsaker som lyfts fram till att den psykisk ohälsan bland unga i Sverige ökat är att de symptom som används för att mäta psykisk ohälsa kan bero på andra faktorer än att individen lider av psykisk ohälsa. Enligt Mind (2018) kan en del av ökningen av psykisk ohälsa hos unga förklaras med att diagnoskriterierna har utvidgats och därmed är det fler personer som har symptom som passar in i en diagnos. Det är intressant att se att media rapporterar olika sidor av fenomenet psykisk ohälsa bland unga.

I framtida studier skulle det vara intressant att se om det finns en skillnad i vilka personer som får lov att komma till tals när det gäller att argumentera för antingen att den psykiska ohälsan ökar och att detta är ett problem, eller att argumentera för att den psykiska ohälsan hos unga inte alls ökar och att det inte behöver ses som ett växande problem att allt fler unga mår dåligt. Anledningen till att jag tror att det finns en skillnad i vilka uttalanden som används för att argumentera för sin sak är att det inom teorin om anspråksformulering finns en hierarki när det kommer till vilka anspråksformulerare som anses vara mest trovärdiga (Loseke 2003, s. 36). Det jag sett tendenser till är att uttalanden från forskare används i de artiklar som skriver om att ökningen av psykisk ohälsa hos unga inte är så farlig som det först rapporterats om. Jag tror att om exempelvis en politiker hade kommit med samma uttalande hade det ansetts vara mer kontroversiellt eftersom det finns så många rapporter som pekar på att den psykisk ohälsan hos unga ökar och anses vara ett växande samhällsproblem. Då forskare enligt teorin om anspråksformulering anses vara högst upp i hierarkin av trovärdiga anspråksformulerare uppfattas det inte lika kontroversiellt när en forskare menar att mätningarna av psykisk ohälsa hos unga måste omvärderas (ibid.).

## Åtgärder

Många av de åtgärder som presenteras i tidningsartiklarna är tänkta att ske i skolan. Då skolan anses vara en stor bidragande faktor till ökningen av psykisk ohälsa hos unga är det logiskt att tänka sig att åtgärden för att lösa problemet också ska ske i skolan. En annan förklaring till att de förebyggande åtgärderna ska ske i skolan är att det är ett sätt att nå många unga på en gång. I några tidningsartiklar rapporteras det att de larm om ökad psykisk ohälsa som kommit på senare tid kanske inte är så farliga som forskare först trott. Det som är intressant med dessa artiklar är att de ändå förespråkar förebyggande åtgärder mot psykisk ohälsa. De som menar att larmen om ökning av psykisk ohälsa är överdrivna anser att unga behöver lära sig om känslor för att förstå att det är normalt att må dåligt i perioder och att ett dåligt mående inte behöver innebära ett vårdbehov. Att unga ska lära sig om känslor och psykisk hälsa är en förebyggande åtgärd som också presenteras i artiklar där budskapet är att det är oroväckande att den psykiska ohälsan bland unga ökar. Att lära unga om känslor och psykisk hälsa verkar vara ett sätt att fånga upp de unga som lider av allvarlig psykisk ohälsa tidigare än vad som sker idag så att de kan få hjälp snabbt.

I många av tidningsartiklarna tas samverkan mellan olika sociala instanser som skola, sjukvård och socialtjänst upp som något viktigt för att kunna fånga upp unga som mår dåligt så tidigt som möjligt. Även den forskning jag tagit del av lyfter fram samverkan som något som måste fungera för att kunna förebygga och hantera psykisk ohälsa hos unga (Odenbring 2017 och Thomas et al. 2016).

Något jag också lade märke till i min analys var att det var få konkreta förebyggande åtgärder som presenterades. Detta kanske beror på att orsaken bakom psykisk ohälsa bland unga i sig är osäker och därför går det inte att presentera en konkret åtgärd för att handskas med problemet. Då det även är osäkert om psykisk ohälsa bland unga ska ses som ett samhällsproblem eller ej så kanske även detta spelar in i varför det inte finns några konkreta förslag på åtgärder.

I tidningsartiklarna var det både politiker, forskare, experter och personer som själva varit drabbade av psykisk ohälsa som uttalade sig kring vilka förebyggande åtgärder som behövs för att motverka psykisk ohälsa hos unga. I de artiklar jag analyserat föreslår de olika anspråksformuleringarna i stort sett samma sorters åtgärder. Samverkan, skolgång som fungerar och vikten av att fånga upp symtomen vid ett tidigt skede är de strategier som föreslås av samtliga personer.

### **Framtida forskning**

Förutom de förslag på framtida studier som nämnts ovan hade det också varit intressant att se hur politik spelar in i det som rapporteras. Jag valde i mitt urval bort debattartiklar, krönikor och artiklar skrivna på ledarsidan för att försöka undvika att min egna politiska uppfattning skulle färga analysen. Något jag dock inte reflekterade över förrän jag började min analys var att många av artiklarna jag valt ut var publicerade innan valet i september 2018. Även om jag valt bort artiklar som skulle varit tydligt politiskt färgade så är det fortfarande politiker som blir intervjuade i några av tidningsartiklarna. Andra personer som blir intervjuade i de olika tidningsartiklarna kräver även de svar ifrån politikerna att göra något åt problemet. Eftersom psykisk ohälsa bland unga pekas ut som ett samhällsproblem är det också samhällets ansvar att lösa problemet. De olika samhällsaktörerna styrs kommunalt eller regionalt och därför finns politik hela tiden med i bilden. Eftersom många av tidningsartiklarna jag valt ut var publicerade innan valet 2018 går det att tänka sig att rapporteringen i de olika tidningarna vid denna tidpunkt var fokuserad på frågor som väljarna anser vara viktiga. Det hade därför varit intressant att i en framtida studie granska om fenomenet psykisk ohälsa hos unga var något som det rapporterades mer om i samband med valet i september 2018 eller om rapporteringen sett likadan ut under exempelvis de senaste fem åren. Eftersom jag i denna analys har med tidningar ifrån olika delar av Sverige kan det också vara intressant att se om retoriken och rapporteringen kring psykisk ohälsa hos unga skiljer sig åt beroende på vilket valdistrikt som tidningen är publicerad i.

## Referenser

- Ahrne, Göran, Svensson, Peter. (2015). Kvalitativa metoder i samhällsvetenskapen. I: Göran Ahrne och Peter Svensson (red.). *Handbok i kvalitativa metoder*. 2 uppl. Stockholm: Liber.
- Ali, Mir M., Dean Jr., David, Hedden, Sarra L. (2016). The relationship between mental illness and/or substance use disorder on adolescent substance use disorder: Results from a nationally representative survey. *Addictive Behaviors*, 59 (2016): 35-41.
- Attention. (2013). *Fakta Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar – NPF*.  
Attention. [<http://www.attention-stockholmslan.se/vad-aer-npf.html>] Hämtad: 2019-05-22.
- Boréus, Kristina. (2015). Texter i vardag och samhälle. I: Göran Ahrne och Peter Svensson (red.). *Handbok i kvalitativa metoder*. 2 uppl. Stockholm: Liber.
- Berryman, Chloe, Fergusson, Christopher J., Negy, Charles. (2018). Social Media Use and Mental Health among Young Adults. *Psychiatric Quarterly*, 89 (4): 307-314.
- Bryman, Alan. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2 uppl. Stockholm: Liber.
- Folkhälsomyndigheten. (2018). *Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige?* Stockholm/Östersund: Folkhälsomyndigheten.
- Hiltunen, Linda. (2017). *Lagom perfekt: erfarenheter av ohälsa bland unga tjejer och killar*. Lund: Arkiv förlag.
- Jönson, Håkan. *Sociala problem som perspektiv. En ansats för forskning och socialt arbete*. Stockholm: Liber.

Livingston, James D., Cianfrone, Michelle, Korf-Uzan, Kimberly, Coniglio, Connie. (2014). Another time point, a different story: one year effects of media intervention on the attitudes of young people towards mental health issues. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 49 (6): 985-990.

Loseke, Donileen R. (2003). *Thinking about social problems*. 2 uppl. New Brunswick: Transaction Publishers.

Ma, Zexin. (2017). How the media cover mental illness: a review. *Health Education*, 117 (1): 90-109.

Maiuolo, Michelle, Deane, Frank P., Ciarrochi, Joseph. (2019). Parental Authoritativeness, Social Support and Help-seeking for Mental Health Problems in Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 48 (6): 1056-1067.

Mind. (2018). *Unga mår allt sämre – eller?* Stockholm: Mind.

Nationalencyklopedin. (2019a). Massmedier.  
[<https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/enkel/massmedier>] Hämtad: 2019-05-18.

Nationalencyklopedin. (2019b). Psykisk hälsa.  
[<http://www.ne.se.ludwig.lub.lu.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/psykisk-hälsa>] Hämtad: 2019-04-08.

Odenbring, Ylva. (2017). Mental Health, Drug Use and Adolescence: Meeting the Needs of Vulnerable Students in Secondary School. *Urban Review: Issues and Ideas in Public Education*, 50 (3): 363-377.

Skåneidrotten. (2017). Skåneidrotten.  
[<http://www.skaneidrotten.se/omskaneidrotten/>] Hämtad: 2019-05-20.

- Socialstyrelsen. (2016). *Vad är psykisk ohälsa?* Kunskapsguiden. [<http://www.kunskapsguiden.se/barn-och-unga/Teman/psykisk-ohalsa-hos-barn-unga/Sidor/Vad-ar-psykisk-ohalsa.aspx>] Hämtad: 2019-04-02.
- Socialstyrelsen. (2017). *Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Säkerhetspolitik. (2016). *Media och påverkan*. Säkerhetspolitik. [<http://www.sakerhetspolitik.se/Sakerhetspolitik/media-och-paverkan/>] Hämtad: 2019-04-08.
- Teng, Emmelin, Crabb, Shona, Winefield, Helen, Venning, Anthony. (2017). Crying wolf? Australian adolescents' perceptions of the ambiguity of visible indicators of mental health and authenticity of mental illness. *Qualitative research in psychology*, 14 (2): 171-199.
- Thapar, Anita, Collishaw, Stephan, Potter, Robert, Thapar, Ajay K. (2010). Managing and preventing depression in adolescents. *British Medical Journal*, 340 (7740): 254-258.
- Thomas, Steve, Jenkins, Rachel, Burch, Tony, Calamos Nasir, Laura, Fisher, Brian, Giotaki, Gina, Gnani, Shamini, Hertel, Lise, Marks, Marina, Mathers, Nigel, Millington-Sanders, Catherine, Morris, David, Ruprah-Shah, Baljeet, Stange, Kurt, Thomas, Paul, White, Robert, Wright, Fiona. (2016). Promoting Mental Health and Preventing Mental Illness in General Practice. *London Journal of Primary Care*, 8 (1): 3-9.
- Tromholt, Morten. (2016). The Facebook Experiment: Quitting Facebook Leads to Higher Levels of Well-Being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19 (11): 661-666.
- Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk och samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

# Bilaga

## Material för empiri

Andersson, Elisabeth. (2018). Så ska självmorden bli färre. *Sydsvenskan*. 31 mars 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050859201803312002c9750ecd05239952a339e830a313&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Andersson, Ulrika. (2018). Ökad psykisk ohälsa hos unga sätter press på psykiatrin. *Norran*. 14 februari 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=0572362018021484b686a2be9b2793eec5f31d5b9957e9&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Borén, Erling. (2018). Forskare: Därför ökar skolstressen. *Göteborgsposten*. 10 april 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=0508022018041084adb6d8b77df670893849f266dade5c&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.

Granath, Andreas. (2018). Kurs i stresshantering startar på Hisingen. *Göteborgsposten*. 13 maj 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050802201805133486772&serviceId=2>] Hämtad 2019-04-10.

Haglund, Anja. (2018). Unga stressas av bristerna i skolan. *Norran*. 27 april 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=05723620180427d6f387f0d0aa46d9deec5d4fa91ffb31&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Haglund, Anja, Nordlund, Felicia. (2018). Samtal ökar från barn med självmordstankar. *Svenska Dagbladet*. 26 augusti 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050803201808267b93f9bb7c18937c0375a496aa030f9f&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.



Jelmini, Maria. (2018). Mobiler gör våra barn olyckliga – bara en sak kan rädda dem. *Svenska Dagbladet*. 17 september 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050803201809173d0dd833e621252f694b4ed5ac695adc&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.

Lagercrantz, Agneta. (2019). Forskare: Larmen om ungas ohälsa kan ha feltolkats av vuxenvärlden. *Svenska Dagbladet*. 28 mars 2019. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=05080320190328e94bf23604450a09c4f33e3beaea7d6b&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.

Landelius, Micaela. (2018). Nytt projekt ska få flickor att träna mer och må bättre. *Sydsvenskan*. 3 oktober 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050859201810034b36f29e30ca274d2614c1142c020de4&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.

Nordgren, Malin. (2018). Unga med funktionshinder nätmobbats dubbelt så ofta. *Dagens Nyheter*. 24 september 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050915201809246330fec7ab8624a7681d9b88aba23407&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.

Olsson, Eva-Lena. (2018). De brinner för de unga. *Sundsvalls Tidning*. 2 juni 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=05712720180602d28a0d0ca5861952e34c9361d97f72a1&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Rahsepar, Nasim. (2018). Psykisk hälsa bland unga nu på schemat. *Sydsvenskan*. 10 maj 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=05085920180510875a3b2807f7f9765aec4ce1ed97f31d&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Skagerberg, Karin. (2018). Madeleine förlorade greppet om sin perfektionism. *Dagens Nyheter*. 24 maj 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=05091520180524ebcf2dd9b225247cf078d33241de5aec&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Skogelin, Marc, Paulsson Rönnbäck, Erik. (2019). Uppväxten kan ge psykisk ohälsa. *Sundsvalls Tidning*. 25 januari 2019. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=057127201901253d404bd15cb76ad734c89c673b8e1e4e&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Tottmar, Mia. (2018). Psykvården missar barn i fattiga förorter. *Dagens Nyheter*. 21 mars 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050915201803216aa5f908a76e5b329cb3440283fe1918&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-04.

TT. (2018). Naturligt att unga mår dåligt. *Sundsvalls Tidning*. 23 september 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=05712720180923ec2342ae59f6168cdc9dadcf2f4cc073&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.

Willung, Agneta. (2018). De vill bryta tystnaden om psykisk ohälsa. *Göteborgsposten*. 26 maj 2018. [<http://web.retriever-info.com/services/archive/displayDocument?documentId=050802201805263505178&serviceId=2>] Hämtad: 2019-04-10.