

KOMMENTAR

Ole Jacob Madsen: Begynner vi å gå lei de psykisk lidende unge?

Det kan virke som om urovekkende høye forekomsttall for psykiske lidelser møtes med mer kritisk holdning enn for bare noen år siden.

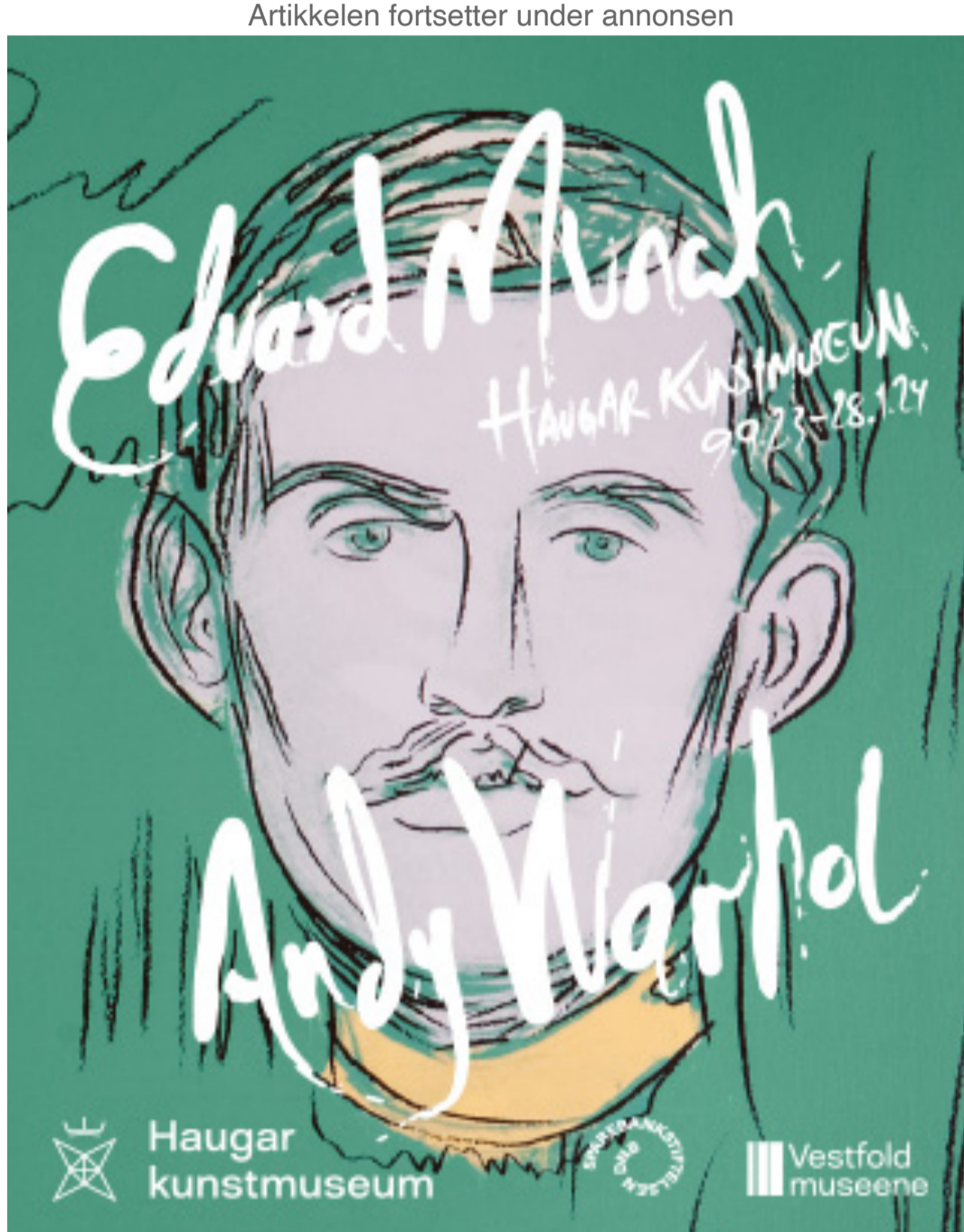


Mottagelsen av Studentenes psykiske helse- og trivselsundersøkelse tyder på at folk, ikke ulikt landsbyfolket i «Gutten som ropte ulv», er gått lei, skriver Ole Jacob Madsen. (Foto: Tord Torpe)

Av Ole Jacob Madsen, Professor i psykologi, UIO og Tord Torpe, illustrater

I Æsops fabel «Gutten som ropte ulv» møter vi gjetergutten som vokter landsbyens sauer. Kjedsomheten ved oppdraget får ham til å komme opp med et påfunn om å påkalle folks oppmerksomhet om en innbilt ulv. Igjen og igjen rykker innbyggerne ut bare for å bli lurt. Den dagen rovdvret faktisk kommer og gutten trenger hjelp, hører ingen lenger på ham.

Denne moralske leksen kom meg i hu da Studentenes psykiske helse- og trivselsundersøkelse (Shot) sist uke la frem nye tall, der én av tre studenter oppfyller kriteriene for psykiske lidelser som angst og depresjon. Over flere år har man kartlagt studentenes psykiske helseplager, men nytt av året er en egen tilleggsundersøkelse der man har kartlagt psykiske lidelser hvor symptombelastningen er såpass stor, og av en slik karakter, at det vil kunne kvalifisere til en diagnose. Det høres jo bekymringsfullt ut, men har offentligheten gått lei alle varskuene om unges psykiske helse?



Artikkelen fortsetter under annonsen

Hvorfor veksten?

Allerede samme morgen som lanseringen av rapporten kunne man registrere reservasjoner om overrapportering blant de inviterte paneldeltagerne, inkludert studentleder Oline Sæther, noe moderator, Khronos Tove Lie, også bemerket. Mens på [Dagsnytt 18](#) kommenterte programleder Sigrd Sollund lakonisk: «Det er jo svært høye tall», for hun ga ordet til psykologspesialist Jørgen Flor, som fikk spørsmål om fullt så mange hadde fått en diagnose etter å ha kommet ut fra hans kontor. Og da turen kom til [Dagsrevyen](#), var det første spørsmålet leder for undersøkelsen Kari-Jussie Lønning fikk: «Vi hører studentene snakke om stresset og presset, men er det det samme som en psykisk lidelse?» Mesteparten av diskusjonen både denne dagen og i dagene etterpå har sågar handlet om forhold rundt overrapportering, sykeliggjøring og skolering i et psykdomsspråk blant unge. «Helt sprøtt», istemte psykiater Sigmund Karterud overfor [Khrono](#).

Det kan virke som om slike undersøkelser som kommer ut med urovekkende høye forekomsttall, nå får mer kritisk mottagelse enn for bare noen år siden. Det siste året har det skjedd med [Hunt-undersøkelsen](#), som fant at 44 prosent av jenter viste tegn på angst og depresjon, [NKTVS' kartlegging](#) av vold og overgrep, der nesten 1 av 4 kvinner var blitt voldtatt, og nå sist [Ungvold-undersøkelsen](#), som fant en dobling i seksuell vold de siste årene.

At undersøkelser som ofte ukritisk gis stor plass, også møtes med metodologiske innvendinger, er kjærkomment. Men parallelt med at man innvender om det er blitt for lett å få en psykisk lidelse, bør man kanskje også begynne å spørre: Er det blitt for lett å avvise unges psykiske lidelser som sykeliggjøring?

Kan ikke avfeie funnene

I en [vitenskapelig artikkel](#) i det velrenommerte tidsskriftet The Lancet diskuterer forskerne bak Shot-undersøkelsen flere av forbeholdene. Deriblant om det er slik at de som svarer på spørreundersøkelsen, kjenner seg mer igjen i tema enn de som ikke svarer. Det er mulig, men de viser også til at de som ikke svarer, [ofte](#) har dårligere helse enn de som svarer på helseundersøkelser. En annen innvending er om flere i dag oppgir å ha en psykisk lidelse fordi det er blitt lettere å stå frem. Her viser forskerne til en britisk [studie](#) som vedgår at slike alternative forklaringer ikke kan utelukkes, mens i en nyere [undersøkelse](#), som en av de første som forsøker å empirisk teste dette (man så trender i forekomsttall av psykiske lidelser opp mot holdningsendringer i befolkningen), fant man ingen holdepunkter for det. Ergo kan man ikke uten videre avfeie funnene.

Blant mulige risikofaktorer som kan ha bidratt til å svekke unges psykiske helse, nevner forskerne økt ensomhet, perfeksjonisme, individualisme, utsendefokus, forventninger i utdanningsløpet, sosiale medier og rusmisbruk, cannabisbruk i særdeleshet. Den utbredte forestillingen om økt sårbarhet og manglende mestring i å takle livet får ikke noe umiddelbar støtte her. Ei heller koronapandemien, ettersom datainnsamlingen ble foretatt over ett år etter at restriksjonene ble løftet.

Det er i det hele tatt vanskelig å gi noen endelige, fullgode forklaringer på forverringen av unges psykiske helse, som igjen antagelig bidrar til at det er lettere å være skeptisk. Når «alt» potensielt kan være en forklaring, er det kanskje lett å trekke på skuldrene over «ingenting». Eller tenke at det ikke er noe mer synd på studentene enn andre, siden også den ikke-studerende delen av befolkningen gjennomlever de samme samfunnsmessige endringene og kravene.

Mer selvdagnostisering

Dessuten finnes det alternative forklaringer som ikke belyses i Shot-undersøkelsen. I boken med den megetsigende tittelen *The Closing of the American Mind: How Higher Education Has Failed Democracy and Impoverished the Souls of Today's Students* påviste klassisisten Alan Bloom allerede på 1980-tallet en endret samtidsmentalitet blant datidens studerende: «Psykologien om selvet har lyktes så godt at det nå er instinktet til de fleste av oss å vende seg inn i oss selv for å kurere våre lidelser fremfor tingenes natur.»

I flere år nå har det vært påtagelig hvordan sjargongen blant den oppvoksende generasjonen handler om «å dekke» og «å angste». Selvsagt vil ikke unge som benytter seg av denne lingoen, utvikle psykiske lidelser av det. Men det illustrerer likevel hvordan psykiske diagnoser ikke lenger kun er kliniske verktøy reservert terapirelsene og epikriseskrivene, men integrerte meningsbærende kategorier i samtidskulturen.

Da jeg selv studerte psykologi på starten at det nye årtuseten, advarte flere av foreleserne mot en utvikling der diagnostiske inklusjonskriterier ble spredd på nettet. I dag er det for lengst en tapt sak, og møtet med selvdagnostisering via Tiktok er hverdagen for de fleste behandlere. Antageligvis er det ikke bare på alkoholfeltet at økt tilgjengelighet gir økt forbruk.

Når ulven kommer

Den temmelig skeptiske mottagelsen av Shot-tallene demonstrerer formodentlig at opplysningsarbeidet som organisasjoner som Rådet for psykisk helse og Mental helse har stått i bresjen for i årevis, har en iboende svakhet i seg. Herværende avis [omtalte](#) i sommer nye oppsiktsvekkende tall som angivelig viste at 82 prosent av danskene hadde fått behandling for en psykisk lidelse. «Nå kan vi si at det er normalt å få en psykisk lidelse», uttalte en av forskerne begeistret. Resonnementet hans var: Fordi nå som snart alle ikke bare har en psykisk helse – slik et av de velmente slagordene lyder – men en psykisk lidelse, virker det jo antagelig avstigmatiserende.

Samtidig vil det å ha en psykisk lidelse være hverken spesielt oppsikts- eller interessevekkende lenger. Så når Tove Gundersen, leder for Rådet for psykisk helse, programmessig skriver om Shot-undersøkelsen at «studentens psykiske helse er i krise», er det egentlig noen som er enig i at funnene er «sjokkerende bekymringsfulle», slik hun omtaler dem? Snarere tyder den foreløpige mottagelsen på at folk, ikke ulikt landsbyfolket i «Gutten som ropte ulv», er gått lei. Og i likhet med moralen i Æsops fabel er det jo dumt dersom «ulven» faktisk dukker opp, nå eller senere, og den yngre generasjonen lider uten at noen tror det er sant.



Ole Jacob Madsen
Professor ved Psykologisk institutt, UIO. Fast kommentator i Morgenbladet

Tord Torpe
Visuell kunstner, illustrater

redaksjon@morgenbladet.no

04/10/2023 11:48



RELATERTE ARTIKLER

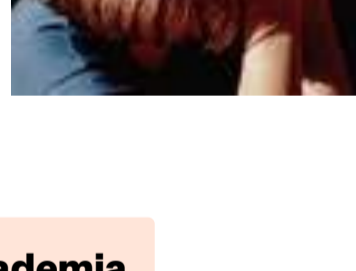
Å reagere på økt medisinering for ADHD er uttrykk for moral



Skolen er i ferd med å okkupere barns livsverden fullt og helt



Er forekomsten av seksuell vold blant ungdom virkelig doblet?



Ungdom Psykisk helse akademis

Ole Jacob Madsen

MORGENBLADETS PODKASTER

POLITIKK OG ØKONOMI

Med Aslak Bonde og Maria Berg Reinertsen

Mer fra Kommentar



KOMMENTAR

Pling i skrollen: Amerikanske barn drukner i push-varslere

KOMMENTAR

Hardere straffer for ungdom er mest av alt symbolpolitikk

KOMMENTAR

Et gammelt våpen i geopolitikken har fått fornyet kraft

Ove Vanebo: Selvfølgelig kan Erna Solberg bli sittende

Hva er forskjellen på en generasjon og en målgruppe?

Habilitetssakene og Nav-skandalen: Strategien for hemmelighold gjentar seg

Det kan svi mer enn det smaker for USAs myndigheter å regulere big tech