

Gummibandsmänniskor

tjejer, killar och stress

Anncristine Fjellman-Wiklund

Docent, leg sjukgymnast

Institutionen för Samhällsmedicin och rehabilitering, Sjukgymnastik
Umeå universitet



Projektmedarbetare

Maria Wiklund
Eva-Britt Malmgren-Olsson
Erik Bergström
Ann Öhman

Tack till

Skolhälsovården gymnasiet i Umeå Kommun
Vetenskapsrådet
Umeå kommun TILDA
Umeå Centrum för GenusStudier



Ohälsan bland unga ökar i Sverige, framför allt tjejer mår dåligt

- Ca 5% av alla barn och ungdomar i Sverige har daglig smärta
- Smärta ökar i takt med stigande ålder ju äldre barnet blir
- 30% av barn med långvarig smärta har kvar den in i vuxen ålder

Hur mår unga i Umeå?



Ungdomshälsan

Tjejer som sökt hjälp
för stress och deltagit i
stresshanteringskurs

- Intervjuer
- Dagbok

Gymnasieskolan

Enkät om tjejers/killars
stress och hälsa

Cirka 1000 ungdomar

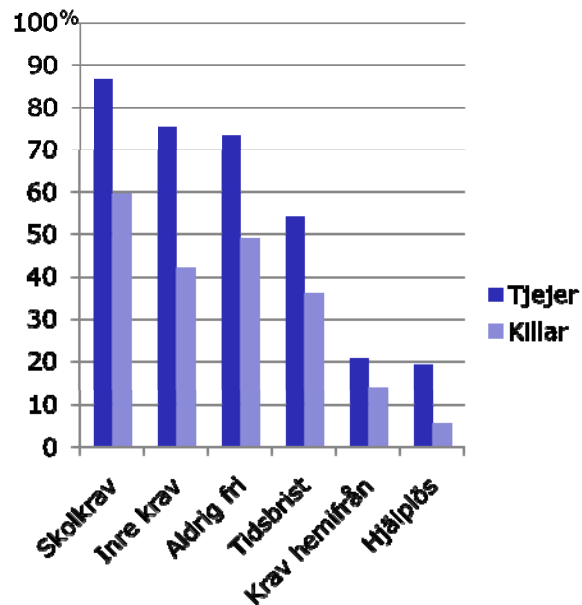
600 tjejer och 400 killar

750 studieförb / 250 yrkesförb

16-18 år



Stress



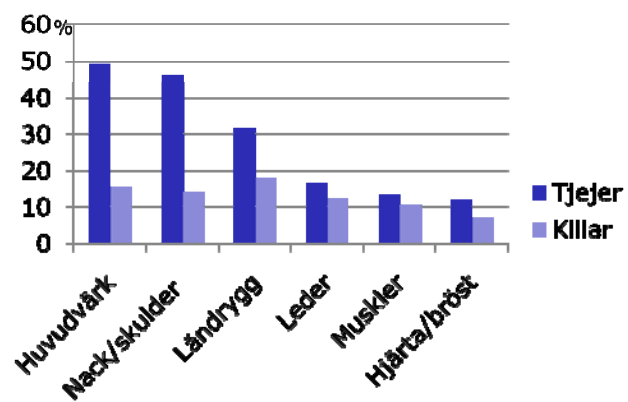
Prestation och krav



"Man ska hinna med att göra alla läxor, träffa kompisar, kanske jobba för att kunna göra något roligt på sommaren och träna och se på TV och läsa..."



Ont i kroppen



Kroppen gör sig påmind



"Det kryper i kroppen"

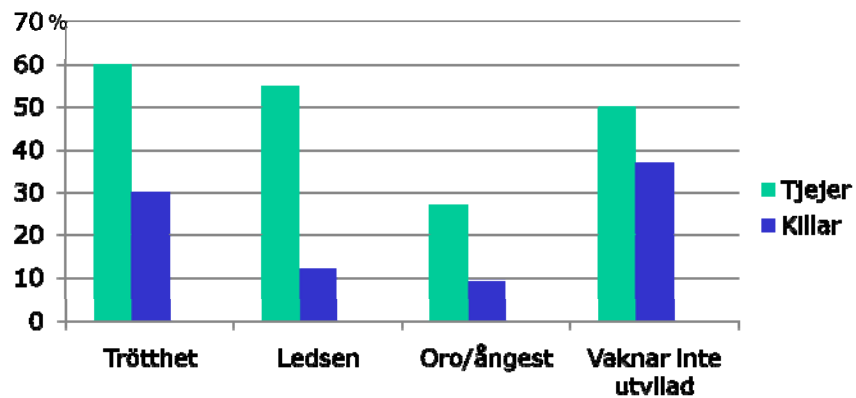
"Jag klättrar på väggarna"

"Jag kan inte slappna av"

"Jag tycker om mig själv som person - men jag tycker inte om min kropp"



Trötthet och sömn



Uppgivenhet och utmattning



"Allt känns övermäktigt"

"Jag blir alldeles matt"

"Det snurrar i huvudet"

"Hur ska jag orka?"



Positiva motbilder i skolan

	(%)
Positiv stämning i skolan	89
Arbetsro på lektionerna	65
Bra sammanhållning i klassen	85
Lärarna märker om man trivs	52
Mobbning	7
Rasism	6
Sexuella trakasserier; pojkar	4
Sexuella trakasserier; flickor	7



Sammanfattning

- Unga i Umeå upplever lika mycket stress som unga i övriga landet
- Tjejer 'mår' sämre än killar

Unga kvinnors utsatthet och underordning behöver synliggöras och tas på allvar

Unga mäns hälsa och livssituation behöver utforskas

Ungas egna berättelser behöver få höras

