

Varför gå över ån efter vatten?

Många barn är i praktiken "föräldralösa"

- 200 000 barn har missbrukande föräldrar.
- 200 000 barn blir vittne till våld i hemmet.
- 80 000 barn misshandlas själva i hemmet.
- 80 000 barn har psykiskt sjuka eller störda föräldrar.
- 30 000 barn utsätts för sexuella övergrepp.
- 10 000 barn har föräldrar i fängelse.

Monica Dahlström-Lannes, f d våldsbrottsutredare, SvD



Jag hade tur:
Föräldrar som älskade
varandra OCH mig!

Rickard Wolff

Anknytning

- Vi behöver någon att gå till när det är svårt.
- Men många har inte lyckats ersätta föräldrarelationen (om den alls funnits).
- Många föräldrar klarar inte att lyssna på sina barn när de har problem. Måste orka lyssna tills barnet pratat färdigt.

Tack till Björn Wrangsjö

Personligheten - kartorna, förväntningarna,
självbilden - utvecklas tidigt i livet, i relaterandet
till andra människor

"En undersökning visar att norska fäder i
genomsnitt lägger ner mer tid på sin bil
än på alla sina barn tillsammans! Det
förklarar väl varför **många har bilar som
fungerar bättre än deras barn gör...**"

Ole Jacob Raad: Styr tiden effektivt.
Ledarskap och lönsamhet nr 2, 1981.

Den kortaste kursen för alla föräldrar

Se till att ditt barn alltid känner sig som en
tillgång i ditt liv - aldrig som en belastning
och ett hinder för ditt liv.

Mitt liv är så mycket roligare nu
när jag har dig!

Jakten på materiell välfärd är en
ansträngning som saknar egentlig
mening och distraherar oss från
aktiviteter och människor som ger
varaktigare glädje och
tillfredsställelse.

Gordon Livingston

Nyare förklaringsmodeller

1. **Relativ fattigdom**
 - Jämförelseångest, "reference anxiety" i rikare länder - man jämför sig med sina arbetskamrater och grannar.
2. **Socialt kapital**
3. **Statussyndromet**
 - "Bevakningen av den närmaste omgivningen".
 - Toppositionerna ger högre status och därmed bättre kontroll över livet.

Nyare förklaringsmodeller

1. **Relativ fattigdom**
 - Fattiga i rika länder lever kortare tid än ännu fattigare i fattigare länder.
 - Jämförelseångest, "reference anxiety" i rikare länder - man jämför sig med sina arbetskamrater och grannar.
 - Detta drabbar det sociala kapitalet, samhörigheten.
2. **Socialt kapital**
 - Ökat socialt kapital ger starkt ökat humant kapital.
 - Ökat ekonomiskt kapital ger däremot varken ökat socialt eller humant kapital.
3. **Statussyndromet**
 - "Bevakningen av den närmaste omgivningen".
 - Toppositionerna ger högre status och därmed bättre kontroll över livet.

Fattigdom fördrages bäst om den delas av många.

Ernst Wigforss

Psykisk ohälsa hos unga har fördubblats eller trefaldigats de senaste 20-30 åren

Två huvudförklaringar:

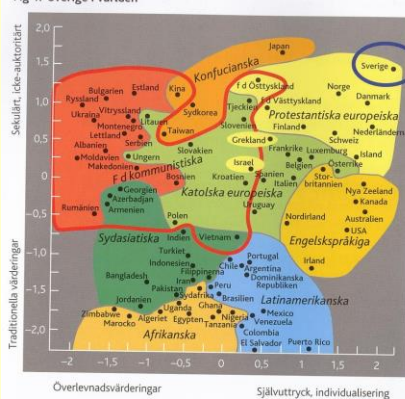
1. Svårare att komma in på **arbetsmarknaden**.
2. Den ökade **individualismen och valfriheten** upplevs stressande (försörjning, partner, vänner, religion, kön).

Sven Bremberg, statens utredare,
docent vid Statens folkhälsoinstitut



22

Fig 1. Sverige i världen



23

Sverige är det land i världen som

- lägger störst vikt vid individuellt självförverkligande.
- mest präglas av sekulära-rationella värderingar, dvs en hög tilltro till den enskildes förmåga att fatta egna rationella beslut.

World Value Survey

Flera studier visar på en ökad risk för psykisk ohälsa i individualistiska och sekulariserade samhällen.

24

Hypoteser om orsakerna

- ❑ Västerlandets **infantilisering av ungdomen** - man bor hemma utan ansvar länge, ska sedan plötsligt ta ansvar för sitt liv.
- ❑ Ungdomens **förväntningar på livet** har ökat snabbare än de faktiska livsmöjligheterna.
- ❑ De satsar på **osäkra karriärer och maximalt självförverkligande** - artist, journalist, världsförbättrare. När de sedan möter verkligheten och ser att möjligheterna faktiskt inte är så öppna som de först trodde blir besvikelsen stor.

Sven Bremberg, statens utredare, docent vid Statens folkhälsoinstitut

25

Självordsfrekvensen bland unga män i 17 OECD-länder är påtagligt högre i de länder där man lägger stor vikt vid personlig frihet och oberoende.

Många unga känner sig pressade av för mycket ansvar.

Sven Bremberg, statens utredare, docent vid Statens folkhälsoinstitut

26

Överblivna bilder



28

<p>ADHD: Why worry - nu kör vi, tänka kan vi göra senare!</p>	<p>Mani: Vi vill, vi kan, vi förs!</p>	<p>Paranoid: De kanske vill oss illa, så vi behöver vakta hela natten!</p>	<p>Generaliserat ångestsyndrom: Vanta litet nu, det här kan faktiskt gå illa!</p>
<p>Deprimerad: Vi klarar det inte, ligg lågt, vi drar oss tillbaka!</p>			<p>Ormfobi: Blir jag biten så dör jag!</p>
<p>Samlarsyndrom: Materiella ting kan ha ett överlevnadsvärde!</p>			<p>Droganvändare: Livet är eländigt, vi behöver hjälp att stå ut!</p>
<p>Tvångsmässig: Vi kollar elden en gång till!</p>	<p>Narcissist eller psykopat: Allt är tillåtet i kampen för överlevnad!</p>	<p>Panikattack: Helt adekvat "fight or flight"-respons vid möte med en björn.</p>	

Stressutlöst psykisk ohälsa

Typ av stress	Typ av ohälsa
Akut och livshotande	Akut stressyndrom (duration mindre än en månad) Posttraumatiskt stressyndrom (> än en månad)
Långvarig stress, utan återhämtning	Stressreaktion (lindrig) Maladaptiv stressreaktion (måttlig) Utmattningsyndrom (svår) Somatisk sjukdom, t ex hjärtsjukdom
Långvarig stress, med personlig förlust/kränkning	Utmattningsdepression
Akut personlig förlust/kränkning, utan föregående långvarig överbelastning	Anpassningsstörning Maladaptiv stressreaktion "Reaktiv" depression
Överbelastning inom värdande yrke, med oförmåga att ge god vård/hjäl	Utbrändhet, "burnout" Ev. "wornout" (vid mindre prestationsbaserad självkänsla)

Anknytningsstörningar och tillitsbrist

Störd anknytning till vårdnadsgivaren



Stört samspel med vårdnadsgivaren



Maladaptiva förhållningssätt och strategier hos barnet



Bristande förmåga att hitta ändamålsenliga sätt att relatera till **andra** människor



31

Var har du dina föräldrar?

Vet hur de älskar mig på ett sätt som känns bra för mig

Tycker inte om mig, bryr sig inte

Tycker om mig, bryr sig, vill mig väl

Vet inte hur man älskar ett barn på ett sätt som är bra för barnet

32

Sårbarhet för psykisk sjukdom alstras tidigt

- Ärftlighet
- Biologiska faktorer före/efter födelsen
- Barndom-uppväxt
 - separationer
 - förluster
 - missbruk
 - psykisk sjukdom
 - emotionell försummelse

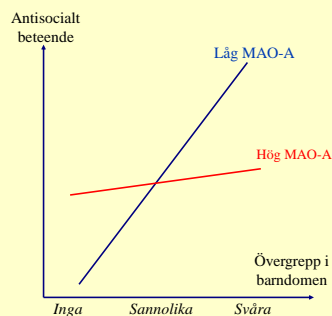


Personlighetsavvikelse

33

Genetik och psykiatri

- Mentala processer har ett underlag i hjärnan.
- Gener och genprodukter styr nervcellernas funktion.
- Generna ensamma förklarar ingen psykisk sjukdom.



34

Caspi et al, Science 2002

Många faktorer kan både alstra en långsiktig ökad sårbarhet och generera stress i nuet

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> □ Psykisk sjukdom □ Personlighetsavvikelse □ Kroppslig sjukdom □ Missbruk | <ul style="list-style-type: none"> □ Sociala/existentiella problem <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ensamhet ▪ Förluster (materiellt, socialt, psykologiskt) ▪ Skilsmässa ▪ Konflikter ▪ Ekonomiska problem ▪ Arbetslöshet ▪ För mkt arbete ▪ För höga krav socialt eller på arbetet ▪ Understimulering |
|--|--|

35

... men ofta är det ganska komplext

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> □ Ärftlighet □ Biologiska faktorer före/efter födelsen □ Barndom och uppväxt <ul style="list-style-type: none"> • separationer • förluster • missbruk • psykisk sjukdom • emotionell försummelse □ Kroppslig sjukdom □ Missbruk | <ul style="list-style-type: none"> □ Annan psykisk sjukdom, t ex ångestsjukdom eller personlighetsavvikelse □ Sociala/existentiella problem <ul style="list-style-type: none"> • skilsmässa • ensamhet • konflikter • arbetslöshet • för mkt arbete • för höga krav socialt/på arbetet • understimulering • ekonomiska problem • övriga förluster och livshändelser |
|---|---|

36

