

Unge mistrivsel – hvordan ser det ud og hvad betyder det?

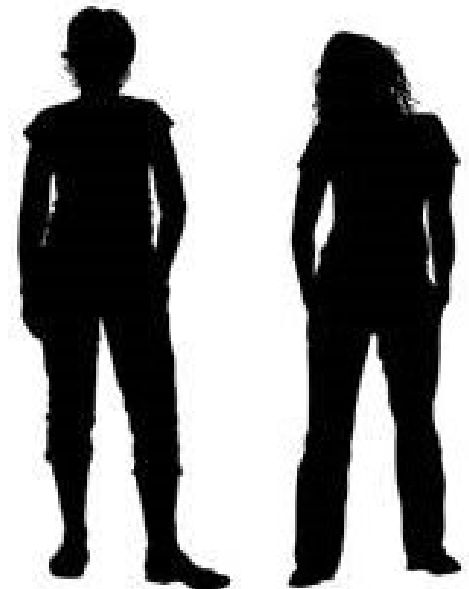
Mistrivsel har konsekvenser – tag de unge alvorligt

Janne S. Tolstrup

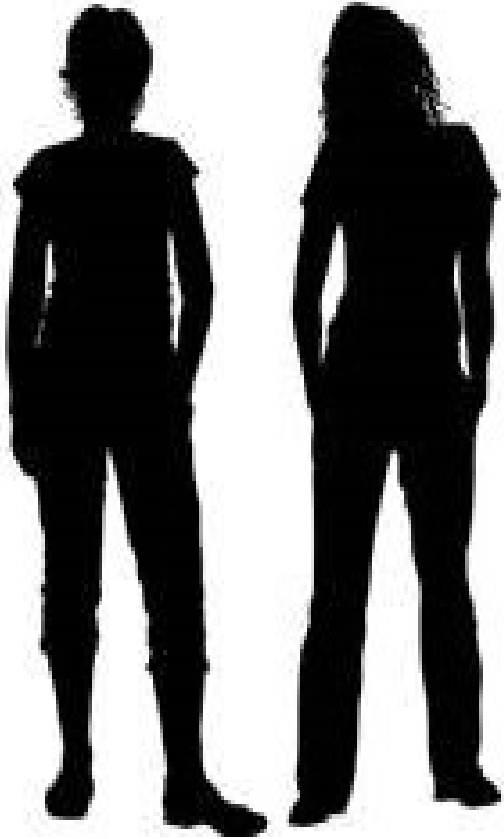
Professor på Statens Institut for Folkesundhed, SDU i København

jest@sdu.dk

Sundhedsprofilkonference Region Nordjylland 2026



Vi bruger en spørgeskemaundersøgelse blandt unge

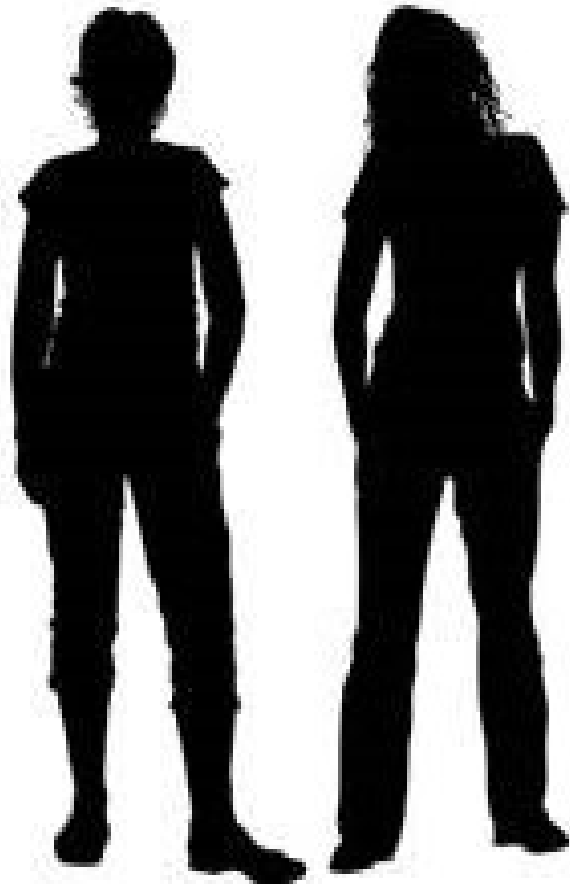


15-19-årige på ungdomsuddannelser

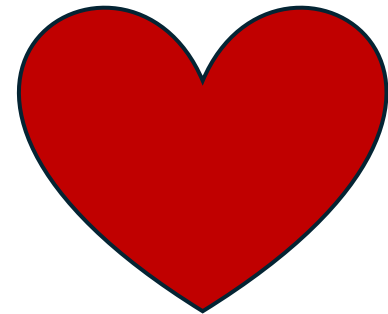
~68.000 deltagere



15-19-årige, der er fuldt gang i den



**Socialt
Biologisk
Fysisk
Fagligt
I hjernen**



Hvad er mental sundhed?

En tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer samt indgå i fællesskaber med andre

(WHO)

Vi bruger svar på ni spørgsmål:

Livstilfredshed

Hvor tilfreds er du med dit liv for tiden?

Ked af det

Hvor ofte er du ked af det?

Ensomhed

Føler du dig ensom?

Stress

Hvor ofte er du stresset?

Irritabel

Hvor ofte er du irritabel?

Selvværd

Hvor enig er du i udsagnet: "Jeg er god nok, som jeg er"

Handlekompetance

Hvor ofte kan du klare det, du sætter dig for?

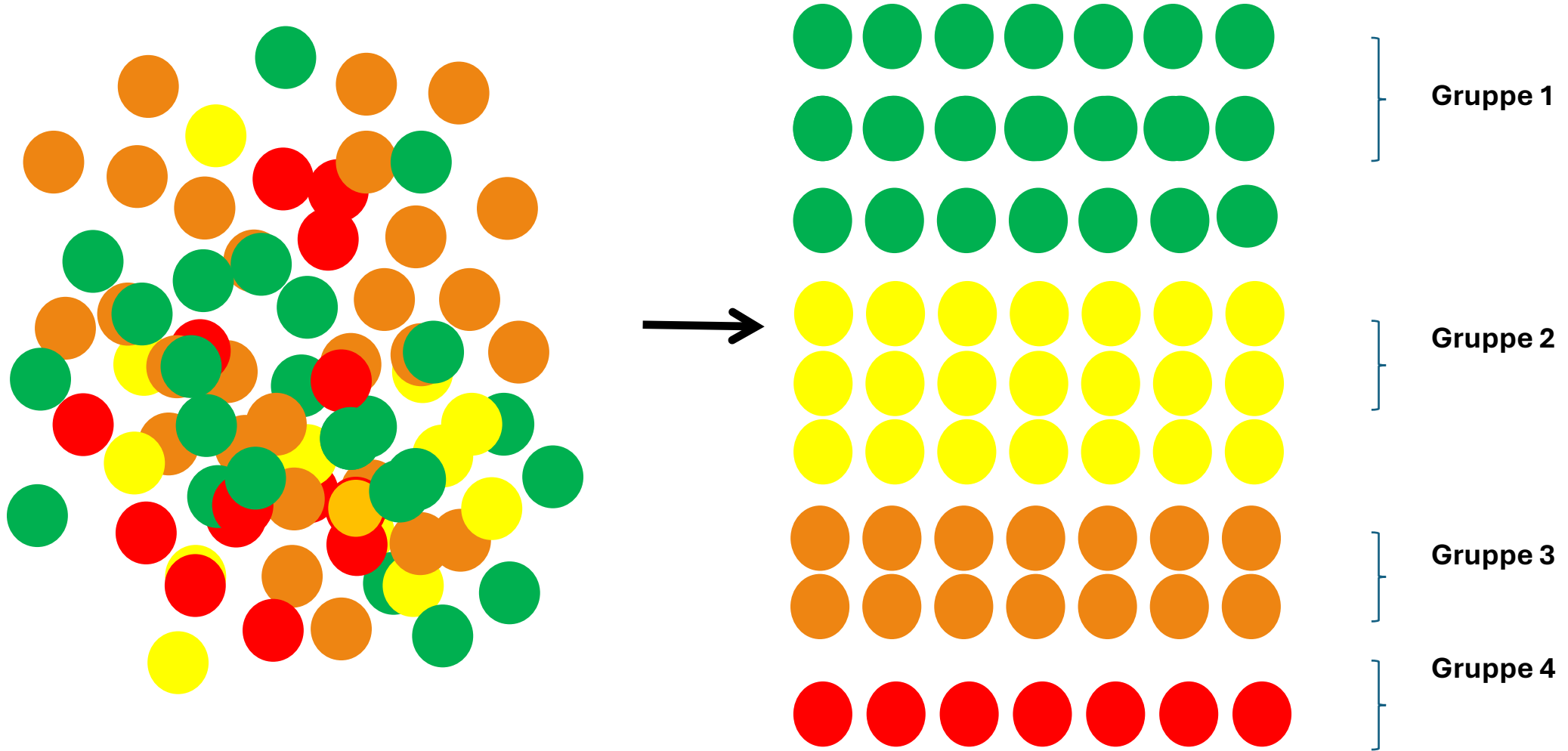
Fortrolighed med venner

Kan du tale med venner hvis du har problemer?

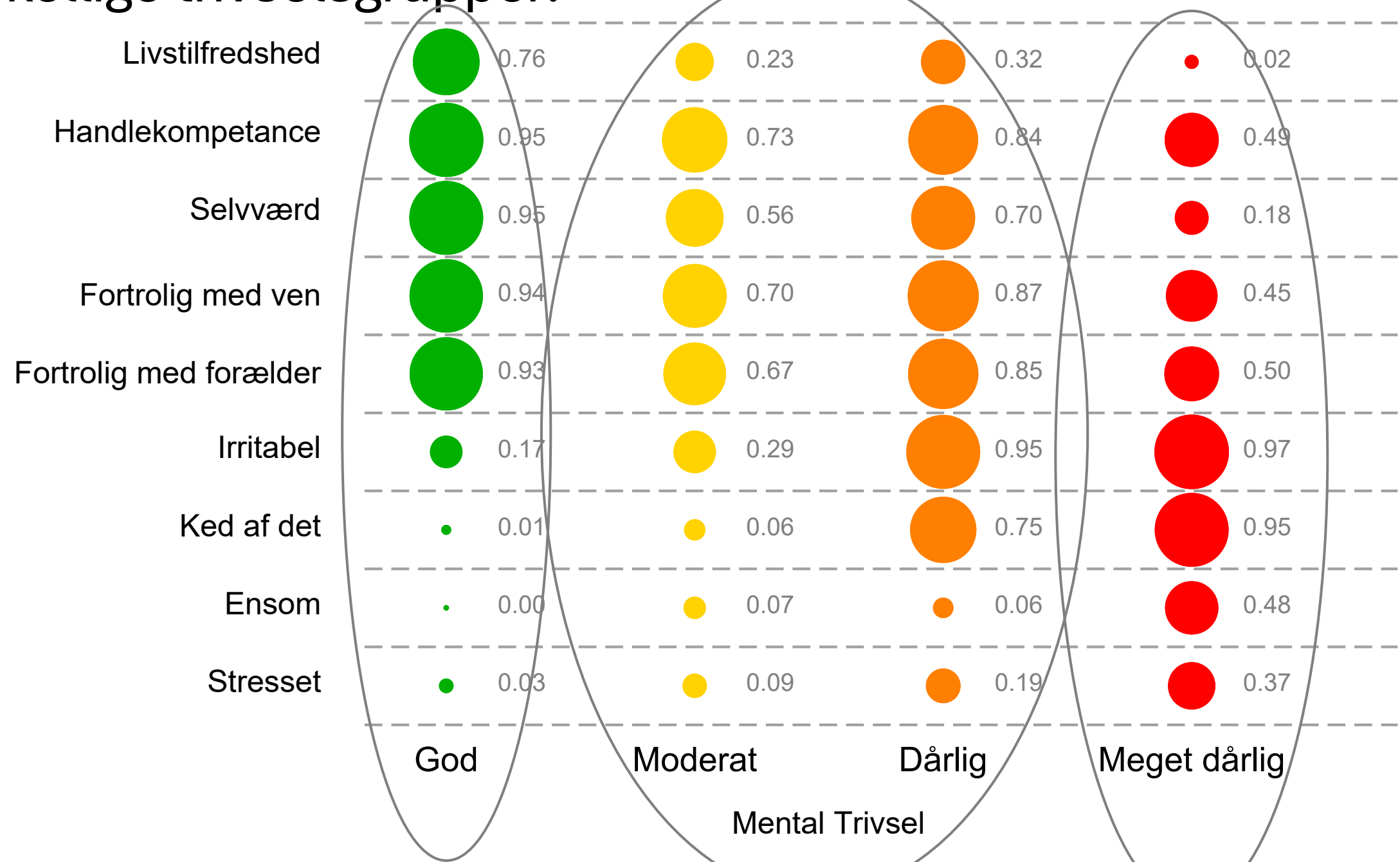
Fortrolighed med forældre

Kan du tale med en forælder hvis du har problemer?

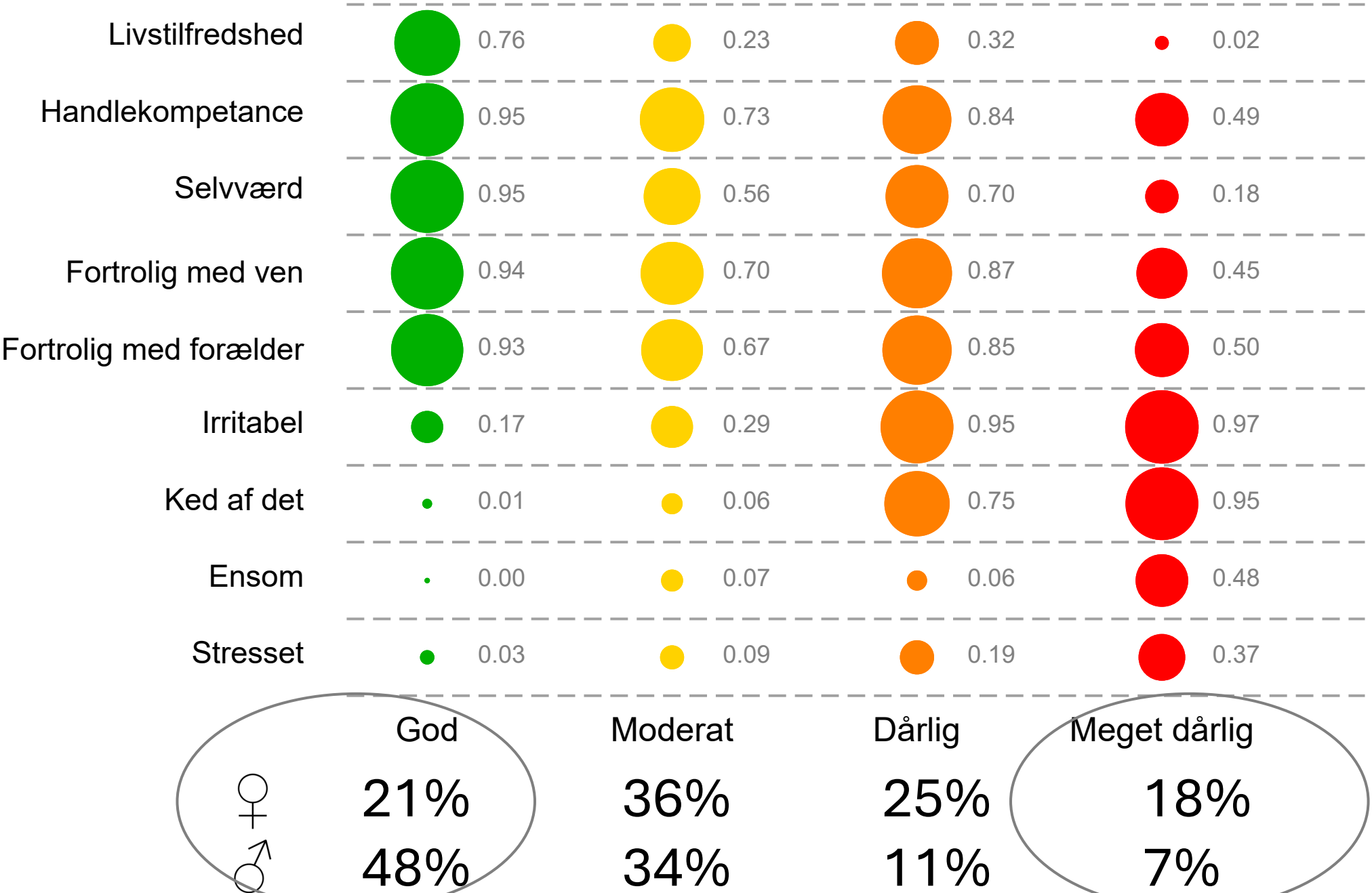
Svar på de 9 spørgsmål bruges i en analyse



Fire forskellige trivselsgrupper:



Flere unge kvinder end unge mænd trives dårligt

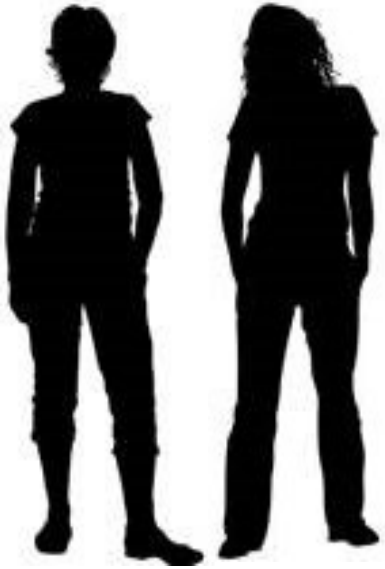


**Nu har vi fået de unge placeret i
grupper ud fra deres svar**



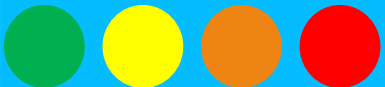
**Er der forskel på hvordan det går
med de fire grupper?**

Vi følger de unge i op til otte år



+ 8 år

Spørgeskema

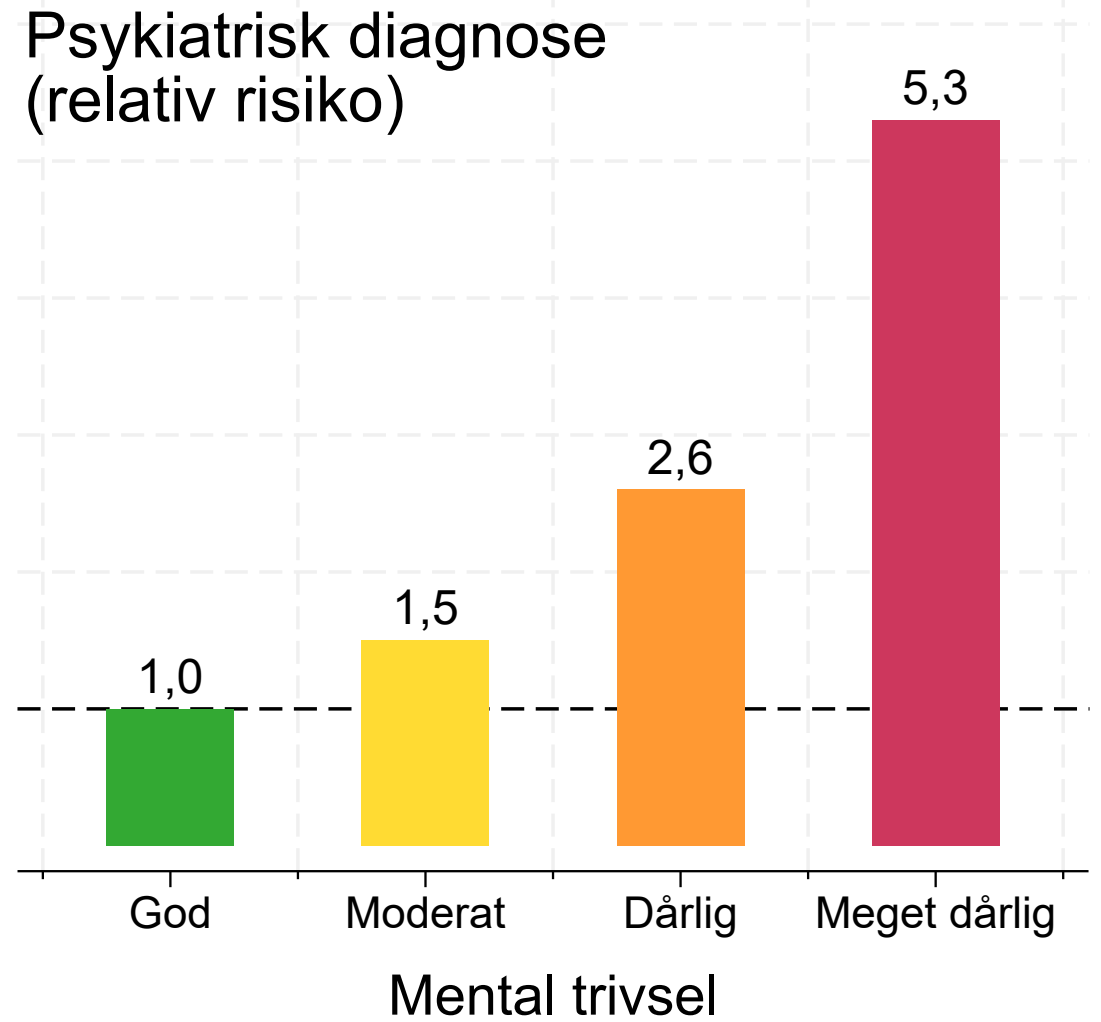


Register-
information

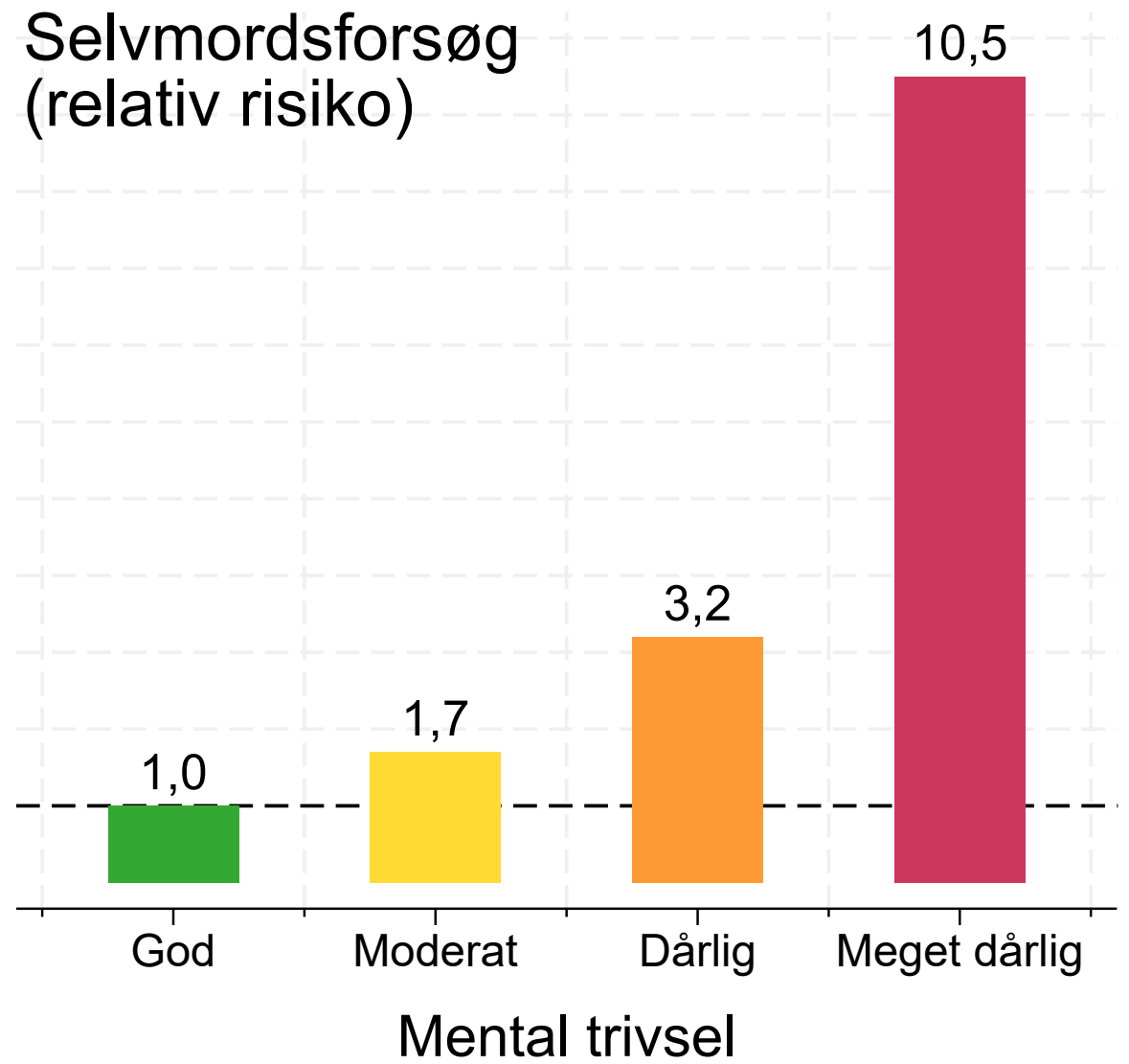
Diagnoser
Selvskade
Selvmordsforsøg
Voldsepisoder
Alkohol/stofforgiftning
Gennemførsel af ungd.ud
NEET

....

Risiko for en psykiatrisk diagnose

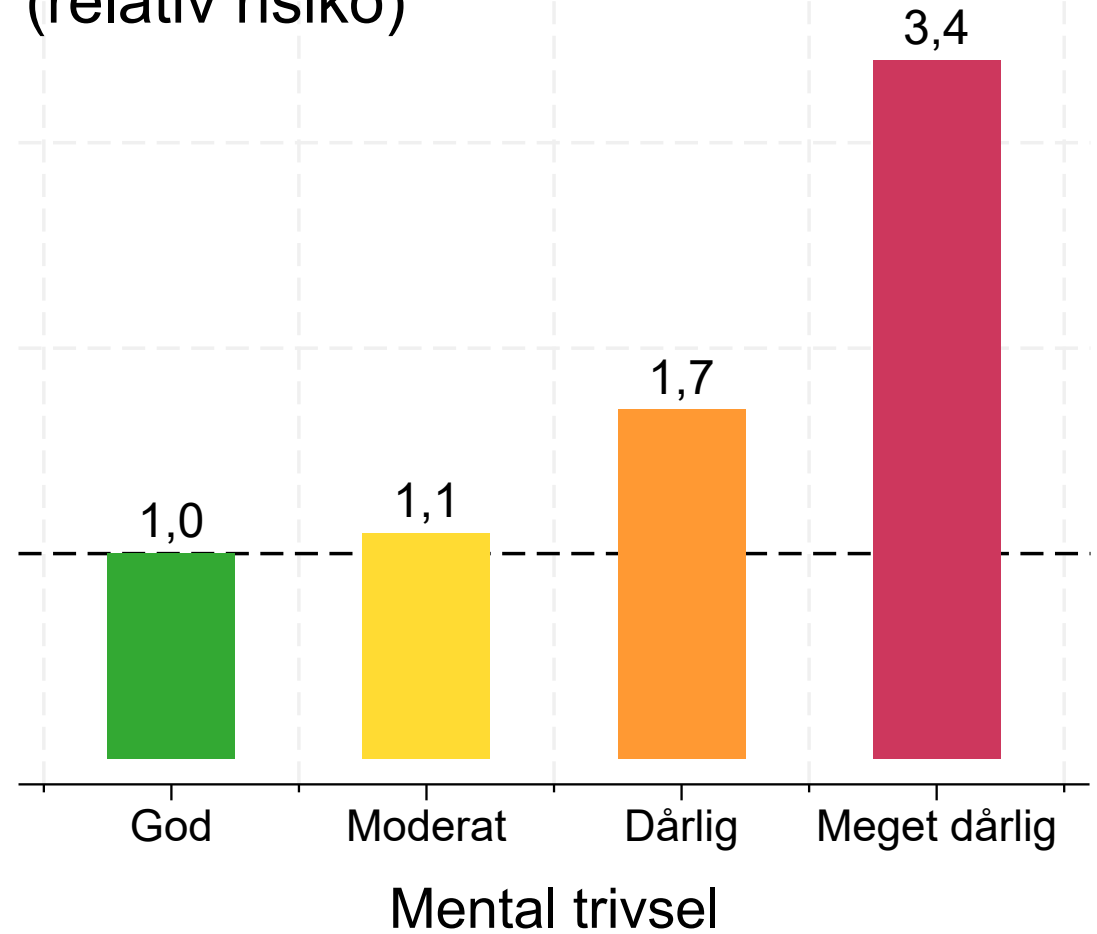


Risiko for selvmordsforsøg



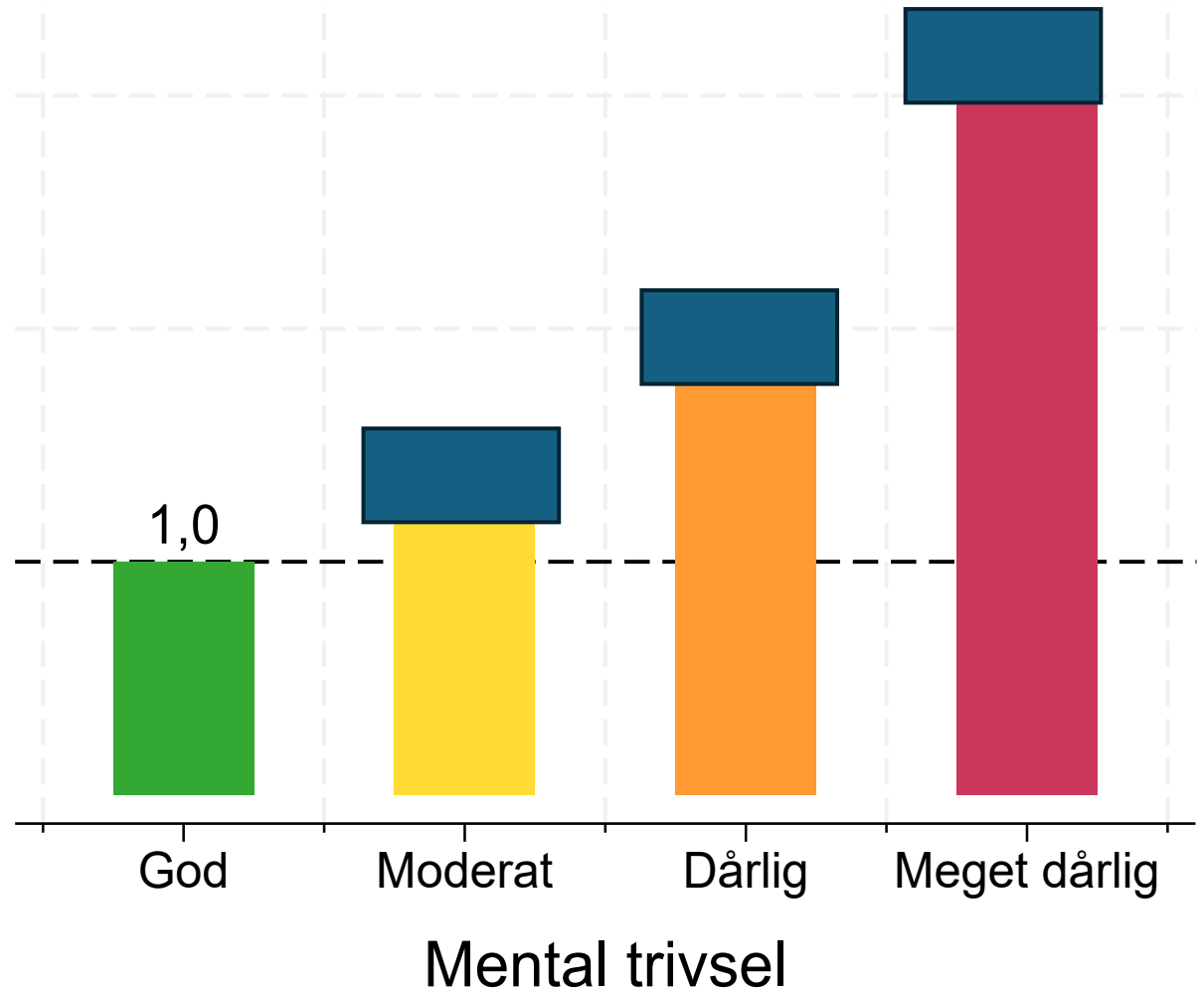
Alkohol- eller stofforgiftning (hospitalskontakt)

Alkohol/stoffer
(relativ risiko)



**Får ikke en
ungdomsuddannelse**

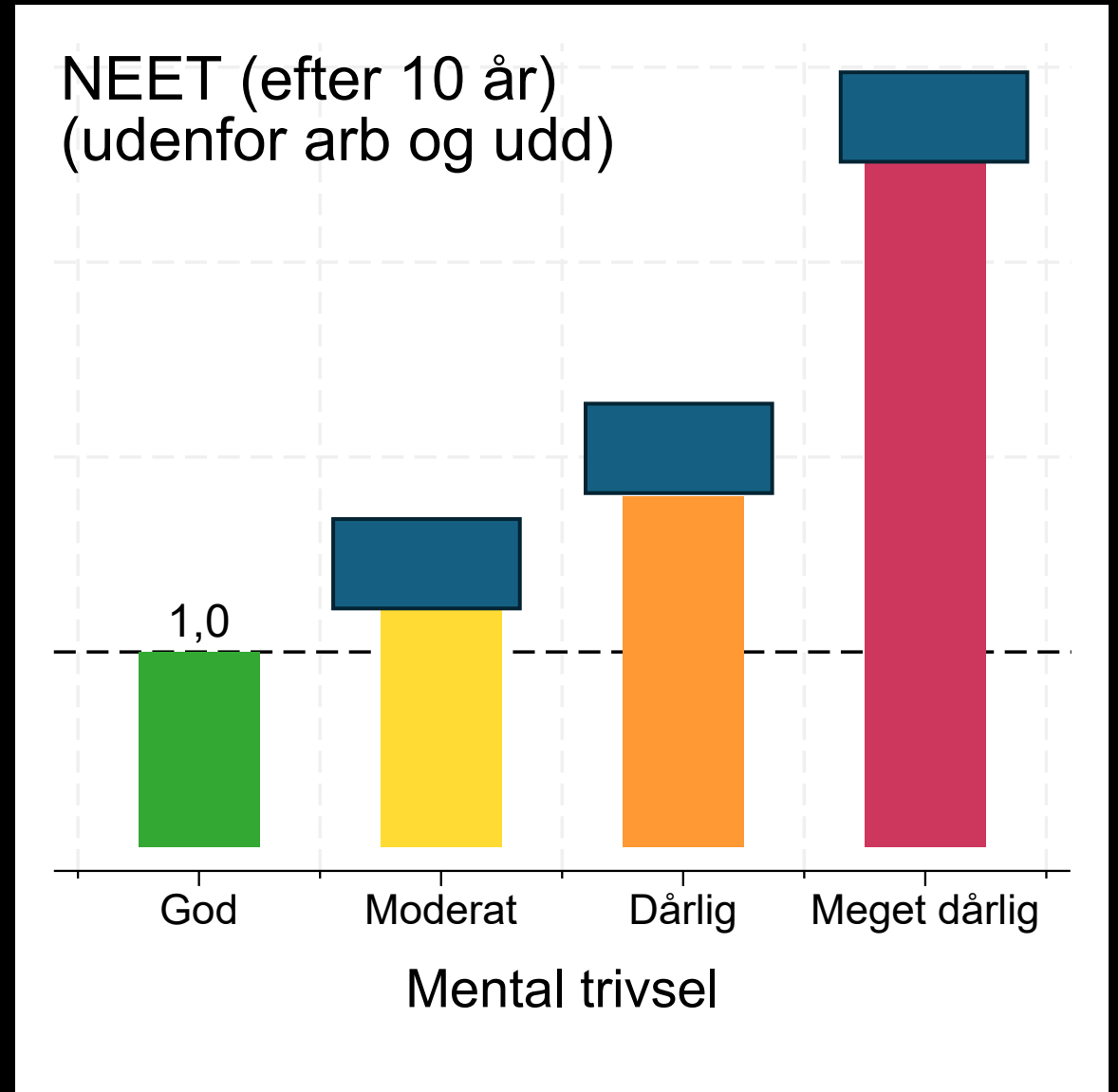
Færdiggør ikke ungdomsuddannelse
(relativ risiko)



(Resultater er under publicering)

Udenfor uddannelse og arbejdsmarked (NEET)

+ voldsepisoder,
spiseforstyrrelse, brug af
praktiserende læge (...)



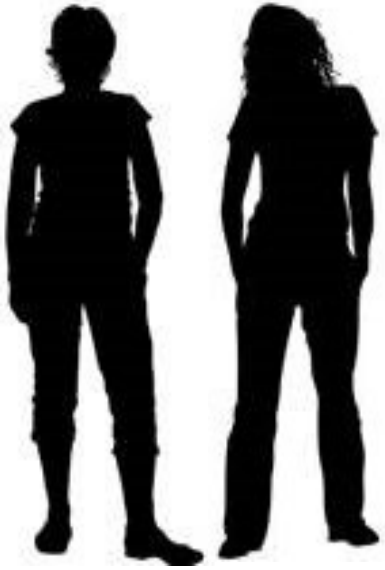
(Resultater er under publicering)

**Var der forskel på hvordan det gik med
de fire grupper?**



Ja, i høj grad

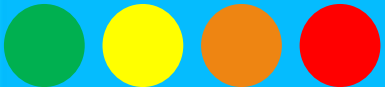
Var der andre forskelle, udover trivsel?



+ 8 år



Spørgeskema



Var der andre forskelle?

Ja mange – fx fysisk helbred

	God	Moderat	Dårlig	Meget dårlig
Ondt i maven	3%	5%	14%	22%
Nakke- skuldersmerter	11%	15%	29%	38%
Forkølet/føler sig småsyg	3%	3%	11%	18%
Søvnproblemer	9%	14%	33%	55%

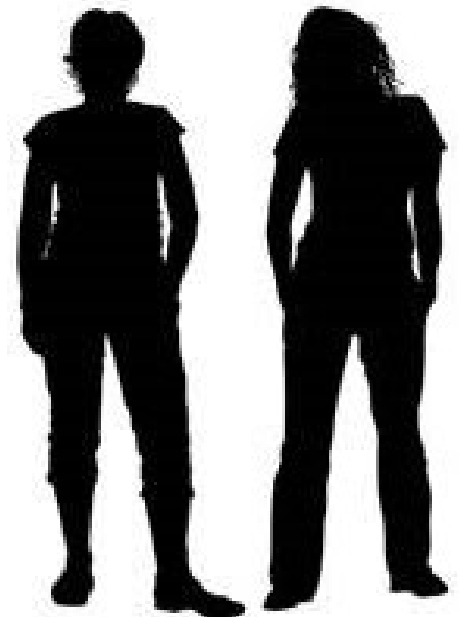
Var der andre forskelle?

Ja mange - fx i familien og socioøkonomi

	God	Moderat	Dårlig	Meget dårlig
Økonomiske problemer i familien	8%	15%	21%	30%
Skilte forældre	26%	31%	36%	42%
Alkoholproblemer i familien	4%	6%	8%	12%
Mine forældre interesserer sig ikke for mig	2%	7%	8%	25%

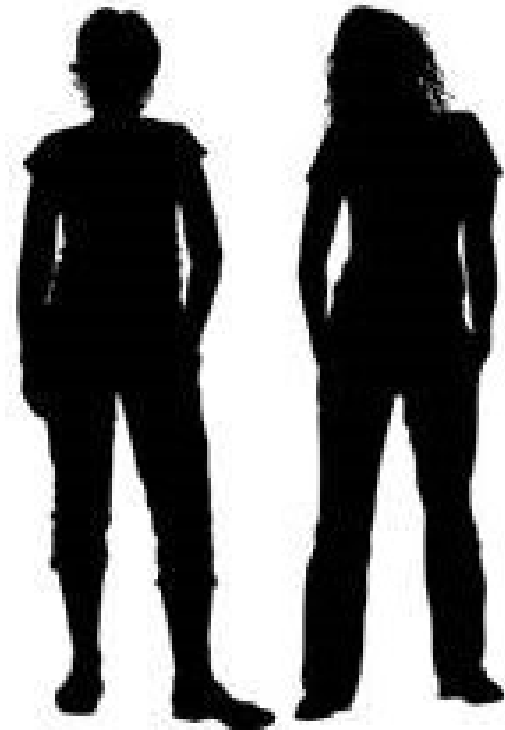
Hvad kan vi bruge det til?

Forstå af hvad trivsel er



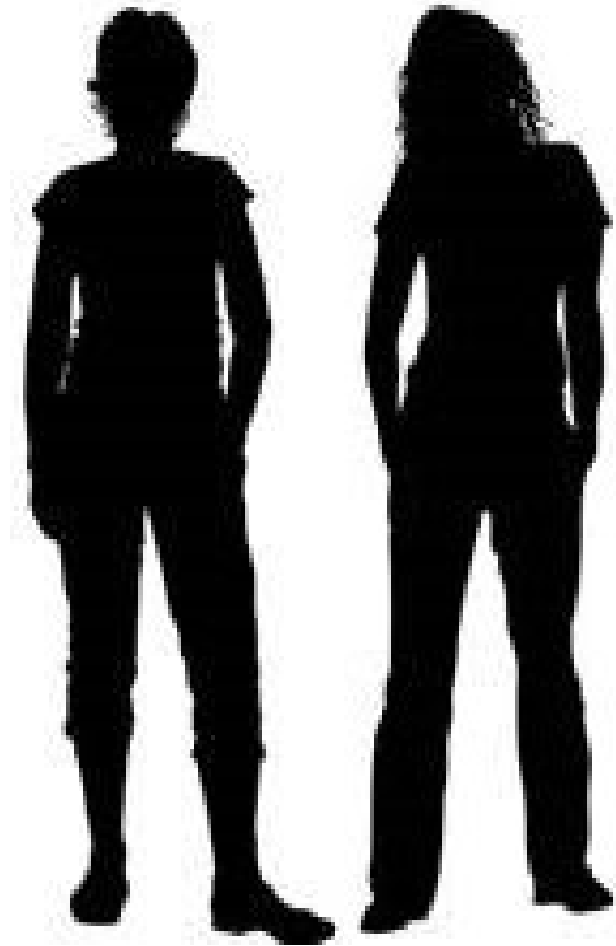
Hvad kan vi bruge det til?

**Det er validt at spørge
unge om deres trivsel**



Hvad kan vi bruge det til?

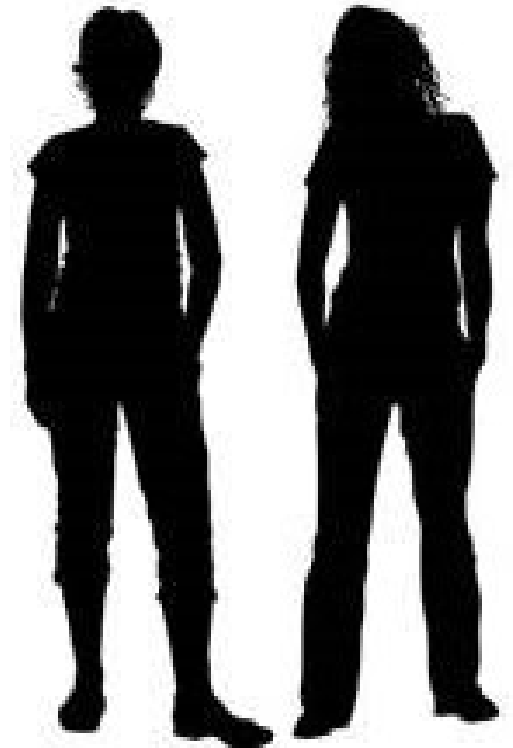
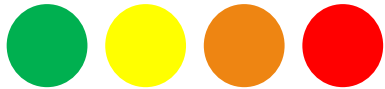
”Curling-hypotesen”



Hvad kan vi bruge det til?

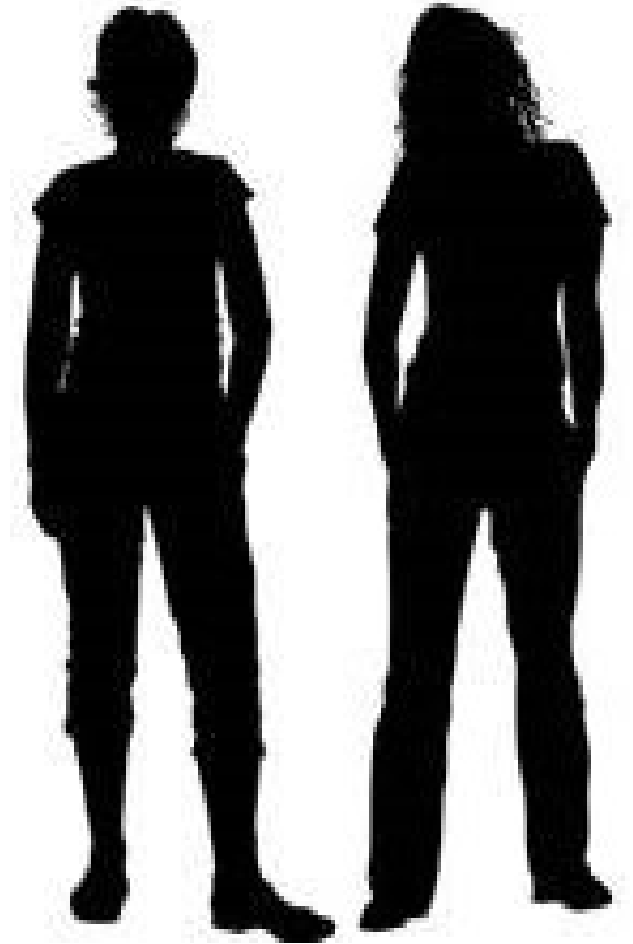
Social ulighed senere i livet

**(socioøkonomi, kroniske
sygdomme)**



Hvad kan vi bruge det til?

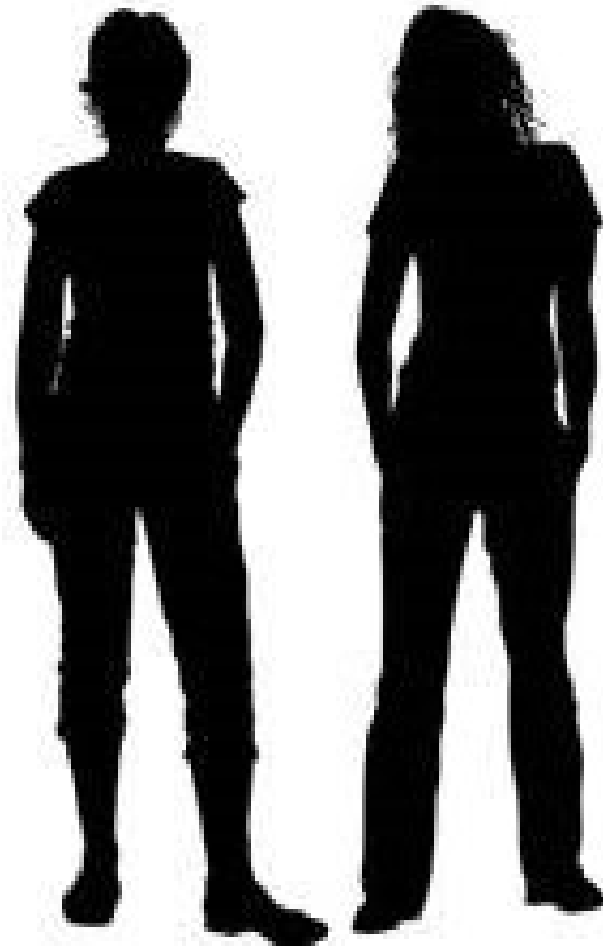
Kan vi ændre den bane de er på?



Tak for at lytte!

Spørgsmål, kommentarer,
forslag ?

jest@sdu.dk



Videnskabelig reference til resultater: Tolstrup JS, Larsen SR, Kelleher I, Cannon M, Lytken Larsen CV, Nordentoft M:
Mental well-being in adolescence and eight years of follow-up for mental illness, risky behaviours, and mortality in 67,945 15-19-year-olds: a prospective cohort study. *Lancet Reg Health Eur.* Sep 2025