



Dette er TOPP

TOPP-studien (Trivsel og oppvekst, barndom og ungdomstid) er tilknyttet Folkehelseinstituttet, og har fulgt et utvalg familier i snart 18 år. Studien har samlet informasjon om hvordan det er å vokse opp i dagens Norge, og om personlige egenskaper, følelser, oppfatninger og viktige hendelser. Ved hjelp av denne informasjonen kan forskerne se på hva de ulike faktorene betyr for utvikling av god psykisk helse og psykiske plager på et senere tidspunkt.

Studien startet i 1993 da mødrene var på helsestasjon med sine 18 måneder gamle barn. Da svarte over 900 mødre på spørreskjemaet. Vi sendte nye spørreskjemaer til mødrene da barna var henholdsvis

2 ½ år, 4 ½ år, 8-9 år, 12-13 år, 14-15 år, 16-17 år, og nå når barna er mellom 18 og 19 år. Vi har også fått ungdommenes egne svar fra de var 12-13 år, mens fedrene har svart på egne skjema fra ungdommene var 14-15 år. Spørsmålene har endret seg for å fange opp viktige momenter i de ulike fasene av livet.

På verdensbasis finnes det et begrenset antall studier som tar for seg risiko- og beskyttelsesfaktorer for barn, unge og foreldres psykiske helse, og enda færre fra spedbarnstid til tidlig voksen. Til daglig jobber syv forskere med datamaterialet samlet inn i TOPP-studien. Resultatene fra forskningen danner et viktig grunnlag for å bedre barn og unges oppvekstkår i Norge.

Tusen takk for innsatsen!

Dere og foreldrene deres har sjenerøst delt opplevelser og erfaringer med oss gjennom 18 år og sju runder med spørreskjemaer. Dere har svart på egne spørreskjema fra dere var 12-13 år, mens mødrene deres har svart fra dere var 18 måneder! Dette har gitt ny kunnskap om utvikling av både trivsel og plager. Kunnskapen har dannet basis for artikler, fagbøker og også to rapporter som finnes på hjemmesidene til TOPP (www.fhi.no/toppstudien). Resultatene er i tillegg formidlet gjennom bidrag til stortingsmeldinger, avisartikler og foredrag. Informasjonen dere har delt med oss er således brukt til å bedre barn og unges oppvekstkår og hjelpetilbud. Det er tidkrevende å fylle ut lange spørreskjemaer. Jeg er takknemlig for arbeidet dere har lagt ned og den store tilliten dere viser oss!

Da jeg startet TOPP-studien i 1993 var kunnskapen om utvikling av ferdigheter og problematferd hos de yngste førskolebarna sparsom. For bare 10-15 år siden visste man lite om væremåter som var til stede hos ettåringer forble stabile gjennom førskole- og skolealder, og om hvilke oppvekstforhold som var knyttet til endringer i væremåte. Vi manglet også kunnskap om gleder og belastninger ved å være foreldre til barn i ulike aldre. Slik kunnskap kan best innhentes fra studier av større utvalg som starter innsamling av informasjon når barna er svært små. Det brede temavalget og det lange tidsperspektivet i TOPP-studien gjør datamaterialet unikt. Jeg vil benytte anledningen til å takke alle dere som har bidratt og bidrar med så viktig informasjon. – enten dere har vært med én, to, eller tre ganger!

Vennlig hilsen
Kristin Schjelderup Mathiesen
Direktør for Avdeling for barn og unge og
Prosjektleder for TOPP-studien



TOPP-studien
Divisjon for psykisk helse
Avdeling for barn og unge
www.fhi.no/toppstudien
Redaksjonen avsluttet i september

Utgitt av:
Nasjonalt folkehelseinstitutt
Postboks 4404, Nydalen
0403 Oslo
Telefon: 21 07 70 00

Fotostripe: © Colourbox
Fotos: © Colourbox
Opplag: 1000 ex
Trykk: Nordberg Trykk
Layout: Grete Søimer



TOPP-STUDIEN



Nyhetsbrev til ungdom 2010

Resultater fra TOPP :

Kjærester og sex – når er det min tur?

Ungdomstiden er for mange preget av spenning og usikkerhet knyttet til kjærester og seksualitet. Tenker du at alle andre har kjærester og sex bortsett fra deg? Resultater fra TOPP viser at dette ikke stemmer.

Vi spurte dere som deltar i TOPP-studien om hvor mange som hadde, eller hadde hatt, kjæreste da dere var 16-17 år. Svarene viser at det er ganske vanlig å aldri ha hatt kjæreste i den alderen. En av tre svarte at de aldri hadde hatt en kjæreste. En av fem svarte at de hadde en kjæreste nå, mens 45 prosent svarte at de hadde hatt kjæreste tidligere.

Mange unge tenker også at "alle andre har gjort det". Resultatene fra TOPP-studien viser imidlertid at det er mer vanlig å ikke ha hatt sex i 16-17 års-alderen enn det er å ha hatt det: 60 prosent svarte at de aldri hadde hatt samleie. Dette er funn som også bekreftes i andre norske studier.

Dere kan lese om flere resultater fra TOPP-studien i dette nyhetsbrevet.



Ny spørreunde i TOPP

I løpet av høsten 2010 vil dere motta et nytt spørreskjema i TOPP-studien. For dere ungdommer er dette den fjerde og foreløpig siste runden. For hver data-innsamling blir opplysningene som er samlet inn mer verdifulle.

De fleste som er med i TOPP-studien har valgt å bli med i videre spørreunder. Det er vi veldig glade for! Det er også fint å se at spørreskjemaene er samvittighetsfullt fylt ut. Ved å svare på spørsmålene bidrar dere til økt kunnskap om hvordan ungdom og deres foreldre har det, hva som bidrar til trivsel og god psykisk helse, og hvilke forhold som virker negativt inn. Slik kunnskap

er viktig for alle som arbeider med å bedre ungdommers helse, trivsel og oppvekstkår.

I tidligere runder har mange spørsmål handlet om familie, venner og fritid. Denne gangen handler store deler av spørreskjemaet om temaer som arbeid og utdanning, seksualitet og levevaner. I tillegg spør vi som tidligere om viktige hendelser, temperament, forhold til andre og psykisk helse.

Vi håper at flest mulig vil være med i denne fjerde runden også, enten dere har svart på alle eller noen av spørreskjemaene vi har sendt dere. Alle svar er like velkomne og nødvendige!

Resultater fra 16- og 17-åringene



Etter hver datainnsamling har dere som deltar i TOPP-studien fått tilsendt tilbakemeldinger basert på analyser av spørreskjemaene dere har fylt ut. Under presenterer vi noen av resultatene fra svarene dere gav da dere var mellom 16 og 17 år.

VENNER, SKOLE OG KROPP

Ungdomsalderen kan by på mange positive opplevelser, samtidig som denne tiden for flere er preget av utfordringer på områder som familie, venner, kjærester og skole. Resultatene fra forrige spørreundersøkelse viste at de aller fleste av dere opplevde å ha lite, eller moderate, problemer. Vi spurte blant annet om hvor vanskelig forholdet til foreldre og venner var. Åtte prosent opplevde forholdet til foreldre som veldig vanskelig, mens fire prosent syntes det samme om forholdet til venner.

Det var flere som rapporterte om problemer på områder som forholdet til egen kropp eller utseende, kjærester og skolen. 28 prosent fortalte at dere hadde noen eller ganske mange vanskeligheter når det gjaldt parforhold, kjærester eller forelskelsler. Det var også 17 prosent som svarte at "opplevelse av egen kropp eller utseende" var veldig vanskelig. Her var det

også mange som svarte "både-og", noe som kan tyde på at forhold til kropp og utseende kan variere i ungdomstiden. Det området flest hadde vanskeligheter med var forholdet til skole, hvor 43 prosent oppga at dette var vanskelig. Det betyr at det er ganske vanlig å oppleve skole og utdanning som utfordrende i denne fasen av livet.

SYMPTOMER PÅ ANGST OG DEPRESJON

Å ha enkelte vansker og utfordringer i ulike faser av livet er normalt. Spørsmål om psykisk helse har vært et gjennomgående tema i TOPP-studien. Her presenterer vi litt om hva angst og depresjon er, og hva dere fortalte om symptomer på angst og depresjon i spørreskjemaundersøkelsene.

Angst og depresjon er de mest vanlige psykiske lidelsene i barne- og ungdomsårene. Cirka 10-20 prosent av alle ungdommer vil i løpet av oppveksten ha

opplevd en eller flere perioder med angst eller depresjon. Det er stort overlapp mellom disse lidelsene. Rundt 40 prosent av unge med en depresjonslidelse har samtidig en angstlidelse, og rundt 20 prosent av ungdom med en angstlidelse har også en depresjonslidelse. Angstlidelser utvikles ofte tidligere enn depresjon.

En angstlidelse kjennetegnes av at man kjenner uro, redsel eller engstelse uten at reaksjonene står i forhold til en ytre trussel. Reaksjonene kan være hjertebank, svetting, svimmelhet, press i brystet og kortpustethet. Angsten oppleves skremmende intenst, og påvirker ungdommens funksjon hjemme, på skolen og/eller blant venner.

Depresjon kjennetegnes hovedsakelig av nedstemt humør, passivitet og mangel på glede og interesse for de fleste aktiviteter. Hos barn og unge kan depresjon uttrykkes gjennom irritabelt humør i stedet for tristhet, som er det fremtredende trekket hos voksne. I tillegg kjennetegnes depresjon av symptomer som søvnproblemer, mangel på matlyst, vektøkning eller vekt-tap, problemer med å tenke eller konsentrere seg, tilbaketrekking og opplevelse av verdiløshet, skyld eller skam.

I tabellen til høyre viser vi typiske kjennetegn (symptomer) på depresjon, og hvor ofte dere har rapportert at dere har slike kjennetegn. Vi har tatt med hva dere har krysset av i de tre andre datainnsamlingene, fra alderen 12-17 år.

Dersom dere ser på kolonnen som viser "stemmer ofte" så vil dere se at flere har rapportert at de har det vanskelig ved 16-17 års-alderen sammenlignet med da de var yngre. Det kan være godt å vite for de av dere som sliter med tristhet eller vanskelig humør at dette ikke er uvanlig i ungdomsalderen. Noen ganger vil slike vansker gå over av seg selv. Andre ganger kan tankene og følelsene være så vanskelige at man trenger hjelp. I tillegg til å snakke med noen i den nærmeste familien, er det lurt å kontakte noen i

helsevesenet, for eksempel en helsemedarbeider i nærmiljøet eller i PP-tjenesten, eller snakke med fastlegen og få en henvisning til en psykolog/psykiater.

TILFREDSHET MED LIVET

Samtidig som det ikke er så uvanlig å slite med psykiske vansker i ungdomsalderen, har de aller fleste det bra. Vi spurte dere om hvor fornøyd dere var med livet deres, og svarene finner dere i tabellen nedenfor. Som dere ser krysset flesteparten av for at dere var rimelig tilfredse (fra "litt" til "svært enige") med hvordan dere har det i livet.

FORHOLDET TIL FORELDRE

Vi spurte dere om hvordan dere synes at forholdet til foreldrene deres var, og hvor ofte dere opplevde å få hjelp og oppmuntring fra dem. Flesteparten av dere svarte at dere ofte eller nesten alltid fikk hjelp og oppmuntring fra både mor

og far. Flere svarte at de oftere fikk hjelp fra mor enn av far, men at støtten fra begge var ganske lik. Det var likevel mellom 9 og 20 prosent som fortalte at dere ikke stolte på at foreldrene alltid ville hjelpe dere, mens mer enn 30 prosent av dere stort sett må klare skolearbeidet uten hjelp fra foreldre.

NY PERSONLIGHETSTEST

En av de mest brukte personlighetstestene innen forskning er Big Five Inventory (BFI). BFI måler de fem grunndimensjonene, eller hovedtypene, i personligheten. Denne svarte dere på i forrige spørreskjema. Hvis du er interessert i å lære mer om personlighet, og å ta en slik test, kan du gå inn på www.fhi.no/toppstudien

Svar: Alder*:	Stemmer sjelden			Stemmer noen ganger			Stemmer ofte		
	12-13	14-15	16-17	12-13	14-15	16-17	12-13	14-15	16-17
<i>Depresjons-symptomer:</i>									
Er lei seg eller ulykkelig	58 %	55 %	43 %	32 %	36 %	38 %	10 %	9 %	19 %
Er veldig rastløs	54 %	49 %	49 %	37 %	42 %	35 %	9 %	9 %	16 %
Er ikke glad for noe	86 %	77 %	73 %	12 %	21 %	19 %	2 %	2 %	8 %
Føler seg lite verdt	81 %	76 %	76 %	14 %	19 %	16 %	5 %	5 %	8 %
Gråter mye	84 %	81 %	76 %	12 %	14 %	15 %	4 %	5 %	9 %
Føler seg ensom	78 %	74 %	64 %	18 %	20 %	26 %	4 %	6 %	10 %

*Antall respondenter ved 12-13 år: n=523, ved 14-15 år: n=437, og ved 16-17 år: n=372.

Grad av enighet:	Litt-svært uenig	Verken eller	Litt-svært enig
<i>Utsagn:</i>			
På de fleste måter er livet nært idealet mitt	13 %	12 %	75 %
Mine livsforhold er utmerkede	8 %	5 %	87 %
Jeg er tilfreds med livet mitt	4 %	6 %	90 %
Så langt har jeg fått de tingene jeg ønsker i livet	9 %	7 %	84 %
Hvis jeg kunne leve livet på nytt, ville jeg nesten ikke forandret på noe	8 %	5 %	87 %