Endring i forekomst av villet egenskade hos ungdom

Av Anita. J. Tørmoen, Martin Ø. Myhre, Fredrik A. Walby, Berit Grøholt og Ingeborg M. Rossow

Denne artikkelen er basert på Tørmoen et al. (2020)

SAMMENDRAG

Selvskade er vanlig hos ungdommer, og er assosiert med psykiske helseproblemer og negative livshendelser. Denne artikkelen beskriver resultatene fra en ny studie om endringer i forekomsten av selvskade blant ungdomsskoleelever i Norge og diskuterer implikasjoner av funnene. To kryss-seksjonelle undersøkelser blant ungdommer i ungdomsskolen (8.–10. klasse) ble benyttet for å analysere endring i forekomsten av selvskade: *Ung i Norge*-undersøkelsen fra 2002 ($N = 5\,842$) og *Ungdata*-undersøkelsen fra 2017 og 2018 ($N = 29\,063$). Fra undersøkelsene hentet vi forekomst av selvskade siste år og kjente risikofaktorer for selvskade hos ungdom. Vi analyserte endring i forekomst av selvskade blant ungdomsskoleelever fra 2002 til 2017/2018, og undersøkte i hvilken grad den observerte endringen kunne forklares av samtidig endring i underliggende risikofaktorer. Forekomsten av selvskade siste år økte fra 4,1 % i 2002 til 16,2 % i 2017/2018. Blant risikofaktorene økte forekomsten av depressive symptomer, mens forekomsten av antisosial atferd, eksponering for vold og alkoholberuselse sank. Økningen av depressive symptomer forklarte en liten del av økningen i selvskade, men hadde liten betydning når alle risikofaktorer ble tatt i betraktning. Vi fant at forekomsten av selvskade siste år hos ungdom firedoblet seg i løpet av 15 år. Etablerte risikofaktorer forklarer ikke hele den observerte økningen. Det er behov for mer forskning for å forstå det komplekse samspillet mellom faktorer som kan påvirke forekomsten av selvskade hos ungdom.

ABSTRACT

Self-harm is prevalent among adolescents and associated with mental health problems and negative life-events. A recent published study found a steep increase in prevalence of self-harm among adolescents in Norway. This paper aims to disseminate the results and discuss implications. Two cross-sectional school-based surveys among adolescents (grades 8–10) in Norway were conducted in 2002 ($N = 5\,842$) and in 2017/18 ($N = 29\,063$). Past year prevalence of self-harm and variables on risk factors was analyzed to examine whether change had occurred. Further, we analyzed to what extent changes in self-harm correlates could explain the observed periodical change in prevalence of self-harm. An increase from 4.1% to 16.2% in self-harm prevalence was observed from 2002 to 2017/18. Among the assessed risk factors for self-harm, depressive symptoms increased, while anti-social behavior, exposure to violent acts and drinking to intoxication decreased. The increase in depressive symptoms contributed to explain a small amount of the increase in self-harm but was outweighed when all other associated factors were included. Self-harm prevalence increased 4-fold among Norwegian adolescents over a 15-year period. The factors at hand could not explain the observed increase. Further research is needed to understand the complex interplay between factors that might operate.

Villet egenskade

Villet egenskade omfatter selvskading med eller uten suicidal intensjon, og det forekommer i stort omfang, særlig blant unge (Gillies et al., 2018). Mange ungdommer oppgir å ha skadet seg med vilje en eller annen gang, uten at dette nødvendigvis er et tegn på alvorlig underliggende problematikk. Men, de som skader seg gjentatte ganger, har ofte en rekke belastninger, herunder psykiske plager, negative livshendelser og rusproblemer, og de har høyere risiko for å ta sitt eget liv (Hawton et al., 2012; Tørmoe et al., 2013). Bare en liten andel av dem som rapporterer villet egenskade, oppgir at de har søkt somatisk eller psykisk helsehjelp i etterkant av egenskaden, og dette omtales som «toppen av isfjellet» (Rossow & Wichstrøm, 2010).

Endring i forekomst av villet egenskade

Det er viktig å monitorere forekomsten av villet egenskade, både fordi det er en viktig type problematferd i seg selv og fordi det er en betydelig risikofaktor for annen psykisk uhelse og for selvmord. En multisenterstudie i England fant at både for kvinner og menn som ble behandlet for villet egenskade, gikk ratene ned mellom 2000 og 2008, og økte deretter frem til 2012 (Geulayov et al., 2016). Ettersom sykehusbehandlet egenskade utgjør kun en liten andel av den totale forekomsten av villet egenskade i samfunnet (Geulayov et al., 2018), er befolkningsundersøkelser en viktig kilde til kunnskap om den samlede forekomsten og om endring i forekomsten over tid. Slike undersøkelser er oftest skolebaserte og med tenåringer som målgruppe.

Det er imidlertid få studier som har belyst endringer

i villet egenskade innenfor samme befolkning. I vår studie (Tørmoe et al., 2020) gjorde vi et omfattende litteratursøk i mai 2019 som avdekket tre slike studier, og alle fant en liten økning i selvskading over tid. Imidlertid dekket studiene korte observasjonsperioder (Fleming et al., 2014; Twenge et al., 2018), eller lå lenger tilbake i tid (Rossow & Wichstrøm, 2010). En rekke nyere studier har vist at viktige risikofaktorer for villet egenskade blant ungdom er betydelig endret i løpet av de siste 10–20 årene. Unge jenter rapporterer mer depresjonssymptomer enn tidligere (Collishaw, 2015; Twenge et al., 2018), mens alkoholbruk blant ungdom har gått ned (Pape et al., 2018). Det er godt mulig at slike endringer kan ha påvirket forekomsten av villet egenskade blant ungdom, også i Norge. Dette har vi undersøkt og beskrevet i en nylig publisasjon med de samme forfatterne som denne artikkelen; Tørmoe, Myhre, Walby, Grøholt, og Rossow (2020). Studien benyttet data fra Ung i Norge (UiN)-undersøkelsen i 2002 og Ungdata-undersøkelsene fra 2017 og 2018. Siden UiN og Ungdata benytter lignende metodologi og variabler var det mulig å sammenlikne undersøkelsene.

Vi sammenlignet 5842 besvarelser fra UiN med 29 063 besvarelser fra Ungdata for elever i ungdomsskolen, noe som ga et samlet utvalg på 34 905 elever. I UiN 2002 ble elevene spurt: «Har du med vilje tatt en overdose med piller eller på noen annen måte forsøkt å skade deg?» Svaralternativene var «Ja, for mindre enn ett år siden», «Ja, for mer enn ett år siden» og «Nei, aldri». Elevene som deltok i Ungdata-undersøkelsene i 2017 og 2018 ble spurt: «Har du forsøkt å skade deg selv i løpet av de siste 12 månedene?» med svaralterna-

tivene «Ja» eller «Nei», og vi sammenliknet andelen som svarte «Ja, for mindre enn ett år siden» på spørsmålet i UiN 2002 med andelen som svarte «Ja» på spørsmålet i UngData i 2017 og 2018. Videre ble følgende risikofaktorer for selvskading som var identiske eller svært like mellom UiN og Ungdata inkludert i analysene: depressive symptomer, antisosial atferd, alkoholberuselse, det å ha en kjæreste, familieøkonomi, og eksponering for voldelige trusler eller handlinger.

Andelen ungdomsskoleelever som rapporterte selvskading siste år, økte for begge kjønn, på alle klassetrinn, og både i urbane og rurale strøk. Fra 2002 til 2017/2018 økte andelen fra 4.1 % til 16.2 %. Som figur 1 viser, var økningen i selvskading betydelig mer uttalt hos jenter enn hos gutter. Blant jentene fant vi en forekomst av villet egenskade på 22.4 % i 2017/18.

I samme periode var det en økning i depressive symptomer, og særlig hos jenter, som kunne forklare en del av økningen i selvskading. Andre viktige risikofaktorer som voldseksponering, alkoholberuselse, og antisosial atferd ble imidlertid mindre vanlig i løpet av den samme perioden, og kan dermed ikke bidra til å forklare økningen.

Vår studie (Tørmoe et al., 2020) fant en betydelig økning i forekomsten av selvskading hos ungdomsskoleelever over en 15 års periode fra 2002 til 2017 og 2018. En samtidig økning i forekomst av depressive symptomer forklarte bare delvis økningen. Med andre ord, det har skjedd en dramatisk økning i forekomst

av selvskading blant ungdom, som vi i liten grad kan forklare med de tilgjengelige variablene i denne studien.

Hva betyr endringen i forekomst av selvskading?

En dramatisk økning i forekomsten av villet egenskade er alvorlig av flere grunner, uansett om enkelte av hendelsene kan være av mindre farlig karakter. Villet egenskade er forbundet med personlig lidelse, og betydelig økt risiko for senere psykiske vansker. Tidligere er det funnet en klar korrelasjon mellom forekomst i villet egenskade og selvmord (Rodway et al., 2016). Den observerte økningen tilsier at utviklingen i selvmordsrater hos ungdom bør overvåkes nøye for å se om økningen i villet egenskade finnes igjen i selvmordsratene for unge. Samtidig vet vi at når villet egenskade rapporteres i spørreundersøkelser, som den foreliggende studien er basert på, kan det også omfatte episoder med ufarlig egenskade. Vi vet ikke hvor stor andel av disse selvrapporterte episodene som er behandlingstrengende. Det kan også tenkes at noe av økningen kan forklares med at rapporteringsvilligheten har endret seg i samme tidsperiode. Det har vært et generelt større fokus på mental helse og åpenhet rundt selvskading. Ungdoms forhold til å dele informasjon om vanskelige tema kan ha endret seg for eksempel som følge av økt bruk av internett og sosiale medier, og dette kan ha påvirket hvordan man svarer på spørsmål om slike temaer i spørreundersøkelser. Således kan

Figur 1. Endring i forekomst av selvskading fra 2002 til 2017/18 for alle på ungdomstrinnet, for gutter og jenter, for hvert klassetrinn og for de som bor i urbane eller rurale strøk.

det være flere medvirkende årsaker til den observerte endringen, som ikke nødvendigvis er så dramatisk som tallene kan gi uttrykk for.

Uansett vil vi hevde det er meget viktig å monitere selvskading blant ungdom nøye. Vi trenger mer kunnskap for bedre å skille ulike typer villet egen-skadeatferd. Blant de 16% vi har beskrevet, vil det åpenbart være behov for differensierte tiltak, og tiltak bør settes inn på flere nivåer. Både universelle virkemidler rettet mot ungdom generelt, og selektive virkemidler som kan nå grupper av særlig sårbare ungdommer spesielt, er aktuelle. Eksempelvis kan undervisning som øker ungdoms kunnskap om mental helse være aktuelt, men også tiltak som kan senke terskelen for å be om hjelp samt å gjøre kunnskapsbasert behandling mer tilgjengelig. Vi trenger å forstå bedre hvorfor omfanget av villet egenskade har økt betydelig. Vi vet at samfunnet og oppvekstvilkår for unge mennesker har endret seg dramatisk de siste tjue årene. Herunder er det en ny virkelighet knyttet til sosialt nettverk på virtuelle plattformer der deling av tidligere mer private tanker, følelser og hendelser er svært vanlig, på godt og vondt. Dette er vi allerede i gang med å se nærmere på i nye forskningsprosjekter.

REFERANSER

- Collishaw, S. (2015). Annual Research Review: Secular trends in child and adolescent mental health. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(3), 370–393. doi:10.1111/jcpp.12372
- Fleming, T. M., Clark, T., Denny, S., Bullen, P., Crengle, S., Peiris-John, R., . . . Lucassen, M. (2014). Stability and change in the mental health of New Zealand secondary school students 2007–2012: Results from the national adolescent health surveys. 48(5), 472–480. doi:10.1177/0004867413514489
- Geulayov, G., Casey, D., McDonald, K. C., Foster, P., Pritchard, K., Wells, C., . . . Hawton, K. (2018). Incidence of suicide, hospital-presenting non-fatal self-harm, and community-occurring non-fatal self-harm in adolescents in England (the iceberg model of self-harm): a retrospective study. *The Lancet Psychiatry*, 5(2), 167–174. doi:10.1016/S2215-0366(17)30478-9
- Geulayov, G., Kapur, N., Turnbull, P., Clements, C., Waters, K., Ness, J., . . . Hawton, K. (2016). Epidemiology and trends in non-fatal self-harm in three centres in England, 2000–2012: findings from the Multicentre Study of Self-harm in England. *BMJ Open*, 6(4), e010538. doi:10.1136/bmjopen-2015-010538
- Gillies, D., Christou, M. A., Dixon, A. C., Featherston, O. J., Rapti, I., Garcia-Angueta, A., . . . Christou, P. A. (2018). Prevalence and Characteristics of Self-Harm in Adolescents: Meta-Analyses of Community-Based Studies 1990–2015. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 57(10), 733–741. doi:10.1016/j.jaac.2018.06.018
- Hawton, K., Bergen, H., Kapur, N., Cooper, J., Steeg, S., Ness, J., & Waters, K. (2012). Repetition of self-harm and suicide following self-harm in children and adolescents: findings from the Multicentre Study of Self-harm in England. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(12), 1212–1219. doi:10.1111/j.1469-7610.2012.02559.x
- Pape, H., Rossow, I., & Brunborg, G. S. (2018). Adolescents drink less: How, who and why? A review of the recent research literature. *Drug and Alcohol Review*, 37(S1), S98–S114. doi:10.1111/dar.12695
- Rodway, C., Tham, S. G., Ibrahim, S., Turnbull, P., Windfuhr, K., Shaw, J., . . . Appleby, L. (2016). Suicide in children and young people in England: A consecutive case series. *The Lancet Psychiatry*, 3(8), 751–759. doi:10.1016/S2215-0366(16)30094-3

Rossow, I., & Wichstrøm, L. (2010). Receipt of Help After Deliberate Self-Harm Among Adolescents: Changes Over an Eight-Year Period. *Psychiatric Services*, 61(8), 783–787. doi:10.1176/ps.2010.61.8.783

Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time. *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3–17. doi:10.1177/2167702617723376

Tørmoen, A. J., Myhre, M., Walby, F. A., Grøholt, B., & Rossow, I. (2020). Change in prevalence of self-harm from 2002 to 2018 among Norwegian adolescents. *European Journal of Public Health*. doi:10.1093/eurpub/ckaa042

Tørmoen, A. J., Rossow, I., Larsson, B., & Mehlum, L. (2013). Nonsuicidal self-harm and suicide attempts in adolescents: differences in kind or in degree? *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(9), 1447–1455. doi:10.1007/s00127-012-0646-y

ANITA JOHANNA TØRMOEN er ph.d., førsteamanuensis og leder av utdanningsvirksomheten ved Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging, Institutt for klinisk medisin, Universitetet i Oslo.

MARTIN Ø. MYHRE er vernepleier med en mastergrad i atferdsvitenskap, og stipendiat ved NSSF på prosjektet «Selvmord i rusbehandling». Han er også prosjektmedarbeider ved Nasjonalt kartleggingssystem for selvmord, og har lang erfaring fra akuttpsykiatri og tverrfaglig spesialisert rusbehandling.

FREDRIK A. WALBY er forsker, psykologspesialist ved Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging, Institutt for klinisk medisin, Universitetet i Oslo.

BERIT GRØHOLT, barnepsykiater og professor emeritus, har gjennom mangeårige kliniske og forskningsmessige bidrag om ungdom, selvmord, selvmordsforsøk og selvskading vært sentral i å frembringe kunnskap. Hun har redigert flere bøker og publisert en rekke artikler. Grøholt er pensjonist, men bidrar fremdeles til fagfeltet på ulike måter.

INGEBORG M. ROSSOW er seniorforsker ved FHI og har arbeidet med rusforskning i over 30 år. Rossow har publisert mange artikler om rus, selvskading og selvmordsatferd, samt epidemiologiske studier av ungdoms levekår og utfordringer. Rossow har også skrevet en rekke bøker og bokkapitler og bidratt til offentlige utredninger og politiske høringsprosesser på sitt fagfelt.