

Geðræn líðan íslenskra ungmenna: Tengsl við vinnu með skóla?

Margrét Einarsdóttir¹ félagsfræðingur

Ásta Snorraddóttir² félagsfræðingur

¹Félagsfræði-, mannfræði- og þjóðfræðideild Háskóla Íslands, ²félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands.

Fyrirspurnum svarar Margrét Einarsdóttir, margrei@hi.is

Inngangur

Íslenskar tölulegar upplýsingar sýna að geðheilsa ungmenna hefur versnað á undanförunum árum og á það við hvort sem litið er til talna um sjálfsmetna líðan^{1,3} eða samskipti við heilsugæslustöðvar og sjúkrahúslegur.² Aukning í sjálfsmetinni vanlíðan sést hvort sem litið er til mats á geðrænni líðan almennt¹ eða á einstökum þáttum hennar á borð við depurð,^{1,3} þunglyndi, kvíða og ónógan svefn.^{1,4} Sama þróun hefur orðið annars staðar í hinum vestræna heimi, þar á meðal á hinum Norðurlöndunum.⁵⁶

Ónógur svefn, depurð og þunglyndi geta haft margvísleg áhrif á daglegt líf unglingsins, dregið úr hugrænni getu og námsárangri, valdið brottfalli úr skóla, aukið slysaheittu og jafnvel leitt til sjálfsvígs.⁷⁸ Geðræn vanlíðan á unglingsárum getur leitt til langvarandi vanheilsu á fullorðinsárum, sérstaklega ef vanlíðanin er ekki meðhöndluð í tæka tíð⁹ en vísbendingar eru um að í meirihluta tilfella sé vanlíðan unglinga ómeðhöndluð.¹⁰ Geðraskanir eru ein helsta orsök örorku hérlandis og því ljóst að ómeðhöndluð geðræn vanlíðan á unglingsárum getur orðið dýrkeypt til framtíðar, bæði fyrir einstaklinginn sjálfan og samfélagið í heild.¹¹

Geðræn líðan unglinga er tengd ýmsum lýðfræðilegum þáttum. Almenn geðræn líðan mælist verri hjá stelpum en stráku^{1,12} og stelpur eru líklegri en strákar til að finna fyrir depurð,³ að telja sig þunglyndar og greinast þunglyndar^{13,14} þó kynjamunur hafi ekki verið staðfestur þegar kemur að langvarandi þunglyndi.¹⁴ Slæm efnahagsleg staða eykur líkur á slakri geðheilsu ungmenna og hafa þau tengsl meðal annars verið staðfest í íslensku samhengi.^{3,4} Þá er þekkt að unglingar sem hreyfa sig mikið búa við betri geðræna heilsu en þeir sem hreyfa sig lítið¹⁵ og að þeir sem nota skjá mikið og þeir sem neyta áfengis- og vímuefna búa að jafnaði við verri geðræna heilsu en þeir sem eru í lítilli eða engri neyslu.^{3,16}

Á G R I P

INNGANGUR

Geðræn vanlíðan ungmenna hefur aukist á undanförunum árum. Hætta er á að geðræn vanlíðan og veikindi á unglingsárum þróist yfir í langvarandi veikindi á fullorðinsárum. Þá hefur vinna ungmenna með skóla aukist á síðustu áratugum. Rannsóknir skortir hins vegar á tengslum geðrænnar líðanar ungmenna og vinnu með skóla.

MARKMIÐ

Markmið rannsóknarinnar var að skoða tengsl 6 einkenna geðrænnar líðanar (þreyta eftir fullan nætursvefn, þunglyndi, kvíði/spenna, áhyggjur/dapurleiki og fjölþætt geðræn vanlíðan) við umfang vinnu með skóla meðal íslenskra ungmenna eftir kyni, aldri og fjárhagsstöðu foreldra.

EFNIVIÐUR OG AÐFERÐIR

Rannsóknin byggðist á norrænum spurningalista um sjálfsmat geðrænnar líðanar. Rannsóknin var lögð fyrir 2800 ungmenni á aldrinum 13-19 ára, slembivalin úr Þjóðskrá. Svarhlutfall var 48,6%. Spurt var hversu oft ungmennin fundu fyrir geðrænum einkennum síðasta árið og þeim skipt niður í þrjá hópa þeirra sem ekki vinna með skóla, eru í hóflegri vinnu með skóla og í mikill vinnu. Marktækni var mæld með tvíbreytuprófum (Pearsons kí-kvaðrat).

NIÐURSTÖÐUR

Niðurstöður rannsóknarinnar sýna kynjamun í tengslunum milli umfangs vinnu með skóla og geðrænnar líðanar. Stelpur sem vinna mikið með skóla eru líklegri til að finna stundum eða oft fyrir geðrænni vanlíðan en stelpur sem vinna ekki með skóla en engin tengsl mælast í hópi drengja. Einnig koma fram tengsl við aukna geðræna vanlíðan í hópi 13-15 ungmenna ára og í hópi þeirra sem eiga foreldra sem eru vel stæðir fjárhagslega.

ÁLYKTUN

Mikilvægt er að allir hagsmunaaðilar stuðli að því að vinna ungmenna með skóla sé hófleg og að ungmennin sjálf fái vinnuverndarfræðslu og geti þannig betur áttað sig á tengslum vinnunnar við geðræna heilsu.

Lítið er hins vegar vitað um tengsl geðrænnar heilsu ungmenna við launavinnu þeirra.

Algenzt er að íslensk ungmenni vinni launaða vinnu samhliða skólagöngu.^{17,18} Auk sumarvinnu, sem flest ungmenni stunda frá 13-14 ára aldri, vinna mörg með skóla en slík vinna hefur færst í aukana síðustu áratugi. Vinna með skóla er bæði kyn- og aldurstengd. Stelpur vinna frekar með skóla en strákar og eldri ungmenni frekar en þau yngri.¹⁷ Þá eru börn íslenskra foreldra sem eru bæði með grunnskólamenntun líklegri til að vinna með skóla en börn foreldra sem bæði hafa háskólamenntun.¹⁹ Ástæðurnar sem ungmennin gefa fyrir atvinnuþátttöku eru fyrst og fremst fjárhagslegar. Þau vilja afla tekna til að geta keypt og gert ýmislegt sem tengist unglingamenningu samtímans.¹⁷ Að auki þarf hluti þeirra á eigin tekjum að halda til að eiga fyrir nauðsynjum eins og kostnaði við skólagöngu, mat til heimilisins og jafnvel fyrir húsnæði. Þannig greiðir um tíundi hver 13-15 ára og tæplega helmingur 16-17 ára íslenskra ungmenna fyrir eina eða fleiri slíkar nauðsynjar með tekjum fyrir vinnu með skóla.¹⁹

Stefnumótendur hafa löngum haft áhyggjur af því að vinna ungmenna, og þá sérstaklega vinna með skóla, hafi slæm áhrif á andlegan og líkamlegan þroska þeirra.¹⁷ Rannsóknir staðfesta að áhyggjurnar eiga að einhverju leyti við rök að styðjast. Vinnuslys eru tíðari meðal ungmenna en fullorðinna í vinnu og dæmi eru um að slysin valdi alvarlegum áverkum og jafnvel dauðsfalli.²⁰ Ungmenni sem vinna mikið með skóla eru líklegri til að finna stundum eða oft fyrir stoðkerfiseinkennum en jafnaldrar þeirra sem vinna ekki með skóla og á það sérstaklega við um stúlkur.^{17,18} Þá hefur verið sýnt fram á neikvætt samband milli vinnu með skóla og námsárangurs.¹⁷ Hvað varðar geðræna líðan sýnir kanadísk rannsókn að unglingar sem vinna með skóla sofa að jafnaði minna en jafnaldrar þeirra sem ekki vinna.⁷ Hins vegar sýndi bandarísk rannsókn frá því um aldamót ekki mun á þunglyndis-einkennum unglinga eftir því hvort þau voru í vinnu eða ekki en meðal þeirra sem voru í vinnu skiptu gæði vinnunnar úrslitum. Slakar vinnuaðstæður eins og mikið vinnuálag og lítill sveigjanleiki milli vinnu og skóla juku líkur á þunglyndi og almennri geðrænni vanlíðan.²¹ Þrátt fyrir þessi neikvæðu áhrif sem vinnan getur haft, sýndi nýleg rannsókn að hvorki er staðið nægilega vel að vinnuverndarfræðslu né öryggisþjálfun ungmenna í vinnu hérlandis.²²

Hvað fullorðna varðar er það almennt svo að þátttaka á vinnu-markaði ýtir undir velferð einstaklingsins og jákvæða geðræna líðan. Aðstæður í vinnu skipta þó sköpum en vellíðan í vinnu er háð góðum og tryggum aðbúnaði á vinnustað sem einkennist meðal annars af markvissri stjórnun, hæfilegu álagi, jákvæðum samskiptum og ákveðnu frelsi til að stjórna eigin vinnu.²³ Á hinn bóginn sýna langtímarannsóknir að slæmar vinnuaðstæður geta leitt til geðrænnar vanlíðunar og jafnvel þunglyndis. Forsendur atvinnuþátttöku fullorðinna og unglinga eru aftur á móti ólíkar. Ein meginforsenda atvinnuþátttöku fullorðinna er að afla sér lífsviðurværsis og hafa fullorðnir í flestum tilvikum valið sér starfsvettvang til frambúðar. Unglingar sinna hins vegar tímabundnum störfum, yfirleitt

bera þau ekki ábyrgð á grunnframfærslu sinni og í flestum tilfellum er vinnan aukastarf með námi.¹⁷ Því má gera ráð fyrir að það eitt og sér að vinna með skóla auki álagið í lífi unga starfsmannsins og hafi þannig áhrif á geðræna líðan hans.²¹ Höfundum er hins vegar ekki kunnugt um að tengsl geðrænnar líðunar ungmenna og vinnu með skóla hafi verið skoðuð í íslensku samhengi og skortur er á nýlegum erlendum rannsóknum á sviðinu.

Markmið þessarar rannsóknar var að nota tvíbreytugreiningar til að skoða tengsl 6 einkenna geðrænnar líðunar, það er þreytu eftir fullan svefn, svefnleysi, þunglyndis, kvíða eða spennu og áhyggja eða dapurleika auk fjölþættrar geðrænnar vanlíðunar, við umfang vinnu með skóla meðal íslenskra ungmenna eftir kyni, aldri og fjárhagsstöðu foreldra. Notuð voru gögn úr spurningakönnun um vinnu 13-19 ára íslenskra ungmenna sem lögð var fyrir í byrjun árs 2018. Spurningakönnunin er hluti af stærri rannsókn á vinnutengdri heilsu og öryggi íslenskra ungmenna á vinnustað. Byggt er á sjálfsmati á geðrænu einkennunum og er mælikvarðinn því óháður því hvort viðkomandi hafi fengið klíniska greiningu eða ekki. Kvarðinn hefur áður verið notaður í rannsóknum á vinnu barna og unglinga¹⁷ og á geðrænni líðan fullorðinna í vinnu.²⁴

Efniviður og aðferð

Þýði rannsóknarinnar eru öll 13-19 ára ungmenni á Íslandi. Úr þeim hópi voru 2800 ungmenni valin til þátttöku með slembivali úr Þjóðskrá. Löggjafinn leyfir ungmennum að vinna létt störf frá 13 ára aldri og miða lægri aldursmörkin í rannsókninni við það ákvæði.¹⁷ Hærri aldursmörkin miða hins vegar við hefðbundin lok framhaldsskóla. Í rannsókninni er vinna skilgreind sem öll vinna sem laun eru þegin fyrir, óháð því hvar hún er stunduð. Barnapössun og önnur launuð vinna í heimahúsum fellur því undir rannsóknina. Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands sá um framkvæmd rannsóknarinnar sem fór fram í febrúar til apríl 2018. Hringt var í þátttakendur sem náð höfðu 18 ára aldri og leitað eftir samþykki fyrir þátttöku en hringt var í forráðamenn þeirra sem voru undir þeim aldri. Samþykki frá bæði forráðamanni og ungmenninu sjálfu var skilyrði fyrir þátttöku ungmenna undir 18 ára aldri. Rafrænn spurningalisti með upplýsingabréfi var sendur í gegnum tölvupóst eða farsímanúmer til þeirra sem samþykktu þátttöku. Samtals svöruðu 1339 ungmenni könnuninni og var svarhlutfallið því 48,6%. Þátttaka var ítrekuð með símhringingum og rafrænni áminningu. Kynjahlutfall þeirra sem svöruðu var 54,1% stúlkur og 45,9% drengir.

Í rannsókninni var stuðst við spurningalista sem hannaður var fyrir rannsókn norrænu vinnueftirlitanna á vinnu norrænna ungmenna.²⁵ Matskvarðinn á geðrænni líðan var þróaður í norrænu samstarfi um sálfélagslega þætti í vinnu fyrir tilstyrk Norrænu ráðherranefndarinnar.²⁴ Kvarðinn hefur áður verið notaður í doktorsrannsókn á vinnu barna og unglinga,¹⁷ rannsóknum Vinnueftirlitsins²⁴ og í rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga*.²⁶ Spurt var hversu oft á síðustu 12 mánuðum svarendur hefðu fundið fyrir sálfélagslegum einkennum á tvíeindum kvarða; oft eða stundum / sjaldan

Markmið þessarar rannsóknar var að nota tvíbreytugreiningar til að skoða tengsl 6 einkenna geðrænnar líðunar, það er þreytu eftir fullan svefn, svefnleysi, þunglyndis, kvíða eða spennu og áhyggja eða dapurleika auk fjölþættrar andlegar vanlíðunar, við umfang vinnu með skóla meðal íslenskra ungmenna eftir kyni, aldri og fjárhagsstöðu foreldra.

Tafla I. Hlutfall (%) 13-19 ára sem hafa stundum eða oft fundið fyrir geðrænum einkennum á síðustu 12 mánuðum eftir umfangi vinnu með skóla.

Einkenni	Ekki í vinnu	Í hóflegri vinnu	Í mikilli vinnu	Samtals	Kí-kvaðrat próf	n
Fjölpætt geðræn vanlíðan	17,2	19,9	28,0	19,9	$p = 0,005^{**}$	1086
Þreyta eftir fullan svefn	41,4	46,7	56,9	45,7	$p = 0,001^{**}$	1110
Svefnleysi	28,0	31,3	40,0	31,0	$p = 0,007^{**}$	1115
Þunglyndi	15,9	19,6	27,3	19,0	$p = 0,002^{**}$	1095
Kvíði eða spennu	42,4	44,4	46,4	43,7	$p = 0,578$	1113
Áhyggjur eða dapurleiki	32,7	37,3	45,6	36,3	$p = 0,005^{**}$	1110

*p 0,05. **p 0,01

Tafla II. Hlutfall (%) 13-19 ára sem hafa stundum eða oft fundið fyrir geðrænum einkennum á síðustu 12 mánuðum eftir umfangi vinnu með skóla, skipt eftir kyni.

Einkenni	Kyn	Ekki í vinnu	Í hóflegri vinnu	Í mikilli vinnu	Samtals	Kí-kvaðrat próf	n
Fjölpætt geðræn vanlíðan	Stelpur	23,3	23,7	35,8	26,0	$p = 0,022^*$	589
	Strákar	11,2	14,6	15,1	12,7	$p = 0,502$	497
Þreyta eftir fullan svefn	Stelpur	46,8	52,1	62,0	51,5	$p = 0,018^*$	604
	Strákar	36,1	39,1	48,6	38,7	$p = 0,140$	506
Svefnleysi	Stelpur	29,4	34,7	46,7	34,5	$p = 0,004^{**}$	603
	Strákar	26,6	26,3	29,3	27,0	$p = 0,879$	512
Þunglyndi	Stelpur	19,7	22,6	36,7	24,1	$p = 0,001^{**}$	590
	Strákar	12,3	15,3	12,2	13,1	$p = 0,686$	505
Kvíði eða spennu	Stelpur	51,5	53,4	55,4	52,9	$p = 0,776$	601
	Strákar	33,6	31,6	32,0	32,8	$p = 0,909$	512
Áhyggjur eða dapurleiki	Stelpur	42,3	43,2	56,7	45,4	$p = 0,021^*$	601
	Strákar	23,5	28,8	28,0	25,5	$p = 0,444$	509

*p 0,05. **p 0,01

eða aldrei. Hér voru 5 einkenni geðrænnar líðanar skoðuð; þreyta eftir fullan svefn, svefnleysi, þunglyndi, kvíði eða spennu og áhyggjur eða dapurleiki. Að auki var lagt heildarmat á geðræna vanlíðan með því að leggja öll einkennin 5 saman og þeir svarendur sem hafa fundið oft eða stundum fyrir fjórum eða fimm einkennum á síðastliðnum 12 mánuðum taldir búa við fjölpætta geðræna vanlíðan. Umfang vinnu með skóla var mælt með því að skipta þeim svarendum sem voru í skóla (1250, eða 94,6%) niður í þrjá hópa þeirra sem unnu ekki með skóla (53,6%), unnu hóflega með skóla (28,9%) og unnu mikið með skóla (17,5%). Fyrri rannsóknir á vinnu ungmenna hafa sýnt að áhrif umfangs vinnu þessa aldurshóps á líðan helgast ekki eingöngu af lengd vinnuvikunnar heldur einnig af sveigjanleika vinnutímans.¹⁸ Að vinna mikið með skóla var því skilgreint sem að vinna meira en 12 klukkustundir á viku og hafa fastan vinnutíma, en að vinna hóflega með skóla að vinna 12 klukkustundir á viku eða minna með skóla og/eða að hafa ekki fastan vinnutíma. Svarendum var skipt í þrjá aldurshópa, 13-15 ára (50,2%), 16-17 ára (30,5%) og 18-19 ára (19,4%). Yngri aldursflokkarnir tveir falla undir reglur um vinnu barna og unglinga, sem tryggir þeim sérstaka vinnuvernd umfram fullorðna,¹⁷ en elsti aldurshópurinn stendur jafnfætis fullorðnum hvað vinnuverndarréttindi varðar. Svarendum var einnig skipt í þrjá hópa

eftir því hvort þeir telja fjárhagsstöðu fjölskyldunnar frekar eða mjög góða (67,6%), hvorki góða né slæma (28,7%) eða frekar eða mjög slæma (3,6%).

Pearsons kí-kvaðrat próf (χ^2) var notað við útreikninga á tölfræðilega marktækni. Prófið er tvíbreytupróf og metur hvort marktækur munur er á milli mismunandi hópa í tíðnitöflum. Prófið mælir hins vegar ekki styrkleika sambanda.²⁷ Miðað var við 95% vikið. Tölfræðiforritið IBM SPSS statistics 26 var notað við greiningu gagnanna.

Niðurstöður

Tafla I sýnir niðurstöður mælinga á tengslum milli umfangs vinnu með skóla og geðrænu þáttanna áður en tekið var tillit til lýðfræðilegu þáttanna sem skoðaðir voru. Hún sýnir marktæk tengsl milli umfangs vinnu með skóla og 5 af 6 þáttunum sem mælt var fyrir. Ungmennin sem vinna mikið með skóla (28,0%) eru líklegri til að búa við fjölpætta geðræna vanlíðan en ungmenni í hóflegri vinnu (19,9%) og ungmenni sem vinna ekki með skóla (17,2%). Einnig sýnir taflan að ungmenni sem vinna mikið með skóla eru marktækt líklegri til að vera stundum eða oft þreytt eftir fullan nætursvefn, finna oft eða stundum fyrir svefnleysi, þunglyndi og áhyggjum

Tafla III. Hlutfall (%) 13-19 ára sem hafa stundum eða oft fundið fyrir geðrænum einkennum á síðustu 12 mánuðum eftir umfangi vinnu með skóla, skipt eftir aldri.

Einkenni	Aldur	Ekki í vinnu	Í hóflegri vinnu	Í mikilli vinnu	Samtals	Kí-kvaðrat próf	n
Fjölpætt geðræn vanlíðan	13-15 ára	14,4	8,3	24,2	13,7	p = 0,045*	569
	16-17 ára	22,9	25,6	27,8	25,2	p = 0,738	313
	18-19 ára	26,8	29,9	29,6	28,9	p = 0,918	204
Preyta eftir fullan svefn	13-15 ára	36,6	32,8	45,5	36,3	p = 0,392	579
	16-17 ára	51,3	57,7	60,5	56,2	p = 0,404	324
	18-19 ára	56,9	51,5	58,0	55,6	p = 0,704	207
Svefnleysi	13-15 ára	24,4	21,6	36,4	24,5	p = 0,214	584
	16-17 ára	33,6	36,9	40,0	36,5	p = 0,659	323
	18-19 ára	43,1	38,2	41,5	40,9	p = 0,849	208
Þunglyndi	13-15 ára	14,3	6,6	21,2	13,1	p = 0,031*	574
	16-17 ára	21,3	24,8	30,4	25,0	p = 0,366	316
	18-19 ára	17,3	32,8	26,8	26,3	p = 0,170	205
Kvíði eða spenna	13-15 ára	38,2	27,2	42,4	36,1	p = 0,058	582
	16-17 ára	57,5	53,5	48,1	53,6	p = 0,434	323
	18-19 ára	43,1	58,8	46,3	49,5	p = 0,162	208
Áhyggjur eða dapurleiki	13-15 ára	26,5	21,0	36,4	25,9	p = 0,171	580
	16-17 ára	48,2	44,6	48,8	46,9	p = 0,794	322
	18-19 ára	48,3	52,9	46,3	49,0	p = 0,717	208

*p 0,05, **p 0,01

Tafla IV. Hlutfall (%) 13-19 ára sem hafa stundum eða oft fundið fyrir geðrænum einkennum á síðustu 12 mánuðum eftir umfangi vinnu með skóla, skipt eftir fjárhagsstöðu fjölskyldunnar.

Einkenni	Fjárhagsstaða fjölskyldu	Ekki í vinnu	Í hóflegri vinnu	Í mikilli vinnu	Samtals	Kí-kvaðrat próf	n
Fjölpætt geðræn vanlíðan	Mjög eða frekar góð	14,8	17,5	22,8	17,0	p = 0,108	736
	Hvorki góð né slæm	19,9	22,7	32,8	23,2	p = 0,138	302
	Frekar eða mjög slæm	38,1	40,0	71,4	44,7	p = 0,289	38
Preyta eftir fullan svefn	Mjög eða frekar góð	38,2	44,8	53,1	42,7	p = 0,009**	750
	Hvorki góð né slæm	45,3	49,5	61,0	49,5	p = 0,119	309
	Frekar eða mjög slæm	72,7	60,0	85,7	71,8	p = 0,505	39
Svefnleysi	Mjög eða frekar góð	25,6	26,2	36,7	27,7	p = 0,042**	752
	Hvorki góð né slæm	31,1	38,5	45,8	36,0	p = 0,112	311
	Frekar eða mjög slæm	45,5	70,0	42,9	51,3	p = 0,389	39
Þunglyndi	Mjög eða frekar góð	12,4	17,4	23,4	15,8	p = 0,008**	742
	Hvorki góð né slæm	20,9	19,3	29,3	22,0	p = 0,319	304
	Frekar eða mjög slæm	42,9	60,0	71,4	52,6	p = 0,365	38
Kvíði eða spenna	Mjög eða frekar góð	41,7	43,0	41,9	42,1	p = 0,950	753
	Hvorki góð né slæm	43,1	44,4	52,5	45,3	p = 0,454	309
	Frekar eða mjög slæm	54,5	70,0	71,4	61,5	p = 0,593	39
Áhyggjur eða dapurleiki	Mjög eða frekar góð	29,5	36,8	39,1	33,3	p = 0,057	751
	Hvorki góð né slæm	38,8	35,2	55,9	41,0	p = 0,029*	310
	Frekar eða mjög slæm	47,6	60,0	71,4	55,3	p = 0,515	38

*p 0,05, **p 0,01

eða dapurleika en ungmenni sem vinna hóflega eða ekki með skóla. Hins vegar mælast ekki marktæk tengsl milli þess að finna stundum eða oft fyrir kvíða eða spennu og vinnu með skóla.

Tafla II sýnir greinilegan kynjamun á tengslunum milli vinnu með skóla og geðrænnar líðanar. Þegar tengslin eru greind eftir kyni haldast þau hjá stelpum hvað varðar fjölþætta geðræna vanlíðan auk þreytu eftir fullan nætursvefn, svefnleysi, þunglyndi og áhyggjur eða dapurleika. Engin þessara tengsla mælast marktæk hjá strákum. Eftir sem áður mælast ekki marktæk tengsl milli vinnu með skóla og kvíða eða spennu og á það við bæði kynin.

Þegar tengslin milli geðrænnar líðanar og vinnu með skóla eru skoðuð eftir aldri haldast þau í yngsta aldurshópnum (13-15 ára) hvað varðar fjölþætta geðræna vanlíðan og þunglyndi (tafla III). Tengslin eru hins vegar U-laga en ekki línulaga eins og í fyrri mælingum. 13-15 unglingar sem eru í hóflegri vinnu eru þannig ólíklegust til að búa við fjölþætta geðræna vanlíðan sem og að finna fyrir þunglyndi, en þau sem vinna mikið með skóla eru líklegust til þess. Þau sem ekki vinna koma síðan þar á milli. Að öðru leyti hverfa tengslin milli geðrænnar vanlíðanar og umfangs vinnu með skóla þegar tengslin eru greind eftir aldri.

Tafla IV sýnir tengslin milli geðrænnar líðanar og vinnu með skóla eftir fjárhagsstöðu fjölskyldunnar. Tengslin haldast í hópi þeirra sem búa við góða fjárhagsstöðu hvað varðar þreytu eftir fullan nætursvefn, svefnleysi, þunglyndi og áhyggjur eða dapurleika. Ungmennin sem telja fjölskyldu sína fjárhagslega vel stæða og vinna mikið með skóla eru líklegust til að finna fyrir þessum einkennum en þau sem vinna ekki með skóla ólíklegust. Að öðru leyti hverfa marktæk tengsl milli geðrænnar líðanar og vinnu með skóla þegar þau eru greind eftir fjárhagsstöðu fjölskyldu ungmennanna. Þó er vert að hafa í huga að taflan sýnir að sá hópur sem telur fjárhagsstöðuna slæma er fámennur.

Umræður

Markmið þessarar rannsóknar var að skoða tengsl geðrænnar líðanar íslenskra ungmenna við umfang vinnu með skóla. Rannsóknin sýnir marktæk tengsl í hópi stúlkna. Stúlkur sem vinna ekki með skóla eru þannig ólíklegastar, en þær sem vinna mikið líklegastar til að búa við fjölþætta geðræna vanlíðan og að finna stundum eða oft fyrir þreytu eftir fullan svefn, svefnleysi, þunglyndi og áhyggjum eða depurð. Í hópi stráka mældust hins vegar engin tengsl milli geðrænnar líðanar og umfangs vinnu með skóla. Þá eru tengsl geðrænnar vanlíðanar og umfangs vinnu með skóla að nokkru háð fjárhagsstöðu fjölskyldunnar. Tengslin haldast hjá þeim sem telja fjölskyldu sína vel stadda fjárhagslega hvað varðar þreytu eftir fullan svefn, svefnleysi og þunglyndi og meðal þeirra sem telja fjölskyldu sína hvorki vel né illa stadda fjárhagslega hvað varðar áhyggjur og dapurleika. Meðal þeirra sem telja fjölskyldu sína illa stadda fjárhagslega kom hins vegar ekki fram neinn munur á umfangi vinnu með skóla og geðrænnar vanlíðanar. Jafnframt kemur í ljós að tengslin eru aðeins að litlu leyti tengd aldri, eða aðeins í aldurshópi 13-15 ára hvað varðar fjölþætta geðræna vanlíðan og þunglyndi og er þá munurinn

mestur á milli þeirra sem vinna mikið með skóla og þeirra sem vinna hóflega með skólanum. Í engu tilfelli mældust hins vegar tengsl milli umfangs vinnu með skóla og þess að finna oft eða stundum fyrir kvíða eða spennu.

Fyrri rannsóknir hafa sýnt að ungmenni sem vinna með skóla sofa minna en ungmenni sem ekki vinna⁷ og að slæmar vinnuaðstæður ungmenna geta leitt til þunglyndis.²⁰ Þessi rannsókn bætir um betur og sýnir að umfang vinnu með skóla getur ýtt undir margvísleg einkenni geðrænnar vanlíðunar. Skýringin á þessum tengslum gæti legið í því að vinna með skóla er aukastarf unglunga sem bætist ofan á önnur skyldustörf. Almennt er nám helsta skyldustarf ungmenna og að auki stunda mörg íþróttir, tónlistarnám og/eða aðrar skipulagðar tómstundir.¹⁷ Þegar við bætist launuð vinnu með skóla getur vinnuvika unga fólkins orðið ansi löng. Álagið sem fylgir því að þurfa að sinna mörgum skyldum gæti skýrt að ungmenni sem vinna mikið eru áhyggjufull og ná ekki úr sér þreytu með fullum nætursvefni.²¹ Tímaleysið sem hin mörgu hlutverk kalla fram gæti einnig orðið til þess að vinnandi ungmenni sofi ekki nóg og svefnleysið síðan ýtt undir þunglyndi en þekkt er að tengsl eru milli svefnleysis og þunglyndis.⁷ Niðurstöður rannsóknarinnar benda þó til að slíkur vítahringur mikils álags bitni fyrst og fremst á stúlkum og að einhverju leyti á ungmennum úr betur stæðum fjölskyldum. Niðurstöðurnar um að vinna með skóla tengist ekki kvíða og spennu falla heldur ekki að þessari tilgátu og frekari rannsókna er þörf til að kanna hvað það er sem veldur ungmennum helst kvíða eða spennu.¹⁵

Margar skýringar hafa verið gefnar á þeim kynjamun sem mælist á geðrænni heilsu ungmenna,²⁸ meðal annars að hjá strákum brjótist geðræn vanlíðan frekar fram í hegðunarfanda en hjá stelpum í innri vanlíðan.²⁹ Það gæti að einhverju leyti skýrt kynjamuninn sem hér kemur fram þar sem einungis var mælt fyrir innri vanlíðan. Önnur skýring sem gefin hefur verið á kynjamuninum og gæti átt við hér er að það sé meiri þrýstingur á stelpur en stráka að standa sig í lífinu.²⁸ Slíkur kynbundinn þrýstingur gæti orðið til þess að stelpur sem vinna með skóla finni frekar fyrir miklu álagi en strákar í sömu sporum. Að auki má vænta þess að kynjamunurinn skýrist að hluta af kynbundnum aðstöðumun í vinnu og kynskiptum störfum eins og raunin er hjá fullorðnum.³⁰ Erfiðara er að skýra þann mun sem niðurstöðurnar sýna á tengslum vinnu með skóla og geðrænnar líðanar eftir fjárhagsstöðu fjölskyldu. Ein möguleg skýring er að börn vel stæðra foreldra verði frekar en börn verr stæðra foreldra fyrir þrýstingi frá foreldrum sínum eða frá samfélaginu almennt að standa sig í lífinu. Önnur möguleg skýring er að unglingar sem koma úr fjölskyldum sem eru illa staddar fjárhagslega upplifi almennt meiri vanlíðan en þau sem eiga fjölskyldur sem eru betur staddar. Róttin að slíkri stéttskiptri vanlíðan gæti verið tengd margvíslegum félagslegum þáttum sem takmarki þátt vinnu í vanlíðaninni.⁴ Einnig gæti hér verið um skekkju í mælingum að ræða en hópurinn sem metur fjárhagsstöðu fjölskyldunnar slæma er mjög fámennur en það dregur úr afli marktækni mælinga.²⁷

Rannsókninni voru ákveðnar skorður settar. Mælikvarðinn á geðræna líðan sem notaður er hér hefur sínar takmarkanir en í honum eru

Fyrri rannsóknir hafa sýnt að ungmenni sem vinna með skóla sofa minna en ungmenni sem ekki vinna og að slæmar vinnuaðstæður ungmenna geta leitt til þunglyndis. Þessi rannsókn sýnir að umfang vinnu með skóla getur ýtt undir margvísleg einkenni geðrænnar vanlíðunar.

áhyggjur og kvíði aðskilin einkenni, sem og þunglyndi og depurð. Það gæti hafa dregið úr nákvæmni mælinganna.²⁷ Hér er um þversniðsrannsókn að ræða og því einungis hægt að segja fyrir um tengsl en ekki álykta um orsakasamband. Niðurstöðurnar leyfa því ekki að skorið sé úr um hvort mikil vinna ungmenna valdi geðrænni vanlíðan eða hvort þau ungmenni sem vinna mikið séu veikari fyrir. Þá dregur það úr alhæfingargildi niðurstöðanna að um úrtaksrannsókn er að ræða og að svarhlutfall var frekar lágt. Á hinn bóginn var tekið slembiúrtak úr þýði heillar þjóðar sem leyfir að niðurstöður rannsóknarinnar séu yfirfærðar á þjóðina í heild en slíkt er óvenjulegt í alþjóðlegu samhengi. Einungis örfá ríki halda þjóðskrá sem leyfir töku slíks úrtaks.¹⁸ Að auki var hér beitt tví-breytugreiningum og því ekki hægt að segja til um hversu sterk áhrif ákveðinna áhættuþátta eru.²⁷ Niðurstöðurnar sem hér voru kynntar kalla á frekari rannsóknir þar sem fjölbreytugreining og/

eða langtímarannsóknarsnið er notað til að skoða styrk sambandsins milli geðrænnar heilsu ungmenna og vinnu með skóla, sem og hvernig kyn og aðrir lýðfræðilegir þættir, þættir tengdir lífi unglínganna utan vinnustaðarins og þættir tengdir vinnustaðnum spila inn í það samband.

Rannsóknin er ábending um að vinna ungmenna megi ekki fara fram úr hófi. Allir hagsmunaaðilar þufa að gæta að því að vinnan ýti ekki undir geðræna vanlíðan ungmenna og á það sérstaklega við um vinnu stúlkna. Það þarf að styðja ungmenni við að velja hóflega vinnu og aðstoða þau sérstaklega sem eru í þörf fyrir fjárstuðning. Bæta þarf vinnuverndarfræðslu í skólum þannig að ungmennin sjálf átti sig á þeim áhrifum sem vinnan getur haft á heilsu þeirra. Rannsóknin kallar á frekari greiningar á geðrænni líðan íslenskra ungmenna og hvort eitthvað í vinnuumhverfi stúlkna frekar en drengja auki á slíka vanlíðan.

Greinin barst til blaðsins 31. maí 2020, samþykkt til birtingar 24. ágúst 2020.

ENGLISH SUMMARY

doi 10.17992/ibl.2020.11.605

The association of mental symptoms with teenage work in Iceland

Margrét Einarsdóttir¹
Ásta Snorraddóttir²

¹Faculty of sociology, anthropology and folkloristics, University of Iceland, ²Faculty of Social Work, University of Iceland.

Correspondence: Margrét Einarsdóttir, margrei@hi.is

Key words: Mental health, teenage workers, gender, age, family's financial status.

INTRODUCTION: Adolescent mental health problems have increased in recent years, and such problems may predispose the adolescent to long-term mental illness in adulthood. In past decades it has become more common for Icelandic teenagers to work while attending school (term-time work). Nevertheless, research is missing on the association between the level of term-time work and mental health.

The aim is to examine the association between six types of mental symptoms (tiredness after an adequate night's sleep, difficulty sleeping, depression, stress/anxiety, worries/sadness, and multiple symptoms) and level of term-time work, by gender, age, and family's financial status.

MATERIAL AND METHODS: A survey applying a Nordic questionnaire based on self-assessed mental symptoms, was conducted among 2800 randomly selected adolescents, aged 13-19. The response rate was 48.6%. Participants were asked how often they felt symptoms of poor mental health. They were divided into three groups consisting of: non term-time workers, moderate term-time workers, and intensive term-time workers. A Chi-square test was used to test statistical significance: 95% confidence interval (CI).

Results show gender difference in the association between level of term-time work and the mental symptoms. Intensive female workers are more likely to suffer symptoms of poor mental health than female non-workers, but no relationship was examined amongst boys. Furthermore, some association between term-time work and poor mental health is found amongst 13-15-year-olds, and for those whose parents are financially well-off.

CONCLUSION: It is important that all stakeholders promote moderate term-time work for adolescents, and that the young people themselves receive occupational health and safety education to better understand the connection between work and mental health.

Heimildir

- Guðmundsdóttir ML, Pálsdóttir H, Sigfússon J, et al. Ungt fólk 2016: 8-10. bekkur. Rannsóknir og greining. Reykjavík 2016.
- Danielsdóttir S, Eiríksdóttir VH, Bjarnadóttir S. Geðheilbrigði ungs fólks fer hrakandi. - landlaeknir.is/servlet/file/store93/item32745/Talnabrunnur_Agust_2017.pdf. - júlí 2020.
- Arnarsson ÁM. Depurð meðal skólabarna á Íslandi. Netla - Vefritarir um uppeldi og menntun 2019; Sérítt 2019.
- Arnarsson ÁM. Félagslegur ójöfnuður og sálíkamlegar umkvartanir unglinga 2006-2018. Tímarit um uppeldi og menntun 2019; 28: 111-24.
- Potrebny T, Wiium N, Haugstvedt A, et al. Health complaints among adolescents in Norway: A twenty-year perspective on trends. PloS one 2019; 14: e0210509-e.
- Ottová-Jordan V, Smith ORF, Gobina I, et al. Trends in multiple recurrent health complaints in 15-year-olds in 35 countries in Europe, North America and Israel from 1994 to 2010. Eur J Public Health 2015; 25: 24-7.
- Laberge L, Ledoux É, Auclair J, et al. Determinants of Sleep Duration Among High School Students in Part-Time Employment. Mind Brain Education 2014; 8: 220-6.
- Schulte-Körne G. Mental Health Problems in a School Setting in Children and Adolescents. Dtsch Arztebl Int 2016; 113: 183-90.
- Wolitzky-Taylor K, Dour H, Zinbarg R, et al. Experiencing core symptoms of anxiety and unipolar mood disorders in late adolescence predicts disorder onset in early adulthood. Depression Anxiety 2014; 31: 207-13.
- Kaushik A, Kostaki E, Kyriakopoulos M. The stigma of mental illness in children and adolescents: A systematic review. Psychiatry Res 2016; 243: 469-94.
- Tryggingastofnun. Ársskýrsla 2017. tr.is/asset/2355/tr_arsskyrsla_2017-ok-interacti-ve-03.12.18.pdf2017 - júlí 2020.
- Halliday AJ, Kern ML, Turnbull DA. Can physical activity help explain the gender gap in adolescent mental health? A cross-sectional exploration. Mental Health Physical Activity 2019; 16: 8-18.
- Wirback T. Depression among adolescents and young adults: social and gender differences. Karolinska institutet, Solna 2018.
- Salk RH, Petersen JL, Abramson LY, et al. The contemporary face of gender differences and similarities in depression throughout adolescence: Development and chronicity. J Affect Disord 2016; 205: 28-35.
- Gunnell KE, Flament MF, Buchholz A, et al. Examining the bidirectional relationship between physical activity, screen time, and symptoms of anxiety and depression over time during adolescence. Prevent Med 2016; 88: 147-52.
- Wilkinson AL, Halpern CT, Herring AH. Directions of the relationship between substance use and depressive symptoms from adolescence to young adulthood. Addict Behav 2016; 60: 64-70.
- Einarsdóttir M. Paid Work of Children and Teenagers in Iceland: Participation and protection. Óbirt doktorsritgerð. Félags- og mannvisindadeild, Háskóli Íslands 2014.
- Einarsdóttir M. Tengsl stoðkerfiseinkenna íslenskra ungmenna við vinnu með skóla. Læknablaðið 2019; 105: 71-6.
- Einarsdóttir M. Launavinna ungmenna og staða foreldra. Tímarit félagsráðgjafa 2015; 9: 13-8.
- Einarsdóttir M, Rafnsdóttir GL, Einarsdóttir J. Vinnuslys 13-17 ára íslenskra ungmenna: Orsakir og alvarleiki. Læknablaðið 2014; 100: 587-91.
- Mortimer JT, Harley C, Staff J. The Quality of Work and Youth Mental Health. Work Occup 2002; 29: 166-97.
- Einarsdóttir M, Snorraddóttir Á. OHS education and safety training of teenage workers in Iceland. Am J Ind Med 2020; 63: 188-98.
- Abrahamsson L, Johansson J. One hundred years if Inertia : an exposé of the concept of the psychosocial work environment in Swedish policy and research. Nord J Work Life Studies 2013; 3: 5-29.
- Rafnsdóttir GL, Tómasson K, Guðmundsdóttir M. Alsjaandi auga tækninnar og liðan kvenna og karla í íslenskum fyrirtækjum. Læknablaðið 2005; 91: 821-7.
- Rafnsdóttir GL. Barn- og ungdomsarbete i Norden. Nord 1999; 23.
- Sigurbjörnsdóttir HB, Guðlaugsson JÓ, Jónsson SH. Heilsa og liðan Íslendinga 2017: Framkvæmdaskýrsla. Embætti landlæknis, Reykjavík 2017.
- Neuman WL. Social Research Methods: Qualitative and Quantitative approaches (Sixth Edition). Lasser J, ritstj. Pearson, Allyn and Bacon, Boston 2006.
- Bor W, Dean AJ, Najman J, et al. Are child and adolescent mental health problems increasing in the 21st century? A systematic review. Aust N Z J Psychiatry 2014; 48: 606-16.
- Wade TJ, Cairney J, Pevalin DJ. Emergence of gender differences in depression during adolescence: national panel results from three countries. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry 2002; 41: 190-8.
- Campos-Serna J, Ronda-Pérez E, Artazcoz L, et al. Gender inequalities in occupational health related to the unequal distribution of working and employment conditions: a systematic review. Int J Equity Health 2013; 12: 57.

Má eyða sjúkragögnum?

Sjúkragögn eru í dag að mestu orðin rafræn og varðveitt til lengri tíma. En fjölmörgum viðkvæmum skjölum og rafrænum afritum þarf að farga með öruggum hætti. Við vinnum samkvæmt vottuðu og öruggu ferli þegar við tökum við, flytjum og eyðum gögnum. Eyðingin sjálf gerist með tætingu og fer kurlið til endurvinnslu hjá viðurkenndum vinnsluaðilum.

Hafðu samband!

Opið mánudaga - fimmtudaga 8:30 - 17:00 og til 16:00 á föstudögum.



Örugg eyðing gagna



GAGNAEYÐING

Gagnaeyðing ehf. · Bæjarflöt 7 · 112 Reykjavík · Sími 568 9095
www.gagnaeyding.is · gagnaeyding@gagnaeyding.is