

# HINN GULLNI MEÐALVEGUR

KVÍÐI – SVEFN – SAMFÉLAGSMIÐLAR

---

INGA DÓRA SIGFÚSDÓTTIR PRÓFESSOR  
INGIBJÖRG EVA ÞÓRISDÓTTIR PhD NEMI



# UNGT FÓLK – UNGMENNARANNSÓKNIR RANNSÓKNA & GREININGAR

Sérhæfing í rannsóknum á ungu fólki 10 – 20 ára

Gögn frá 1992 til 2016

5. – 7. bekk

8. – 10. bekk

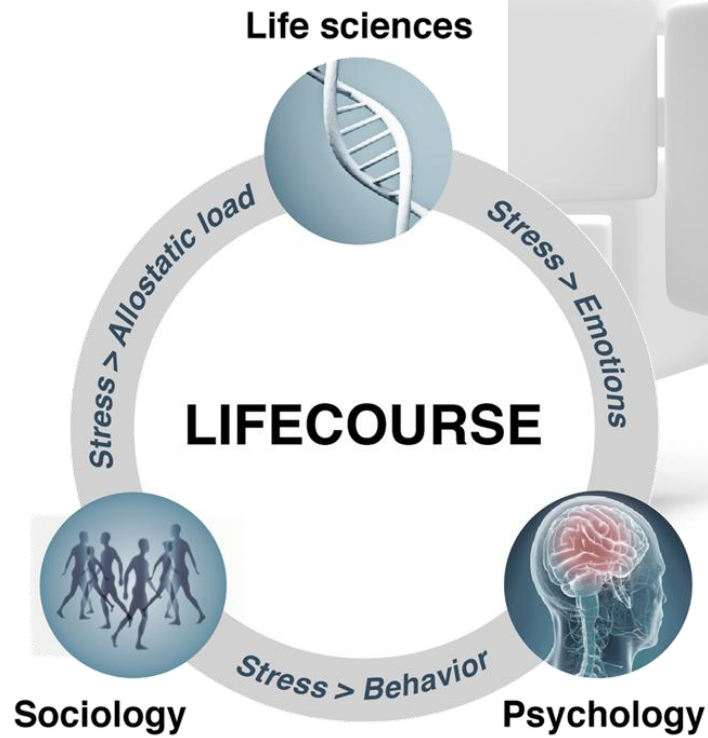
Framhaldsskóli og utan skóla

Þýðisrannsóknir – allir nemendur

Leiðarvísir í starfi meðal ungs fólks



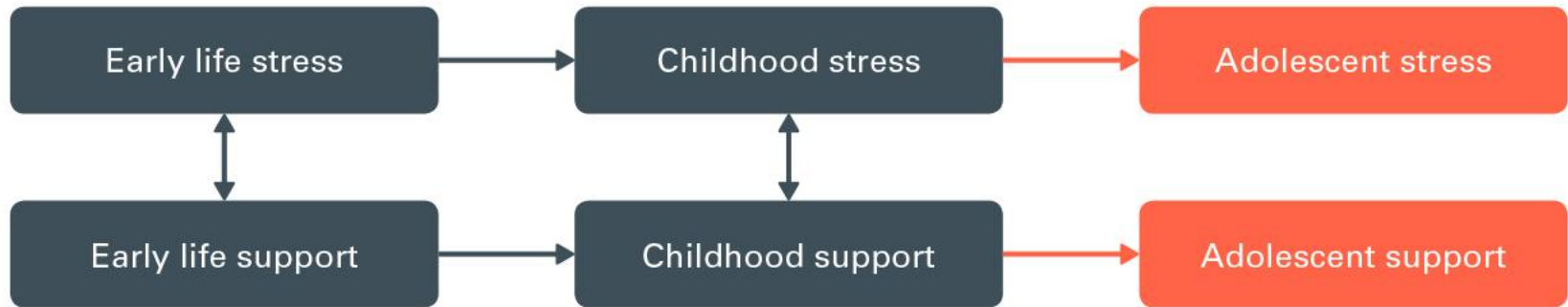
# SAMTVINNA ÓLÍK FRÆÐASVIÐ



## HVAÐ ER NÝTT

1. Hvort og hvernig streita hefur áhrif á allt í senn: Líffræðileg viðbrögð, andlega líðan og hegðun
2. Hvernig áhrifaþættir á mismunandi stigum tvinnast saman yfir tíma: nærsamfélagið, fjölskyldan, einstaklingurinn
3. Hvort unnt sé að koma í veg eða endurbæta neikvæð streituáhrif á líffræðileg viðbrögð, andlega líðan og hegðun.





**Pre-natal care**

**Individual level**

- Age of mother/father
- Mother's ATOD use

**Community level**

- Parents zip code (all years)

**Post-natal care  
(6/18 mo, 3.5/5 yrs)**

**Individual level**

- Nutrition during first 6 months
- Sleep habits

**Community level**

- Parental social assistance (all years)
- Disrupted families (all years)

**Bureau of Statistics**

**Individual level**

- Housing in ownership (all years)
- Unemployment benefits (all years)

**Community level**

- Parental divorce/separation (all years)

**Biomarker samples  
(ages 15, 17, 19)**

**Individual level**

- Cortisol
- Alpha amylase

**Birth registry**

**Individual level**

- Low birth weight
- Caesarean section (by choice/emergency)

**Community level**

- Parental income (all years)

**School health  
assessment**

**Individual level**

- Medical diagnoses (mental/physical)
- N visits to school nurses

**Community level**

- % unemployed
- % poverty

**Social Surveys  
(ages 15, 17, 19)**

**Individual level**

- Perceived parental/peer support
- Negative life events (17 items)

**Community level**

- Relative deprivation
- Neighborhood cohesion

**Child Protection  
Services**

**Individual level**

- N interference
- Nature of interference

**Community level**

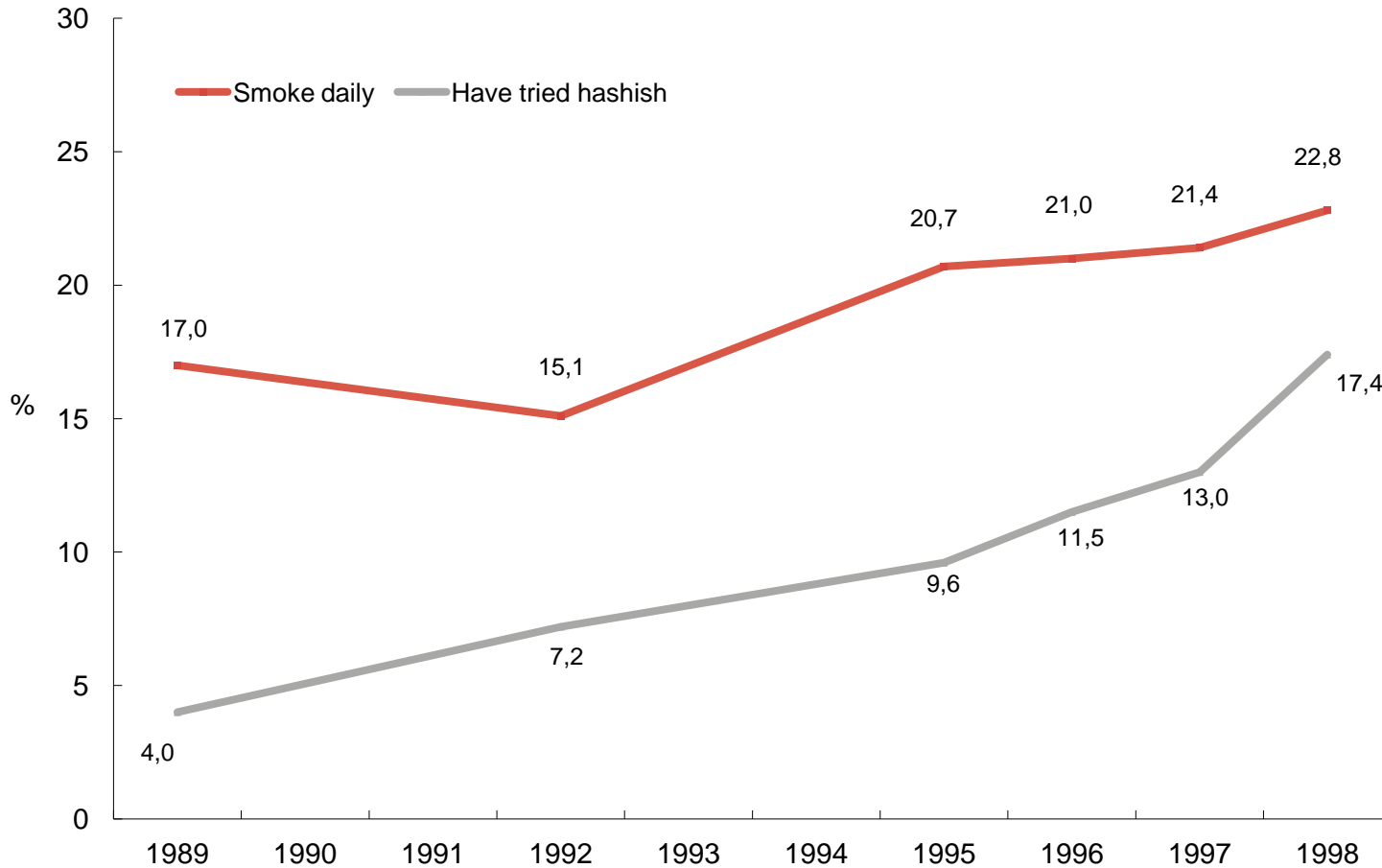
- Rates of CPS cases

Physiological stress

Emotional reactions

Adolescent harmful behaviours

# ÞRÓUN Í TÓBAKS – OG VÍMUEFNANEYSLU MEÐAL NEMENDA Í 10. BEKK GRUNNSKÓLA FRÁ 1989 TIL 1998



# ÍSLENSKA MÓDELID

## Áhættuþættir

### Jafningjahópurinn

- Eiga vini sem eru í neyslu, reykingar,
- tóbak, áfengi, ólögleg vímuefni

### Óskipulagðar athafnir

- „Hangs“
- Foreldralaus partý

## Verndandi þættir

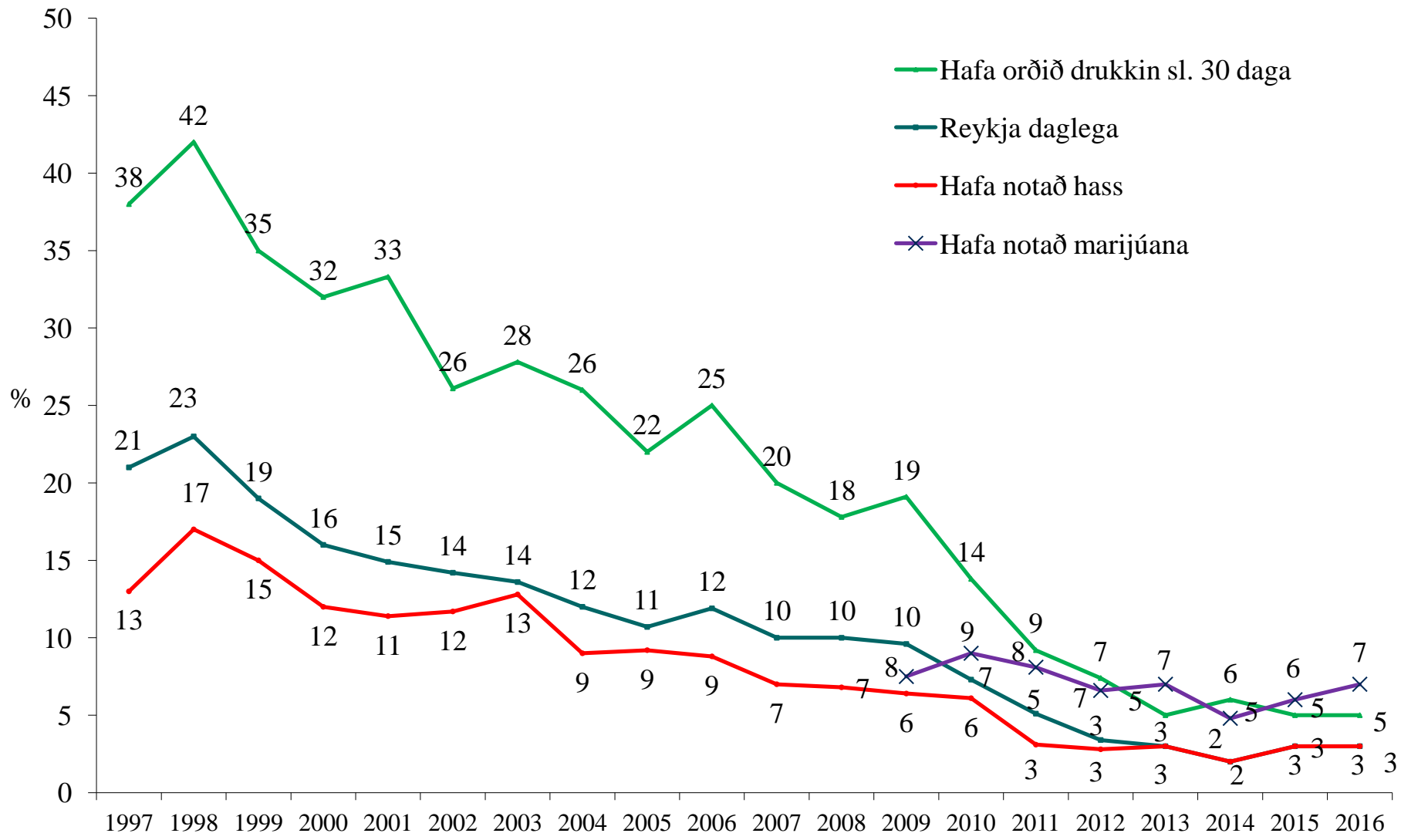
### Skipulagt íþrótta- og tómstundastarf

- Stunda íþróttir með íþróttafélagi
- Þátttaka í starfi félagsmiðstöðva
- Tómstundastarf í skólum
- Tónlistarnám

### Foreldrar / forráðamenn

- Stuðningur: umhyggja og hlýja
- Eftirlit: vita með hverjum og hvar ungmenni
- eru á kvöldin og um helgar
- Tíma varið með foreldrum / forráðamönnum

# ÞRÓUN VÍMUEFNANEYSLU MEÐAL 10. BEKKINGA Á ÍSLANDI ÁRIN 1997-2016





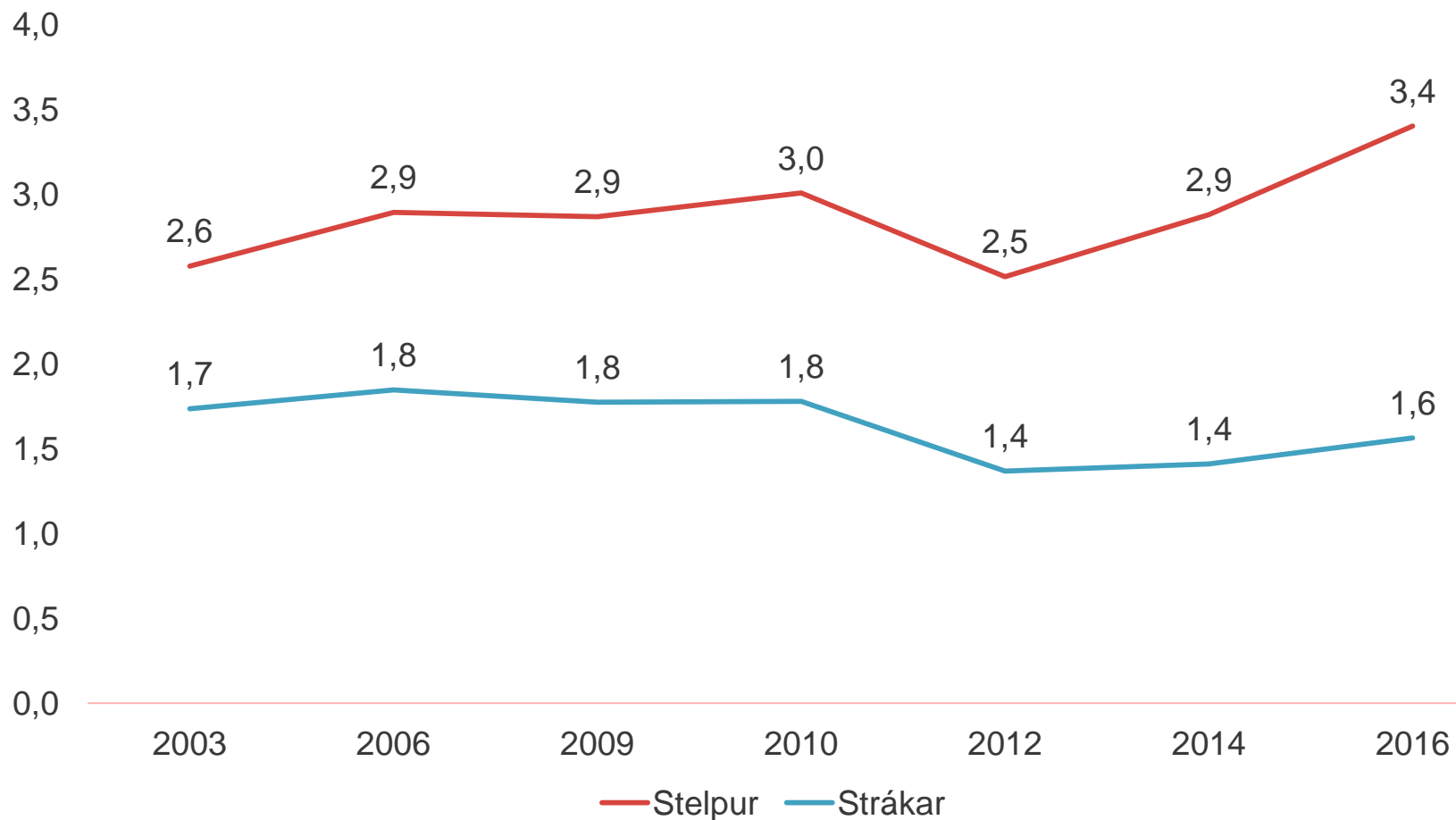


## Impact on policy across Europe

- Iceland
- Norway
- Sweden
- Finland
- Spain
- Estonia
- Lithuania
- Latvia
- Romania
- Italy
- Russia
- Bulgaria

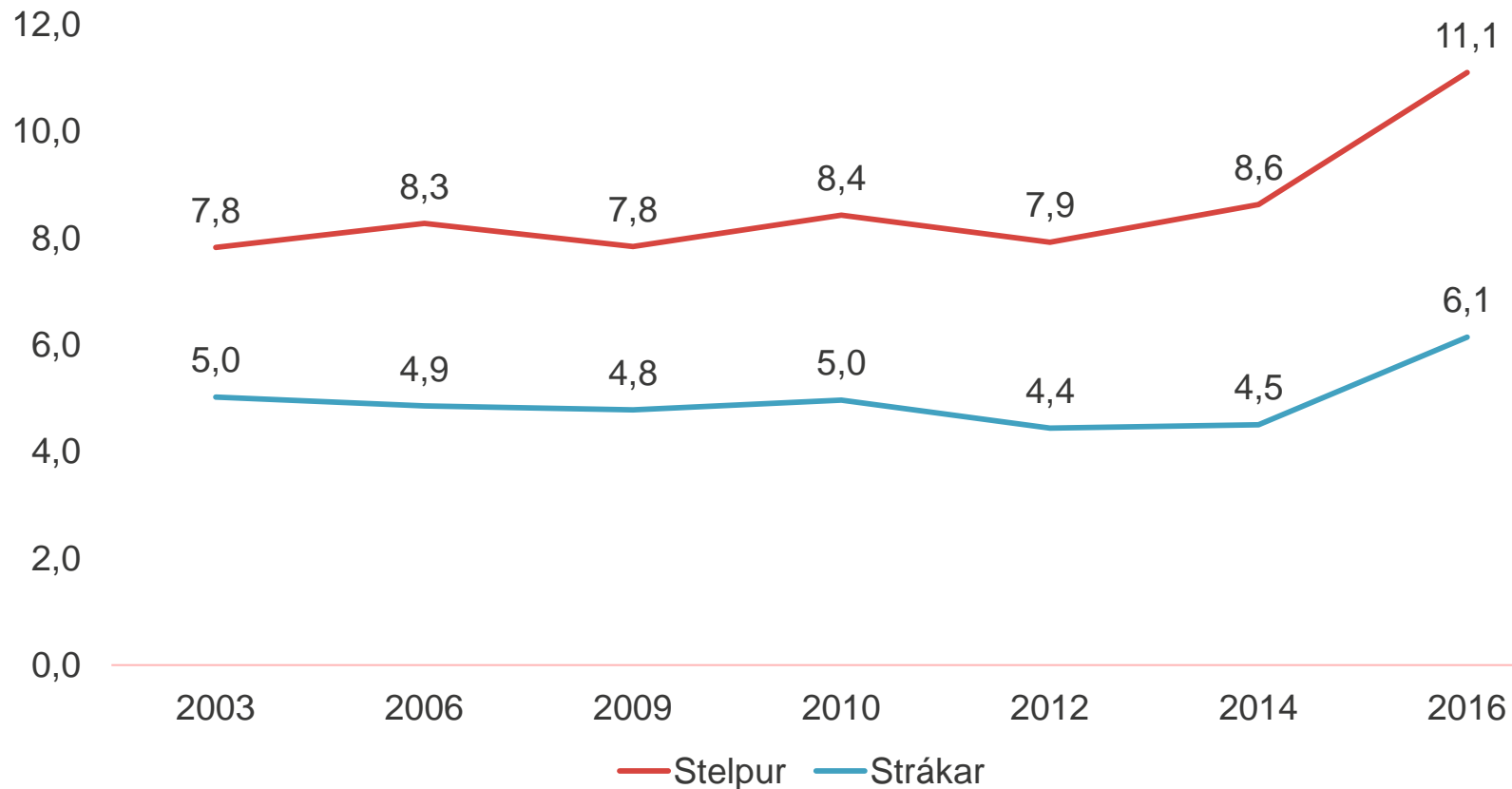
# EINKENNI KVÍÐA FRÁ 2003 TIL 2016

## MEÐALTAL FYRIR STELPUR OG STRÁKA Í 9. OG 10. BEKK



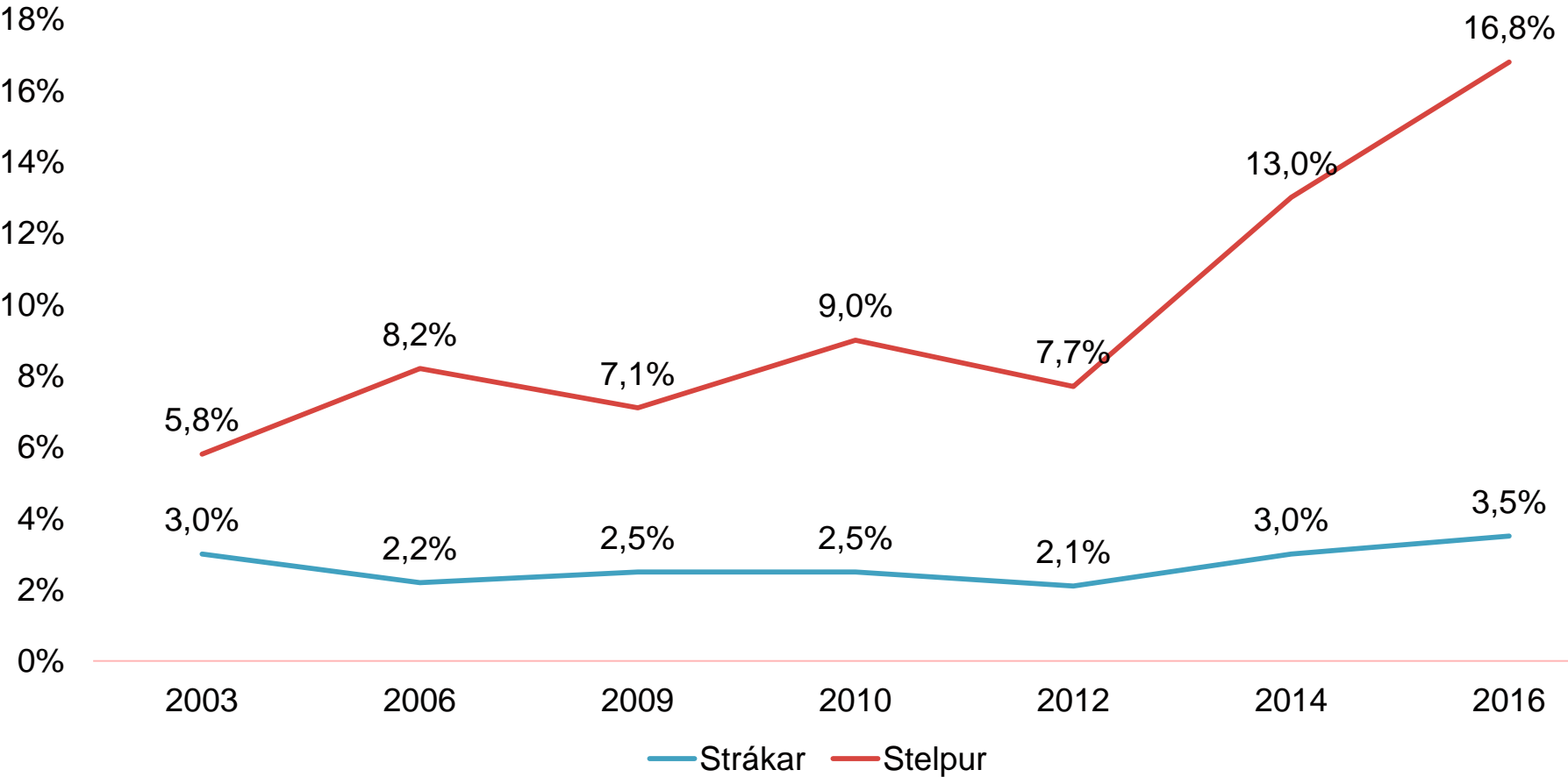
# EINKENNI ÞUNGLYNDIS FRÁ 2003 TIL 2016

## MEÐALTAL FYRIR STELPUR OG STRÁKA Í 9. OG 10. BEKK



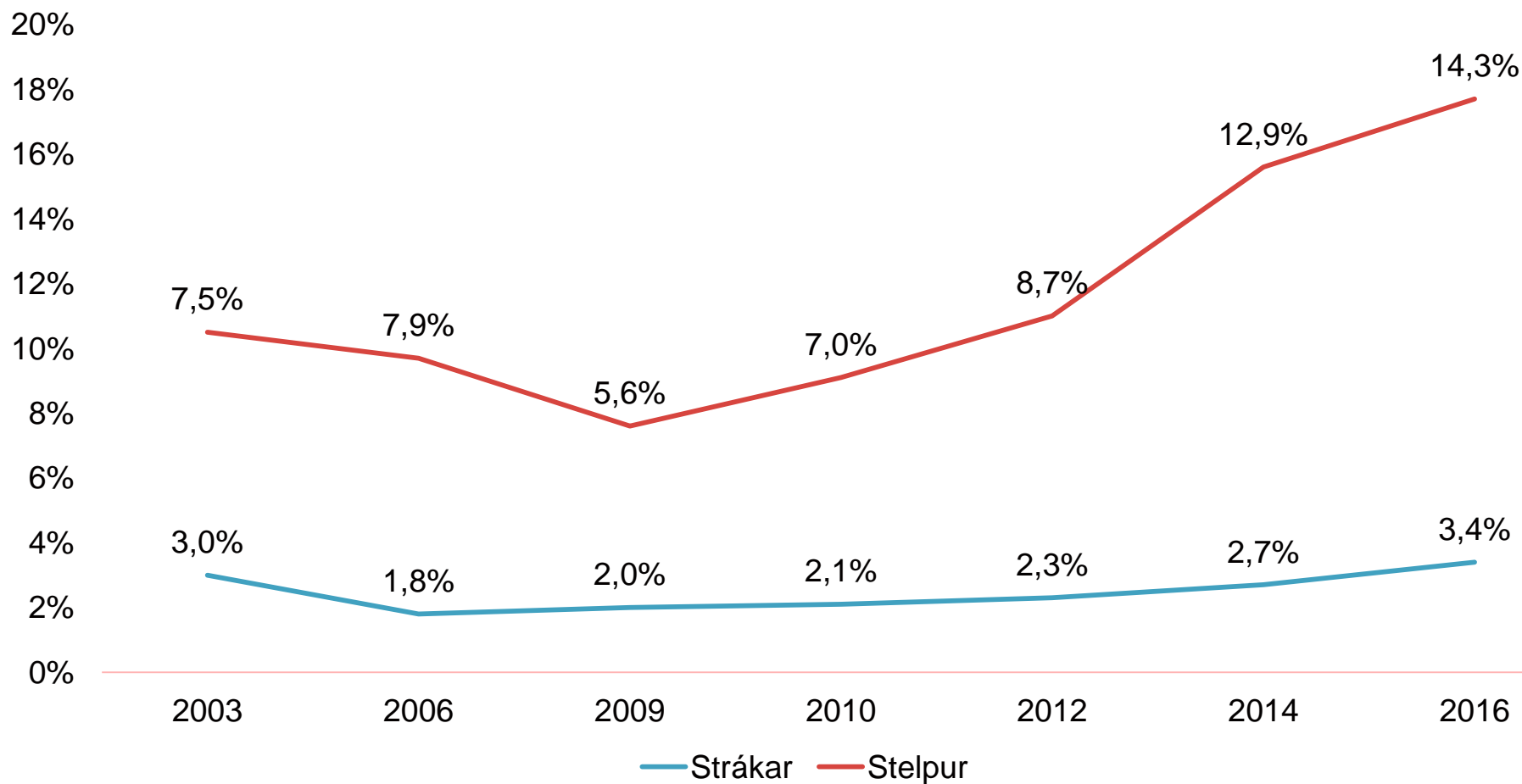
# EINKENNI KVÍÐA FRÁ 2003 TIL 2016

## SÁ HÓPUR SEM MÆLIST MEST KVÍÐINN

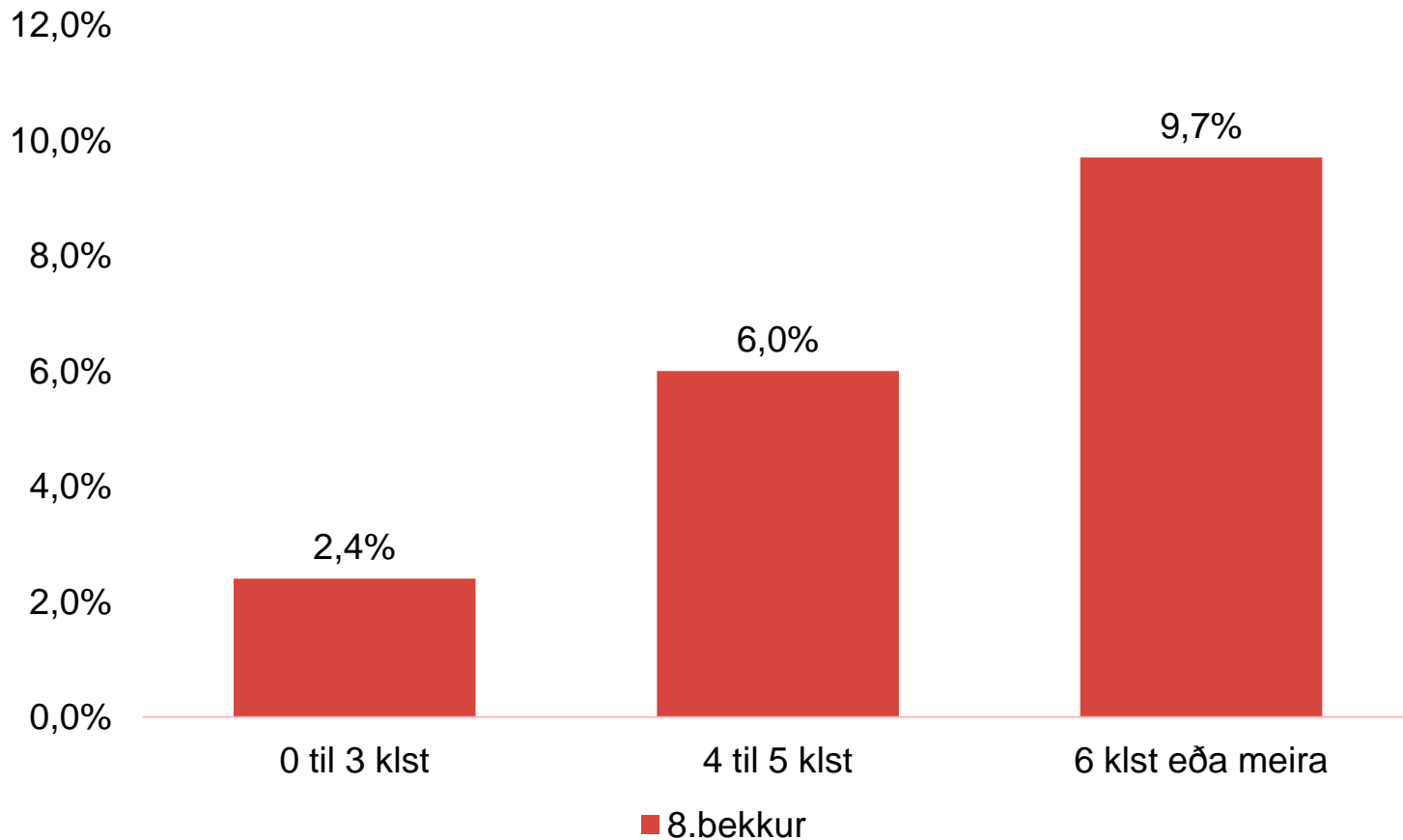


# EINKENNI DEPURÐAR FRÁ 2003 TIL 2016

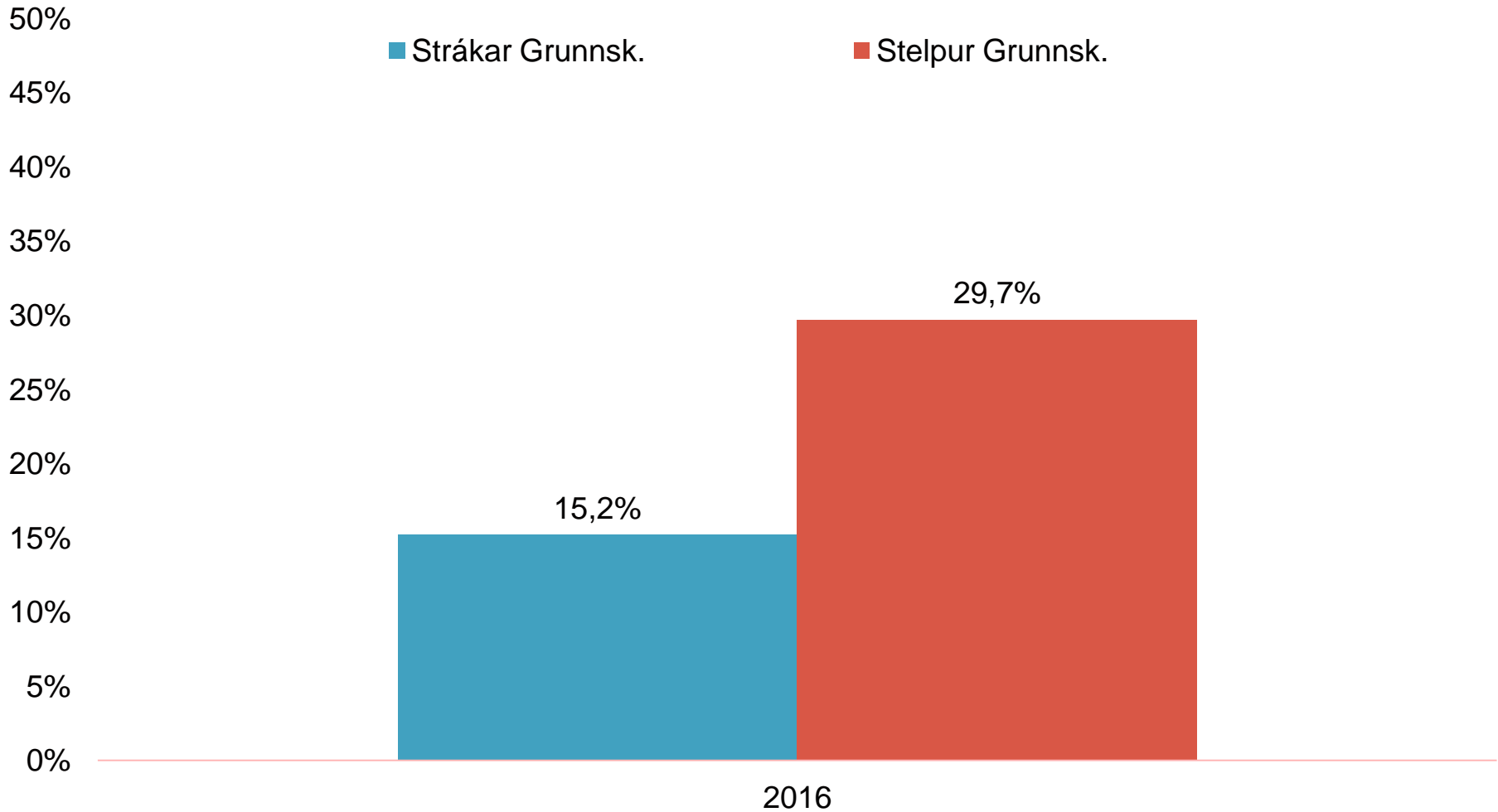
## SÁ HÓPUR SEM MÆLIST DAPRASTUR



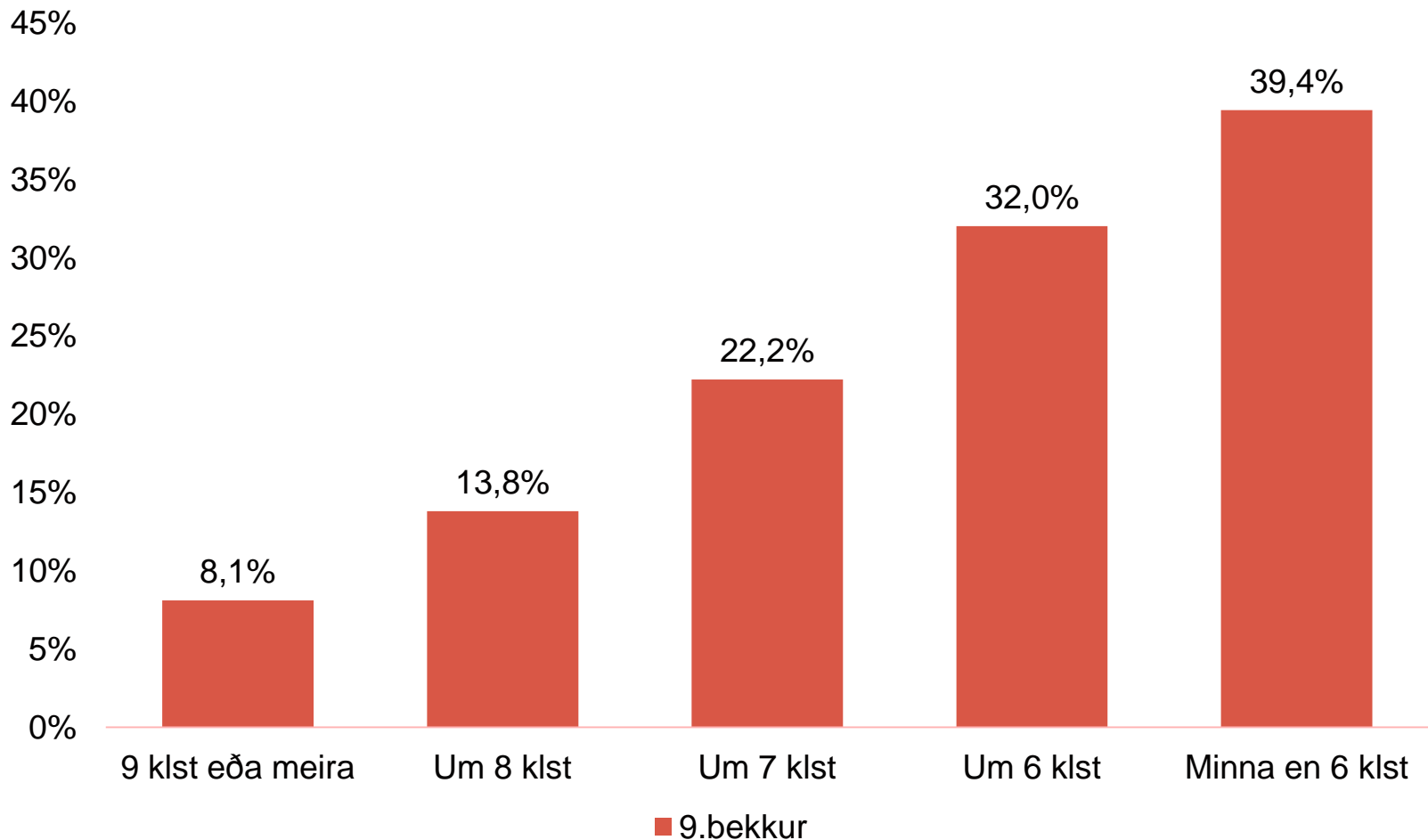
# HLUTFALL STÚLKNA Í 8.BEKK SEM ERU OFT SKYNDILEGA HRÆDDAR HÆKKAR MEÐ MEIRI SAMFÉLAGSMIÐLANOKTUN



# HLUTFALL NEMENDA Í 8. – 10. BEKK SEM VER 4 KLUKKUSTUNDUM EÐA MEIRA Á SAMFÉLAGSMÍÐLUM Á DAG



# HLUTFALL STÚLKNA Í 9.BEKK SEM ERU TAUGAÓSTYRKAR HÆKKAR MEÐ MINNI SVEFNI





# SVEFN

## Ungmenni sofa of lítið

Árið 2016 sváfu rúmlega 38% stráka og 43% stúlkna um 7 klukkustundir eða minna á hverri nóttu.

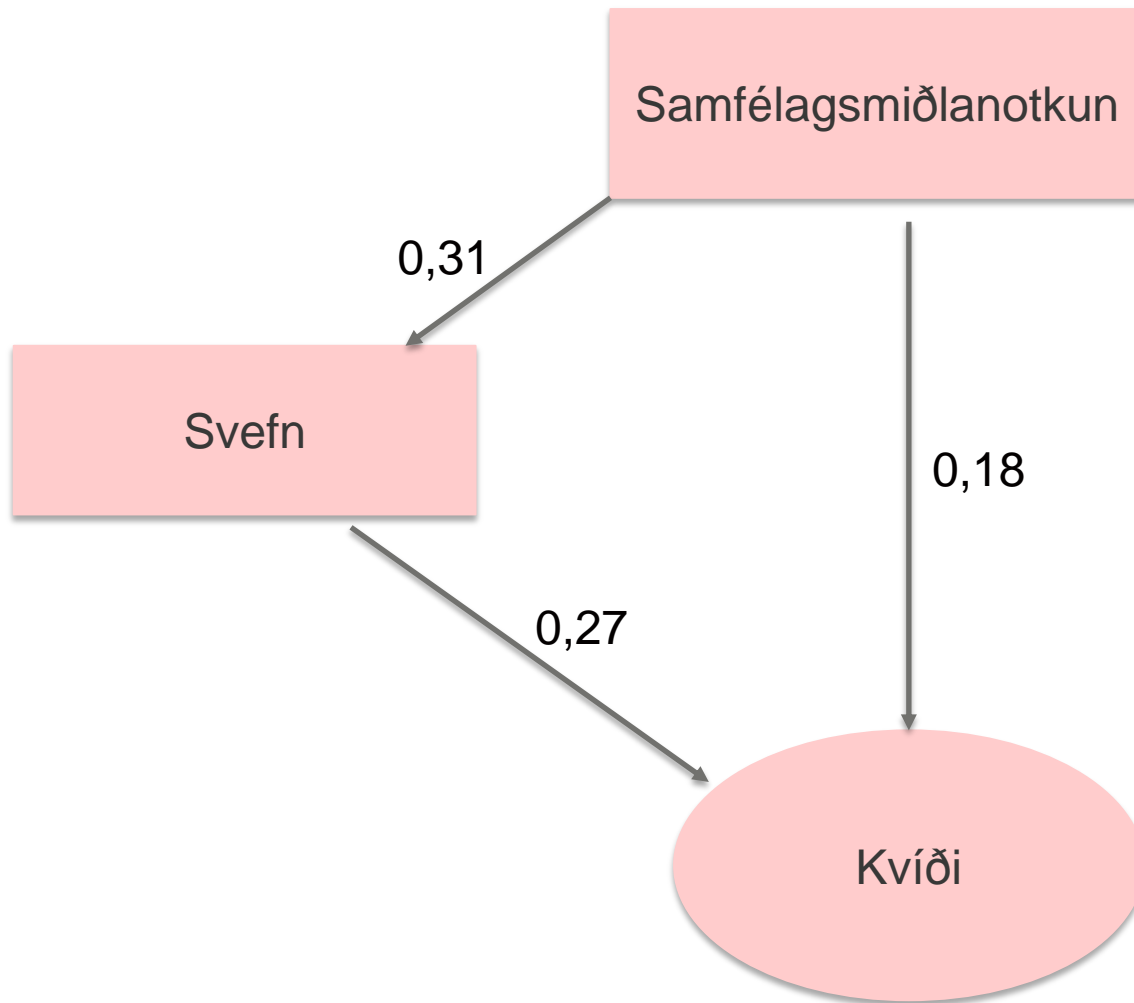


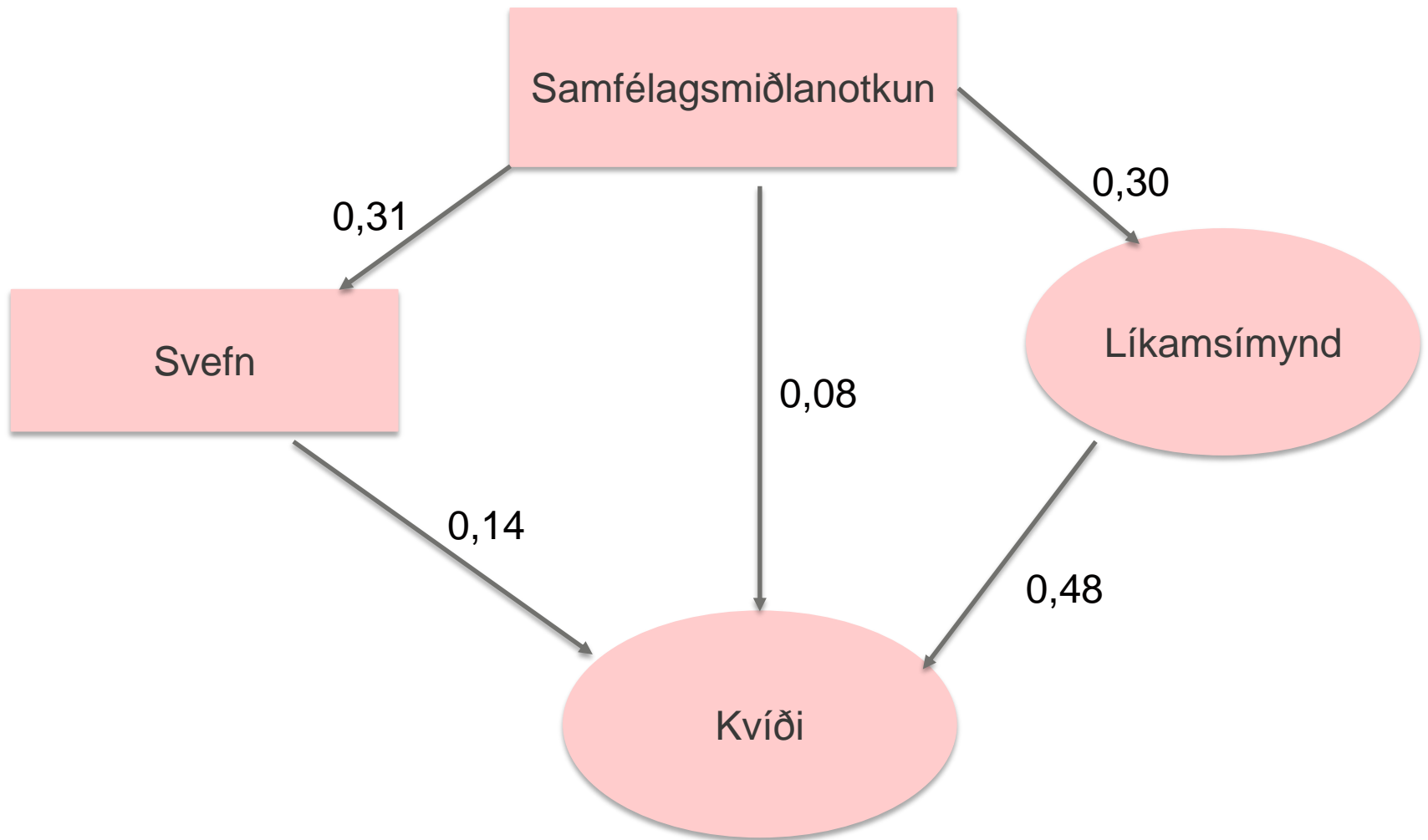
Aldursbil	Svefnþörf
Nýfædd börn	Um 16 klst.
6 mán. – 3 ára	10-14 klst.
3-6 ára	10-12 klst.
<b>6-9 ára</b>	<b>Um 10 klst.</b>
<b>Unglingar</b>	<b>A.m.k. 9 klst.</b>
Fullorðið fólk	7-8 klst.
Eldra fólk	7 klst. (+ 1 klst. blund)
Heimild: Embætti Landlæknis	

Samfélagsmiðlanotkun

0,26

Kvíði





Takk fyrir!

