



**Væk med tavshed, tvivl og
tabu om psykisk sygdom!**

UNGEUNDERSØGELSE

Om unges åbenhed om deres psykiske sygdom

i forhold til deres familie

OM UNDERSØGELSEN:

Denne undersøgelse handler om unges forhold til og erfaringer med åbenhed om egen psykisk sygdom - særligt over for deres familie.

Alle respondenter har indledningsvis skullet angive alder og svare på, om de har eller har haft en psykisk sygdom. Alle respondenter i undersøgelsen er mellem **15 og 25 år**, og har eller har haft en **psykisk sygdom**. I alt har **488 respondenter** i aldersgruppen deltaget. Undersøgelsen blev lanceret d. 17. marts 2013 og afsluttet d. 4. april 2013, hvor alle data blev indsamlet.

Undersøgelsen har via mail været sendt ud til **EN AF OS-panelet**, som er et panel på over 1.200 personer, som enten har eller har haft en psykisk sygdom. Undersøgelsen er også blevet delt på **Facebook** via www.facebook.com/enafos.

KONTAKT:

Har du spørgsmål til undersøgelsen, er du velkommen til at kontakte:

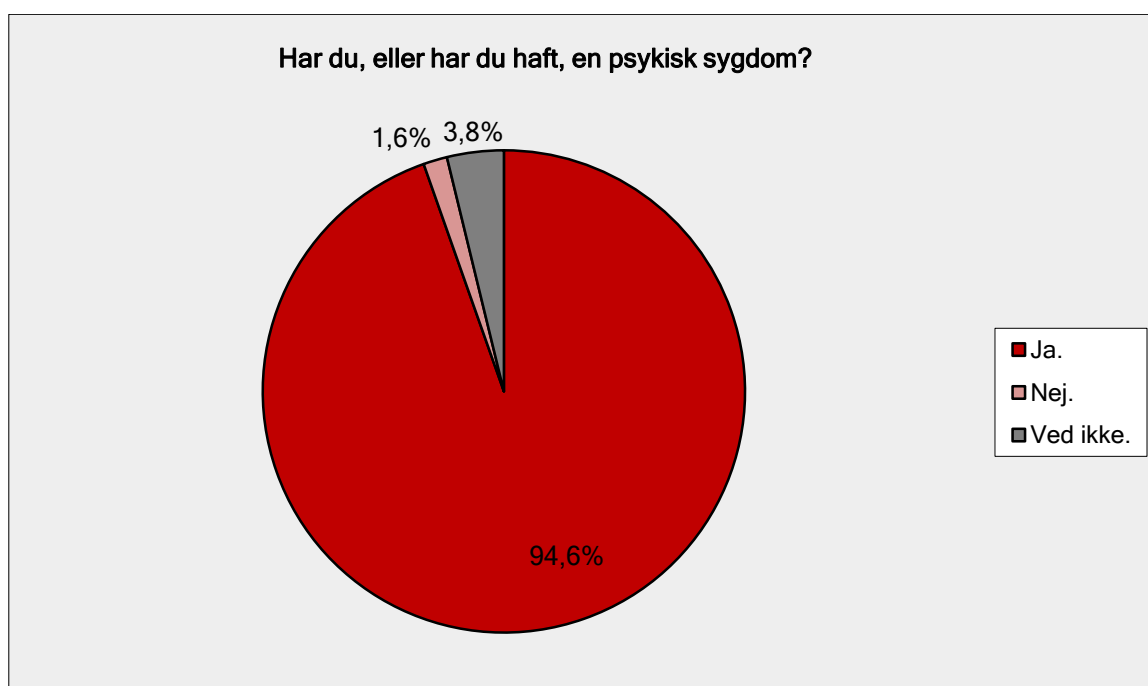
- Johanne Bratbo, projektleder for Landskampagnen EN AF OS
- Telefon: 35 47 57 47
- E-mail: jb@en-af-os.dk

1. Indhold

1. Indhold.....	2
2. Har du, eller har du haft, en psykisk sygdom?	3
3. Hvor gammel er du?	4
4. Hvad er dit køn?	5
5. Hvem fortalte du først om din psykiske sygdom til?	6
6. Hvornår fortalte du første gang nogen, at du havde en psykisk sygdom/psykiske problemer?.....	7
7. Hvem har du fortalt om din psykiske sygdom?	8
a. Hvem er det lettest at tale med om din psykiske sygdom?	9
b. Hvem er det sværest at tale med om din psykiske sygdom?	10
8. Hvem fra din familie har du fortalt om din psykiske sygdom?.....	11
a. Hvem fra din familie fortalte du først om din psykiske sygdom?.....	12
b. Hvem fra din familie er det lettest at tale med om din psykiske sygdom?	13
c. Hvem fra din familie er det sværest at tale med om din psykiske sygdom?.....	14
d. Hvordan reagerede din familie/dine familiemedlemmer, da I talte om din psykiske sygdom?	15
e. Hvordan reagerede din familie/dine familiemedlemmer i forhold til at tale om din sygdom med andre uden for familien?	16
9. Hvad er dit bedste råd til forældre til unge med en psykisk sygdom?.....	17
10. Ville du ønske, at nogen havde taget fat i dig tidligere i forhold til din psykiske sygdom?	18
11. Hvad er hovedårsagen til, at du ikke har fortalt om din psykiske sygdom i din familie?	19
a. Hvad kunne gøre det lettere for dig at tale med din familie om din psykiske sygdom?.....	20
b. Ville du ønske, at nogen, også andre end din familie, tog fat i dig i forhold til din psykiske sygdom?.....	21

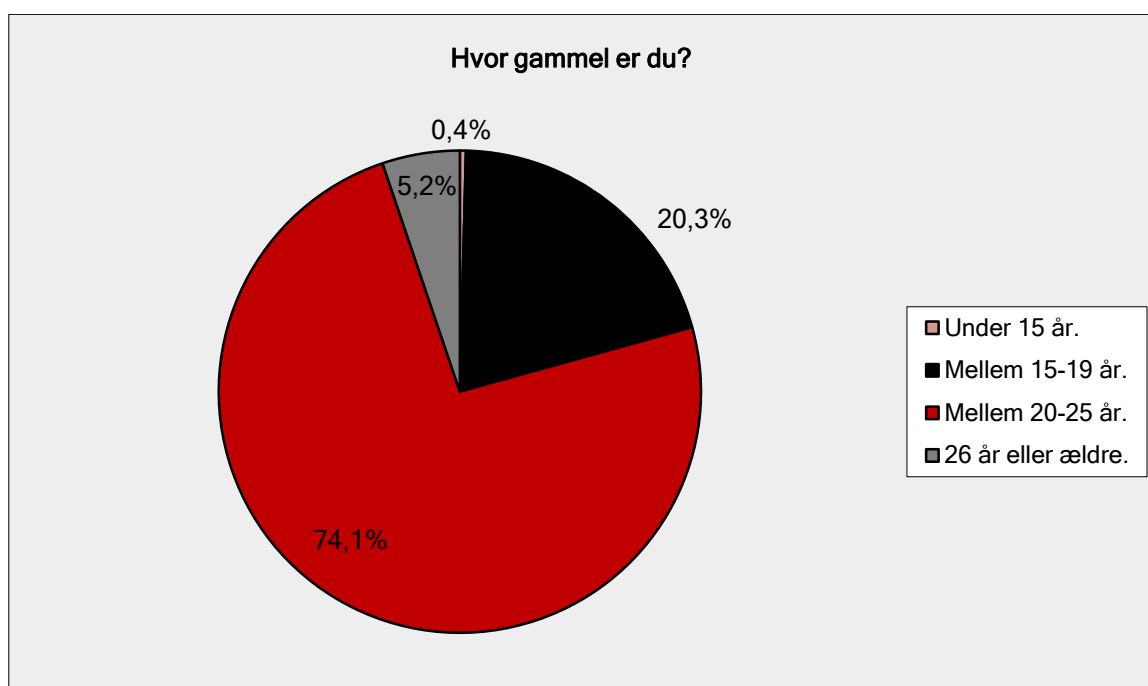
2. Har du, eller har du haft, en psykisk sygdom?

Har du, eller har du haft, en psykisk sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja	94,6%	523
Nej	1,6%	9
Ved ikke	3,8%	21
<i>Besvaret spørgsmål</i>		553



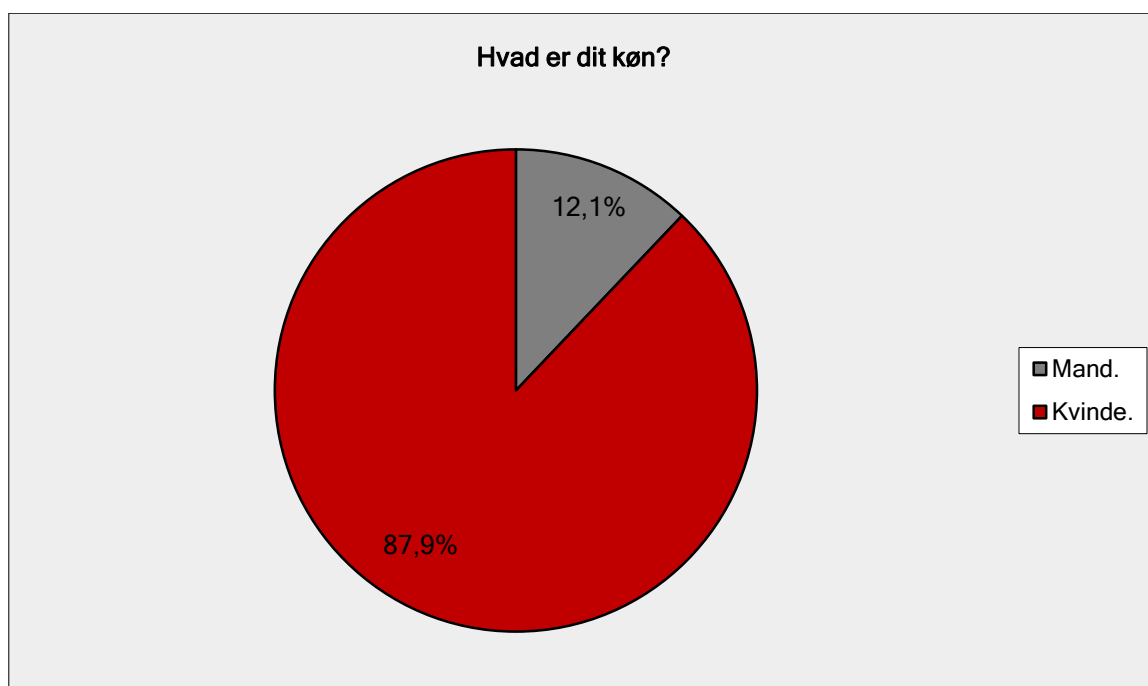
3. Hvor gammel er du?

Hvor gammel er du?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Under 15 år	0,4%	2
Mellem 15-19 år	20,3%	105
Mellem 20-25 år	74,1%	383
26 år eller ældre	5,2%	27
<i>Besvaret spørgsmål</i>		517



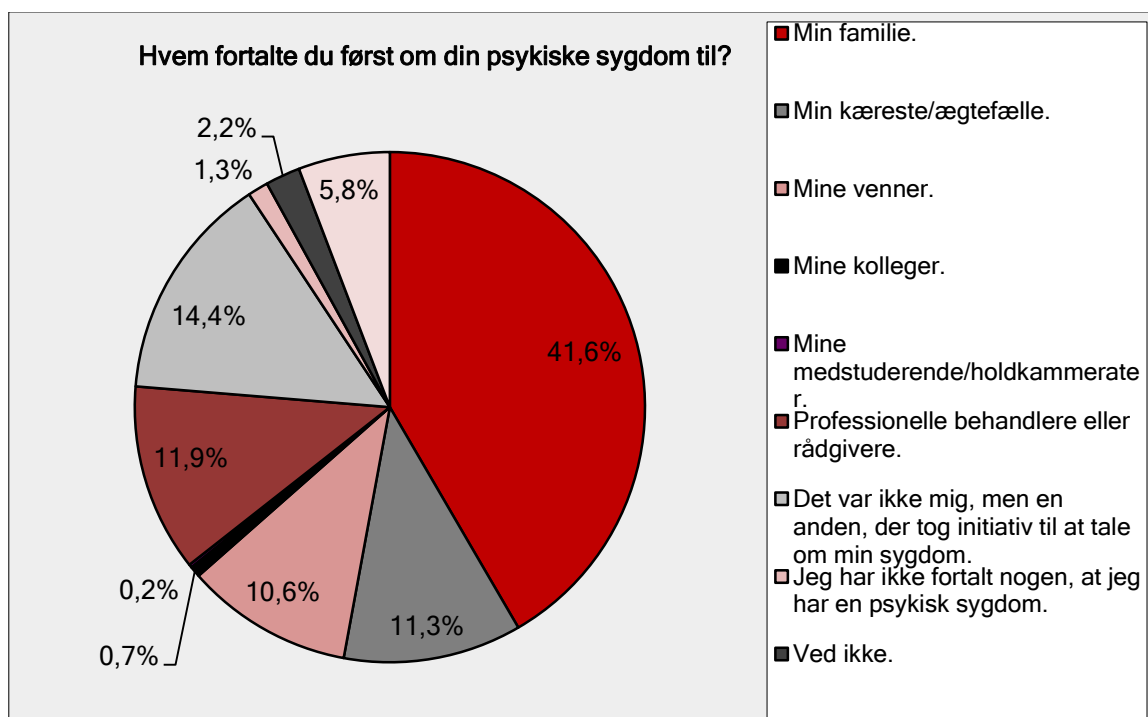
4. Hvad er dit køn?

Hvad er dit køn?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Mand	12,1%	59
Kvinde	87,9%	428
<i>Besvaret spørgsmål</i>		487



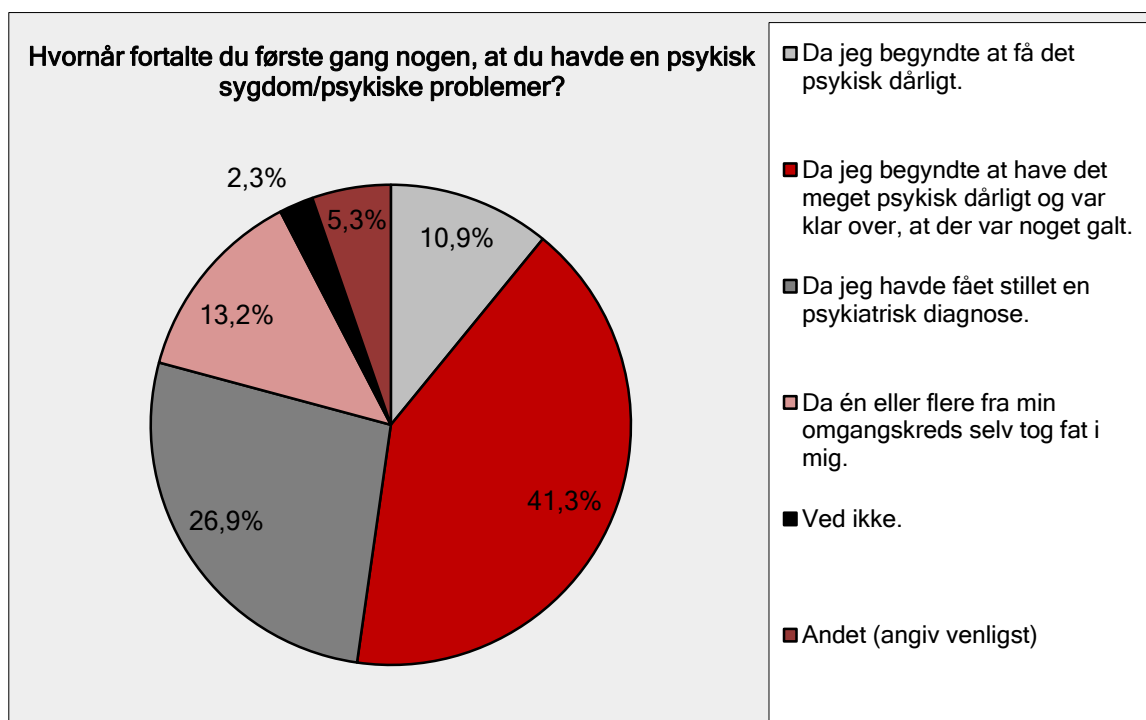
5. Hvem fortalte du først om din psykiske sygdom til?

Hvem fortalte du først om din psykiske sygdom til?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Min familie	41,6%	188
Min kæreste/ægtefælle	11,3%	51
Mine venner	10,6%	48
Mine kolleger	0,7%	3
Mine medstuderende/holdkammerater	0,2%	1
Professionelle behandlere eller rådgivere	11,9%	54
Det var ikke mig, men en anden, der tog initiativ til at tale om min sygdom	14,4%	66
Jeg har ikke fortalt nogen, at jeg har en psykisk sygdom	1,3%	6
Ved ikke	2,2%	10
Andre	5,8%	26
<i>Besvaret spørgsmål</i>		452



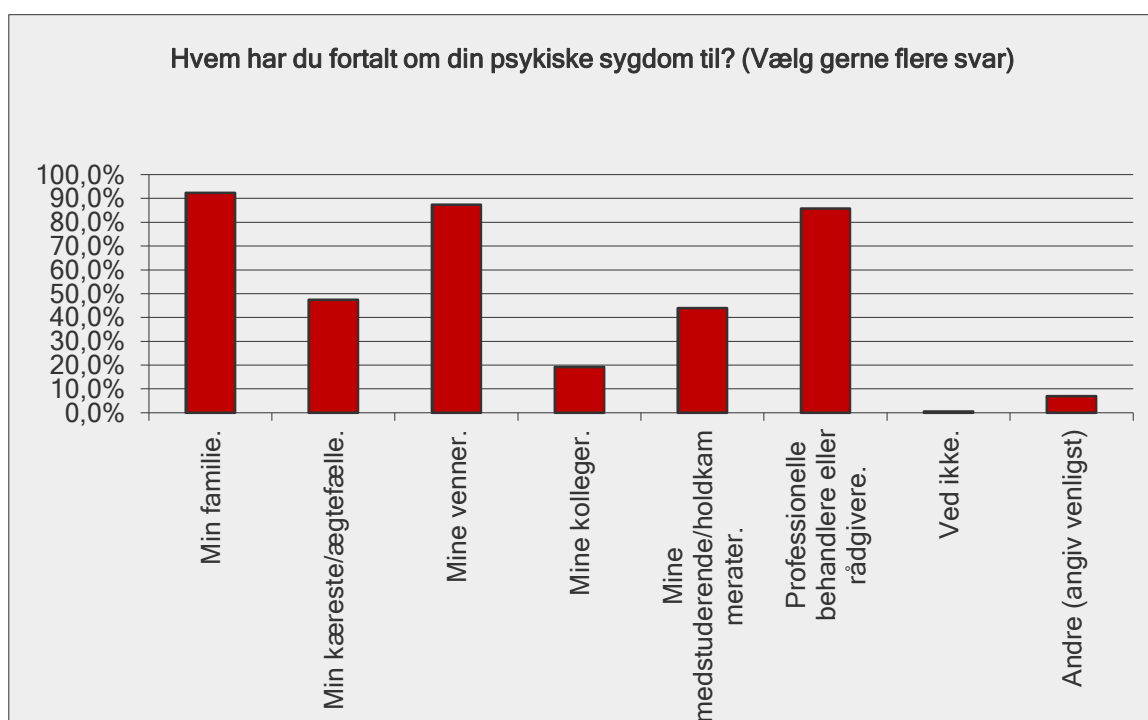
6. Hvornår fortalte du første gang nogen, at du havde en psykisk sygdom/psykiske problemer?

Hvornår fortalte du første gang nogen, at du havde en psykisk sygdom/psykiske problemer?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Det jeg begyndte at få det psykisk dårligt	10,9%	47
Da jeg begyndte at få det meget psykisk dårligt og var klar over, at der var noget galt	41,3%	178
Da jeg har fået stillet en psykiatrisk diagnose	26,9%	116
Da én eller flere fra min omgangskreds selv tog fat i mig	13,2%	57
Ved ikke	2,3%	10
Andet	5,3%	23
<i>Besvaret spørgsmål</i>		431



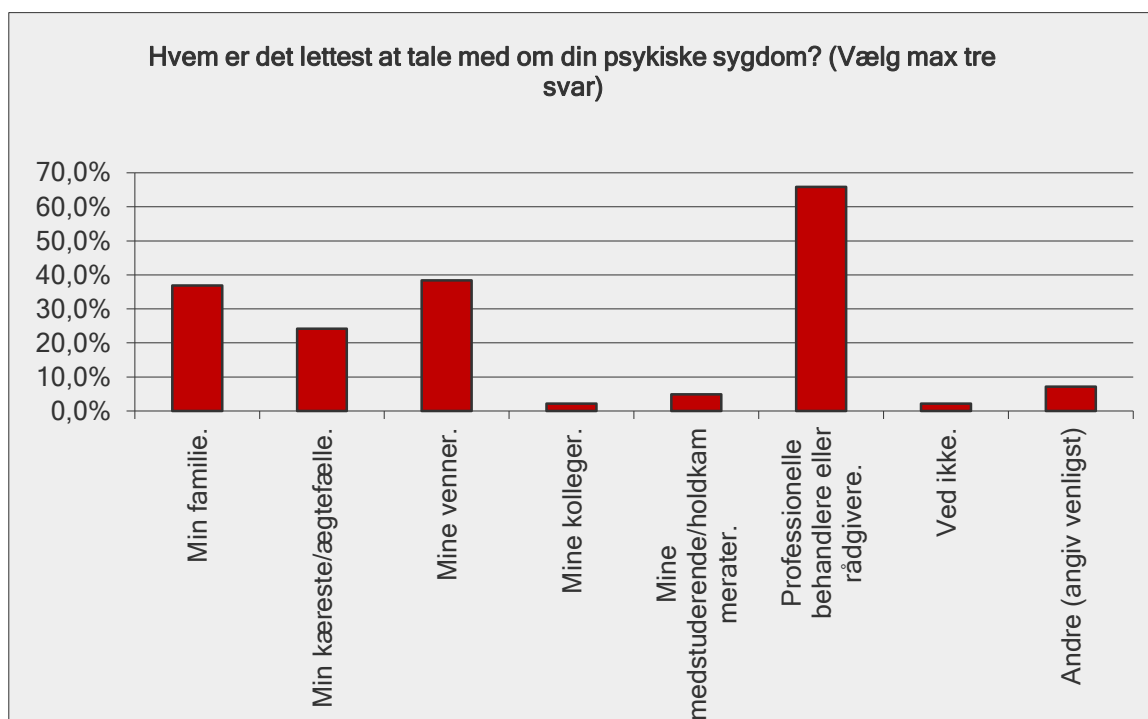
7. Hvem har du fortalt om din psykiske sygdom?

Hvem har du fortalt om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Min familie	92,3%	395
Min kæreste/ægtefælle	47,4%	203
Mine venner	87,4%	374
Mine kolleger	19,2%	82
Mine medstuderende/holdkammerater	43,9%	188
Professionelle behandlere eller rådgivere	85,7%	367
Ved ikke	0,5%	2
Andet	7,0%	30
<i>Besvaret spørgsmål</i>		428



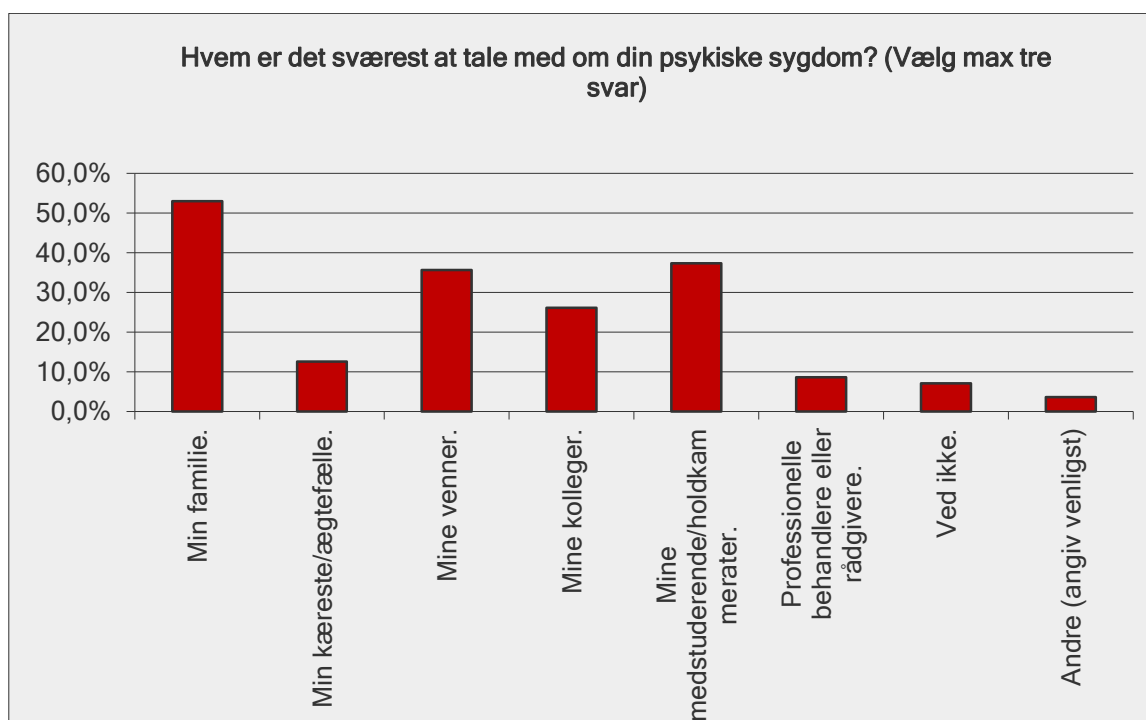
a. Hvem er det lettest at tale med om din psykiske sygdom?

Hvem er det lettest at tale med om din psykiske sygdom? (Vælg max tre svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Min Familie	36,9%	157
Min kæreste/ægtefælle	24,2%	103
Mine venner	38,4%	163
Mine kolleger	2,1%	9
Mine medstuderende/holdkammerater	4,9%	21
Professionelle behandlere eller rådgivere	65,9%	280
Ved ikke	2,1%	9
Andre	7,1%	30
<i>Besvaret spørgsmål</i>		425



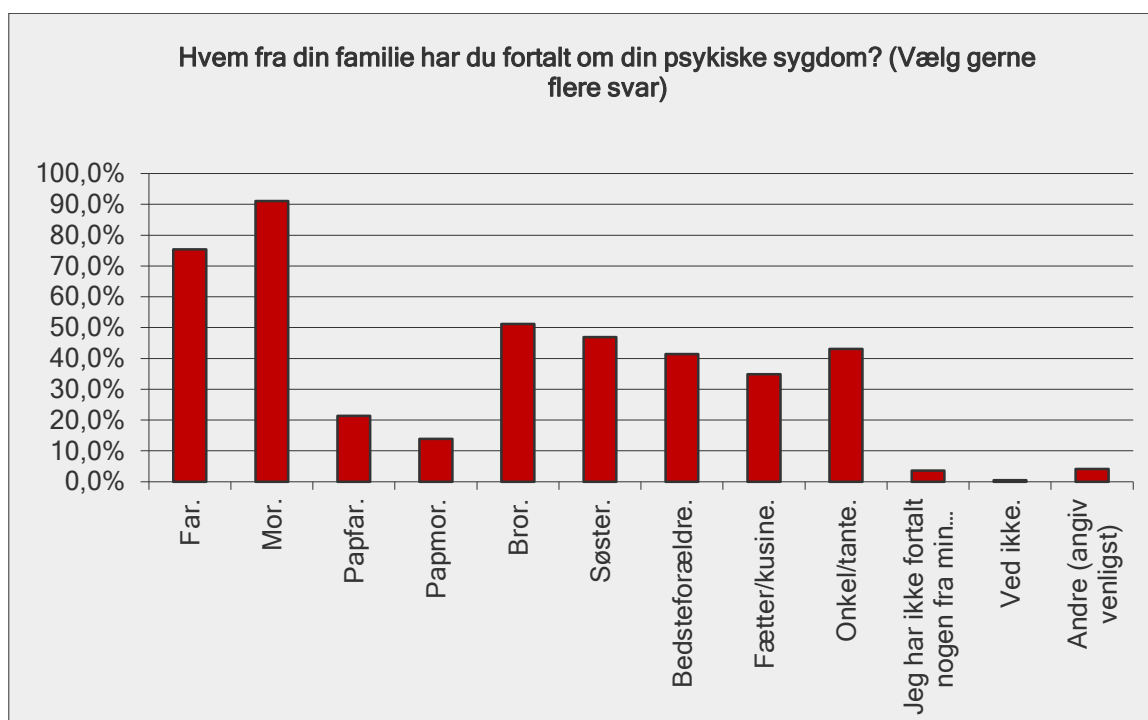
b. Hvem er det sværest at tale med om din psykiske sygdom?

Hvem er det sværest at tale med om din psykiske sygdom? (Vælg max 3 svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Min Familie	53,0%	223
Min kæreste/ægtefælle	12,6%	53
Mine venner	35,6%	150
Mine kolleger	26,1%	110
Mine medstuderende/holdkammerater	37,3%	157
Professionelle behandlere eller rådgivere	8,6%	36
Ved ikke	7,1%	30
Andre	3,6%	15
<i>Besvaret spørgsmål</i>		421



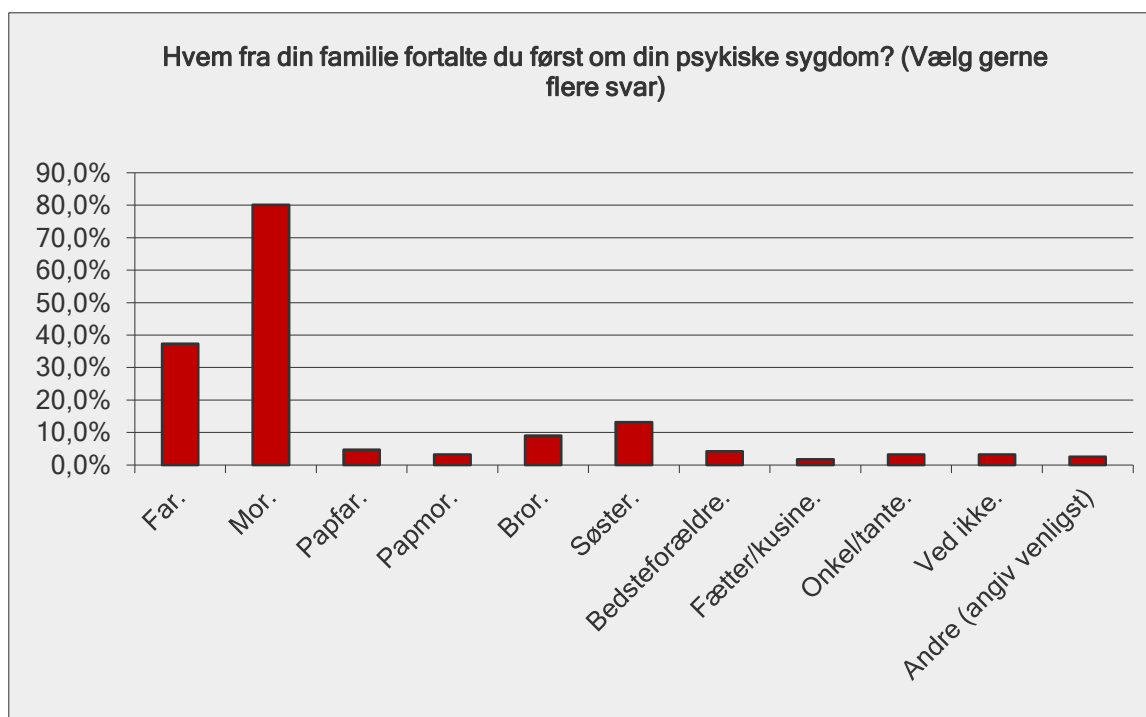
8. Hvem fra din familie har du fortalt om din psykiske sygdom?

Hvem fra din familie har du fortalt om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Far	75,4%	315
Mor	91,1%	381
Papfar	21,3%	89
Papmor	13,9%	58
Bror	51,2%	214
Søster	46,9%	196
Bedsteforældre	41,4%	173
Fætter/kusine	34,9%	146
Onkel/tante	43,1%	180
Jeg har ikke fortalt nogen fra min familie om min psykiske sygdom	3,6%	15
Ved ikke	0,5%	2
Andre	4,1%	17
<i>Besvaret spørgsmål</i>		418



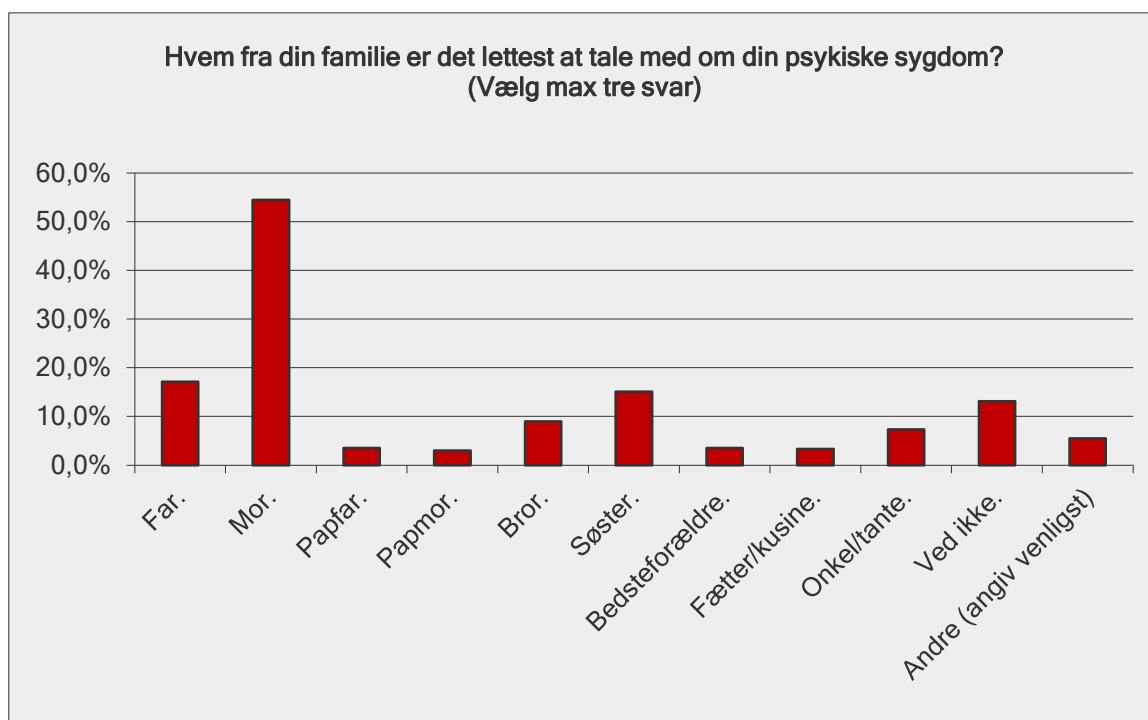
a. Hvem fra din familie fortalte du først om din psykiske sygdom?

Hvem fra din familie fortalte du først om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Far	37,3%	150
Mor	80,1%	322
Papfar	4,7%	19
Papmor	3,2%	13
Bror	9,0%	36
Søster	13,2%	53
Bedsteforældre	4,2%	17
Fætter/kusine	1,7%	7
Onkel/tante	3,2%	13
Ved ikke	3,2%	13
Andre	2,5%	10
<i>Besvaret spørgsmål</i>		273



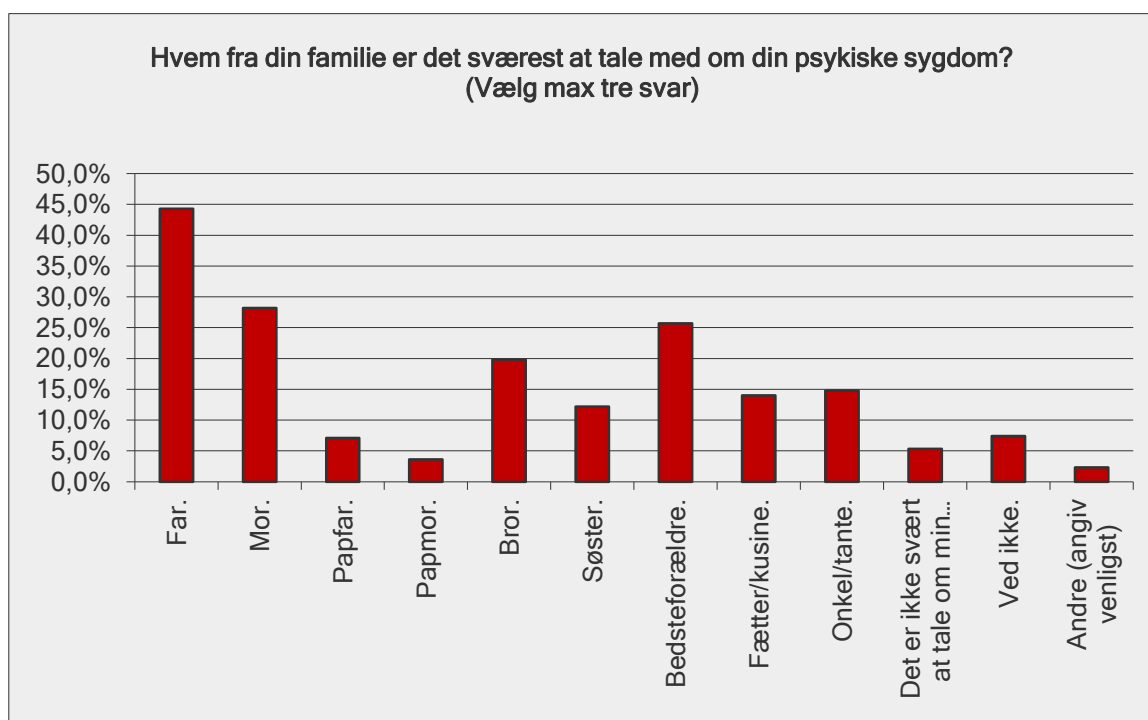
b. Hvem fra din familie er det lettest at tale med om din psykiske sygdom?

Hvem fra din familie er det lettest at tale med om din psykiske sygdom? (Vælg max tre svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Far	17,1%	68
Mor	54,5%	217
Papfar	3,5%	14
Papmor	3,0%	12
Bror	9,0%	36
Søster	15,1%	60
Bedsteforældre	3,5%	14
Fætter/kusine	3,3%	13
Onkel/tante	7,3%	29
Ved ikke	13,1%	52
Andre	5,5%	22
<i>Besvaret spørgsmål</i>		398



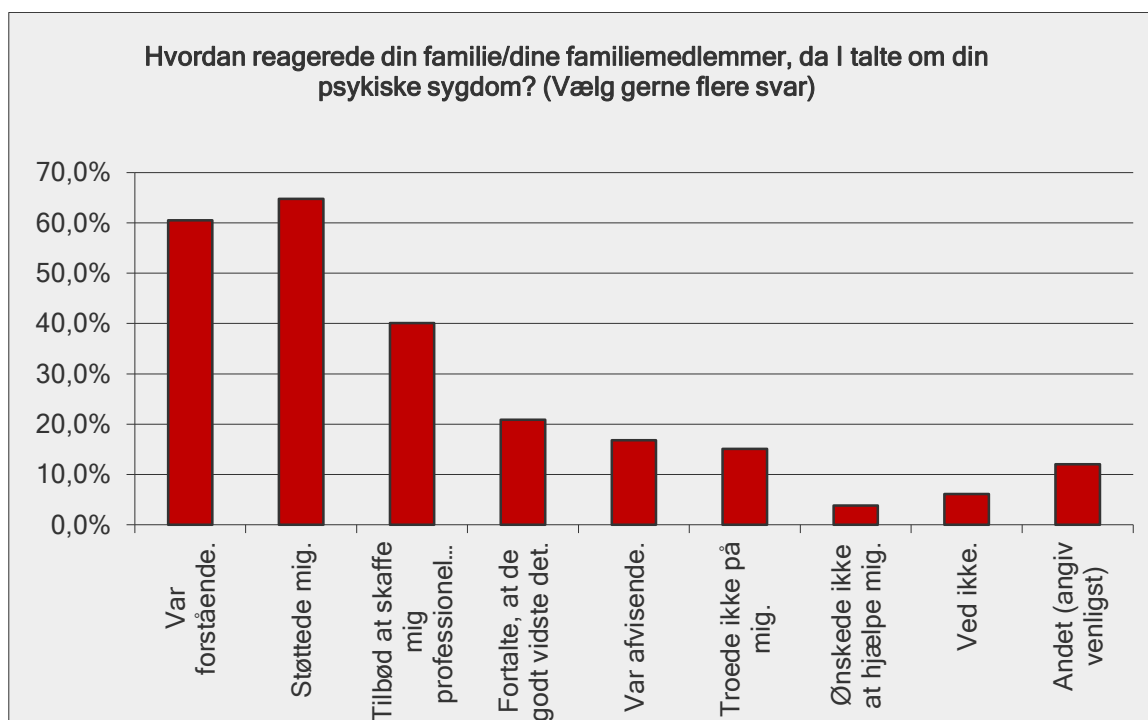
c. Hvem fra din familie er det sværest at tale med om din psykiske sygdom?

Hvem fra din familie er det sværest at tale med om din psykiske sygdom? (Vælg max tre svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Far	44,3%	174
Mor	28,2%	111
Papfar	7,1%	28
Papmor	3,6%	14
Bror	19,8%	78
Søster	12,2%	48
Bedsteforældre	25,7%	101
Fætter/kusine	14,0%	55
Onkel/tante	14,8%	58
Det er ikke svært at tale med nogen i min familie om min psykiske sygdom	5,3%	21
Ved ikke	7,4%	29
Andre	2,3%	9
<i>Besvaret spørgsmål</i>		393



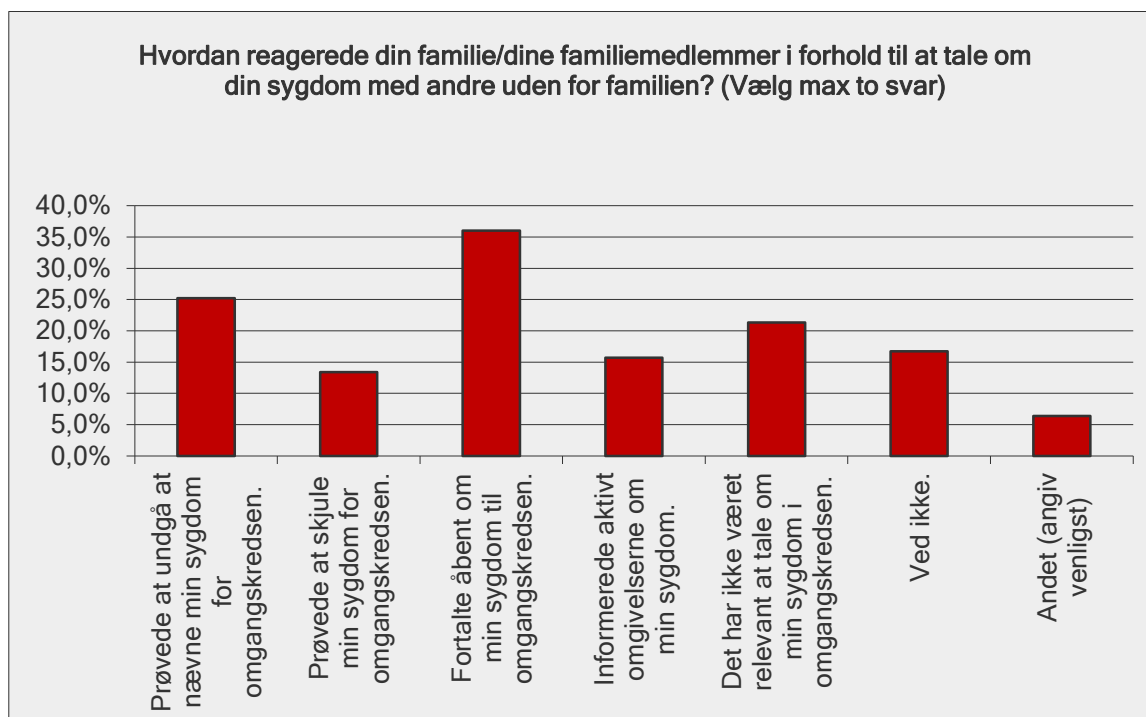
d. Hvordan reagerede din familie/dine familiemedlemmer, da I talte om din psykiske sygdom?

Hvordan reagerede din familie/dine familiemedlemmer, da I talte om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Var forstående	60,5%	237
Støttede mig	64,8%	254
Tilbød at skaffe mig professionel hjælp	40,1%	157
Fortalte, at de godt vidste det	20,9%	82
Var afvisende	16,8%	66
Troede ikke på mig	15,1%	59
Ønskede ikke at hjælpe mig	3,8%	15
Ved ikke	6,1%	24
Andet	12,0%	47
<i>Besvaret spørgsmål</i>		392



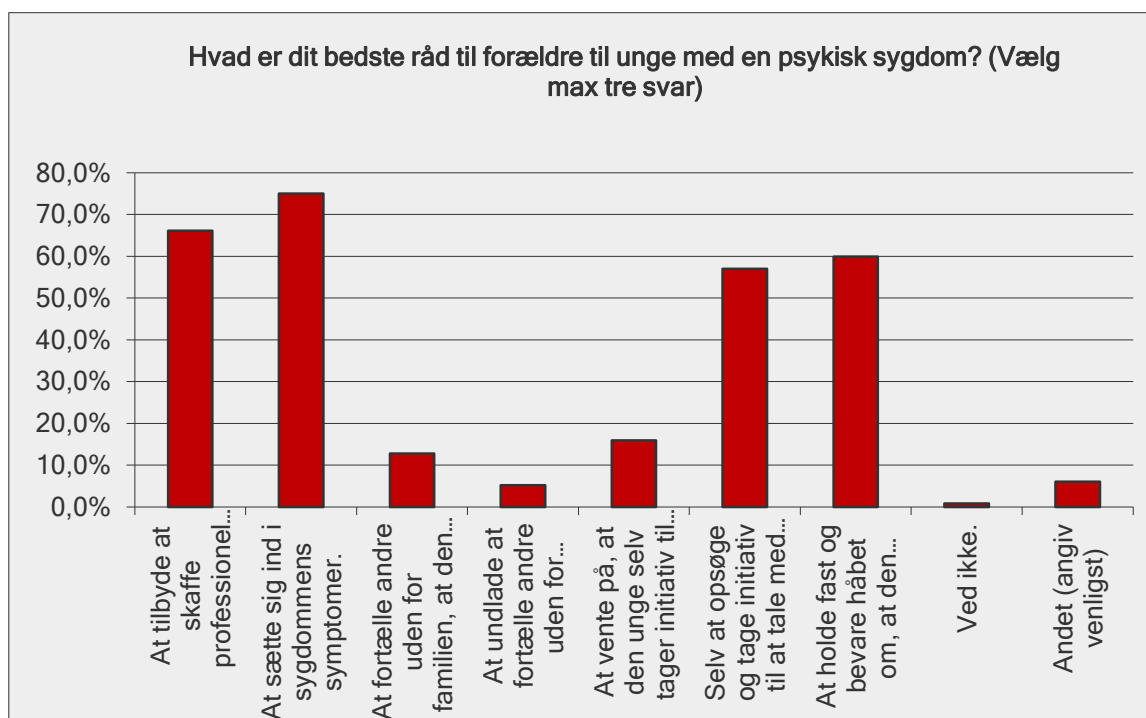
e. Hvordan reagerede din familie/dine familiemedlemmer i forhold til at tale om din sygdom med andre uden for familien?

Hvordan reagerede din familie/dine familiemedlemmer i forhold til at tale om din sygdom med andre uden for familien? (Vælg max to svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Prøvede at undgå at nævne min sygdom for omgangskredsen	25,2%	98
Prøvede at skjule min sygdom for omgangskredsen	13,4%	52
Fortalte åbent om min sygdom til omgangskredsen	36,0%	140
Informerede aktivt omgivelserne om min sygdom	15,7%	61
Det har ikke været relevant at tale om min sygdom i omgangskredsen	21,3%	83
Ved ikke	16,7%	65
Andet.	6,4%	25
<i>Besvaret spørgsmål</i>		389



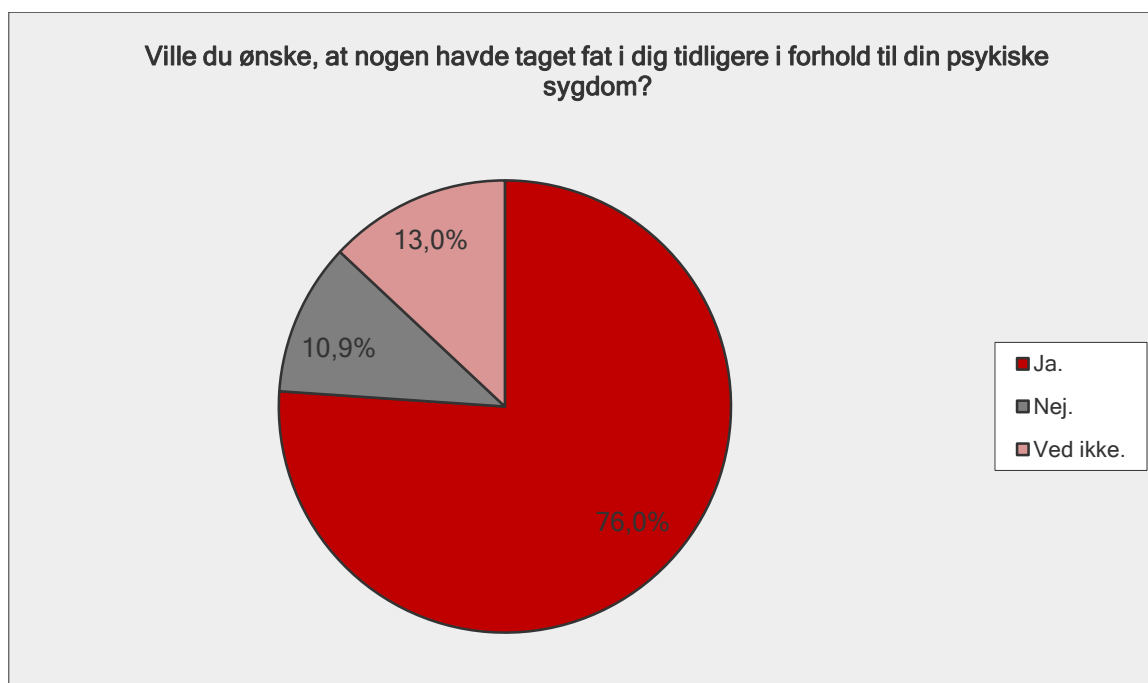
9. Hvad er dit bedste råd til forældre til unge med en psykisk sygdom?

Hvad er dit bedste råd til forældre til unge med en psykisk sygdom? (Vælg max tre svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
At tilbyde at skaffe professionel hjælp	66,1%	254
At sætte sig ind i sygdommens symptomer	75,0%	288
At fortælle andre uden for familien, at den unge lider af en psykisk sygdom	12,8%	49
At undlade at fortælle andre uden for familien, at den unge lider af en psykisk sygdom	5,2%	20
At vente på at den unge selv tager initiativ til at tale om sygdommen	15,9%	61
Selv at opsøge og tage initiativ til at tale med den unge, når de fornemmer, at der er et behov	57,0%	219
At holde fast og bevare håbet om, at den unge kan komme sig	59,9%	230
Ved ikke	0,8%	3
Andet	6,0%	23
	<i>Besvaret spørgsmål</i>	384



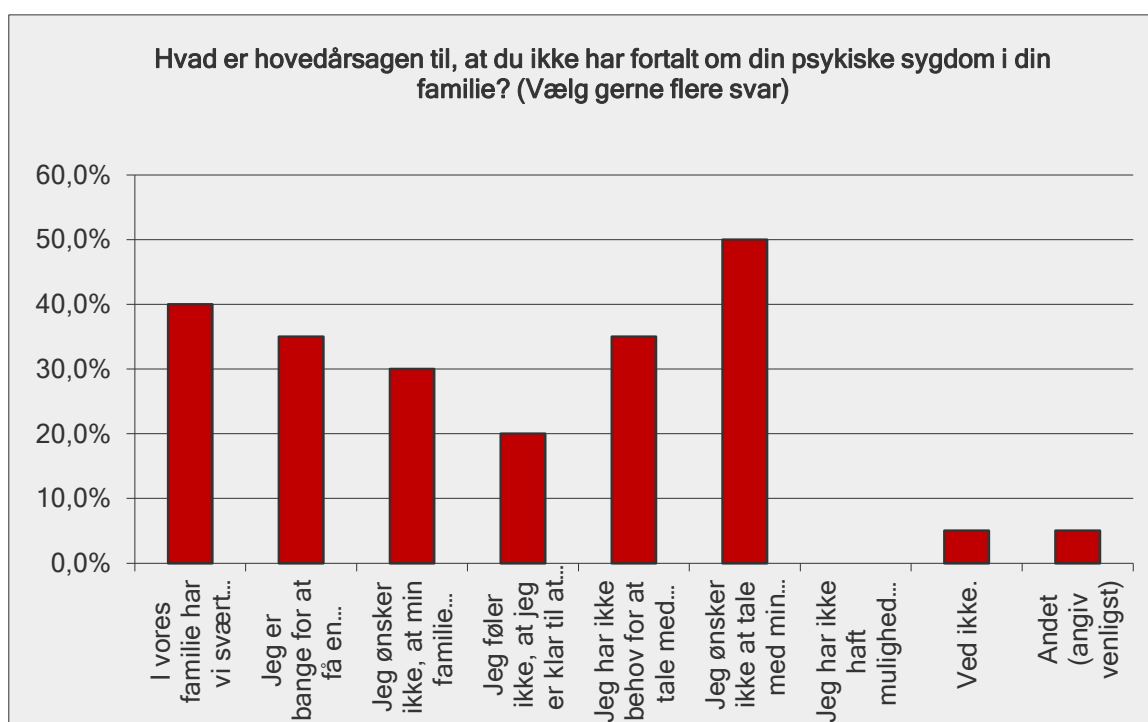
10. Ville du ønske, at nogen havde taget fat i dig tidligere i forhold til din psykiske sygdom?

Ville du ønske, at nogen havde taget fat i dig tidligere i forhold til din psykiske sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja	76,0%	292
Nej	10,9%	42
Ved ikke	13,0%	50
<i>Besvaret spørgsmål</i>		384



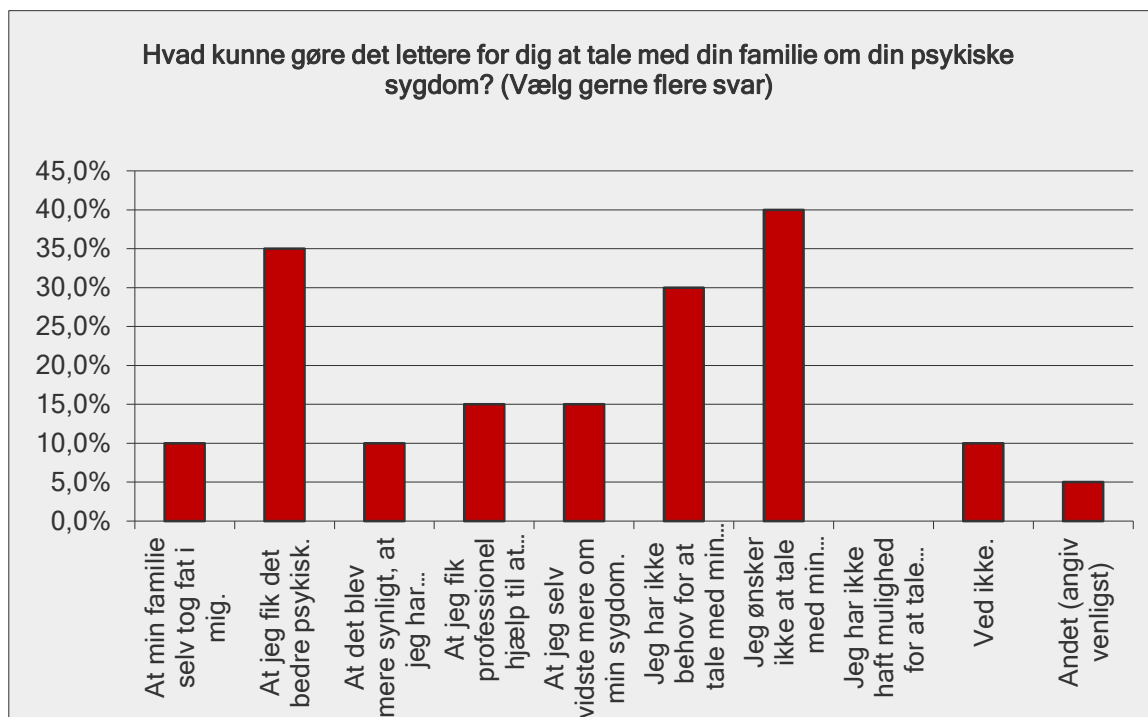
11. Hvad er hovedårsagen til, at du ikke har fortalt om din psykiske sygdom i din familie?

Hvad er hovedårsagen til, at du ikke har fortalt om din psykiske sygdom i din familie? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
I vores familie har vi svært ved at tale om følelser	40,1%	8
Jeg er bange for at få en negativ reaktion	35,0%	7
Jeg ønsker ikke, at min familie skal bekymre sig om mig	30,0%	6
Jeg føler ikke, at jeg er klar til at fortælle det	20,0%	4
Jeg har ikke behov for at tale med min familie om min psykiske sygdom	35,0%	7
Jeg ønsker ikke at tale med min familie om min psykiske sygdom	50,0%	10
Jeg har ikke haft mulighed for at tale med nogen fra min familie om min psykiske sygdom	0,0%	0
Ved ikke	5,0%	1
Andet	5,0%	1
<i>Besvaret spørgsmål</i>		20



a. Hvad kunne gøre det lettere for dig at tale med din familie om din psykiske sygdom?

Hvad kunne gøre det lettere for dig at tale med din familie om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
At min familie selv tog fat i mig	10,0%	2
At jeg fik det bedre psykisk	35,0%	7
At det blev mere synligt, at jeg har symptomer på psykisk sygdom	10,0%	2
At jeg fik professionel hjælp til at håndtere, hvordan jeg forklarer, hvordan jeg har det	15,0%	3
At jeg selv vidste mere om min sygdom	15,0%	3
Jeg har ikke behov for at tale med min familie om min psykiske sygdom	30,0%	6
Jeg ønsker ikke at tale med min familie om min psykiske sygdom	40,0%	8
Jeg har ikke haft mulighed for at tale med nogen fra min familie om min psykiske sygdom	0,0%	0
Ved ikke	10,0%	2
Andet (angiv venligst)	5,0%	1
<i>Besvaret spørgsmål</i>		20



b. Ville du ønske, at nogen, også andre end din familie, tog fat i dig i forhold til din psykiske sygdom?

Ville du ønske, at nogen, også andre end din familietog fat i dig i forhold til din psykiske sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja	35,0%	7
Nej	35,0%	7
Ved ikke	30,0%	6
<i>Besvaret spørgsmål</i>		20

