



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

UNGEUNDERSØGELSE

Om unges åbenhed om deres psykiske sygdom

i forhold til deres venner

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 angivet alder, og 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 **507 respondenter** med disse kriterier deltaget. Undersøgelsen blev lanceret d. 17. april 2013 og afsluttet d. 14. maj 2013, hvor alle data blev indsamlet.

Undersøgelsen har været tilgængelig via hjemmesiden **www.en-af-os.dk** og via Facebook-siden **www.facebook.com/enafos**.

KONTAKT:

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

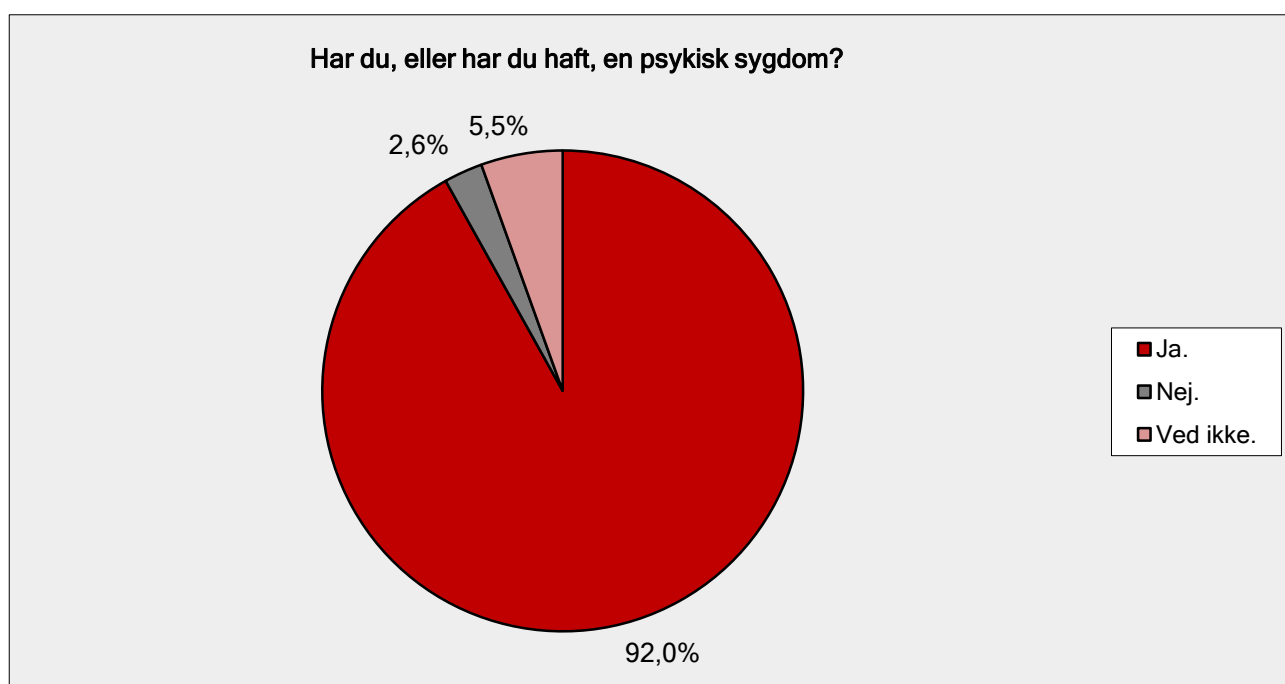
- Johanne Bratbo, projektleder for Landskampagnen EN AF OS
- Telefon: 35 47 57 47
- E-mail: jb@en-af-os.dk

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. Har du fortalt din ven om din psykiske sygdom?	6
a. Hvornår fortalte du første gang en ven, at du havde en psykisk sygdom/psykiske problemer?	7
b. Hvordan havde du det inden, du fortalte din ven om din psykiske sygdom?	8
c. Hvordan reagerede din ven, da du fortalte om din psykiske sygdom?	9
6. Hvordan havde du det efter, at have fortalt din ven om din psykiske sygdom?	10
a. Ville du ønske, at du havde fortalt din ven tidligere om din psykiske sygdom?	11
b. Hvad har det betydet for dine venskaber, at du har fortalt om din psykiske sygdom?	12
c. Hvem af dine venner er det nemmest at tale med om din psykiske sygdom?	13
d. Hvem af dine venner er det nemmest at tale med om din psykiske sygdom?	14
7. Hvad er hovedårsagen til, at du ikke har fortalt om din psykiske sygdom til dine venner?	15
a. Hvad kunne gøre det lettere for dig at tale med dine venner om din psykiske sygdom?	16
8. Har du oplevet, at en ven har taget fat i dig og spurgte, om du havde det psykisk dårligt?	17
a. Hvad var din umiddelbare reaktion, da din ven tog fat i dig?	18
9. Vil du gerne have at en ven fortalte dig det, hvis han/hun havde en psykisk sygdom?	19
10. Ville du blive skuffet, hvis din ven ikke fortalte om hans/hendes psykiske sygdom?	20
11. Hvad er dit bedste råd til venner til unge med en psykisk sygdom?	21

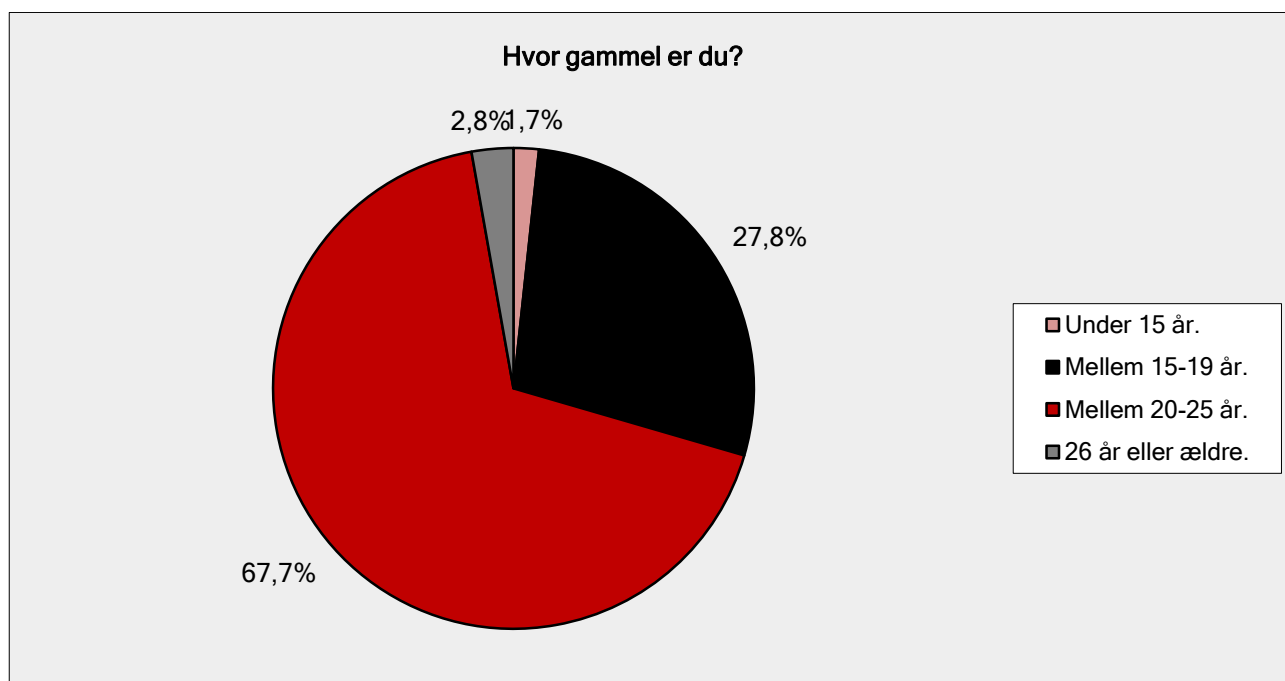
2. Har du, eller har du haft, en psykisk sygdom?

Har du, eller har du haft, en psykisk sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	92,0%	538
Nej.	2,6%	15
Ved ikke.	5,5%	32
Antal besvarelser		585



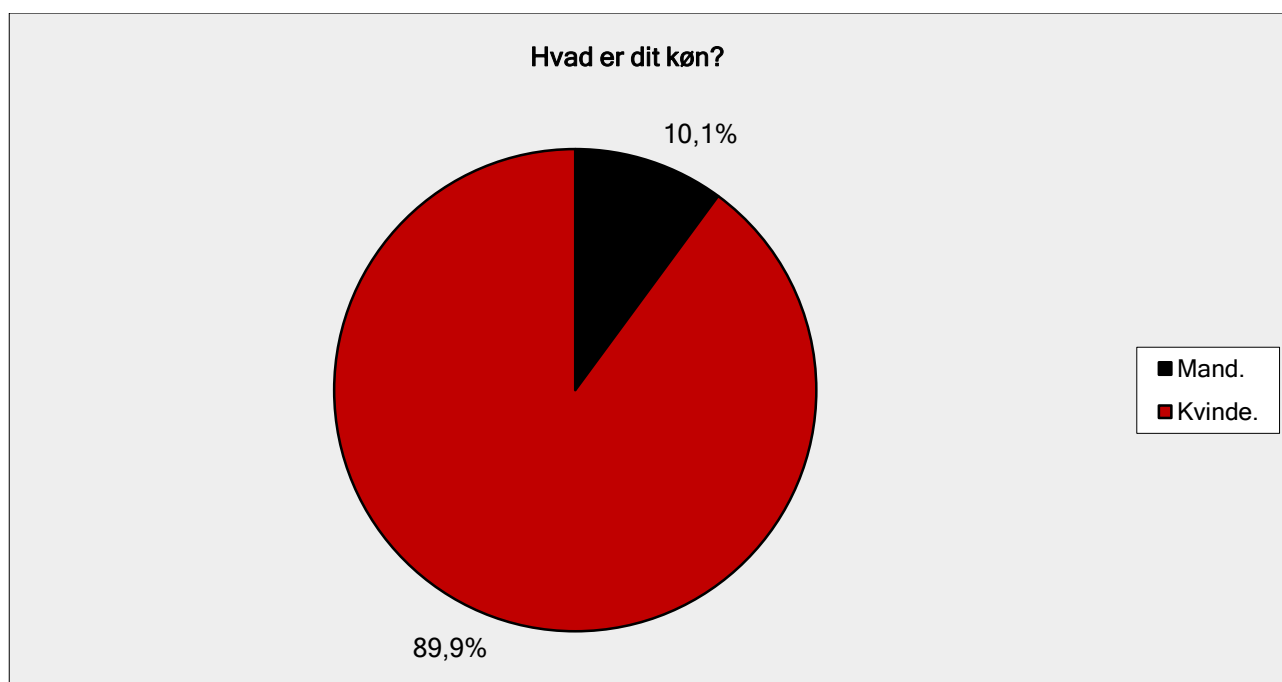
3. Hvor gammel er du?

Hvor gammel er du?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Under 15 år.	1,7%	9
Mellem 15-19 år.	27,8%	148
Mellem 20-25 år.	67,7%	361
26 år eller ældre.	2,8%	15
Antal besvarelser		533



4. Hvad er dit køn?

Hvad er dit køn?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Mand.	10,1%	51
Kvinde.	89,9%	456
Antal besvarelser		507



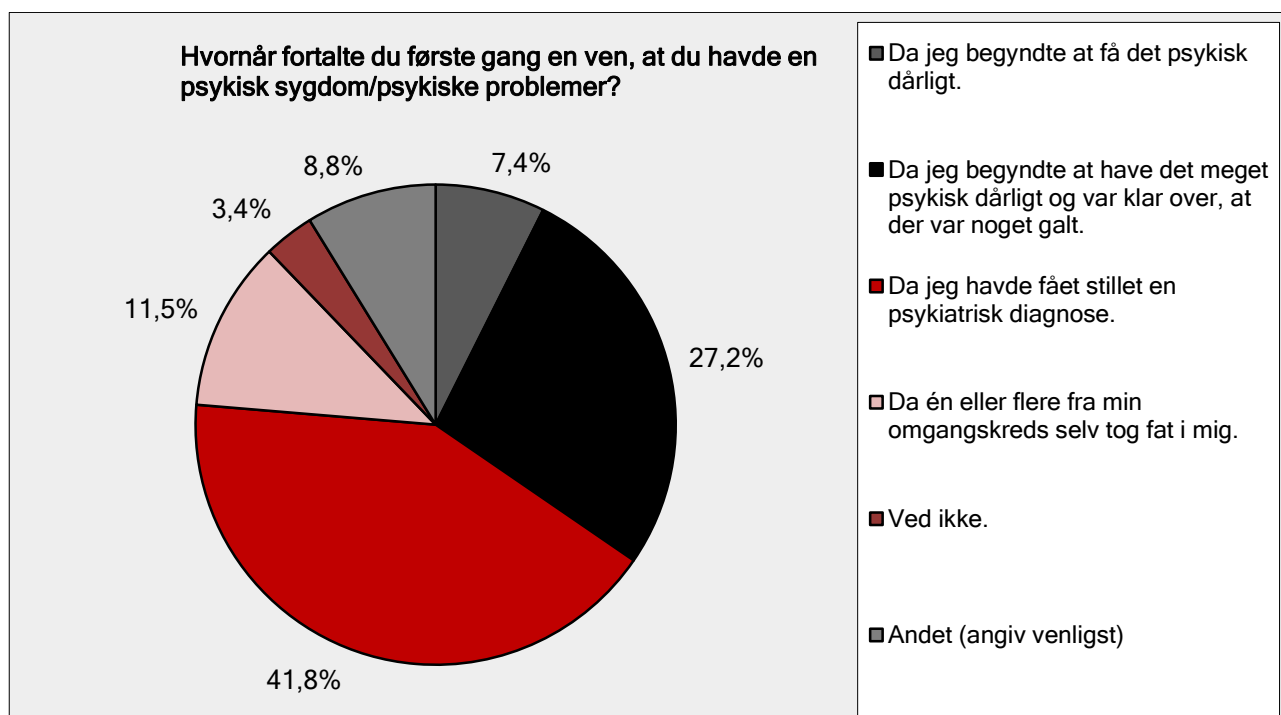
5. Har du fortalt din ven om din psykiske sygdom?

Har du fortalt en ven om din psykiske sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	93,0%	466
Nej. (se side 15)	6,0%	30
Ved ikke. (se side 15)	1,0%	5
Antal besvarelser		501



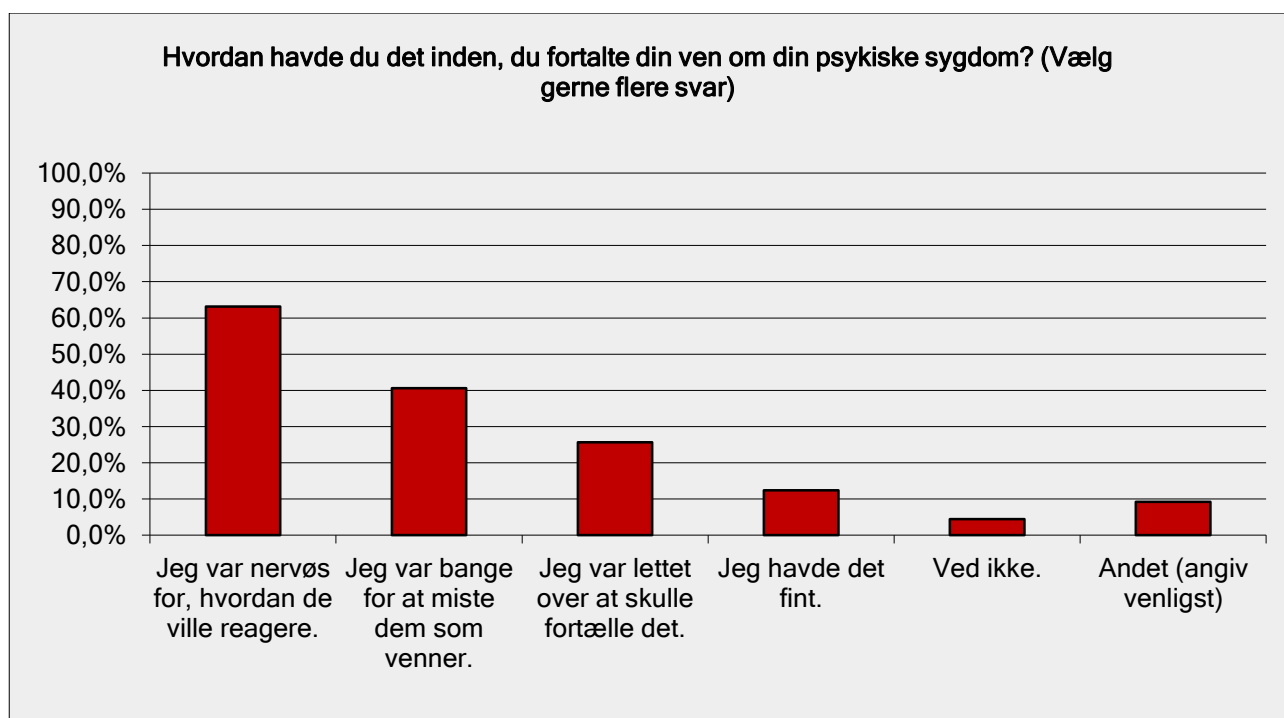
a. Hvornår fortalte du første gang en ven, at du havde en psykisk sygdom/psykiske problemer?

Hvornår fortalte du første gang en ven, at du havde en psykisk sygdom/psykiske problemer?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Da jeg begyndte at få det psykisk dårligt.	7,4%	33
Da jeg begyndte at have det meget psykisk dårligt og var klar over, at der var noget galt.	27,2%	121
Da jeg havde fået stillet en psykiatrisk diagnose.	41,8%	186
Da én eller flere fra min omgangskreds selv tog fat i mig.	11,5%	51
Ved ikke.	3,4%	15
Andet (angiv venligst)	8,8%	39
Antal besvarelser		445



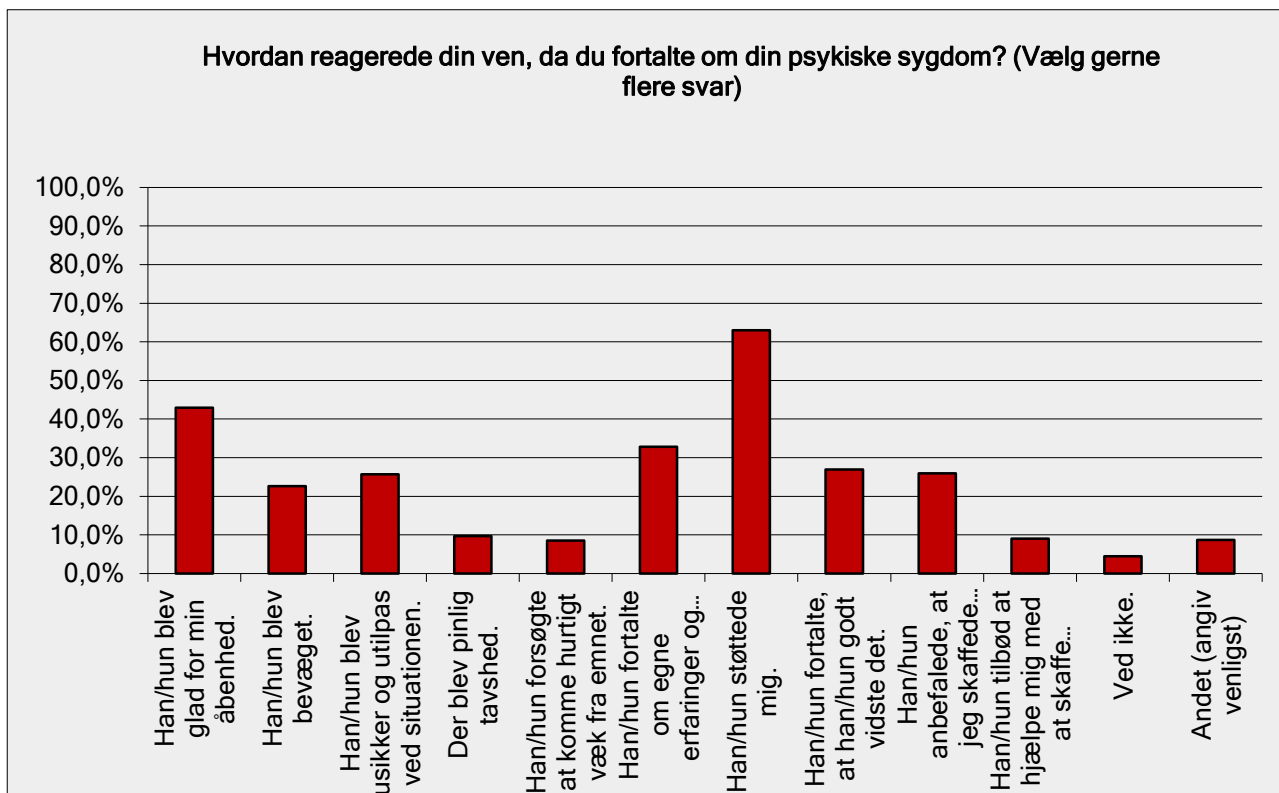
b. Hvordan havde du det inden, du fortalte din ven om din psykiske sygdom?

Hvordan havde du det inden, du fortalte din ven om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Jeg var nervøs for, hvordan de ville reagere.	63,1%	275
Jeg var bange for at miste dem som venner.	40,6%	177
Jeg var lettet over at skulle fortælle det.	25,7%	112
Jeg havde det fint.	12,4%	54
Ved ikke.	4,4%	19
Andet (angiv venligst)	9,2%	40
Antal besvarelser		436



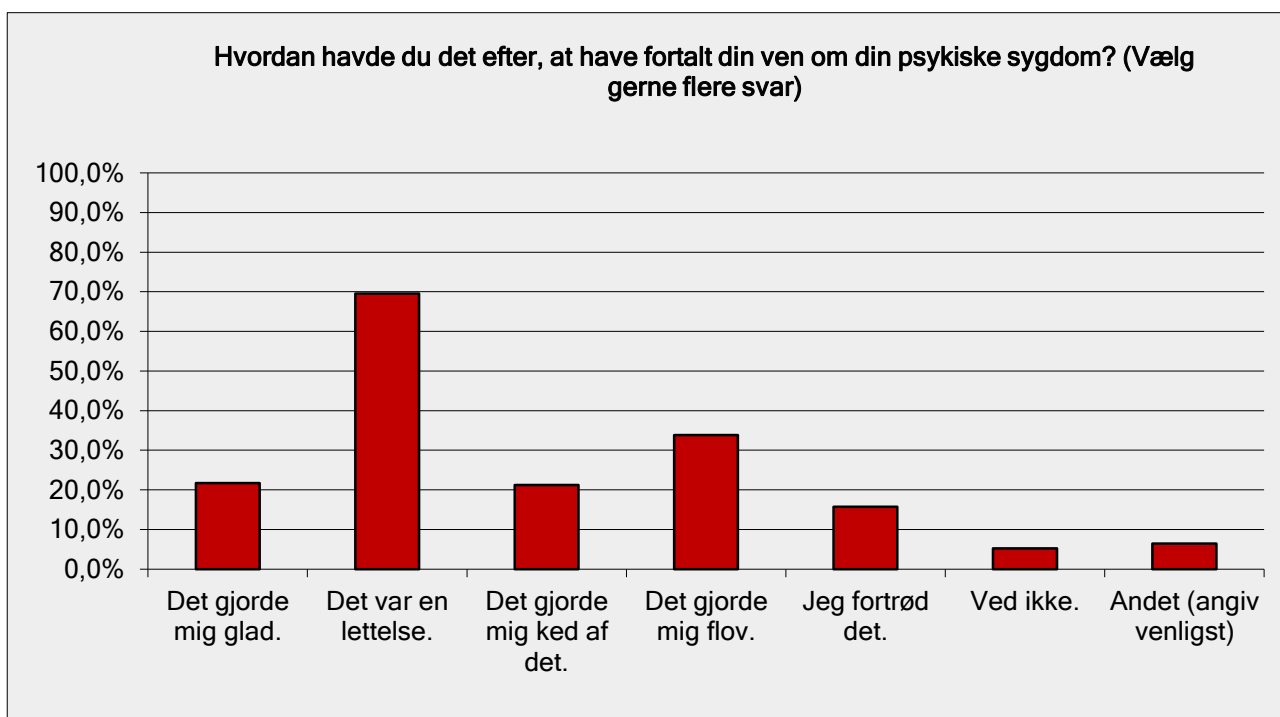
c. Hvordan reagerede din ven, da du fortalte om din psykiske sygdom?

Hvordan reagerede din ven, da du fortalte om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Han/hun blev glad for min åbenhed.	42,9%	182
Han/hun blev bevæget.	22,6%	96
Han/hun blev usikker og utilpas ved situationen.	25,7%	109
Der blev pinlig tavshed.	9,7%	41
Han/hun forsøgte at komme hurtigt væk fra emnet.	8,5%	36
Han/hun fortalte om egne erfaringer og oplevelser.	32,8%	139
Han/hun støttede mig.	63,0%	267
Han/hun fortalte, at han/hun godt vidste det.	26,9%	114
Han/hun anbefalede, at jeg skaffede professionel hjælp.	25,9%	110
Han/hun tilbød at hjælpe mig med at skaffe professionel hjælp.	9,0%	38
Ved ikke.	4,5%	19
Andet (angiv venligst)	8,7%	37
Antal besvarelser		424



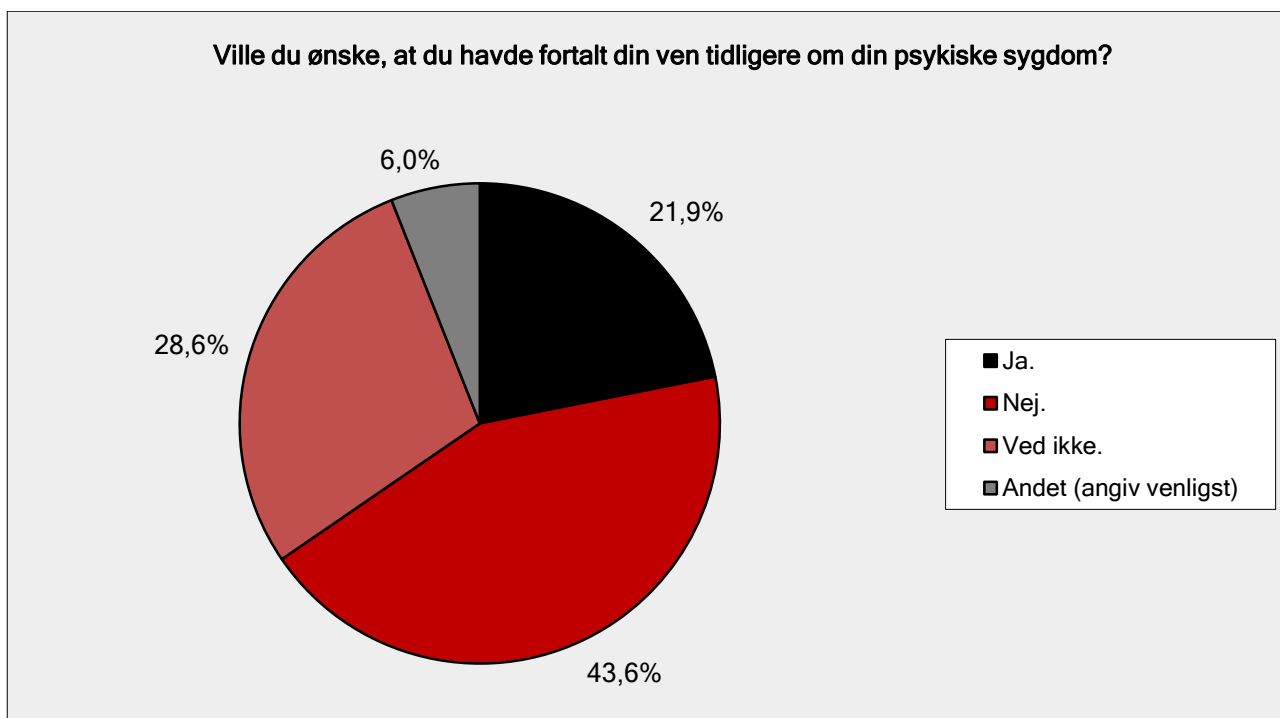
6. Hvordan havde du det efter, at have fortalt din ven om din psykiske sygdom?

Hvordan havde du det efter, at have fortalt din ven om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Det gjorde mig glad.	21,7%	91
Det var en lettelse.	69,5%	292
Det gjorde mig ked af det.	21,2%	89
Det gjorde mig fløv.	33,8%	142
Jeg fortrød det.	15,7%	66
Ved ikke.	5,2%	22
Andet (angiv venligst)	6,4%	27
Antal besvarelser		420



a. Ville du ønske, at du havde fortalt din ven tidligere om din psykiske sygdom?

Ville du ønske, at du havde fortalt din ven tidligere om din psykiske sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	21,9%	92
Nej.	43,6%	183
Ved ikke.	28,6%	120
Andet (angiv venligst)	6,0%	25
Antal besvarelser		420

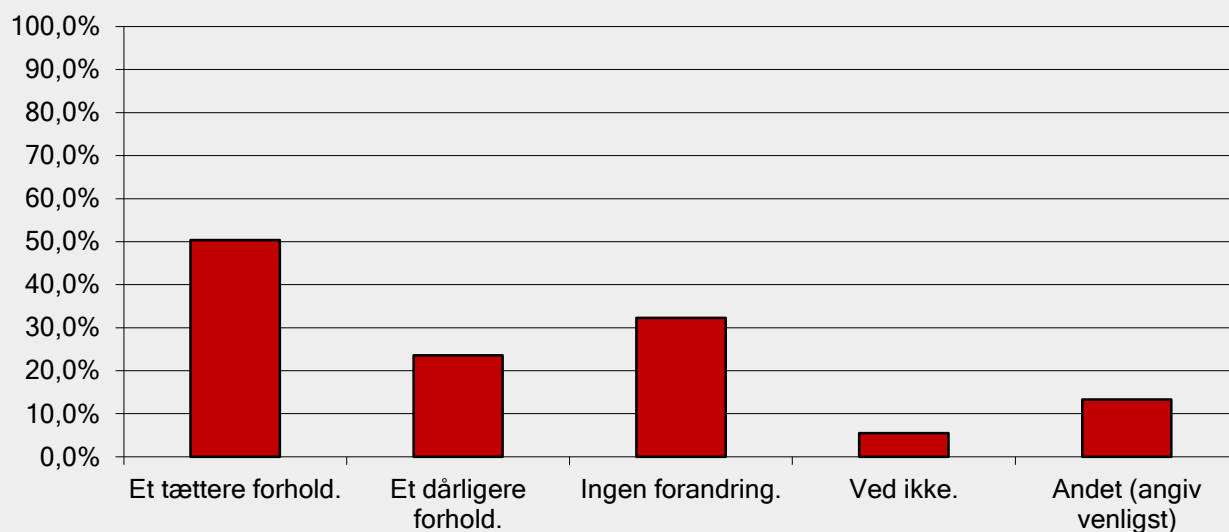


b. Hvad har det betydet for dine venskaber, at du har fortalt om din psykiske sygdom?

Hvad har det betydet for dine venskaber, at du har fortalt om din psykiske sygdom?? (Vælg gerne flere svar)

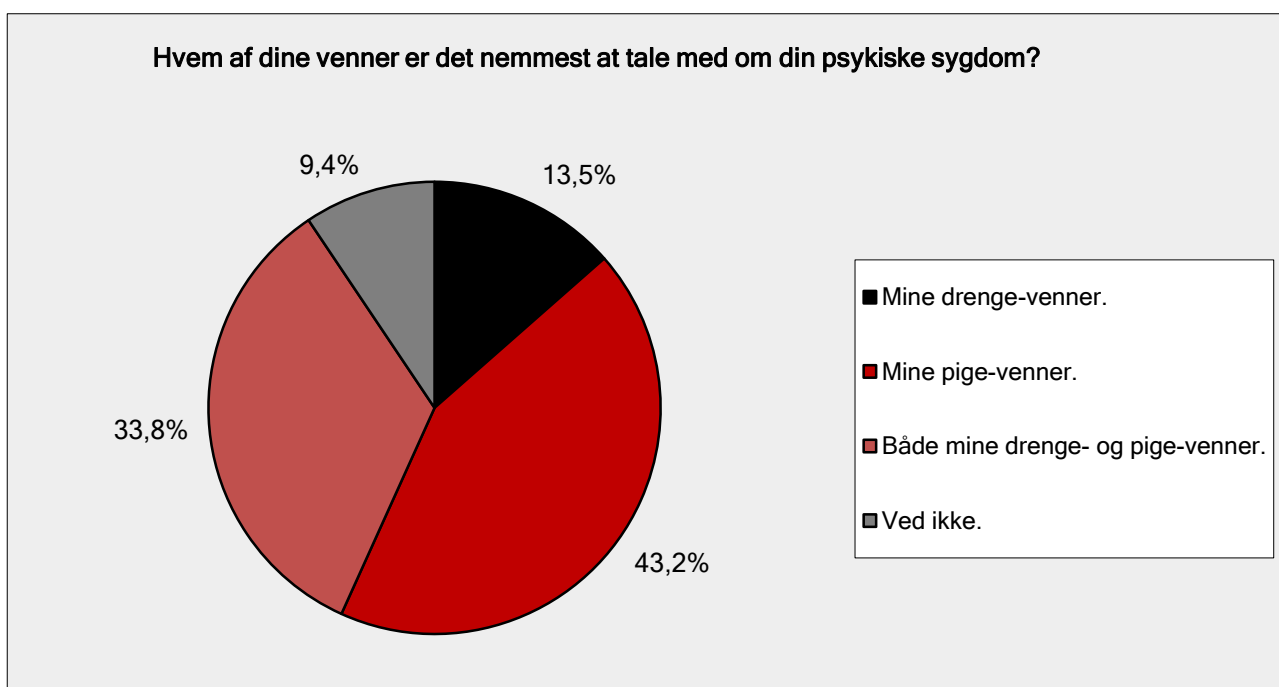
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Et tættere forhold.	50,4%	209
Et dårligere forhold.	23,6%	98
Ingen forandring.	32,3%	134
Ved ikke.	5,5%	23
Andet (angiv venligst)	13,3%	55
Antal besvarelser		415

Hvad har det betydet for dine venskaber, at du har fortalt om din psykiske sygdom?
(Vælg gerne flere svar)



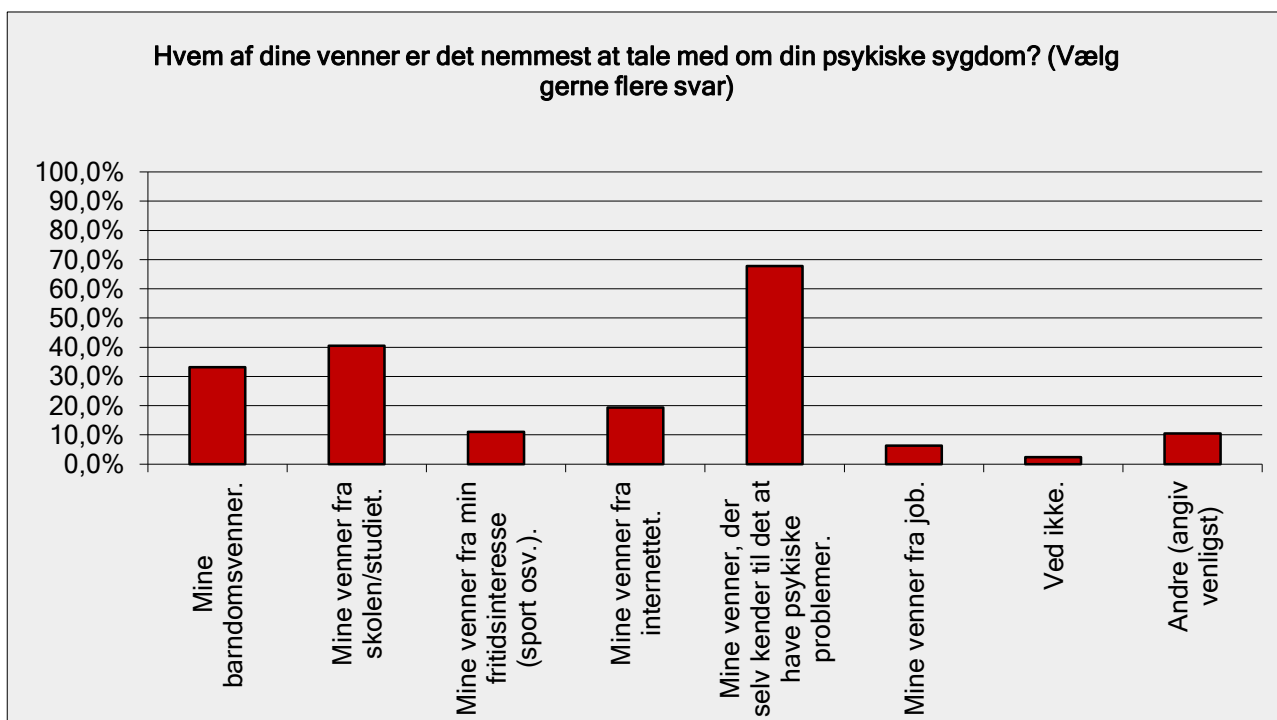
c. Hvem af dine venner er det nemmest at tale med om din psykiske sygdom?

Hvem af dine venner er det nemmest at tale med om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Mine drenge-venner.	13,5%	56
Mine pige-venner.	43,2%	179
Både mine drenge- og pige-venner.	33,8%	140
Ved ikke.	9,4%	39
Antal besvarelser		414



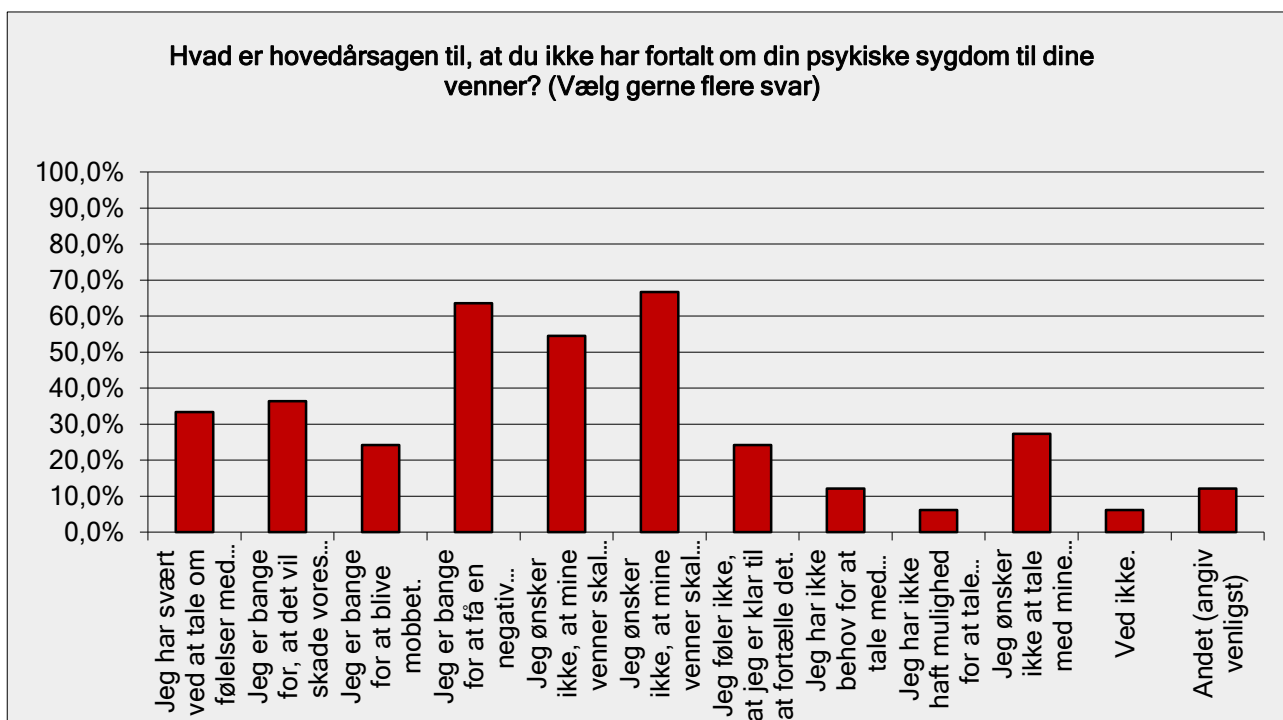
d. Hvem af dine venner er det nemmest at tale med om din psykiske sygdom?

Hvem af dine venner er det nemmest at tale med om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Mine barndomsvenner.	33,2%	136
Mine venner fra skolen/studiet.	40,5%	166
Mine venner fra min fritidsinteresse (sport osv.).	11,0%	45
Mine venner fra internettet.	19,3%	79
Mine venner, der selv kender til det at have psykiske problemer.	67,8%	278
Mine venner fra job.	6,3%	26
Ved ikke.	2,4%	10
Andre (angiv venligst)	10,5%	43
Antal besvarelser		410



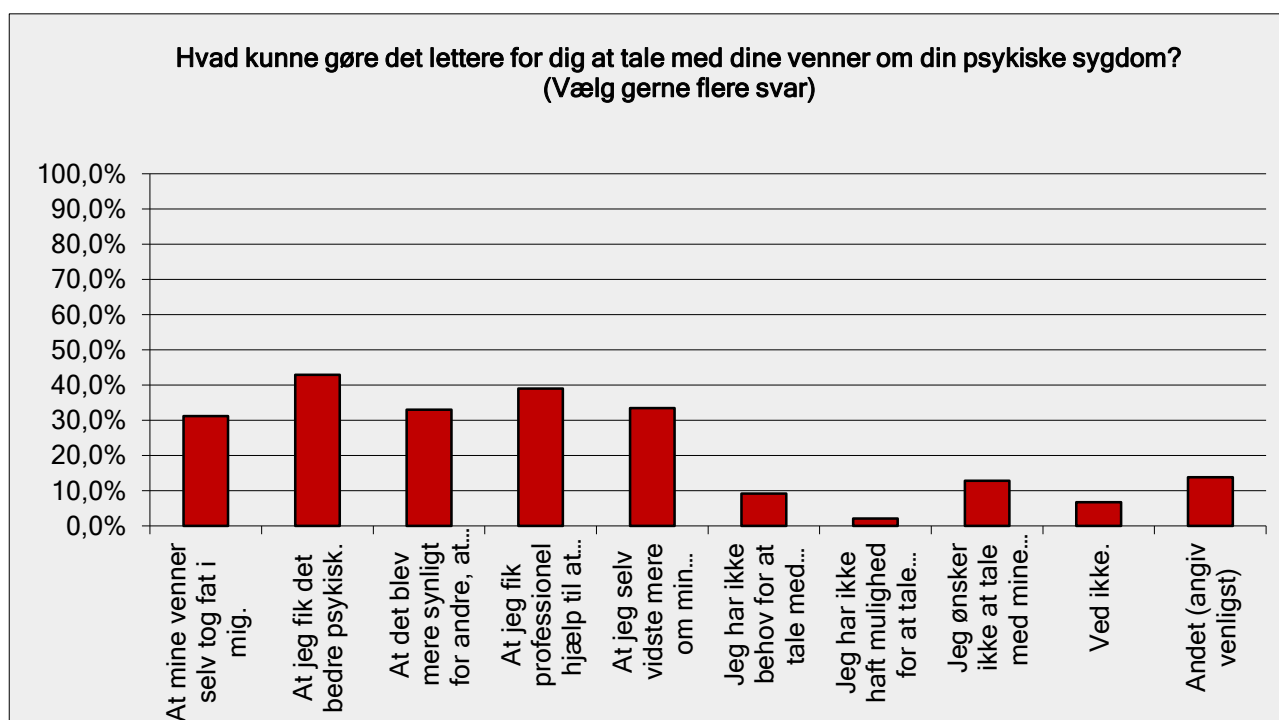
7. Hvad er hovedårsagen til, at du ikke har fortalt om din psykiske sygdom til dine venner?

Hvad er hovedårsagen til, at du ikke har fortalt om din psykiske sygdom til dine venner? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Jeg har svært ved at tale om følelser med mine venner.	33,3%	11
Jeg er bange for, at det vil skade vores forhold.	36,4%	12
Jeg er bange for at blive mobbet.	24,2%	8
Jeg er bange for at få en negativ reaktion.	63,6%	21
Jeg ønsker ikke, at mine venner skal bekymre sig om mig.	54,5%	18
Jeg ønsker ikke, at mine venner skal se anderledes på mig.	66,7%	22
Jeg føler ikke, at jeg er klar til at fortælle det.	24,2%	8
Jeg har ikke behov for at tale med mine venner om min psykiske sygdom.	12,1%	4
Jeg har ikke haft mulighed for at tale med nogen af mine venner om min psykiske sygdom.	6,1%	2
Jeg ønsker ikke at tale med mine venner om min psykiske sygdom.	27,3%	9
Ved ikke.	6,1%	2
Andet (angiv venligst)	12,1%	4
Antal besvarelser		33



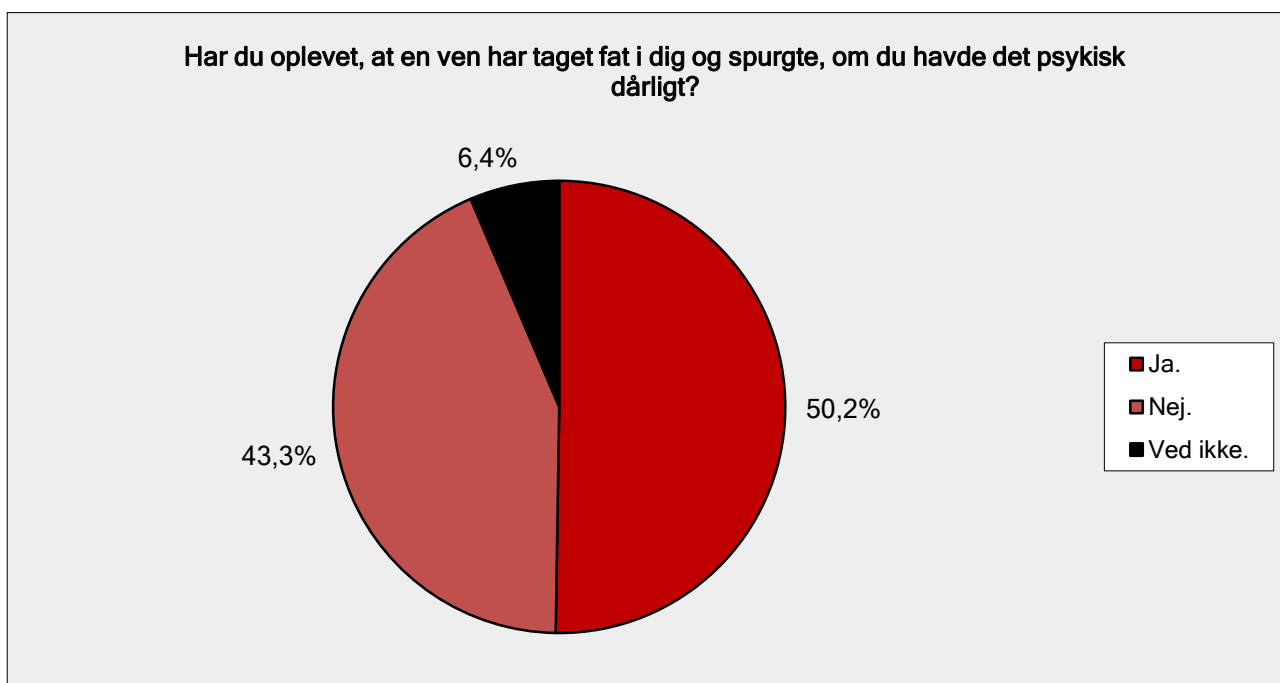
a. Hvad kunne gøre det lettere for dig at tale med dine venner om din psykiske sygdom?

Hvad kunne gøre det lettere for dig at tale med dine venner om din psykiske sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
At mine venner selv tog fat i mig.	31,2%	136
At jeg fik det bedre psykisk.	42,9%	187
At det blev mere synligt for andre, at jeg havde symptomer på psykisk sygdom.	33,0%	144
At jeg fik professionel hjælp til at håndtere, hvordan jeg forklarer, hvordan jeg har det.	39,0%	170
At jeg selv vidste mere om min sygdom.	33,5%	146
Jeg har ikke behov for at tale med mine venner om min psykiske sygdom.	9,2%	40
Jeg har ikke haft mulighed for at tale med nogen af mine venner om min psykiske sygdom.	2,1%	9
Jeg ønsker ikke at tale med mine venner om min psykiske sygdom.	12,8%	56
Ved ikke.	6,7%	29
Andet (angiv venligst)	13,8%	60
Antal besvarelser		436



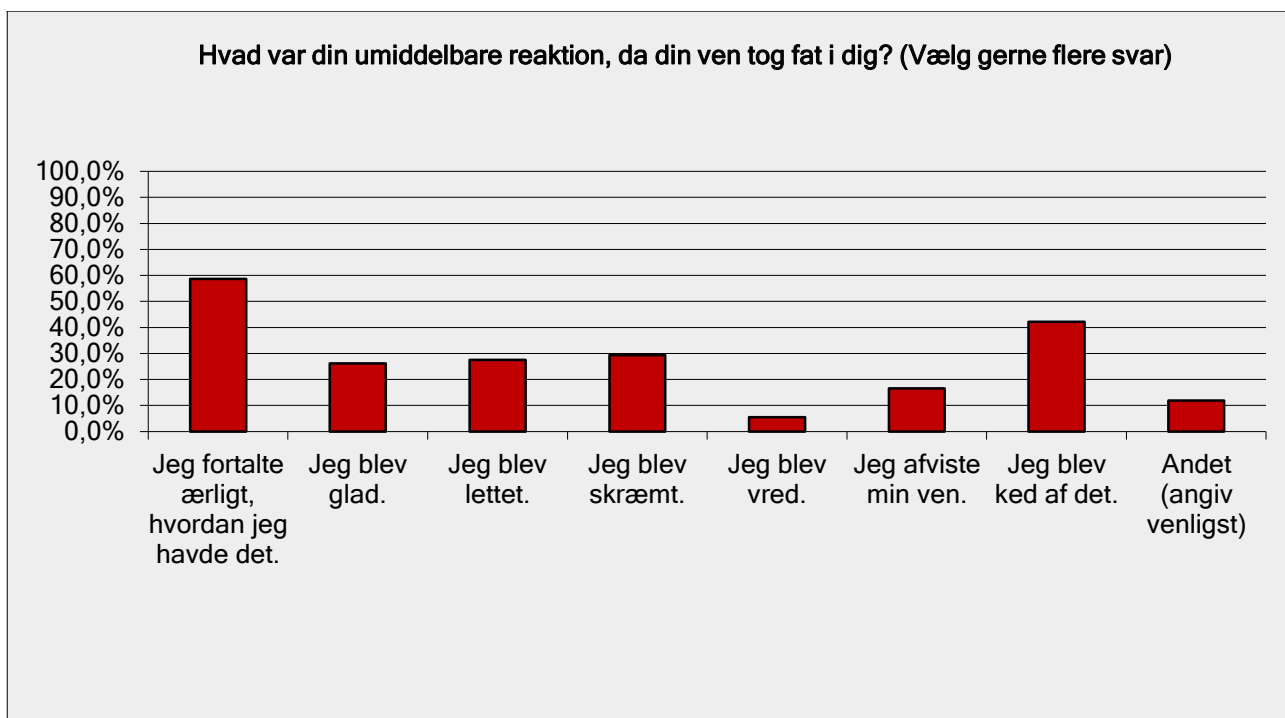
8. Har du oplevet, at en ven har taget fat i dig og spurgte, om du havde det psykisk dårligt?

Har du oplevet, at en ven har taget fat i dig og spurgte, om du havde det psykisk dårligt?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	50,2%	219
Nej.	43,3%	189
Ved ikke.	6,4%	28
Antal besvarelser		436



a. Hvad var din umiddelbare reaktion, da din ven tog fat i dig?

Hvad var din umiddelbare reaktion, da din ven tog fat i dig? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Jeg fortalte ærligt, hvordan jeg havde det.	58,7%	128
Jeg blev glad.	26,1%	57
Jeg blev lettet.	27,5%	60
Jeg blev skræmt.	29,4%	64
Jeg blev vred.	5,5%	12
Jeg afviste min ven.	16,5%	36
Jeg blev ked af det.	42,2%	92
Andet (angiv venligst)	11,9%	26
Antal besvarelser		218



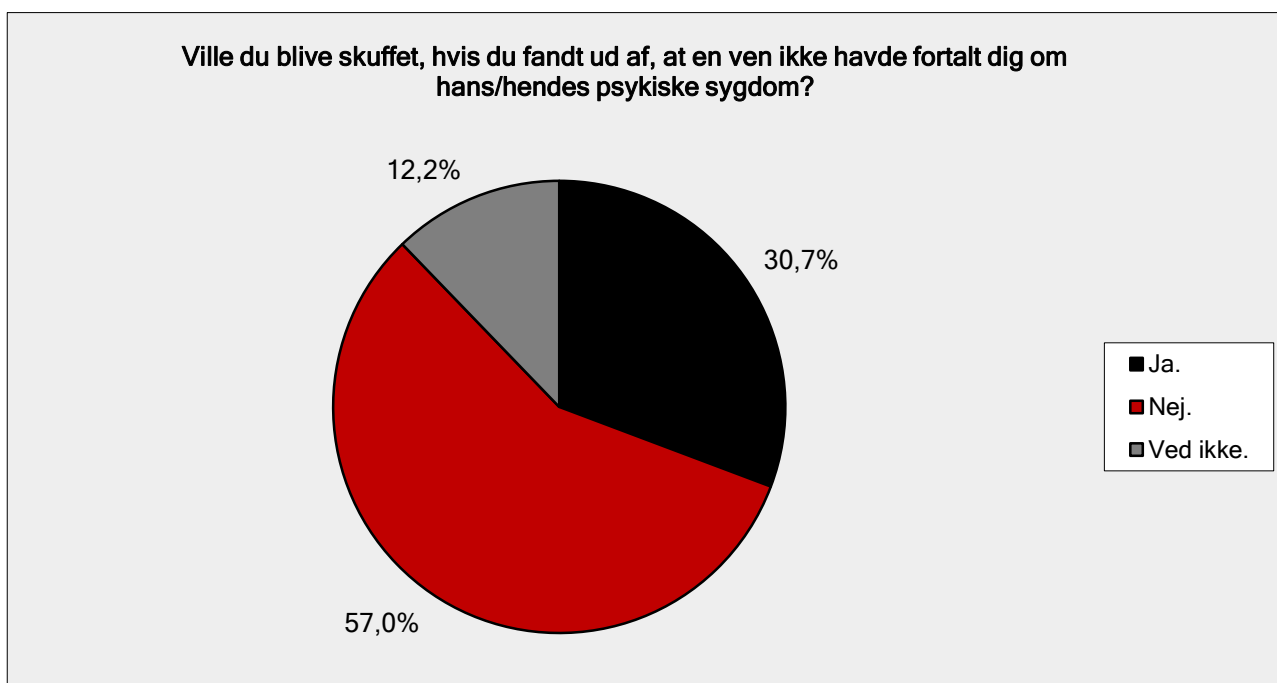
9. Vil du gerne have at en ven fortalte dig det, hvis han/hun havde en psykisk sygdom?

Vil du gerne have at en ven fortalte dig det, hvis han/hun havde en psykisk sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	94,9%	412
Nej.	1,6%	7
Ved ikke.	3,5%	15
Antal besvarelser		434



10. Ville du blive skuffet, hvis din ven ikke fortalte om hans/hendes psykiske sygdom?

Ville du blive skuffet, hvis du fandt ud af, at en ven ikke havde fortalt dig om hans/hendes psykiske sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	30,7%	133
Nej.	57,0%	247
Ved ikke.	12,2%	53
Antal besvarelser		433



11. Hvad er dit bedste råd til venner til unge med en psykisk sygdom?

Hvad er dit bedste råd til venner til unge med en psykisk sygdom? (Vælg max tre svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
At være lyttende.	67,8%	290
At opføre sig, som man altid har gjort.	53,0%	227
Ikke at se anderledes på den unge.	61,7%	264
At tilbyde at hjælpe med at skaffe professionel hjælp.	17,8%	76
At sætte sig ind i sygdommens symptomer.	39,0%	167
At fortælle andre venner, at den unge lider af en psykisk sygdom.	1,6%	7
At undlade at fortælle andre venner, at den unge lider af en psykisk sygdom.	22,9%	98
At vente på, at den unge selv tager initiativ til at tale om sygdommen.	19,2%	82
Selv at opsøge og tage initiativ til at tale med den unge, når de fornemmer, at der er et behov.	43,7%	187
At holde fast og bevare håbet om, at den unge kan komme sig.	54,7%	234
Ved ikke.	0,2%	1
Andet (angiv venligst)	4,4%	19
Antal besvarelser		428

