

Decibels trendrapporter är en kort sammanställning av sådana fenomen eller problemområden som Decibels ungdomsinformatörer märkt att under den senaste månaden/tiden aktualiserats via frågor till rådgivningsdelen Våga fråga/Kysy pois. Dessa rapporter kan delas till alla inom Decibels 12 medlemskommuner som behöver denna information, exempelvis skolkuratorer, hälsovårdare, socialarbetare och ungdomsledare. De distribueras via de tjänstemän inom ungdomsverksamheten för respektive kommun som sitter i Decibels ledningsgrupp.

Oktober - December 2021

Antal frågor totalt 516 st

Antal frågor från Decibels medlemskommuner 453

Frågor på svenska: 462

Frågor på finska: 54

Tjejer: 316

Killar: 173

Annat: 27

Mest frågor ställda av personer i åldern: 14-16

Trender – Våga fråga

Precis som tidigare, så är kategorin av frågor som är i tydlig majoritet frågor om kroppen och hälsan. Under perioden oktober-december, har dessa frågor ofta handlat om vad som är normalt/onormalt när det kommer till fysiskt utseende och olika symtom. En stor del av frågorna som berör fysiskt utseende behandlar penisstorlek, exempelvis om de har för liten penis för att kunna genomföra en viss form av sex. Det är tydligt att i synnerhet pojkar i slutet av puberteten är oroliga för att deras penis inte kommer växa mer, vilket troligen bygger på samhällsidealet om att penisen behöver vara stor. Flera verkar ha uppfattningen om att en liten penis innebär ett dåligt sexliv, vilket delvis visar på bristfällig sexualundervisning. Dessa typer av frågor kan även tyda på att de som ställer frågorna bildat felaktiga uppfattningar ifall de kollat på mycket porr och annat innehåll på ex. sociala medier.

Det finns också en tydlig rädsla för olika sjukdomar, bland annat könssjukdomar, men även ett flertal andra typer av sjukdomar. Detta märks tydligt i frågor där individen beskriver ett eller flera symtom de upplevt, och kopplar dem till möjligheten av eventuella diagnoser. Flera ungdomar använder avancerade medicinska termer och namn på diagnoser, vilket tyder på att de tidigare har googlat på sina symtom, och via det börjat misstänka en specifik sjukdom. Också frågor om mens är fortsättningsvis vanliga, i synnerhet frågor om utseendet/konsistensen av mensblodet eller flytningar, och ifall det är normalt att ha avvikande blödningar eller försenad mens.

En annan typ av frågor som fortfarande är ofta förekommande, är frågor kring sex. Dessa frågor behandlar allt från vilken ålder som är lämplig att ha sex för första gången, eller hur man överlag har sex. Vissa frågor kan handla om samtycke, antingen om vad samtycke innebär, eller så har individer skrivit om situationer då saknaden av samtycke inte beaktas av exempelvis partnern. Preventivmedel är också ett tema som är väldigt vanligt, bland annat frågor om hur man skaffar preventivmedel, frågor om biverkningar, samt frågor om hur man agerar ifall man använt preventivmedlet fel. Detta visar på att flera ungdomar inte känner sig bekväma att kontakta preventivmedelsrådgivningen, och därför hellre kontaktar decibel där tröskeln känns lägre.

Andra frågor som ofta kommer in är frågor om olika typer av relationer, så som familjen, vänner och romantiska relationer. Majoriteten av dessa består av frågor där personen förklarar sin situation, och ber om råd hur hen skall hantera den. Situationerna har exempelvis kunnat handla om konflikter i kompisrelationer, hur man skall gå till väga om man är förälskad eller hur man kommer ut till sina föräldrar. I flera fall verkar det också som om personen redan vet vad hen borde göra, men behöver bara ett visst stöd och en typ av bekräftelse som svaret ger.

De frågor som kommit in angående psykisk ohälsa har varit varierande, men de mest förekommande har varit om ångest och oro. I en stor del av frågorna finns ett återkommande begrepp, vilket är ”övertänkande”. Oberoende situation eller diagnos, så hävdar flera att de övertänker en hel del och att det stör deras vardagliga liv. De kan övertänka sina relationer, eget beteende eller exempelvis fysiska symtom. En del av frågorna behandlar också självmordstankar och även självmordsförsök, vilket självklart är oroväckande. De som ställer dylika frågor verkar inte inse att det finns en hjälp att få, vilket är information vi hoppas att decibels svar kan erbjuda. Även frågor som berör en negativ syn på egen kropp samt dålig relation till mat är vanliga. Den dåliga relationen till mat kan handla om både grov hetsätning, men även fall av grovt näringsunderskott. Det finns flera tydliga fall av unga som håller på att falla in i en ätstörning, via att uttrycka sin vilja att gå ner i vikt, trots att personen är normalviktig eller även underviktig.

Övriga frågor som återkommit mer sällan, har handlat om bland annat studier, piercingar och covid-19. Frågorna kring covid-19 har främst behandlat vaccinen. Det har även kommit in ett fåtal oseriösa eller ”spam” frågor, men det är inget ovanligt. Överlag har det kommit in fler frågor under denna period, än under andra under år 2021. Jämfört med början av hösten, fick vi in 81 fler frågor, och jämfört med samma period år 2020 har frågorna ökat med 94.

Vad vi upplever borde informeras mera åt ungdomarna utgående från denna period:

- ❑ Information om var personer kan söka hjälp i olika situationer, exempelvis gällande psykisk ohälsa, närståendes alkoholmissbruk eller problem gällande kost. Denna information bör även vara lätt tillgänglig och lättläst. Denna info skulle gärna även få innehålla kontaktuppgifter.
- ❑ Information om var som är normalt/onormalt när det kommer till utseende, samt pubertetsutveckling.
- ❑ Information om att nätet inte är en tillförlitlig plats att hitta diagnoser, utan att man bör kontakta skolhälsovården eller hvc om något är fel. Även att man inte kan diagnostisera sig själv, i synnerhet inte på basen av något man läst på internet.

1000-tack till alla våra experter och vårt kontaktnätverk ute i våra 12 kommuner. Det är NI som gör Decibel.

Tidigare trendrapporter kan läsas på <https://www.decibel.fi/om-oss/trendrapporter-over-decibel>

Om ni är intresserade av våra temapaketer, som även kan göras på distans, ta gärna kontakt för mera information! (decibel@korsholm.fi).

Med vänliga hälsningar

Decibel-teamet