



TRESTADSSTUDIEN

Trestadsstudien är ett femårigt forskningsprojekt som bedrivs av forskare vid enheten för psykologi vid Örebro universitet. Studien pågår mellan år 2014 och år 2018 och sker inom de kommunala högstadie- och gymnasieskolorna i Örebro, Karlskoga och Köping.

TRESTADSSTUDIEN

Vad är Trestadsstudien?

Trestadsstudien är ett femårigt forskningsprojekt som bedrivs av forskare vid enheten för psykologi vid Örebro universitet. Studien pågår mellan år 2014 och år 2018 och sker inom de kommunala högstade- och gymnasieskolorna i Örebro, Karlskoga och Köping. Cirka 3000 ungdomar besvarar varje år en enkät som handlar om hur de ser på sig själva och sitt mående. Genom årliga återkommande mätningar kan vi följa utvecklingen av ungdomars psykiska hälsa över tid. Ett annat viktigt syfte med studien är att utveckla bättre behandlingar och förebyggande åtgärder. Inom studiens ramar utvärderas ett fyrtal förebyggande åtgärder riktad mot stress, sömnsvårigheter, föräldraskap, samt intolerans.

Syftet med Trestadsstudien

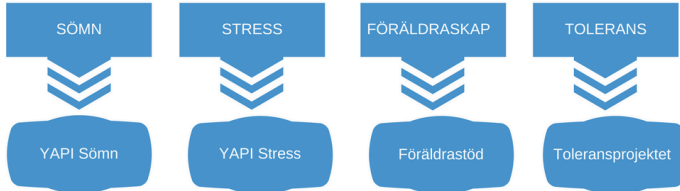
Uppskattningsvis utvecklar så många som en av fyra ungdomar under ungdomsåren psykosociala problem. Det kan handla om internaliserade problem, såsom ådstörningar, ångslan, depression och självskaðebeteende. Det kan också handla om externaliserade problem såsom aggressivitet, mobbning, och brottslighet. Andra typer av problem av mer fysisk natur såsom smårtor, problem med magen och sömnproblem är också vanligt förekommande. Tidigare studier har dessutom visat att samsjuklighet är vanligt förekommande bland ungdomar, det vill säga att individer som utvecklar ett problem i många fall även utvecklar andra problem samtidigt.

Syftet med Trestadsstudien är att nå en fördjupad förståelse kring varför denna samsjuklighet är så vanlig. Idag finns goda behandlingar för de psykosociala problem som ungdomar utvecklar, men oftast behandlas de var för sig. Förhoppningen är att man i framtiden, genom att hitta och förstå bakomliggande faktorer, kan hitta metoder att behandla samt förebygga flera psykosociala problem samtidigt.

Fokusområden

I Trestadsstudien vill vi undersöka om det går att identifiera

TRESTADSSTUDIEN



faktorer som ligger bakom utvecklingen av psykisk ohälsa och utifrån tidigare forskning har vi valt att titta särskilt på fyra områden i ungdomars liv.

Sömn

Vi vet sedan länge att sömnen är viktig för vårt fungerande och att problem med sömnen kan leda till eller påskynda utvecklandet av psykisk ohälsa. Samtidigt ser vi en negativ trend gällande ungdomars sömn och i vår studie vill vi titta närmare på hur detta kan spela in i ungdomars mående. Vi har också utvecklat och utvärderat en intervention, YAPI Sömn, vars syfte var att främja ungdomars sömn.

Stress

Likt sömn har tidigare forskning visat på att stress kan föregå utvecklingen av flera olika problem. Vi tittar på hur ungdomars stress ser ut, vilka områden som orsakar stress och hur det utvecklas över tid. Dessutom utvärderar vi en intervention, YAPI Stress, som riktade sig mot ungdomar med förhöjda stressnivåer.

Föräldraskap

Relationen till föräldrarna fortsätter att vara viktig genom ungdomsåren och i studien tittar vi även på detta, både genom enkäten som ungdomarna fyller i men även genom en enkät som gavs till föräldrarna. En internetbaserad föräldrintervention utvärderades också inom projektet.

Mobbning/Tolerans

Det är viktigt att jobba med intolerans, det vill säga aktivt avstånd

från vad man anser främmande, då det negativt kan påverka psykisk hälsa, riskbeteenden, skolprestation och självförtroende. Trestadsstudien fick därför i uppgift att utvärdera en intervention, kallad Toleransprojektet. Interventionen har till syfte att jobba med tolerans, verka för acceptans av olikheter, samt reducera negativa effekter av stereotyper.

YAPI

Inom projektet utvecklades en webbplattform, YAPI (Your App for Psychological Interventions). Denna plattform ger möjlighet att kommunicera med deltagare, leverera informationsmaterial samt samla in information genom formulär. Denna plattform användes för de förebyggande insatserna YAPI Sömn och YAPI Stress.

Hur går studien till?

Grunden för studien består av en enkät som eleverna i de utvalda skolorna fyller i varje vårtermin mellan 2014-2018. Eleverna får fylla i två häften med frågor under 90 minuter av ordinarie undervisningstid. Frågorna handlar om hur de ser på sig själva och sitt mående. Det finns utbildade testledare från Örebro universitet närvarande i klassrummet för att besvara frågor från deltagarna. Eleverna som deltagit bjuds på en liten fika och efteråt samlas enkäterna in och returneras till universitetet där dom förvaras inlåsta.

Deltagare

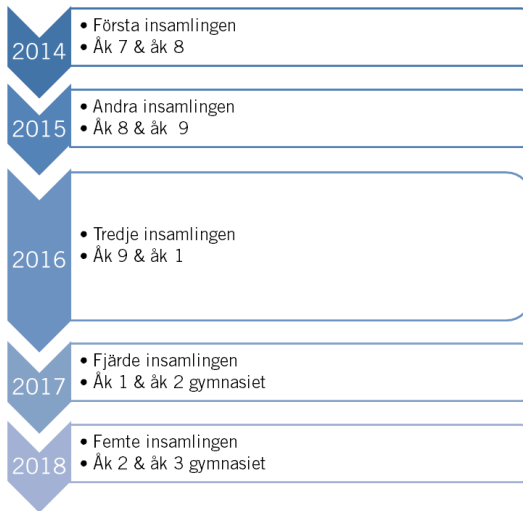
De som ingår i studien är de elever som 2014 var kommunala elever i årskurs 7 och 8 i Örebro, Karlskoga och Köping, totalt cirka 3 000 ungdomar. Vid två tillfällen har föräldrar till deltagarna fått fylla i en enkät via post.

Förebyggande interventioner

Kopplat till studiens fyra fokusområden har även fyra förebyggande interventioner utvärderats. Se hemsidan för mer information om dessa.

Etik och datasäkerhet

Inom Trestadsstudien vill vi garantera att ingen deltagare kommer till skada samt garantera samtliga deltagares personliga integritet. Därför följer vi de forskningsetiska regler som finns då den här typen av forskning bedrivs:



Trestadsstudiens tidslinje

1. Ungdomarnas deltagande i undersökningen är frivilligt och de kan när som helst avbryta deltagandet. Även föräldrar har rätt att komma till tals gällande sin ungdoms deltagande i studien.
2. Upplysningarna som forskarna samlar in får endast användas i vetenskapligt syfte och förvaras på ett larmat och låst ställe på Örebro universitet. De avidentifieras innan bearbetning så att ingen utanför forskargruppen kan koppla samman insamlad information med någon enskild individ eller familj. Ingen obehörig utanför forskargruppen kan ta del av uppgifterna. Enligt sekretesslagen får inga data lämnas ut till eller användas av obehörig.
3. I forskningsprojektets rapporter kommer resultaten att presenteras på ett sådant sätt att ingen kan känna igen enskilda personer. Resultaten kommer enbart att redovisas på gruppnivå.

Vill du veta mer?

På vår hemsida hittar du mer information om Trestadsstudiens delprojekt samt vetenskapliga artiklar och uppsatser som är skrivna om projektets olika delar. Där finns också kontaktuppgifter till oss som arbetar i projektet.



JPS
701 82 Örebro
trestadsstudien@oru.se
Telefon 019-30 30 00
www.oru.se/trestadsstudien