

**Randers Kommune**

**Projekt Beredskab**

**Resultat af undersøgelse om  
selvmord og selvskade**

November 2008

Spørgeskemaundersøgelsen er en del af Projekt Beredskab Randers. Et nyt og ambitiøst projekt, der er igangsat af Familiehuset i Randers Kommune i samarbejde med konsulentfirmaet Incitare A/S.

Publikationen kan frit citeres med tydelig angivelse af kilden. Skrifter, der omtaler, anmelder, henviser til eller gengiver rapporten, bedes sendt til:

Incitare A/S

Vestergade 63, 2

5000 Odense C

E-mail: [jb@incitare.dk](mailto:jb@incitare.dk)

[www.incitare.dk](http://www.incitare.dk)

Ansvarlig for undersøgelsen er:

Konsulent Jakob Bøjen, Incitare A/S

E-mail [jb@incitare.dk](mailto:jb@incitare.dk)

Læs mere på: [www.incitare.dk](http://www.incitare.dk)

## Indholdsfortegnelse

1. Introduktion .....	1
1.1 Formål.....	1
1.2 Baggrund for undersøgelsen .....	1
1.3 Rapportens opbygning.....	2
2. Datagrundlag og metode .....	3
2.1 Indsamlingsproces og værktøjer.....	3
2.1.1 Målgruppen .....	3
2.2 Validitet .....	4
3. Resultater fra undersøgelsen .....	6
3.1 Cutting og andre former for selvskade.....	6
3.1.1 Cutting.....	6
3.1.2 Andre former for selvskade .....	8
3.1.3 Spiseforstyrrelser .....	13
3.2 Selvmordsforsøg.....	15
3.2.1 Antal, hyppighed og tidspunkt for selvmordsforsøg .....	16
3.2.2 Kommunikation om selvmordsforsøg.....	18
3.3 Tanker om selvmord .....	19
3.3.1 Antal, hyppighed og tidspunkt for tanker om selvmord .....	19
3.3.2 Kommunikation om selvmordstanker .....	20
3.4 Sammenhæng mellem selvmordsforsøg, tanker om selvmord og selvskade.....	21
3.4.1 Selvmordsforsøg og alkohol samt stoffer .....	21
4. Konklusion .....	24

Bilag 1. Andre måder at skade sig selv på

Bilag 2. Udbytte af selvskade

Bilag 3. Hvorfor skade sig selv?

# 1. Introduktion

Denne rapport besvarer mange interessante spørgsmål om selvmordsforsøg, tanker om selvmord og selvskade.

Med udgangspunkt i børn og unge på de mange ungdomsuddannelser i Randers dokumenteres en lang række oplysninger, der blandt andet kan besvare spørgsmål som: Hvor mange børn og unge skader sig selv ved skære sig (cutting)? Hvor mange selvmordsforsøg er der blandt børn og unge? Hvor mange gange har de enkelte personer forsøgt at tage deres eget liv? Fortæller børn og unge om deres selvskade? Og hvem fortæller de det eventuelt til?

Undersøgelsen viser også, hvor mange der har selvmordstanker og hvor ofte. I forhold til selvskade er fokus lagt på cutting. Men andre former for selvskade er også undersøgt – spiseforstyrrelser samt brug af alkohol og stoffer. I rapporten er sammenhængen mellem de forskellige former for selvskade også analyseret. Kan der for eksempel spores en sammenhæng mellem de, der forsøger selvmord, og de, der cutter sig?

I forbindelse med den spørgeskemaundersøgelse, der ligger til grund for denne rapport, er der også indsamlet oplysninger om børn og unges forhold til skole, familie og venner samt fritidsaktivitet. Alle data kan ses i undersøgelsens medfølgende datarapport.

## 1.1 Formål

Randers Kommune ønsker at styrke indsatsen over for selvmordstruede børn og unge samt børn og unge med selvskadeproblematikker, herunder cutting.

Denne spørgeskemaundersøgelse er med til at skabe et detaljeret overblik over antallet af unge, der har forsøgt selvmord og har selvmordstanker, fokus rettes også mod selvskade, blandt andet cutting. Desuden belyses antallet af børn og unge med spiseforstyrrelser, misbrug af alkohol og stoffer samt den generelle trivsel i forhold til skole, fritid og hjem.

Datagrundlaget fra denne undersøgelse skal være med til at sikre en målrettet indsats, så selvmordstruede og selvskadende børn og unge kan hjælpes bedst muligt.

## 1.2 Baggrund for undersøgelsen

Spørgeskemaundersøgelsen er en del af Projekt Beredskab Randers, der tager udgangspunkt i implementering af dele af den såkaldte kommunepakke, der fokuserer på det selvmordsforebyggende arbejde i landets kommuner.

Undersøgelsen skal ses i sammenhæng med en lang række tiltag, der er foretaget i forbindelse med Beredskab Randers. Blandt flere kan nævnes:

- Ansættelse af psykolog i Familiehuset med fokus på unge og cutting-problematikker.
- Uddannelse af personale i Randers Kommune, så de opnår kompetencer i forhold til at opspore og hjælpe selvmordstruede og/eller selvskadende unge.

- Kortlægning af tilbud til selvmordstruede unge i Randers Kommune.
- Udvikling af registreringsværktøjer, der kan være med til at fastholde baseline-oplysninger om selvmordstruede børn og unge med selvskadende adfærd.

### 1.3 Rapportens opbygning

Foruden dette kapitel præsenterer og diskuterer kapitel 2: *Datagrundlag og metode* muligheder og begrænsninger ved de datakilder, der ligger til grund for rapportens analyser. Kapitel 3: *Resultater* dokumenterer kvantitative data i forhold til selvmordsforsøg, selvmordstanker samt cutting og andre former for selvskade blandt børn og unge i Randers Kommune. I denne del analyseres der også på sammenhænge mellem datamaterialets mange forskellige variable. Rapporten afrundes i kapitel 4 med en konklusion.

## 2. Datagrundlag og metode

### 2.1 Indsamlingsproces og værktøjer

Undersøgelsen er gennemført af konsulenter fra Incitare med godkendelse fra projektets styregruppe og i samarbejde med Randers Kommune.

Målgruppen er børn og unge i alderen 15-21 år. Hovedparten af disse unge er tilknyttet en form for ungdomsuddannelse. Inden indsamlingen af data blev der udarbejdet en liste med ungdomsuddannelser i Randers Kommune, der omfatter børn og unge i alderen 15-21 år. Samtlige uddannelser er søgt kontaktet. I tabel 1 fremgår det, hvilke uddannelsesinstitutioner respondenterne i undersøgelsen er tilknyttet.

Tabel 1.

Hvilken uddannelse er du i gang med?	Procent	Antal
Paderup Gymnasium	27 %	209
Randers Statsskole	16 %	128
Randers Handelsskole	10 %	81
Randers Tekniske Skole	9 %	67
Randers HF og VUC	31 %	246
Virring produktionsskole	2 %	16
Sygeplejeskolen	5 %	40
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

I alt har 787 besvaret spørgeskemaet. Besvarelserne er indsamlet fra april til oktober 2008.

#### 2.1.1 Målgruppen

Målgruppen børn og unge i alderen 15 til 21 år i Randers Kommune udgør i alt 7.738 personer, jf. tabel 2.

Når de, der er bosat uden for kommunen og gruppen af 22-årig, trækkes fra det samlede antal besvarelser, bliver svarprocenten for målgruppen 7,6 %.

Tabel 2

Folketal Randers Kommune <sup>1</sup>			
1. juli 2008	Mænd	Kvinder	I alt
15 år	610	585	1195
16 år	566	543	1109
17 år	561	541	1102
18 år	569	559	1128
19 år	553	579	1132
20 år	552	495	1047
21 år	<u>521</u>	<u>504</u>	<u>1025</u>
	3932	3806	<u>7738</u>

<sup>1</sup> Kilde: [www.statistikbanken.dk/statbank5a/default.asp?w=1280](http://www.statistikbanken.dk/statbank5a/default.asp?w=1280).

589 (75 %) af de børn og unge, der har besvaret spørgeskemaer, bor i Randers Kommune. I den videre analyse inddrages de 25 % børn og unge, der tager en ungdomsuddannelse i Randers, men bor i en anden kommune. Det samlede datagrundlag er i alt 787 besvarelser.

Datagrundlaget til for denne undersøgelse er indsamlet på følgende måder:

- Link på intranet
- Link på hjemmeside
- Link i rundsendt e-mail til elever i målgruppen
- Papirspørgeskemaer

Indsamlingen er tilrettelagt ud fra de kriterier, som uddannelsesinstitutionerne fandt mest givtige og praktisk mulige af gennemføre. Enkelte steder valgte man, at skemaet skulle udfyldes af samtlige elever i målgruppen, mens andre valgte at lade det være op til den enkelte at vælge, om de ønskede at deltage i undersøgelsen. På enkelte uddannelsessteder har Incitares konsulent præsenteret undersøgelsen inden igangsættelsen, og eleverne blev opfordret til at udfylde spørgeskemaet.

Svarprocenten er ikke mulig at oplyse, da det ikke kan afgøres, hvor mange der har modtaget spørgeskemaet. Flere uddannelsesinstitutioner har anbefalet eleverne at udfylde skemaet, men har ladet det være op til børnene/de unge at bestemme, om de ville udfylde spørgeskemaet via link på intranet eller hjemmeside.

Paderup Gymnasium og Randers HF og VUC har dog meget høje svarprocenter i forhold til det samlede antal elever. Forskellene i svarprocenterne skyldes i høj grad de forskellige indsamlingsmetoder på uddannelsesinstitutionerne.

For at bidrage til en høj svarprocent er det valgt at lade respondenterne besvare skemaet anonymt. Deres identitet er kun kendt af Incitare. Link sendt via e-mail til eleverne af interne medarbejdere er den primære kilde for dataindsamlingen. Papirskemaerne er indtastet i et databehandlingsprogram af Incitare, så disse respondenter også bevarer deres anonymitet.

## 2.2 Validitet

Følgende argumenteres der for validiteten af undersøgelsens datagrundlag. Emnerne, der behandles, er:

- Alder
- Køn
- Hukommelsesbias ved selvrapportering om forsøg på selvmord og selvskade

### Alder

Aldersfordeling på de børn og unge, der har deltaget i undersøgelsen, fremgår af tabel 3.

Tabel 3.

Respondenter fordelt på alder	Procent	Antal
15 år	1 %	11
16 år	11 %	88
17 år	28 %	222
18 år	30 %	234
19 år	16 %	129
20 år	6 %	45
21 år	2 %	17
22 år eller ældre	5 %	41
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

De 16 til 19-årige udgør den største andel respondenter. Således udgør det samlede antal besvarelser i den videre dokumentation fortsat 787.

## Køn

Flere piger/kvinder (69 %) har deltaget i undersøgelsen. Den ujævne svarprocent fordelt på køn skyldes, at der på de uddannelsesinstitutioner, der indgår i undersøgelsen, er flere piger/kvinder end drenge/mænd. Undervisningsministeriets tal fra 2007 viser, at over 60 % på en årgang i de gymnasiale uddannelser er kvinder<sup>2</sup>.

## Hukommelsesbias ved selvrapportering om forsøg på selvmord og selvskade

Data til denne rapport er indsamlet via selvrapportering. Ved denne indsamlingsmetode er der en mulighed for bias, der er vigtig at påpege.

Selvrapportering er valgt, fordi mange undersøgelser om selvmord og selvskade ofte baseres på statistisk materiale fra de dele af sundhedssektoren, der er i kontakt med de selvskadende børn og unge. Den indsamlingsmetode har til gengæld den svaghed, at man ikke får fat i personer, som netop ikke har været i kontakt med sundhedssektoren. Selvmordsforsøg og selvskade er ofte et emne, man ikke fortæller om, og derfor er selvrapportering valgt som metode.

Når personer selv skal svare på, om de har udøvet selvskade eller forsøgt selvmord, er der en hukommelsesbias på 38 %. En rapport fra Statens Institut for Folkesundhed, 2005 dokumenterer, at 38 % af de personer, der i 1994 oplyste, at de havde forsøgt at tage deres liv, ikke gav den samme oplysning i 2000. Dog blev denne bias fundet mindst blandt yngre personer, der jo er målgruppen i denne undersøgelse.<sup>3</sup>

<sup>2</sup> [www.uvm.dk](http://www.uvm.dk) – Et nyt kuld studenter .

<sup>3</sup> Selvmord i Danmark, Markant fald i selvmord, men stigende antal selvmordsforsøg. Hvorfor?, Statens Institut for Folkesundhed, 2005.



### 3. Resultater fra undersøgelsen

Undersøgelsens resultater fokuseres omkring tre emner:

- Cutting og andre former for selvskade
- Selvmordsforsøg
- Tanker om selvmord

De tre områder er omdrejningspunktet for denne undersøgelse, derfor er disse uddybet med krydstabuleringer, i forhold til undersøgelsens andre datadele.

#### 3.1 Cutting og andre former for selvskade

##### 3.1.1 Cutting

I forhold til børn og unges selvskade fokuseres der på cutting. Andre former for selvskade, som spiseforstyrrelser samt forbrug af alkohol og stoffer, er også belyst i denne undersøgelse og inddrages også. Resultaterne suppleres af børn og unges egne begrundelser for, hvorfor de udøver selvskade, og hvad de fik ud af det, se bilag 1 til 3. Emnet cutting belyses ud fra følgende kategorier:

- Antal, hyppighed og tidspunkt
- Kommunikation
- Hvorfor skade sig selv?

##### Antal, hyppighed og tidspunkt

119 børn og unge har oplyst, at de har skåret sig selv med vilje, det svarer til 15 % af alle, der har udfyldt skemaet. Af nedenstående tabel ses det, at der er stor forskel på, hvor stor en andel af pigerne (19 %), i forhold til drengene (6 %) der har cuttet sig.

Tabel 4.

Har du skåret dig selv med vilje? (cutting)	Hvad er dit køn?			
	Pige/kvinde		Dreng/mand	
<b>Ja (119)</b>	19 %	105	6 %	14
<b>Nej (655)</b>	79 %	424	94 %	231
<b>Vil ikke svare (13)</b>	2 %	11	1 %	2

15 % er et højt tal. Men procenttallet passer fint sammen med andre danske undersøgelser. Bo Møhl fastslår i sin bog fra 2006: At skære smerten bort – en bog om cutting og

anden selvskadende adfærd, at "Omkring 15 % af alle unge skærer i sig selv eller skader sig selv på andre måder, og tallet synes stigende"<sup>4</sup>.

En dansk undersøgelse fra Center for Selvmordsforskning blandt godt 5.000 fynske 8.- og 9. klasse-elever fastslår, at hver sjette pige (17 %) har skadet sig selv en eller flere gange. Og knap halvdelen af pigerne har overvejet det. Til sammenligning har knap en femtedel af drengene overvejet at gøre skade på sig selv, mens 5 % faktisk har gjort det<sup>5</sup>.

Sammenholdes resultaterne fra denne undersøgelse i Randers med resultaterne fra Center for Selvmordsforskning, er procenttallene for de drenge og piger, der skader sig selv, tæt på identiske. Resultatet fra Randers er en anelse højere, idet 19 % af pigerne og 6 % af drengene har angivet, at de har skadet sig selv via cutting. Høje tal, men ikke væsentligt højere end i andre undersøgelser.

En stor international undersøgelse fra sommeren 2008 blandt 30.000 15-16-årige fra Australien, Belgien, Storbritannien, Ungarn, Irland, Holland og Norge dokumenterer, at i fire af de syv lande havde mindst én ud af 10 piger gjort skade på sig selv inden for det seneste år.<sup>6</sup> Internationalt er cutting blandt piger således særdeles udbredt.

I nedenstående tabel fremgår det, hvor mange gange de enkelte børn og unge har skåret sig med vilje.

Tabel 5.

Hvor ofte har du med vilje skåret dig selv? (cutting)	Procent	Antal
Jeg har skåret mig selv en enkelt gang	17%	20
Jeg har skåret mig selv 2-4 gange	28%	33
Jeg har skåret mig selv 5-10 gange	34%	41
Jeg skærer mig selv hver uge	8%	10
Jeg skærer mig selv hver dag	4%	5
Ikke oplyst	8%	10
<b>Total</b>	<b>100%</b>	<b>119</b>

20 personer svarer, at de har skåret sig 1 gang. 33 har skåret sig 2-4 gange, 41 har skåret sig 5-10 gange, 10 skærer sig hver uge og 5 skærer sig hver dag.

Ses der på, hvornår de 119 personer sidst har cuttet sig, svarer 20 %, at de skærer sig eller inden for det sidste halve år har skåret sig. 71 % har for mere end et halvt år siden skåret sig med vilje.

Tabel 6

<sup>4</sup> At skære smerten bort – en bog om cutting og anden selvskadende adfærd, Bo Møhl, 2006. [www.selvmordsforskning.dk](http://www.selvmordsforskning.dk).

<sup>5</sup> [www.psyke.org/articles/da/folkeskolen/2002\\_45\\_05/](http://www.psyke.org/articles/da/folkeskolen/2002_45_05/) - Hver sjette pige gør skade på sig selv af Line Groot.

<sup>6</sup> [www.politiken.dk](http://www.politiken.dk) – Hver tiende pige snitter i sig selv, 4. september 2008.

Hvornår har du sidst skåret dig med vilje? (cutting)	Procent	Antal
Jeg skærer, eller har inden for det sidste halve år skåret mig med vilje	20 %	24
Jeg har for mere end et halvt år siden skåret mig selv med vilje	71 %	85
Ikke oplyst	8 %	10

## Kommunikation

Antallet af cuttere kan være svært at afgøre, fordi mange aldrig fortæller nogen om deres problem, og fordi de ikke er i kontakt med det danske sundhedsvæsen og derfor ikke indgår i sundhedsvæsenets statistikker.

De, der cutter sig eller har cuttet sig, svarede også på, om de har talt med nogen om deres selvskade. 37 % oplyser, at de ikke har talt med nogen. I undersøgelsen fra Australien, Belgien, Storbritannien, Ungarn, Irland, Holland og Norge er det hver fjerde, der aldrig har fortalt nogen om deres cutting-problem.

Følgende er opstillet en prioriteret liste for de resterende 63 %, der har talt med nogen om, at de har skåret sig med vilje:

1. Venner (45 %)
2. Andre personer (29 %)
3. Forældre (18 %)
4. Egen læge (14 %)
5. Lærer (10 %)
6. Søskende (7 %)
7. Andre personer på din skole/uddannelse (6 %)
8. Andre personer i din familie (4 %)

### 3.1.2 Andre former for selvskade

Cutting er en form for selvskade, men selvskade findes i mange former. Nu præsenteres forskellige typer af selvskade, som også finder sted blandt børn og unge i Randers Kommune. Derfor præsenteres data om:

- Alkohol
- Stoffer
- Spiseforstyrrelser

#### Alkohol

Et stort forbrug af alkohol og stoffer er en form for selvskade. Denne type af selvskade er også vigtigt at være bevidst om i det videre arbejde med forebyggelse af selvmord og selv-

skade blandt børn og ugen i Randers Kommune. Samtidig viser forskning, at der er sammenhæng mellem misbrug af alkohol og stoffer og selvmordsforsøg.<sup>7</sup>

Undersøgelsen af de 30.000 15-16-årige fra Australien, Belgien, Storbritannien, Ungarn, Irland, Holland og Norge dokumenterer, at hver femte selvskade sker under indflydelse af alkohol, og hver ottende under indflydelse af ulovlige stoffer.<sup>8</sup>

I denne del fokuseres der på børn og unges forbrug af alkohol og stoffer. Grupperingen er:

- Alkoholforbrug
- Alkoholforbrug til fester
- Hash, pot, marihuana eller cannabis
- Hårde stoffer
- Flere former for selvskade

## Alkoholforbrug

Af nedenstående tabel fremgår det, hvor ofte børn og unge drikker alkohol.

Tabel 7.

Hvor ofte drikker du alkohol? (for eksempel øl, spiritus, vin, drinks, shots, Smirnoff Ice, Cult Shaker med mere)	Procent	Antal
Har aldrig drukket alkohol	4 %	32
Har prøvet det 1 enkelt gang	1 %	11
Har prøvet det 2-3 gange	2 %	16
Har prøvet det 4-6 gange	3 %	22
Har prøvet det 7-12 gange	5 %	42
1 gang om måneden	22 %	175
2 gange om måneden	29 %	226
1 gang om ugen	22 %	171
2 gange om ugen	9 %	73
3-4 gange om ugen	2 %	15
5-6 gange om ugen	0 %	0
7 gange eller mere om ugen	1 %	4
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

4 % har aldrig drukket alkohol. I alt 11 % har prøvet at drikke alkohol fra 1 til 12 gange.

<sup>7</sup> [www.selvmordsforskning.dk](http://www.selvmordsforskning.dk) – Misbrug og selvmordsadfærd, 2003

<sup>8</sup> [www.politiken.dk](http://www.politiken.dk) - Hver tiende pige snitter i sig selv, 4. september 2008

Hovedvægten af besvarelser fordeler sig i de tre kategorier, hvor børn og unge svarede, at de drikker 1 gang om måneden (22 %), 2 gange om måneden (29 %) eller en gang om ugen (22 %), dvs. i alt 73 %.

9 % har svaret, at de drikker 2 gange om ugen, 2 % svarer, at de drikker 3-4 gange om ugen, og 1 % tilkendegiver, at de drikker 7 gange eller mere om ugen.

Når ovenstående data kombineres med variabelen køn, viser det sig tydeligt, at drenge drikker mere end piger.

I Sundhedsstyrelsens undersøgelser angives det, at det for aldersgruppen 16-20 år er 8,7 % af drenge og 10,5 % af pigerne, der aldrig har drukket alkohol<sup>9</sup>. I denne undersøgelse er flere, der har prøvet at drikke alkohol. Det skyldes, at respondent gruppen er ældre i denne undersøgelse, jævnfør tabel 3.

### Alkoholforbrug til fester

Børn og unge drikker oftest til fester, og derfor er det interessant at se, hvor stor en mængde alkohol, der drikkes til fester.

8 % oplyser, at de aldrig drikker til fester. 3 % drikker 1 genstand, mens 14 % drikker 2-4 genstande. Flest eller 42 % drikker 5-9 genstande. Den næststørste andel svarer, at de drikker 10-14 genstande til fester. 6 % drikker 15-19 genstande, og 4 % drikker 20 genstande eller mere.

Tabel 8.

Hvor meget drikker du til fester? (en genstand svarer til f. eks. en øl, et glas vin, en drink, en shot, en Smirnoff Ice eller en Cult Shaker)	Procent	Antal
<b>Drikker aldrig til fester</b>	8 %	60
<b>1 genstand</b>	3 %	20
<b>2-4 genstande</b>	14 %	110
<b>5-9 genstande</b>	42 %	330
<b>10-14 genstande</b>	24 %	189
<b>15-19 genstande</b>	6 %	49
<b>20 genstande eller mere</b>	4 %	29
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

### Stoffer

I undersøgelsen er det lagt vægt på to kategorier af stoffer. De "bløde stoffer" som hash, pot, marijuana eller cannabis og de hårdere stoffer som ecstasy (E), amfetamin, cook speed, LSD, svampe, kokain, heroin, fantasy m.m.

<sup>9</sup> Unges livsstil og daglig dag 2006, Sundhedsstyrelsen og Kræftens bekæmpelse, side 17.

Der er spurgt til, om børn og unge i Randers har prøvet at indtage stoffer, og eventuelt hvor mange gange eller hvor ofte de indtager stoffer.

### Hash, pot, marihuana eller cannabis

Tabel 9 viser, om børn og unge i Randers har prøvet hash, pot, marihuana eller cannabis, og evt. hvor ofte de har prøvet det.

Tabel 9.

Har du røget eller på andre måder indtaget hash, pot, marihuana eller cannabis?	Procent	Antal
Har aldrig prøvet	69 %	543
Har prøvet det 1 enkelt gang	10 %	77
Har prøvet det 2-3 gange	6 %	49
Har prøvet det 4-6 gange	5 %	39
Har prøvet det 7-12 gange	6 %	46
1 gang om måneden	1 %	10
2 gange om måneden	1 %	4
1 gang om ugen	0 %	2
2 gange om ugen	0 %	3
3-4 gange om ugen	0 %	3
5-6 gange om ugen	0 %	0
7 gange eller mere om ugen	1 %	11
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

69 % svarer, at de aldrig har prøvet hash, pot, marihuana eller cannabis. At 31 % har prøvet, passer fint sammen med Sundhedsstyrelsens undersøgelser, der viser, at 38,9 % af drengene, og 28 % af pigerne har prøvet hash nogensinde, og 11 % af drengene og 5 % af pigerne har prøvet det inden for den seneste måned<sup>10</sup>.

De 31 %, der har prøvet eller jævnligt indtager "blødere stoffer", fordeler sig som følger: 10 % oplyser, at de har prøvet 1 enkelt gang. 17 % svarer, at de har prøvet det enten 2-3 gange (6 %), 4-6 gange (5 %) eller 7-12 gange (6 %).

De, der indtager hash, pot, marihuana eller cannabis jævnligt, fordeler sig således, at 1 % svarer, at de gør det 1 gang om måneden, 1 % 2 gange om måneden og 1 % svarer 7 eller flere gange om ugen.

Det skal fremhæves, at der også er afkrydsninger i kategorierne 1, 2 og 3-4 gange om ugen, men afrundinger gør, at hver kategori udgør under en 1 %.

<sup>10</sup> Unges livsstil og daglig dag 2006, Sundhedsstyrelsen og Kræftens bekæmpelse, side 48.

I forhold til om børn/unge har prøvet hash, pot, marihuana eller cannabis, viser det sig, at flere drenge har prøvet det i forhold til piger. Krydstabuleringer viser, at 40 % af drengene har prøvet det, og 27 % af pigerne har angivet, at de har prøvet.

### Hårde stoffer

I følgende tabel ses det, om børn og unge i Randers har indtaget hårde stoffer (defineret som ecstasy (E), amfetamin, cook speed, LSD, svampe, kokain, heroin, fantasy m.m.) og evt. hvor ofte de har prøvet det.

Tabel 10.

Har du indtaget hårde stoffer? (for eksempel ecstasy (E), amfetamin, cook speed, LSD, svampe, kokain, heroin, fantasy m.m.)	Procent	Antal
Har aldrig prøvet	90 %	708
Har prøvet det 1 enkelt gang	2 %	19
Har prøvet det 2-3 gange	2 %	17
Har prøvet det 4-6 gange	2 %	13
Har prøvet det 7-12 gange	3 %	21
1 gang om måneden	0 %	3
2 gange om måneden	0 %	3
1 gang om ugen	0 %	1
2 gange om ugen	0 %	1
3-4 gange om ugen	0 %	0
5-6 gange om ugen	0 %	0
7 gange eller mere om ugen	0 %	1
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

90 % svarer, at de aldrig har prøvet hårde stoffer. At 10 % har indtaget hårde stoffer som for eksempel ecstasy (E), amfetamin, cook speed, LSD, svampe, kokain, heroin, fantasy med mere, dokumenteres også i andre undersøgelser.

Sundhedsstyrelsens tal viser, at andelen af unge (16-20 år), der har prøvet andre illegale stoffer end hash, for pigerne er 6,8 % i 2006, og blandt drengene 13 %. Desuden at amfetamin er det mest udbredte af andre stoffer end hash blandt både drenge (9 % har prøvet det) og piger (4 % har prøvet det).

De 10 %, der har i denne undersøgelse har prøvet hårde stoffer, fordeler sig som følger: 2 % 1 enkelt gang, 2 % 2-3 gange, 2 % 4-6 gange og 3 % 7-12 gange.

Der er også afkrydsninger i flere af de resterende kategorier, men afrundinger gør, at hver kategori udgør under en 1 %. 6 personer svarer, at de tager hårde stoffer 1 eller 2 gange om måneden, 2 personer tager hårde stoffer 1 eller 2 gange om ugen, mens 1 person gør det 7 eller flere gange om ugen.

Der findes mange stoffer på markedet, og flere kommer hele tiden til. Derfor var der i spørgeskemaet mulighed for at uddybe, hvis børnene eller de unge havde prøvet stoffer, som ikke var oplyst i de to foregående kategorier.

Spørgsmålet og deres svar ses her:

*Hvis du har prøvet andre euforiserende stoffer, end de der er nævnt i de to ovenstående spørgsmål, må du gerne beskrive dem her, og hvor mange gange du har prøvet dem?*

- Salvia divinorum
- Har prøvet det en enkelt gang, i form af en pille.
- LSD, heroin og coke flere gange om ugen (2-3, 4 hvis ekstremt), i et par år. Er overstået og holdt helt med det nu.
- 4aco-mipt, 1 enkelt gang
- Skunk en enkelt gang
- 5-meo-DMT, har jeg prøvet en enkelt gang.
- HDMA
- Ketamin, mdma, khat, rophypnol
- Ryger nok gennemsnitligt 3 gange om ugen. Men nogle uger ryger jeg ikke. Og det er Hash/Skunk/Pot vi snakker :)
- Opium, meskalin. kun prøvet
- Hash og pot har jeg røget meget af, jeg havde på et tidspunkt hvor jeg røg flere gange om dagen, men jeg er ude af det nu, og det har jeg været i halv andet år nu. Amfetamin og lightergas var dengang også en stor del af mit liv.
- Efedrin - 1 gang
- Lsfd

### 1.3.1 Spiseforstyrrelser

I denne del af rapporten belyses spiseforstyrrelser. Emnet er belyst ud fra følgende kategorier:

- Har eller har haft en spiseforstyrrelse
- Typen af spiseforstyrrelse
- Kommunikation

#### Har eller har haft en spiseforstyrrelse

Tabel 11 viser, at i alt 10 % svarer, at de har eller har haft en spiseforstyrrelse. 3 % svarer, at de har en spiseforstyrrelse, 1 % svarer, at de inden for det sidste halve år har haft en spiseforstyrrelse, og 6 % svarer, at de for mere end et halvt år siden har haft en spiseforstyrrelse. 85 % svarer, at de ikke har haft en spiseforstyrrelse, og 4 % vil ikke svare på spørgsmålet.

Spiseforstyrrelser er især udbredt hos de unge piger. Tal fra Socialministeriet viser, at 11 % af alle danske kvinder har en adfærd, som udgør en risiko for at udvikle spiseforstyrrelser særligt for aldersgruppen i denne undersøgelse<sup>11</sup>.

<sup>11</sup> [www.social.dk/netpublikationer/2006](http://www.social.dk/netpublikationer/2006).



Tabel 11

Har du eller har du haft en spiseforstyrrelse?	Procent	Antal
Ja, jeg har en spiseforstyrrelse	3 %	26
Ja, jeg har inden for det sidste halve år haft en spiseforstyrrelse	1 %	10
Ja, jeg har for mere end et halvt år siden haft en spiseforstyrrelse	6 %	51
Nej, jeg har aldrig haft en spiseforstyrrelse	85 %	669
Vil ikke svare	4 %	31
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

Der er ofte stor usikkerhed og/eller benægtelse af, om man har en spiseforstyrrelse, og derfor er børn og unge blevet spurgt, om de ved, hvad en spiseforstyrrelse er. Når disse tal krydses med ovenstående tal, viser det sig, at kun en person har svaret ja til, at de har en spiseforstyrrelse og samtidig har svaret, at de ikke ved, hvad en spiseforstyrrelse er. Det vil sige, at de, der angiver, at de har en spiseforstyrrelse, også svarer, at de ved, hvad det er.

### Typer af spiseforstyrrelser

De, der har eller har haft en spiseforstyrrelse, havde også mulighed for at uddybe, hvilken type spiseforstyrrelse de har haft. Her var det muligt at sætte flere kryds, og derfor overstiger det samlede procenttal 100. Flest har haft anoreksi, næstflest bulimi imens lidt over en tredjedel har svaret, at de har haft andre former for spiseforstyrrelser.

Tabel 12.

Hvilken spiseforstyrrelse har du haft?	Procent	Antal
Anoreksi	53 %	46
Bulimi	40 %	35
Andre former for spiseforstyrrelser	36 %	31
<b>Total</b>	<b>129 %</b>	<b>112</b>

### Kommunikation

De, der har eller har haft en spiseforstyrrelse, fik også mulighed for at svare på, om de har talt med nogen om deres spiseforstyrrelse. 31 % siger, at de ikke har talt med nogen.

Følgende er opstillet en prioriteret liste over, hvem de, der har eller har haft en spiseforstyrrelse, taler med om det:

1. Venner (51 %)
2. Forældre (41 %)
3. Egen læge (31 %)

4. Andre personer (21 %)
5. Søskende (15 %)
6. Lærer (14 %)
7. Andre personer i din familie (10 %)
8. Andre personer på din skole/uddannelse (10 %)

Alle, der besvarede spørgeskemaet, har haft mulighed for at svare på, om de ved, hvor de kan finde hjælp, hvis de tror de har en, eller hvis de har en spiseforstyrrelse. 60 % svarede ja, mens 40 % svarede nej, og altså ikke vidste, hvor de skal spørge om hjælp.

Tabel 13.

Ved du, hvor du kan spørge om hjælp, hvis du tror, eller du har en spiseforstyrrelse?	Procent	Antal
<b>Ja</b>	60 %	476
<b>Nej</b>	40 %	311
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

### Flere former for selvskade

Der findes uendeligt mange former for selvskade. Børnene og de unge har i undersøgelsen haft mulighed for at uddybe, om de har udøvet andre former for selvskade, end de, der er nævnt i undersøgelsen. Desuden kunne de, der har udøvet selvskade, fortælle, om de fik noget ud af det, og uddybe, hvor man har skadet sig selv. Besvarelserne kan du læse i de tre bilag:

- Bilag 2. Andre måder at skade sig selv på
- Bilag 3. Udbytte af selvskade
- Bilag 4. Hvorfor skade sig

## 3.2 Selvmordsforsøg

Dette afsnit besvarer mange spørgsmål. Blandt andet besvares spørgsmål som: Hvor mange har forsøgt selvmord? Hvor mange gange har de enkelte personer forsøgt at tage deres liv? Hvornår har børnene/de unge sidst forsøgt selvmord?

Desuden ses på, hvem børn og unge taler med om deres selvmordsforsøg, hvis de overhovedet taler med nogen. Derudover er der foretaget en lang række krydstableringer, der giver endnu dybere indsigt i materialet.

Derefter følger et afsnit om selvmordstanker, hvor mange børn og unge der tænker på selvmord samt hvor ofte og hvornår de har sidst tænkt på selvmord. Vigtige spørgsmål, fordi selvmordstanker netop kan lede til *forsøg* på selvmord.

Afsnittet er inddelt i følgende grupper:

- Antal, hyppighed og tidspunkt for selvmordsforsøg
- Kommunikation om selvmordsforsøg

### 3.2.1 Antal, hyppighed og tidspunkt for selvmordsforsøg

62 børn og unge tilkendegiver i denne undersøgelse, at de har forsøgt at tage deres eget liv. Af de 787 besvarelser svarer det til 7,9 %. I det følgende er fokus på de 62 personer, der har angivet, at de har forsøgt at tage deres eget liv. Det skal dog understreges, at 62 personer i en statistisk sammenhæng er en relativt lille gruppe.

Af de 62 svarer 13 børn og unge, at de har forsøgt at tage deres eget liv inden for det sidste halve år, og 46 har forsøgt for mere end et halvt år siden.

I nedenstående tabel fremgår det, hvor mange gange de enkelte børn og unge har forsøgt selvmord.

Tabel 14.

Hvor mange gange har du forsøgt at tage dit eget liv?	Procent	Antal
1 gang	39 %	24
2 gange	26 %	16
3 gange	10 %	6
4 eller flere gange	21 %	13
Ikke oplyst	5 %	3
<b>Total</b>	100 %	62

24 børn og unge har oplyst, at de har forsøgt at tage deres eget liv 1 gang. 16 personer har forsøgt 2 gange, 6 har forsøgt 3 gange, og 13 børn og unge har forsøgt at tage deres eget liv 4 eller flere gange.

Det viser sig, at der procentvis er lidt flere piger end drenge, der har forsøgt selvmord. Denne tendens ses også i andre undersøgelser blandt andet fra resultaterne fra Sundheds- og Sygelighedsundersøgelsen 2000 foretaget af Statens Institut for Folkesundhed (2002)<sup>12</sup>.

<sup>12</sup> UNGES (MIS)TRIVSEL, 2002, Center for Selvmordsforskning.

Tabel 15.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Hvad er dit køn?			
	Pige/kvinde		Dreng/mand	
<b>Ja</b>	8 %	44	7 %	18
<b>Nej</b>	89 %	478	91 %	226
<b>Vil ikke svare</b>	3 %	18	1 %	3
<b>Total</b>	69 %	540	31 %	247

Tabel 16 viser, at børn og unge, der har forsøgt selvmord, har et dårligere forhold til familien end resten af børn og unge. Af de børn og unge, der har forsøgt selvmord, svarer 15 %, at deres forhold til familien er mindre godt og 10 % svarer dårligt.

Tallet for alle respondenter viser, at 3 % svarer, at deres forhold til familien er mindre godt og 2 % svarer dårligt.

Tabel 16.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Hvordan er dit forhold til din familie?											
	Meget godt		Godt		Neutralt		Mindre godt		Dårligt		Ved ikke	
<b>Ja (62 personer)</b>	24 %	15	29 %	18	21 %	13	15 %	9	10 %	6	2 %	1

Sammenhængen med det dårligere forhold til familien skal også ses i lyset af, at en væsentligt større andel af de børn og unge, der har forsøgt selvmord, ikke bor i det, vi normalt betegner som kernefamilien med far, mor og barn.

Tabel 17 viser, at 31 % af de, der har forsøgt selvmord, bor hos begge forældre, hvilket er væsentligt lavere end de, der ikke har forsøgt selvmord.

Yderligere oplyser 24 % af de børn og unge, der forsøgt at tage deres eget liv, at de det meste af tiden udelukkende bor hos deres mor, og 23 % oplyser, at de primært bor under forholdet andet (hvilket kan være plejefamilie eller andre former, som ikke er nævnt i spørgeskemaet). Begge disse tal er altså væsentligt højere end de, der ikke har forsøgt selvmord.

Tabel 17.

Hos hvem bor du det meste af tiden?	Har du forsøgt at tage dit eget liv?					
	Ja		Nej		Vil ikke svare	
Begge dine forældre	31 %	19	60 %	424	48 %	10
Din mor	24 %	15	13 %	88	19 %	4
Din far	2 %	1	3 %	22	0 %	0
Din mor og stedfar (papfar, mors kæreste)	10 %	6	4 %	30	5 %	1
Din far og stedmor (papmor, far kæreste)	0 %	0	1 %	8	0 %	0
Stedfar (papfar, mors kæreste)	0 %	0	0 %	0	5 %	1
Stedmor (papmor, far kæreste)	0 %	0	0 %	0	0 %	0
Plejefamilie	2 %	1	0 %	3	0 %	0
Anden familie (f. eks. Bedsteforældre mm.)	2 %	1	1 %	5	0 %	0
Jeg bor alene	8 %	5	10 %	72	14 %	3
Andet	23 %	14	7 %	52	10 %	2
<b>Række total (Respondenter)</b>		62		704		21

### 3.2.2 Kommunikation om selvmordsforsøg

De personer, som børn og unge taler med om selvmord og selvskade, har en vigtig rolle, som lyttere, rådgivere og i forhold til opsporing af målgruppen.

Denne og de følgende oplysninger om kommunikation er vigtige i forhold til at lave en segmenteret kommunikationsstrategi, der kan have størst effekt i forhold til at bekæmpe selvmord og selvskade blandt unge i Randers.

De, der oplyste, at de har forsøgt selvmord, fik også mulighed for at svare på, om de har talt med nogen om deres selvmordsforsøg. 20 % siger, at de ikke har talt med nogen om deres selvmordsforsøg.

Følgende er opstillet en prioriteret liste for, hvem de resterende 80 % har talt med:

1. Venner (49 %)
2. Andre personer (39 %)
3. Forældre (29 %)
4. Egen læge (25 %)
5. Søskende (12 %)
6. Lærer (10 %)
7. Andre personer i din familie (8 %)
8. Andre personer på din skole/uddannelse (5 %)

De, der har talt med nogen om deres selvmordsforsøg, har oftest talt med deres venner. 49 % har talt med deres venner om deres forsøg på at tage deres eget liv. I rapportens indledning fremgår det også, at de fleste børn og unge har et meget godt forhold til deres venner.

En stor andel angav også at have et godt eller meget godt forhold til deres familie. 29 % har talt med deres forældre om problemet, 12 % med deres søskende, og 8 % har talt med andre personer i familien.

I forhold til skolen har kun 10 % talt med deres lærer, og 5 % har talt med andre personer på deres skole/uddannelse om problemet.

### 3.3 Tanker om selvmord

Her rettes fokus mod de børn og unge, der har svaret, at de tænker på eller har haft tanker om at tage deres eget liv.

#### 3.3.1 Antal, hyppighed og tidspunkt for tanker om selvmord

Det er også undersøgt, hvor mange børn og unge der har tænkt på at tage sit eget liv. Tanker fører ikke nødvendigvis til handling. Men har man ofte tanker om at tage sit eget liv, er der også større sandsynlighed for, at det til sidst ender med, at man forsøger.

I alt 231 (29 %) børn og unge angiver, at de har haft tanker om, at tage sig sit eget liv.

Tabel 18.

Har du haft tanker om at tage dit eget liv?	Procent	Antal
<b>Ja</b>	29 %	231
<b>Nej</b>	67 %	530
<b>Vil ikke svare</b>	3 %	26
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>787</b>

Krydstabuleringer viser, at pigerne oftere tænker på at tage deres eget liv end drengene.

Af de 231 børn og unge har 64 svaret, at de tænker på, eller inden for det sidste halve år har tænkt på at tage deres eget liv (28 %). 149 svarer, at de for mere end et halvt år siden har tænkt på at tage deres eget liv (65 %).

For at afgøre om et barn eller ung er i selvmordsfare, er det også vigtigt at undersøge, hvor ofte man tænker på at tage sit eget liv.

Af de 231 børn og unge angiver 60 (26 %), at de har tænkt at tage deres eget liv en enkelt gang. 125 (54 %) har tænkt på det et par gange, 12 børn og unge (5 %) tænker på at tage deres eget liv hver måned, 8 (3 %) tænker på det en gang om ugen, og 8 (3 %) tænker på det hver dag.

Tabel 19.

Hvor ofte tænker du på at tage dit eget liv?	Procent	Antal
Har tænkt på at tage mit eget liv en enkelt gang	26 %	60
Har tænkt på at tage mit eget liv et par gange	54 %	125
Tænker på at tage mit eget liv en gang om måneden	5 %	12
Tænker på at tage mit eget liv en gang om ugen	3 %	8
Tænker på at tage mit eget liv hver dag	3 %	8
Ikke oplyst	8 %	18
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>231</b>

Sammenlignes tallene for tanker om selvmord med de børn og unge, der har forsøgt at tage deres eget liv (62 personer), jf. foregående afsnit, viser det sig, at 38 % af de 62 tænker på eller inden for de sidste halve år har tænkt på at tages deres eget liv. Mens 52 % angiver, at de for mere end et halvt år siden har tænkt på at tage deres eget liv. 10 % af de 62 ønsker ikke eller har ikke svaret på spørgsmålet.

Tabel 20.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Hvornår har du sidst tænkt på at tage dit eget liv?					
	Jeg tænker på, eller har inden for det sidste halve år tænkt på at tage mit eget liv		Jeg har for mere end et halvt år siden tænkt på at tage mit eget liv		Vil ikke svare og ikke oplyst	
<b>Ja (62 personer)</b>	38 %	24	52 %	32	10 %	6

### 3.3.2 Kommunikation om selvmordstanker

De, der har selvmordstanker, svarede på, om de har talt med nogen om deres selvmordstanker. 42 % har ikke talt med nogen om deres selvmordstanker.

Følgende er opstillet en prioriteret liste for, hvem de resterende 58 % har talt med:

1. Venner (34 %)
2. Andre personer (24 %)
3. Forældre (21 %)
4. Egen læge (13 %)
5. Søskende (9 %)
6. Lærer (8 %)
7. Andre personer på din skole/uddannelse (5 %)
8. Andre personer i din familie (3 %)

## 3.4 Sammenhæng mellem selvmordsforsøg, tanker om selvmord og selvskade

### 3.4.1 Selvmordsforsøg og alkohol samt stoffer

I datamaterialet kan der spores en sammenhæng mellem de, der har svaret, at de har forsøgt at tage deres eget liv også har svaret, at de har udøvet selvskade på sig selv.

Med udgangspunkt i de 62 personer, der har forsøgt at tage sit eget liv, spores der en tendens mellem selvmordsforsøg og alkohol samt stoffer. En større andel af de, der har forsøgt selvmord, har prøvet alkohol og stoffer, eller har et decideret misbrug af stoffer og/eller alkohol, i forhold til de børn og unge der ikke har forsøgt selvmord.

Denne tendens bakkes op af en undersøgelse af 30.000 15-16-årige fra Australien, Belgien, Storbritannien, Ungarn, Irland, Holland og Norge, der dokumenterer, at hver femte selvskade sker under indflydelse af alkohol, og hver ottende under indflydelse af ulovlige stoffer.

Der spores også en sammenhæng mellem de, der har prøvet eller indtager hash, pot, marihuana eller cannabis jævnligt, og de børn og unge, der har forsøgt at tage deres eget liv.

39 % af de, der har forsøgt at tage deres eget liv, har aldrig prøvet hash, pot, marihuana eller cannabis, hvorimod det er 72 % af de, der ikke har forsøgt at tage deres eget liv, der heller aldrig har prøvet de nævnte stoffer. Det vil sige, at væsentligt flere af de, der har forsøgt selvmord, også har prøvet eller har et decideret misbrug af disse stoffer.

Tabel 21.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Har du røget eller på andre måder indtaget hash, pot, marihuana eller cannabis?											
	Har aldrig prøvet		Har prøvet det 1 eller 2-3 gange		Har prøvet det 4-6 eller 7-12 gange		1 eller 2 gange om måneden		3-4 gange om ugen		7 gange eller mere om ugen	
<b>Ja (62 personer)</b>	39 %	24	24 %	15	26 %	16	3 %	2	2 %	1	6 %	4

Der er en sammenhæng mellem de, der har prøvet eller indtager hårde stoffer, og de børn og unge, der har forsøgt at tage deres eget liv.

Af de, der har forsøgt selvmord, har 66 % aldrig prøvet hårde stoffer. For den resterende gruppe er det 92 %, der aldrig har prøvet hårde stoffer. Der kan således spores den sammenhæng, at væsentligt flere af de, der har forsøgt selvmord, også har prøvet eller har et decideret misbrug af hårde stoffer.



Tabel 22.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Har du indtaget hårde stoffer? (for eksempel ecstasy (E), amfetamin, cook speed, LSD, svampe, kokain, heroin, fantasy med mere)											
	Har aldrig prøvet		Har prøvet det 1 eller 2-3 gange		Har prøvet det 4-6 eller 7-12 gange		1 gang om måneden		2 gange om ugen		7 gange eller mere om ugen	
<b>Ja (62 personer)</b>	66 %	41	15 %	9	15 %	9	2 %	1	2 %	1	2 %	1

### Selvordsforsøg og spiseforstyrrelser

En stor andel af de, der har forsøgt selvmord, har også angivet, at de har eller haft en spiseforstyrrelse. Lægges de tre "ja-kategorier" sammen fra nedenstående tabel, er der 23 (9 + 3 + 11) børn og unge, der har svaret ja til, at de har eller har haft en spiseforstyrrelse. De 23 svarer til 37 % ud af 62 børn og unge. Sammenlignes tallet med alle de der har deltaget i undersøgelsen, er det 10 %, der har en spise forstyrrelse, jf. afsnittet om spiseforstyrrelser.

Tabel 23.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Har du eller har du haft en spiseforstyrrelse?				
	Ja, jeg har en spiseforstyrrelse	Ja, jeg har inden for det sidste halve år haft en spiseforstyrrelse	Ja, jeg har for mere end et halvt år siden haft en spiseforstyrrelse	Nej, jeg har aldrig haft en spiseforstyrrelse	Vil ikke svare
<b>Ja (62 personer)</b>	9	3	11	32	7

### Selvordsforsøg og cutting

Af de børn og unge, der har svaret ja til, at de har skåret sig selv med vilje (cutting), har 44 også svaret ja til, at de har forsøgt at tage deres eget liv. Det vil sige, at 71 % af de, der har forsøgt at tage deres eget liv, også cutter sig eller har cuttet sig. Til sammenligning er det 15 % af alle børn og unge i undersøgelsen, der har cuttet sig, jf. afsnittet om cutting.

Tabel 24.

Har du forsøgt at tage dit eget liv?	Har du skåret dig selv med vilje? (cutting)					
	Ja		Nej		Vil ikke svare	
<b>Ja (62 personer)</b>	71 %	44	27 %	17	2 %	1

## Cutting og spiseforstyrrelser

Sammenlignes tallene for de børn og unge, der har en spiseforstyrrelse, med de, der har cuttet sig, ses der også en tydelig sammenhæng.

Tabel 25.

Har du skåret dig selv med vilje? (cutting)	Har du eller har du haft en spiseforstyrrelse?									
	Ja, jeg har en spiseforstyrrelse		Ja, jeg har inden for det sidste halve år haft en spiseforstyrrelse		Ja, jeg har for mere end et halvt år siden haft en spiseforstyrrelse		Nej, jeg har aldrig haft en spiseforstyrrelse		Vil ikke svare	
<b>Ja (119 personer)</b>	12 %	14	4 %	5	19 %	23	61 %	72	4 %	5

Lægges de tre "ja-kategorier" sammen fra tabellen ovenfor, er der 42 (14 + 5 + 23) børn og unge, der har svaret ja til, at de har eller har haft en spiseforstyrrelse. Samtidig har de svaret, at det også har cuttet sig. Det vil sige 42 ud af 119 personer svarende til 35 %.

De 35 % skal ses i forhold til det samlede tal for de, der har angivet, at de har en spiseforstyrrelse, på (10 %), jf. afsnittet om spiseforstyrrelser.

## 4. Konklusion

Isbjerget er et godt billede på selvskade blandt børn og unge, for ofte ser vi kun toppen af problemet.

Undersøgelsen af børn og unge fra Randers viser, at en relativt stor andel skader sig selv eller har skadet sig selv. 15 % cutter eller har cuttet sig selv, 10 % har eller har haft en spiseforstyrrelse, og 7,9 % har forsøgt at tage deres eget liv. Yderligere angiver 29 %, at de har haft tanker om at tage deres eget liv.

Samtidig viser det sig også, at mange ikke taler med nogen om deres selvskade. For eksempel har hele 37 % af de, der cutter sig, aldrig talt med nogen om det. For selvmordsforsøg er det 20 %, tanker om selvmord 42 % og spiseforstyrrelser 31 %. Hvis børn og unge taler med nogen om disse problemstillinger, er det oftest med vennerne.

Mellem kønnene der også store forskelle. Både piger og drenge skader sig selv, men procentvis er der flere piger end drenge, der har forsøgt selvmord, cutter sig eller har spiseforstyrrelser. Til gengæld drikker drengene oftere og mere til fester og flere har prøvet stoffer end pigerne.

En lang række sammenhænge mellem de forskellige former for selvskade kan også dokumenteres. Der er en klar tendens til, at de, der har forsøgt at tage deres eget liv, også har svaret, at de har udøvet selvskade på sig selv.

Af de 62 børn og unge, der har forsøgt selvmord, har en større andel prøvet alkohol og stoffer, eller de har et decideret misbrug af stoffer og/eller alkohol i forhold til de børn og unge, der ikke har forsøgt selvmord.

Undersøgelsen viser også en sammenhæng mellem selvmordsforsøg og spiseforstyrrelser. 37 % af de, der har forsøgt selvmord, angiver også, at de har eller har haft en spiseforstyrrelse.

En tydelig sammenhæng ses mellem selvmordsforsøg og cutting. Af 62 børn og unge, der svarer ja til, at de har forsøgt at tage deres eget liv, svarer 44 (71 %), at de cutter eller har cuttet sig.

Sammenhængen mellem cutting og spiseforstyrrelser skal også påpeges. Af 119 børn og unge, der svarer, at de cutter sig, svarer 42 også ja til, at de har eller har haft en spiseforstyrrelse. Det vil sige, at 35 % af de, der cutter sig, også har en spiseforstyrrelse.

## Bilag 1. Andre måder at skade sig selv på

Hvis du på andre måder har forsøgt at skade sig selv, må du gerne uddybe dem her?

- Stukket af hjemmefra, gået rundt i drivende regn i næsten ingen tøj.
- Krads mig selv
- Engang var det nærmest "populært" at skære i sig selv, men det blev for de fleste bare til lidt kradsen med en nål eller neglefil
- Har spillet kryds og bolle på mine arme med en veninde ved brug af en sikkerhedsnål, fordi vi kedede os og havde mangel på papir.
- Jeg løber mig selv op - så meget og længe jeg kan uden at stoppe indtil jeg ikke kan få nok luft til at løbe - sætter mig ned og blir kold.
- Jeg lider af angst og depression og har det med at krads mig selv i pressede situationer, hvor jeg ikke har styr over tingene, eller når jeg har det rigtig skidt.
- Jeg kradsede et meget stort sår i min arm
- Jeg havde nogle grimme oplevelser i min barndom, som førte til stærke depressioner og selvmordstanker. Ingen hjalp mig og min barndom blev et helvede, men jeg var et naivt barn, der troede alle havde det sådan. Til sidst fik jeg via samtale og disciplineret motion rettet op på både mig selv og min selvtilid. I dag har jeg det fantastisk, men som barn stod jeg tit i vinduet og overvejede at springe. Min kærlighed til min familie fik mig altid tilbage i seng.
- jeg har en gang for lang tid siden, mens jeg var rigtig ked af det og oprevet, prøvet at slå mig selv. men dette har jeg kun gjort en eller to gange i hele mit liv, så det er ikke noget der ligger mig nært.
- Piller og alkohol
- Som mindre prøvede jeg, at skade mig selv i fodbold for at få opmærksomhed
- Banker mit hoved ind i vægge beton eller mursten
- Jeg har krads mig selv til blodet løb, i stedet for cutting
- Da jeg havde et problem, var det noget jeg gjorde hver dag. Men ikke længere.
- taget piller, men kunne ik gennemfører det.
- at drikke mig selv fra sans og samling, og herved være ude af stand til at hvide hvad der foregår, her menes der bla. være sammen med folk og gøre ting ,der normalt ville over skride min personlige grænse
- bulimi ser jeg i dag også som at skade sig selv, så på en måde, Ja
- Jeg sad hvergang jeg havde en "nedtur" og skar i mig selv. Forskellige steder at jeg har skåret mig. Har nu ikke skåret i mig selv i lidt over 2 år efterhånden ellers havde jeg gjort det i 3 år før det. Det giver bare den her følelse af at ens dårlige tanker forsvinder fra det sår man laver i ens krop. Det er en dejlig og alligevel ubeskrivelig fornemmelse, har haft lyst mange gange. Men stoppede fordi min allerbedste ven, skrev at "Hvis jeg gjorde det igen, så vil han ikke snakke med mig mere", og det ville jeg ikke risikere.. Hver gang jeg ville gøre det, så skrev jeg altid undskyld.. Men den dag svarede jeg ham ikke da han ringede og skrev, så fik jeg den besked.. Da han så for et år siden kørte galt havde jeg lyst igen, han er i dag lam fra navlen og ned. Men kan bare ikke få mig selv til det, pga. det han skrev.. Han er min skytsengel...
- slået hovedet ind i væggen, døren og gulvet. / skåret mig selv. / taget piller
- Med panodiler
- Prøvet at lade mig selv dehydrere, ved ikke at spise eller drikke i mange dage.
- Kun for sjov (ala Jackass) / men der er kun tale om et par dumme gange med vennerne.
- [www.youtube.com/teampik](http://www.youtube.com/teampik) / / Svaret på alt
- Har prøvet det med et spejl og med piller
- hoppet ned fra 3. etage.
- Jeg har taget en masse piller
- jeg har forsøgt at gi mig selv en spiseforstyrrelse ved ikke at spise, da jeg har haft problemer med min vægt
- Cutting, været afhængig af smertestillende piller, selvmordsforsøg
- Kvælning

- Sovepiller
- Selvmordsforsøg
- klør mig et sted, hvor man ikke kan se det, så det kommer til at bløde.
- det var den gang jeg var 13 år eller noget, men det er jeg for længst kommet over, er blevet klogere.
- det har jeg ikke, men de gange jeg har gjort det er mere end 3år tilbage i tiden
- Jeg har brændt mig selv og ridset et navn ind på min arm for sjovs skyld.
- Jeg har forsøgt at tage mit eget liv ved at hoppe ud fra et vindue på 2. sal og ved at hoppe ud foran en bil.
- drukket mig meget fuld og provokeret dørmænd... dårlig idé
- Jeg har aldrig seriøst slået, brændt eller skåret i mig selv. nogle små snit engang da man var ung og dum. Og der var ingen grund.

## Bilag 2. Udbytte af selvskade

### Hvis du med vilje skader eller har skadet dig selv, hvad fik du ud af at skade dig selv?

- Afløb for nogle følelser - En kort pause fra sorgen.. Men den vendte jo bare hurtigt tilbage igen, så holdte meget hurtigt op med det.
- Fik en fornemmelse af at jeg kunne kontrollere mit liv. Det gjorde bare tingene nemmere.
- En falsk forløsning. Følte en frihed fra alle problemerne. Følte en falsk lettelse.
- Jeg har OCD og andre problemer, lige nu er alt kaotisk og det er en måde, hvorpå den psykiske smerte kan lindres med den mere håndterbare fysiske skade.
- Intet. Jeg havde ikke kontrol over det.
- Fik det ud af det, at det ikke ikke nytter en pind og oplevelsen af, at det er noget mega dumt at gøre...
- Vrede - fordi man er sur og ked over forskellige ting
- ikke rigtig så meget, det leder bare tanker lidt på afveje, og man kommer ud med nogle frustrationer.
- vidste pludselig jeg levet igen!!
- Opmærksomhed. Følte mig meget alene og forladt dengang. / Jeg synes selv i dag at det var mobningen der gjorde det.
- Det er nemmere at forholde sig til en smerte man kan "se" end når man har ondt indeni.
- Kontrol til at tage mig sammen.
- Jeg følte at alle problemer forsvandt (selvom det kun lige var i det øjeblik det gjorde ondt), derudover følte jeg mig lettet.. Det er lidt svært at forklare..
- Jeg har pint mig selv psykisk (du er ikke god nok, du er grim og hælign, ingen kan lide dig osv..) / Det får man absolut ingenting ud af, men har man det dårligt kommer man hurtigt ind i en dårlig cirkel, hvor selvpineriet er en vane, man bliver afhængig af det faktisk. Men det bringer bare en ned på et endnu lavere stadie.
- et mindre kick.
- En følelse af kontrol når alt anden går galt i ens liv. Den fysiske skade fjerner den smerte man har indeni.
- De gange jeg har skadet mig selv har det været i væddemål eller under lignende venskabelige omstændigheder.
- Jeg fik smerte andre steder end i min psyke
- Selvkontrol?
- straffelse
- Det virkede afslappende, og fik mine tanker over på noget andet end mine problemer.
- Jeg giver mig selv en lærestreg, hvis jeg ikke tager mig sammen
- smerten forsvandt et andet sted hen.
- Jeg ved ikk rigtig hvad jeg fik udaf det måske en bekræftelse af at der er noget der var være end det jeg var nede over ? :/
- så fornuften ved IKKE at slå sig selv.
- Jeg fik adrenalinsuset af at tænke på at jeg om lidt kunne dø. derudover fik man opmærksomhed fra andre. det var ikke nødvendigvis god opmærksomhed, men negativ opmærksomhed er bedre end ingen.
- tilfredshedsfølelse
- kom af med vrede
- venner, bekendte, familie, alle kan have haft en indflydelse...
- Man får ikke noget ud af det. Det er bare ikke altid en tanke man får, når man står i situationen.
- den indre smerte blev håndgribelig, nogle gange ble jeg mere rolig bagefter - det var dejligt at få "renset ud", nogle gange blev jeg bange for mig selv fordi jeg kunne mærke jeg havde lyst til at gå videre end overfladiske sår, på en måde var det rart, at have små sår, man kunne røre ved og blive mindet om alt det onde/dårlige igennem.. tror mange gange det bare gjorde mig mere nedtrykt/depressiv
- Intet.

- Ingenting
- Ikke rigtig noget, men jeg glemte alt andet. Og det var på en måde rart at føle smerten. Man ved altid hvordan den er, den ændre sig ikke fra gang til gang
- Intet.
- den klassiske: flyttet den psykiske smerte til fysisk.
- Den psykiske smerte bliver afløst af en anden form for smerte
- Jeg fik afreageret og bag efter ondt af mig selv. Jeg gjorde det i raseri.
- jeg fik hvad jeg ønskede, mere opmærksomhed. Men fandte ud af at det ikke var godt.
- Jeg kom af med min smerte.
- andre tanker..
- teenage dumhed for opmærksomhed ikke noget med utilpashed
- det fjernede den psykiske smerte - men gjorde fysisk ondt længere tid efter, hvilket ikke var fedt. (skal siges det er fire år siden)
- afstraffelse
- En form for udladning af negative energier.
- Nogle rigtig grimme ar, kortvarig lettelse.
- En følelse af, at jeg har fået hvad jeg fortjente og en ret forfærdelig form for glæde og selvtilfredshed
- Det gjorde en psykisk smerte fysisk, og det er lettere at takle fysisk smerte. Desuden hjalp det til at overbevise mig om at jeg stadig levede og kunne føle ting.
- jeg fik det bedre, jeg fik en større kontrol. jeg følte nu jeg ikke kunne styre det, kunne jeg styre noget andet hvilket hjælp
- jeg troede nok på en måde a jeg havde kontrol
- Lettelse..!
- En befrielse. Frustrationen og smerten får et "ventilationshul"
- fjerner smerten fra livet til armen fx
- Jeg føler jeg blir mere rolig.
- smerten gik væk af at jeg skar.
- Jeg faldt til ro
- Jeg lider af psykiske sygdomme. Så når man får så mange forstyrrelser i psyken har man brug for at slappe helt af. Det kan man ved at skære i sig selv. Blodet er afslappende at se på, når det drypper. Det giver totalt AFSLAPNING OG KONTROL -Ens vrede forsvinder, så har mna sluppet fra unødvendige vredes udbrud (som er uacceptabelt i samfundet) Dette giver en tilfredsstillende kontrol.
- Lille smule ondt og et smil på læben.
- komme ud med vreden
- dårligt selvværd, fortiden i ens liv som man gerne vil have undgået, og ting der sker i nuet.
- hvad livet egentlig betyder for mig
- ingenting... jov det gjorde ondt
- Jeg føler intet ved det, jeg vender mig krop til ikke at modtage smerte.
- Ikke noget, for jeg lever stadig
- ingenting, det lykkedes ikke for mig
- Psykisk sygdom - paranoid psykose m.m.
- depression, vrede og frustration
- Lettelse, kom ud med følelser, smerte
- [www.youtube.com/teampik](http://www.youtube.com/teampik) / / Svaret på alt
- Fik det bedre i et stykke tid
- Mobning.
- kommer til at tænke på noget andet
- det gør hovedet klar
- Blev lettet.
- fik det bedre dengang.
- jeg fik det lidt bedre, fordi at jeg fik smerten et andet sted
- Jeg fik smerten ud
- På den måde får jeg det bedre

- Ikk en skid
- Jeg fik det meget bedre. Men kan godt se den dag i dag, at jeg ikke fik noget ud af det.
- ro
- det gør ondt, men jeg ville ofc ikke gøre det
- jeg fik det ud af det, at det var en smerte jeg kunne se i stedet for den smerte jeg følte indeni mig, som jeg ikke kunne se.
- jeg fik ikke det ud af det som jeg gerne ville.
- ingenting... kun smerte
- Fysisk smerte fjener psykisk smete .



## Bilag 3. Hvorfor skade sig selv

### Hvis du med vilje skader eller har skadet dig selv, hvorfor gør du det?

- For at komme af med aggresioner og skyldfølelser.
- Problemer med mig selv, familien, folk i min omganskreds
- For at lindre smerten og for at straffe mig selv. Og så er det desværre lidt en del af min OCD
- Det ved jeg ikke. Jeg kan ikke altid styre det. Det er mest, når jeg ikke har lyst til at være "her" mere.
- frustrationer, indebrændte følelser. / men det har dog aldrig været et stort problem for mig, men det ville være mine gæt
- Ville bare se, hvad det var for noget.
- Hvordan skal jeg ellers komme af med min vrede? Jeg kan ikke slå på/skælde andre folk ud.
- jeg ved det ikke, det er ligesom bare en refleks, når jeg har det virkelig skidt.
- Har som svaret gjort det et par gange pga nogle teenager problemer der pludselige blev alt for store til jeg selv kunne klare dem - så håbe det kunne være en mulighed for at få kontrollen igen! (var det ikke!! og fandt endelig modenheden til at komme oven på på almindeligvis)
- jeg var ude i en meget mørk periode, mange på min skole var imod mig og jeg havde næsten ingen at være sammen med, jeg var skrækslagen forat tage i skole på grund af grov mobning. jeg følte ikke jeg kunne overskue det og jeg følte ikke der var nogen der holdt af mig..
- Hovedsagligt fordi jeg mente at jeg skulle tage mig sammen, så en lussing fik mig til at tage mig sammen
- Det var/er fordi det var/er en "god" smerte, som jeg brugte/bruger på at straffe mig selv hvis jeg havde/har gjort noget dumt eller skuffet mig selv.. Det er for det meste derfor jeg gør det.. Og så er jeg efterhånden blevet "afhængig" af smerten..
- Jeg gjorde det, fordi jeg virkelig troede på det. / I dag er jeg klogere.
- er i en gruppe hvor vi tester hinanden til at gøre åndsvage ting.
- Jeg gjorde det fordi mine forældre blev skilt (5 år siden), og jeg snakkede ikke med nogen om det. Det tog hårdere på mig end de fleste lige troede, da jeg ikke gav udtryk for min sorg. Men da jeg blev 16-17 gik det helt ned for mig, og jeg skar mig selv i skulderen flere gange. Jeg ønkser ikke hjælp, da cutting er tabu og folk har svært ved at sætte sig ind i det.
- frustrationer
- Stress. / Kunne ikke leve op til egne forventninger
- for at få fysisk smerte i stedet for psykisk
- fordi jeg var så ked af det, at det eneste der kunne få mig til at tænke på noget andet, var at slå mig selv.
- For at sige til mig selv at jeg skal tage mig sammen..
- For at finde trøst..
- For at slå dumme tanker ud af hovedet: f.eks negative tanker der kan føre til selvskade og/eller tanker som er absurde
- Man får en god følelse med sig selv. Al den skade man bliver påført i sin fritid kommer ud af ens system når man har cuttet sig eller sultet sig selv ekstremt i et bestemt stykke tid.
- Har gjort det nogle gange for et par år siden, det var en blanding af selvkontrol og tristhed.. Det var ikke noget videre slemt, mere en slags selv kontrols prøvelse. har det fint med det og har ikke haft brug for hjælp
- Jeg straffede mig selv, når jeg syntes jeg havde gjort noget forkert
- for at komme af med vrede/ af irritation/afreagere
- jeg gjorde det for at føle mig i live, nogle gange var det bare som om at ingen tænkte på mig, så jeg havde brug for at føle lidt for at vide at jeg stadig var i live, og det gjorde jeg bedst ved at skade mig selv.
- Tror det har været i frustration, hvis noget har været svært at håndtere.
- Negative tanker, negativ selvværdsfølelse, en følelse af at have mistet kontrollen og gøre alting forkert, for at projicere den indre smerte over på noget håndgribeligt og fysisk og en enkelt gang fordi jeg syntes jeg skadede min mor ved at skade mig selv - efter vi havde skændtes

- for at fjerne nogle psykiske smerter
- Godt spørgsmål. Grundet generel irritation over min person for det meste.
- Fordi livet gjorde på en måde mere ondt.
- Jeg kan ikke stoppe, jeg synes, at det er på en måde rart. Men på en anden måde også uhyggeligt.
- En egoistisk årsag, som jeg dengang ikke kunne se; mine forældre.
- tro det eller ej, det hjælper rent faktisk at gøre det. selvfølgelig er der mange former for hvor og hvordan man skærer, jeg har aldrig villet skære, så det kunne blive farligt.
- Den psykiske smerte bliver afløst af en anden form for smerte
- Fordi jeg ikke ved hvordan jeg ellers kommer ud med min vrede og frustration. Jeg gør det specielt, når jeg er ked af og frustreret over, at mine forældre ikke vil lytte og ikke tager mig seriøst. Eller hvis jeg mener, at de behandler mig forkert.
- opmærksomhed
- Mobning, vold
- teenage dumhed for opmærksomhed ikke noget med utilpashed
- jeg tænkte ikke da det skete
- jeg fortjener at blive straffet når jeg fejler i hvad som helst
- Fordi jeg har dummet mig eller fordi jeg hader mig selv.
- Jeg gør det ikke helt bevidst, kun når jeg ryger ned i så sorte huller at jeg ikke 100 % kan styre mig selv
- Mindreværd
- Magtløshed
- For at prøve at få sorgen væk.
- fordi jeg havde det dårligt, følte ikke jeg kunne overskue det, og det hjælp mig med at gøre det, samtidig hvis jeg ikke følte jeg klaret mig godt, var det også en straf
- ville ikke tage på i vægt
- for at komme af med den vrede jeg har/havde i mig.. vil også sige, at det måske også var lidt for opmærksomheden, men vidste bare aldrig mine sår..? gemte dem altid.. og hvis der var en enkelt som såå det, såå havde jeg leget med en kat...
- fordi jeg er sur, aggrasiv og såret/ked af det.
- For at få styr på mine følelser.
- jeg vidste ikke hvordan jeg skulle "pleje" smerten, og når jeg skar i mig selv gik smerten væk fra det jeg var ked af, og jeg ville fokusere på den smerte jeg havde påtaget mig selv.
- Tros.
- For at få kontrol over følelser. Have kontrol. Man skal styre sig selv. Det er det mindste, man kan gøre, når man er en stor fejl. / Når man er virkelig vred eller virkelig trist, er det det mest beroliggende der findes!!!
- fordi jeg føler et eller andet sted at man får det bedre.
- Jeg kan have det meget dårligt :S
- jeg var sur men det er længe siden
- Nej!
- for at dø
- fordi jeg blev mobbet meget da jeg var yngre, fordi jeg har været sådan rimelig tyk
- Fordi jeg har psykiske problemer/sygdomme
- Fordi jeg bliver desperat og ikke kan få det ud på andre måder. Mister kraften til at lade være.
- Jeg var ked af det.
- [www.youtube.com/teampik](http://www.youtube.com/teampik) / / Svaret på alt
- pga x kæreste
- Jeg får det bedre et stykke tid
- For at fjerne smerten
- for sjov?
- lindring..
- Mobning.
- for at komme til at tænke på noget andet
- det hjælper

- Fordi jeg følte at jeg havde fortjent det.
- jeg havde det dårligt.
- for at komme ud med vrede og smerte
- Var meget ked af det
- Psykiske problemer
- Fordi jeg har det dårligt med mig selv
- Fordi jeg havde det dårligt psykisk.
- Fordi jeg kun kunne se at jeg selv var problemet, der måtte være noget galt med mig, siden folk var efter mig hele tiden.
- Fordi jeg ikke kan snakke med mine forældre om det.
- det var bare for sjovt
- for at komme af med følelser der ikke er til at forklare
- For at komme af med agresioner.
- fordi jeg på det tidspunkt ikke følte der var mange andre muligheder for mig. og noget af det for at få opmærksomhed/hjælp
- Jeg gjorde det dels for at få opmærksomhed og dels for at se om det virkelig "befriede" en for de psykiske smerter.
- jeg var sur og frustreret