



Samantekt á helstu niðurstöðum kynninga frá fundi velferðarráðs 17. febrúar 2021:

Rannsóknir á nemendum í 8. 9. og 10. bekk -helstu niðurstöður:

- Ef þróun vímuefnaneyslu meðal 10. bekkinga í Reykjavík árin 1998-2020 er skoðuð þá hefur meirihluti nemenda ekki orðið drukkinn sl. 30 daga, reykja ekki og hafa aldrei notað marijúana eða um 90% eða fleiri.
- 43% nemenda sögðu að sú staðhæfing að hafa litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar hafi oft eða alltaf átt við síðustu tvær vikur fyrir könnun í október 2020, en voru 52% í febrúar sama ár.
- 8% færri nemendur höfðu átt auðvelt með að gera upp hug sinn, fundist þeir nánir öðrum og hugsað skýrt í október 2020 en í febrúar sama ár.
- Ef litið er til svefnis þá eru einungis 10% stelpna og 15% stráka sem telja að þau fái nægan svefn á virkum dögum í október 2020 en 29% stelpna segja aldrei eða sjaldan fá nægan svefn en 24% stráka.
- Örlítil aukning, eða um hálft prósentustig, var á hlutfalli stráka sem sögðust hafa fundið fyrir einkennum vanlíðanar vikuna fyrir könnun í okt. 2020 í samanburði við könnun í febrúar 2020. Mest var aukningin eða 2% hvað varðar að eiga erfitt með að sofna eða halda sér sofandi. Örlítil lækkun var á hlutfalli þeirra sem höfðu verið niðurdregnir eða fannst framtíðin vonlaus (0,7%).
- Mest var aukningin hjá stúlkum eða 2,9% varðandi spurningu um að vera taugaóstyrk. Færri stúlkur áttu erfitt með svefn í október eða halda sér vakandi í október eða 1,8%.
- Athygli vekur að stúlkur sýna í heildina mun meiri vanlíðunareinkenni en strákar og þá mest er varðar að vera taugaóstyrk, finnast þær vera einmana eða hafa verið niðurdregnar eða daprar.

Spurningar voru jafnframt lagðar fram um Covid-19.

- 37% nemenda í Reykjavík sögðust ekki hafa upplifað neina breytingu á streitu samanborið við venjulega, en 25% sögðust upplifa örlita streitu og 10% talsvert meiri streitu eða miklu meiri streitu.
- 55% nemenda segja að samkomubannið vorið 2020 hafi enga breytingu haft á líkamlega heilsu þeirra en 14% segja líkamlega heilsu hafa batnað örlítið eða batnað talsvert. 25% segja heilsuna hafa versnað örlítið.
- 50% nemenda sagði enga breytingu hafa orðið á upplifun á einmanaleika en 30% sagði upplifunina vera aðeins meiri en venjulega. 9% nemenda sögðust hafa upplifað aðeins minni eða mun minni einmanaleika en venjulega.

Rannsókn á ungu fólki í framhaldsskóla (16-20 ára) sem fram hafa farið frá árinu 1992.

Helstu niðurstöður:

- Færri nemendur sögðust hafa litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar árið 2020 eða 49% en 56% árið 2018.
- 48% nemenda þótti þeir gera gagn árið 2020 en 59% árið 2018.

- Árið 2020 sögðust 40% nemenda hafa átt auðvelt með að gera upp hug sinn en voru 53% árið 2018 en það er sú staðhæfing sem hafði lækkað mest.
- Aukning hefur orðið á hlutfalli stelpna eftir því hversu oft þær upplifa sig einmana síðustu 30 daga en 16% stúlkna sagðist oft upplifa sig einmana árið 2018 en voru 24% árið 2020. Árið 2018 sögðust 36% stúlkna nær aldrei hafa upplifað sig einmana en hlutfallið var 27% árið 2020.
- 10% stráka sagðist oft hafa upplifað sig einmana árið 2018 en 19% árið 2020 en 50% sagðist nær aldrei hafa upplifað sig einmanna árið 2018 en 45% árið 2020.

Sigrún Daníelsdóttir, verkefnastjóri geðræktar hjá Embætti landlæknis kynnti rannsókn á líðan Íslendinga 2020 sem er reglubundin netkönnun sem framkvæmd er mánaðarlega með slembiúrtaki 18 ára og eldri Íslendinga. Niðurstöður úr vöktun Embættis landlæknis sýna ekki miklar breytingar á líðan fullorðinna heilt yfir árið 2020. Tölfræðilega marktæk fækkun er þó í hópi þeirra sem meta andlega heilsu góða og telja sig hamingjusama árið 2020.

Helstu niðurstöður:

- Hlutfall þeirra sem meta andlega heilsu sína góða eða mjög góða fer úr 76% árið 2019 í 72% árið 2020. Rétt um helmingur þeirra sem eru á aldrinum 18-24 ára metur andlega heilsu sína góða eða mjög góða á móti um 80% í aldurshópnum 65 ára og eldri.
- Engar sérstakar breytingar eru á streitu í daglegu lífi á milli árána 2019 og 2020. 18% í hópi 55-64 ára greina frá mikilli streitu og 6% hjá 65 ára og eldri á móti 40% í yngsta aldurshópnum (18-24 ára). Fleiri konur en karlar greina frá mikilli streitu í daglegu lífi.
- Hæg jákvæð þróun er á svefni fullorðinna síðasta ár. Alls ná 69% fullorðinna nægum svefni, 25% sofa of lítið (minna en 6 klst.)
- 12% fullorðinna finna oft eða mjög oft fyrir einmanaleika en lítil tölfræðileg aukning er frá 2019. Í hópi 18-24 ára finna 25% oft eða mjög oft fyrir einmanaleika á móti 6% í hópi 65 ára og eldri.
- Rúm 40% telja sig mjög hamingjusöm í yngsta hópnum (18-24 ára) en tæp 70% í elsta hópnum.

Í nýjustu könnun Félagsvísindastofnunar Háskóla Íslands um hagi og líðan aldraðra á Íslandi sem birt var í mars 2021 voru þátttakendur meðal annars spurðir út í ýmsa þætti á tímum Covid-19 faraldursins m.a. félagslega virkni. Niðurstöður sýndu að 39% aldraðra í Reykjavík töldu sig hvorki búa við félagslega einangrun né að slík einangrun hefði aukist í kjölfar Covid-19 faraldursins. Samtals 23% töldu sig hafa einangrast frekar mikið eða mjög mikið. Af þeim sem mátu sig hafa einangrast töldu 89% að einangrunin ætti ekki eftir að hafa varanleg áhrif á sig. Alls um 39% þátttakenda töldu að dregið hefði úr líkamsþjálfun þeirra.