Trendrapport Decibel.fi

Mars-April 2016

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 11 deltagarkommuner som behöver denna information, exempelvis skolkuratorer, hälsovårdare, socialarbetare, ungdomsledare. De distribueras via de tjänstemän inom ungdomsverksamheten för respektive kommun som sitter i Decibels ledningsgrupp.

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

I denna rapport bifogar vi den allmänna statistiken för 2015 nederst.

Våren fortsätter så som året har börjat (se förra Trendrapporten), men några intressanta förändringar har vi märkt. Tex finns nu sidan *Göra slut > Varningstecken* plötsligt på fjärde plats av mest lästa sidor det här året. Samtidigt klev sidan *Hur vet man att någon är kär?* stadigt under april.

Lite annat nämnvärt:

* vårt instagramkonto ökar stadigt i popularitet efter att Decibel Liselott och Tessi gick på kurs i hur man använder sociala media i marknadsföring.
* Nu går Liselott och Sanna kurs inom utvecklingspsykologi i Motiverande samtal och märker redan hur detta redskap kan användas i besvarandet av frågor.

Före påsken kontaktades vi av Mediahuset vid ÅA, som jobbar på en dokumentär om ett ortorexi-fall, de hoppas att YLE ska köpa den. Vi intervjuades och tog i samband med detta reda på hur många frågor om allvarliga (mentala) problem med vikten, ätstörningar och ätstörningstankar samt om ortorexi vi fick ifjol, och dessa siffror vill vi dela med er:

Siffrorna gäller 2015, dels ur de nästan 3000 anonyma frågor vi fick till portalen (ca 75% av totalantalet var från våra 11 egna medlemskommuner) och dels av de över 1,3 miljoner sidvisningar Decibel hade ifjol (1.347.414, nästan 700.000 sessioner och 550.000 enskilda besökare):

* Frågor som innehöll allvarligare viktproblem och –missnöje: **45 st**
* Frågor som innehöll en uttalad ätstörning eller starka ätstörningstankar: **46 st**
* Frågor som innehöll ortorexi eller starka ortorektiska tankar: **26 st.**

Det är ju svårt att veta hur många som var av samma person, men jag skulle säga att högst 10 frågor var ”upprepningar”, följdfrågor osv. Tillsammans utgör de hursomhelst **nästan 4% av totala antalet frågor** (2.946). Dit har vi inte räknat alls ”vanliga” viktproblem, allmänt missnöje med tonårsvikten osv, men nog sådana depressions- och ångestfrågor som innehöll de ovan nämnda faktorerna. Frågorna har haft kategorierna Vikten, Humöret och måendet, Utsidan och utseendet och Insidan och hälsan.
Ur Google Analytics fick vi ut följande siffror för sidor för 2015:

* Sidan **Ortorexi** (en på sve och en på fi) har lästs **272 gånger** under året (den torde dock ha skapats i maj, så det gäller maj-dec). 1.1-23.3 ordet ortorexi ingått i ett sidnamn som läst 97 gånger, så det ökar kraftigt.
* Sidnamn innehållande orden ”**atstorningar”** och **”syomishairio”** (både faktasidor och frågor) har lästs totalt **4.287 gånger** under året, vilket blir **3%** av 1,3 miljoner sidvisningar.
* Sidnamn innehållande ordet **”vikten”** och **”paino”** har lästs totalt **8.323 gånger = 6,2%.**

Det här styrker påståendet om att vi har en starkt uppåtgående trend nu när det gäller ätstört beteende beträffande att äta hälsosamt och rent och träna mycket, så det vill vi uppmärksamma er på igen. Håll lite extra koll på era ungdomar, elever osv som ni märker att exempelvis använder uttryck som att ”cheata” när de äter något gott, som verkar ha ångest (tex att träning och matlagning ger dem tidsbrist för skolan) och som tränar väldigt mycket (i vissa av frågorna till och med 16-20 timmar i veckan). Observera att riskerna ökar bland idrottarna/de unga som siktar på elitnivå, där kravet på träningstid och engagemang redan är högt, samt för sådana som börjar kontrollera ätandet pga födoämnesallergier eller livsstilsval som vegetarianism.

Om det finns andra mera specifika ämnen eller ”sökord” som ni önskar att vi ska kontrollera på det här sättet, säg till! Vi har utmärkta redskap för att få fram väldigt detaljerad statistik från hela sajten.

*Hälsar ungdomsinformatörerna Liselott och Sanna, sexualrådgivare-hälsovårdare Tessi och sommararbetare sjukskötare-socionom Alexandra ☺*