

Psykisk ohälsa hos Sveriges nationella minoriteter i Dalarna

Allvarlig psykisk påfrestning i relation till minoritetstillhörighet

Psykisk ohälsa är en växande folkhälsoutmaning och det finns skillnader mellan olika grupper i samhället. För att nå en god och jämlik hälsa behöver särskild uppmärksamhet riktas mot vissa grupper som kan ha mindre gynnsamma förutsättningar för hälsa.

Sveriges nationella minoriteter och urfolket samerna kan möta strukturella och socioekonomiska hinder som kan påverka den psykiska hälsan. Samtidigt är kunskapen om dessa gruppers hälsa begränsad.

Faktabladet baseras på en magisteruppsats och belyser allvarlig psykisk påfrestning i relation till minoritetstillhörighet, kön och ålder¹.

Vilka är Sveriges nationella minoriteter?

Sveriges nationella minoriteter är judar, romer, samer, sverigefinnar och tornedalingar. Samerna har även status som urfolk. Dessa grupper har en lång historisk förankring i Sverige och är en del av landets kulturarv. Samerna har funnits i området sedan före nationalstaternas framväxt.

Sveriges nationella minoriteter, inklusive samerna, har historiskt utsatts för diskriminering och övergrepp, såsom tvångsförflyttningar, steriliseringar, rasbiologisk forskning, språkförbud och internatskolor där barn skildes från sina familjer. Erfarenheter av antisemitism, antiziganism och rasism har präglat livsvillkoren för många. Även i dag kan dessa grupper möta diskriminering, bland annat i kontakt med offentliga aktörer, vilket kan påverka förtroende och tillgång till samhällsservice².

¹ Länk till: [An Intersectional Analysis of Serious Psychological Distress among Sweden's National Minorities and the Indigenous Sámi: A Quantitative Study](#)

Psykisk ohälsa

I svensk terminologi omfattar begreppet psykisk hälsa både psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa. Dessa två dimensioner är inte motsatser, utan kan förekomma samtidigt. Psykiskt välbefinnande handlar om exempelvis livstillfredsställelse, goda relationer och känsla av mening, medan psykisk ohälsa innefattar psykiska besvär och psykiatriska tillstånd. Allvarlig psykisk påfrestning ryms inom ramen för psykiska besvär³.

Om lagen om nationella minoriteter och minoritetsspråk (2009:724)

Offentliga aktörer har ett särskilt ansvar att skydda och främja minoriteternas språk och kultur.

Barns utveckling av en kulturell identitet och användning av det egna minoritetsspråket ska främjas särskilt.

Kommuner och regioner ska anta mål och riktlinjer för sitt minoritetspolitiska arbete samt ge de nationella minoriteterna möjlighet till inflytande i frågor som berör dem.

I förvaltningsområdena för finska, meänkieli och samiska är kommunerna skyldiga att ordna förskola och äldreomsorg på minoritetsspråken. De personer som vill använda sitt minoritetsspråk i kontakten med kommuner och regioner har rätt att göra detta både muntligt och skriftligt.

Vilka mönster ser vi?

Resultaten som presenteras i detta faktablad baseras på Dalarnas tilläggsurval i den nationella folkhälsoenkäten *Hälsa på lika villkor* 2021 och 2024. Här framkommer att andelen med allvarlig psykisk påfrestning är högre bland personer som tillhör Sveriges nationella minoriteter jämfört med övrig befolkning (11,4 procent jämfört med 7,7 procent).

² Länk till: [Erfarenheter av rasism i kontakt med svenska myndigheter och andra offentliga verksamheter](#)

³ Länk till: [Begrepp inom området psykisk hälsa](#)

Detta indikerar en ojämlikhet i psykisk hälsa. När flera faktorer analyseras samtidigt framgår att minoritetstillhörighet är förknippad med högre odds för allvarlig psykisk påfrestning, även efter justering för bakgrundsfaktorer.

Ett centralt resultat är att psykisk ohälsa formas i ett samspel mellan ålder, kön och minoritetstillhörighet.

Skillnader mellan grupper

Analysen visar tydliga skillnader. Bland Sveriges nationella minoriteter är oddsen högst bland yngre män. Därefter följer yngre kvinnor, äldre kvinnor och äldre män inom minoritetsgrupperna. De högsta oddsen återfinns dock bland yngre kvinnor i övrig befolkning.

Tabellen nedan visar odds för allvarlig psykisk påfrestning. Regressionsanalysen är justerad för inkomst, födelseland och undersökningsår. Referensgrupp är äldre män i övrig befolkning. Värden över 1 innebär högre odds jämfört med referensgruppen och samtliga övriga grupper skiljer sig signifikant från referensgruppen. Ju högre värde, desto högre odds för allvarlig psykisk påfrestning. I analysen avser yngre personer 16–44 år och äldre personer 45 år och äldre.

Allvarlig psykisk påfrestning

Grupp	Odds
Äldre män/övrig befolkning	1.00
Äldre kvinnor/övrig befolkning	1.18 *
Yngre män/övrig befolkning	2.22 *
Yngre kvinnor/övrig befolkning	3.87 *
Äldre män/nationella minoriteter	2.10 *
Äldre kvinnor/nationella minoriteter	2.63 *
Yngre män/nationella minoriteter	3.69 *
Yngre kvinnor/nationella minoriteter	3.02 *

* Anger signifikant skillnad jämfört med referensgruppen

Sammanfattningsvis visar resultaten att yngre personer har högre odds för allvarlig psykisk påfrestning än äldre. Minoritetstillhörighet är genomgående förknippad med högre odds, men mönstren ser olika ut för kvinnor och män beroende på ålder och minoritets-tillhörighet.

Tolkning av resultaten

Resultaten behöver förstås utifrån hur sociala bestämningsfaktorer på olika nivåer påverkar hälsan. Faktorer som social gemenskap och stöd, levnads- och arbetsvillkor samt socioekonomiska förhållanden kan påverka den psykiska hälsan. För nationella minoriteter och samer kan även strukturella faktorer kopplade till minoritetsstatus spela en roll, exempelvis erfarenheter av marginalisering och etnisk diskriminering.

Att yngre personer och särskilt yngre kvinnor generellt uppvisar högre nivåer av psykisk påfrestning ligger i linje med tidigare forskning. Samtidigt visar resultaten att mönstren skiljer sig mellan grupper, vilket understryker behovet av ett intersektionellt perspektiv.

Från kunskap till handling

Resultaten pekar på flera utvecklingsområden. Det behövs ett intersektionellt perspektiv i både analys och planering, där insatser anpassas utifrån samspelet mellan faktorer som ålder, kön, minoritetstillhörighet och livsvillkor. Därtill behöver kunskapen om Sveriges nationella minoriteter och urfolket samerna stärkas hos offentliga aktörer, liksom kännedomen om de lagar och förordningar som styr minoritetsarbetet. Som en grund behöver organisationen veta om den egna kommunen eller regionen ingår i ett förvaltningsområde, om det finns antagna mål och riktlinjer för minoritetsarbetet samt om samråd genomförs.

Om undersökningen

Cirka 25 200 personer, 16 år och äldre, deltog i folkhälsoenkäten i Dalarna 2021 och 2024.

Allvarlig psykisk påfrestning mättes genom frågor om hur deltagarna mått under de senaste 30 dagarna, till exempel oro, hopplöshet och nedstämdhet.

Deltagarna fick även ange om de tillhör någon av Sveriges nationella minoriteter eller urfolket samerna.