

# Åbenhed om psykisk sygdom hos forældre



**spørg  
mere**

så fylder det mindre

psykiatri  
fonden 

BØRNS  
VILKÅR

Ole Kirk's Fond



# Indhold

Indledning	3
Hvem har svaret på spørgeskemaet?	4
Taler forældre med deres børn om sygdommen?	6
Fortæller forældre skole eller institution om sygdommen?	10
Metode	13
Litteraturliste	14

## Spørg mere – så fylder det mindre

Notatet er udarbejdet af Spørg mere, som er et partnerskab mellem Børns Vilkår, Psykiatrifonden og Ole Kirk's Fond. Partnerskabets vision er, at alle børn og unge af forældre med psykisk sygdom er i trivsel i 2030: De udvikler sig alderssvarende, og deres risiko for selv at udvikle psykisk sygdom er mindre end i dag.

# Indledning

I Danmark vokser omkring 310.000 børn op med forældre med psykisk sygdom<sup>1</sup>. Børnene er særligt udsatte, i markant øget risiko for mistrivsel<sup>2</sup>, og de har sværere opvækstvilkår end deres jævnaldrene<sup>3</sup>. Alligevel lever mange af børnene i tavshed. De forsøger at passe ind, og de undgår ofte at tale om, hvordan de har det<sup>4-6</sup>. Blandt børn i 7. klasse, som angiver at have en forælder med psykisk sygdom, har 40 pct. ikke talt med nogen om sygdommen<sup>7</sup>.

Men det er ikke altid kun udadtil, at børnene mangler muligheden for at tale om sygdommen. Det kan også være inden for hjemmets fire vægge. Internationale undersøgelser har vist, at mange forældre ikke taler med deres børn om sygdommen<sup>4,8,9</sup>, også selvom børnene har et ønske om det<sup>10</sup>.

I dette notat præsenteres besvarelser fra et spørgeskema udfyldt af 502 forældre i Danmark, som har en psykisk sygdom, og som har børn i alderen 7-24 år. Vi skal blive klogere på, hvor mange af forældrene, der taler med deres børn om egen psykisk sygdom, og hvad begrundelserne er, hvis de ikke gør. Vi dykker også ned i, hvor mange af forældrene der har fortalt børnenes skole eller institution om deres sygdom. Det gør vi, fordi vi ved, at et tæt samarbejde mellem familie og institution kan være afgørende for børn og unge, der er i risiko for at udvikle mistrivsel<sup>11</sup>.

## Konsekvenserne af en barndom med forældre med psykisk sygdom<sup>12</sup>

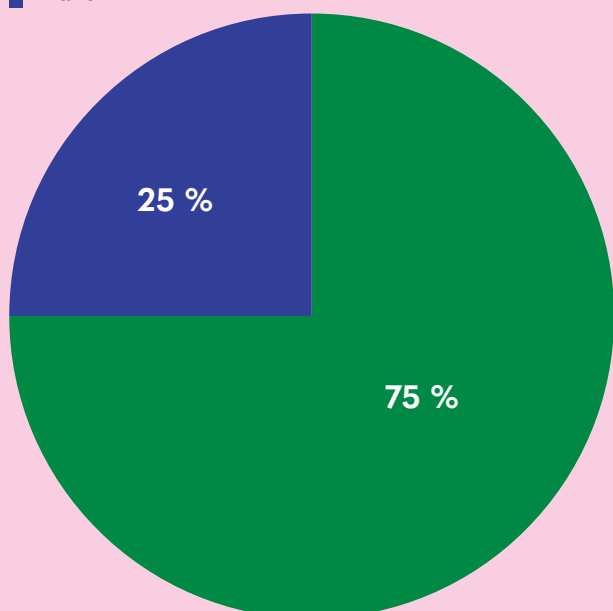
- 32 pct. af børn af forældre med psykisk sygdom søger behandling i psykiatrien eller får en psykiatrisk diagnose, inden de fylder 26 år. Det gælder 15 pct. af børn af forældre, der ikke har en psykisk sygdom.
- 66 pct. af børn af forældre med psykisk sygdom afslutter en ungdomsuddannelse, inden de fylder 22 år. Det gælder 84 pct. af børn af forældre, der ikke har en psykisk sygdom.
- 8 pct. af børn af forældre med psykisk sygdom bliver anbragt uden for hjemmet. Det gælder 1 pct. af børn af forældre, der ikke har en psykisk sygdom.

# Hvem har svaret på spørgeskemaet?

Figurerne her viser centrale karakteristika for forældre med psykisk sygdom, der har besvaret spørgeskemaet.

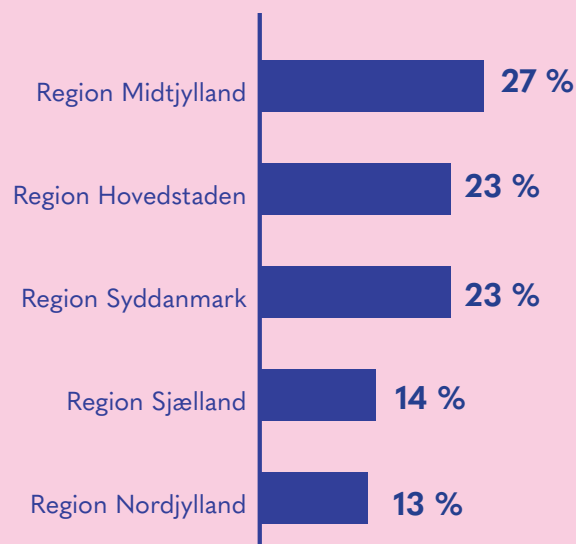
## Hvilket køn identificerer du dig selv som?

Kvinde  
Mand



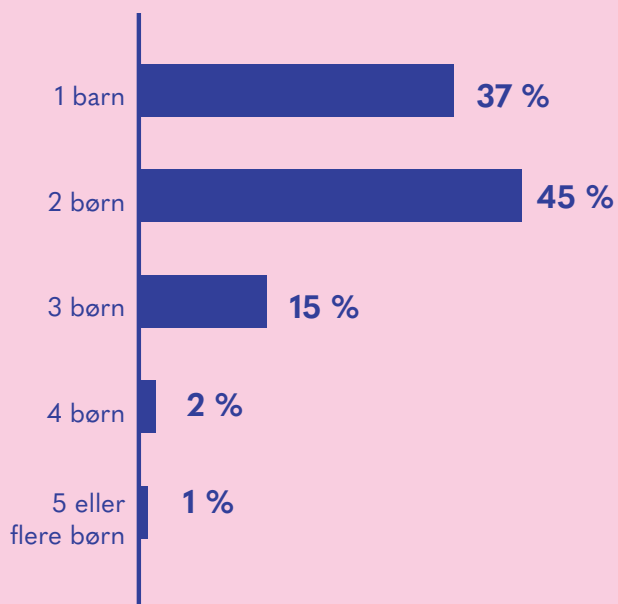
Figuren er baseret på 502 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom. To forældre har svaret 'andet' til spørgsmålet om køn, men svarene udgør tilsammen under 1 pct. og vil derfor ikke kunne ses i figuren.

## Hvilken region bor du i?



Figuren er baseret på 502 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom.

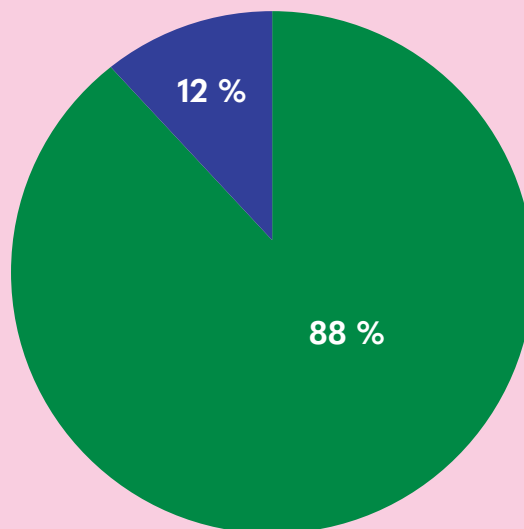
### Hvor mange børn har du i alderen 7-24 år?



Figuren er baseret på 502 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom.

### Bor dit barn/et eller flere af dine børn helt eller delvist hos dig?

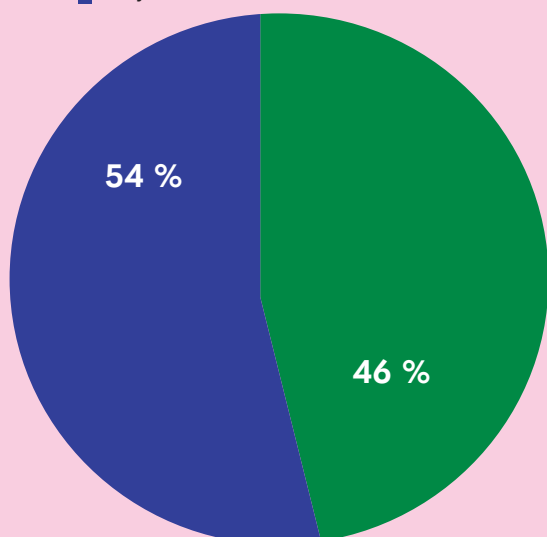
- Ja
- Nej, men jeg ser mit barn/et eller flere af mine børn



Figuren er baseret på 502 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom.

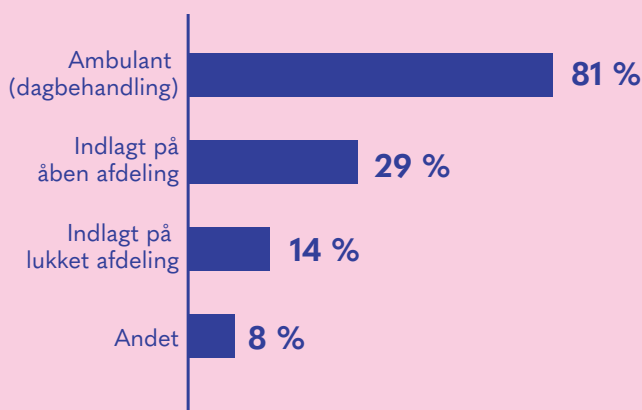
### Har du modtaget behandling i hospitalspsykiatrien (fx indlæggelse, ambulante behandling)?

- Ja
- Nej



Figuren er baseret på 502 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom.

### Hvilken behandling har du modtaget i hospitalspsykiatrien?

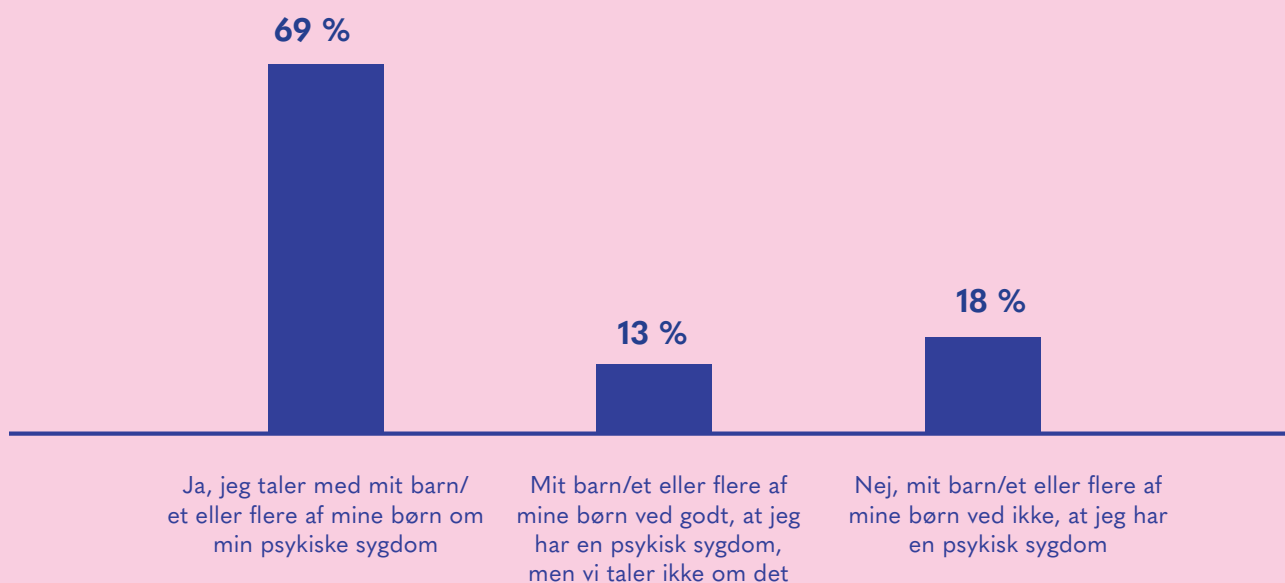


Figuren er baseret på 228 besvarelser fra forældre, der har modtaget behandling i psykiatrien. Andelen summerer ikke til 100 pct., fordi det har været muligt at sætte flere krydser i besvarelsen.

# Taler forældre med deres børn om sygdommen?

Blandt de forældre, der har svaret på undersøgelsen, angiver 69 pct., at de taler med deres børn om den psykiske sygdom. 13 pct. angiver, at deres børn godt ved, at de har en psykisk sygdom, men at de ikke taler om det, mens 18 pct. svarer, at deres børn ikke ved, at de har en psykisk sygdom.

Taler du med dit barn/et eller flere af dine børn om din psykiske sygdom?



Figuren er baseret på 493 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom. Ni forældre har svaret 'andet' og er sorteret fra. Det rykker ikke ved andelen imellem grupperne.



Hovedparten af forældrene taler med deres børn om sygdommen, men sammenlagt svarer en tredjedel, at de ikke taler med deres børn om, eller at deres børn ikke ved, at de har en psykisk sygdom. Denne tendens bekræftes af tidligere undersøgelser, der viser at mange forældre ikke taler med deres børn om sygdommen<sup>8,10</sup>. Samtidig viser undersøgelser, at børnene ofte savner at tale om sygdommen, og at manglende åbenhed kan føre til forvirring, skyldfølelse og isolation hos børnene<sup>4,5,10</sup>. Modsat tyder det på, at netop dét at tale om forældrenes sygdom kan give børnene en større forståelse for deres egen og deres forældres situation, og at den større forståelse kan modvirke nogle af de negative konsekvenser, som sygdommen kan have for børnene<sup>10</sup>.

***“Det var, som om glasset blev ved med at blive fyldt, og det flød over [...] Når det endelig var, at jeg faktisk ikke kunne mere, så vidste jeg ikke, hvad jeg skulle gøre ved det, fordi jeg kunne ikke snakke med mine lærere om det, fordi de var bare sådan; ‘det har vi ikke tid til’. Jeg kunne ikke rigtig snakke med min far, fordi han tror ikke rigtig på psykiske sygdomme, og min mor havde jeg ikke rigtig lyst til at snakke om det med, fordi jeg kunne mærke, hvor ked af det, hun blev.”***  
(Ida, 15 år, Spørg mere-interview)

### **TALER FLERE FORÆLDRE, DER HAR MODTAGET BEHANDLING I PSYKIATRIEN, MED DERES BØRN OM SYGDOMMEN?**

Vi har testet, om der er forskel på, om forældre taler med deres børn om sygdommen, afhængigt af om de har modtaget behandling i psykiatrien eller ej. Der ses en signifikant forskel i retning af, at flere forældre, der har modtaget behandling, taler med deres børn om sygdommen, sammenlignet med forældre, der ikke har modtaget behandling.

Der er således 75 pct. af de forældre, der har modtaget behandling i psykiatrien, der taler med deres børn om sygdommen. Samtidig svarer 12 pct. af forældre, der har modtaget behandling, at deres børn godt ved, at de har en psykisk sygdom, men at de ikke taler om det. Endelig er der 13 pct. af forældrene i denne gruppe, der svarer, at deres børn ikke ved, at de har en psykisk sygdom.

Blandt de forældre, der ikke har modtaget behandling i psykiatrien, angiver 65 pct., at de taler med deres børn om deres sygdom. Hos 14 pct. af disse forældre ved barnet/børnene godt, at forælderen har en psykisk sygdom, men de taler ikke med børnene om det. Og endelig svarer 21 pct. af dem, der ikke modtager behandling i psykiatrien, at deres børn ikke ved, at de har en psykisk sygdom.



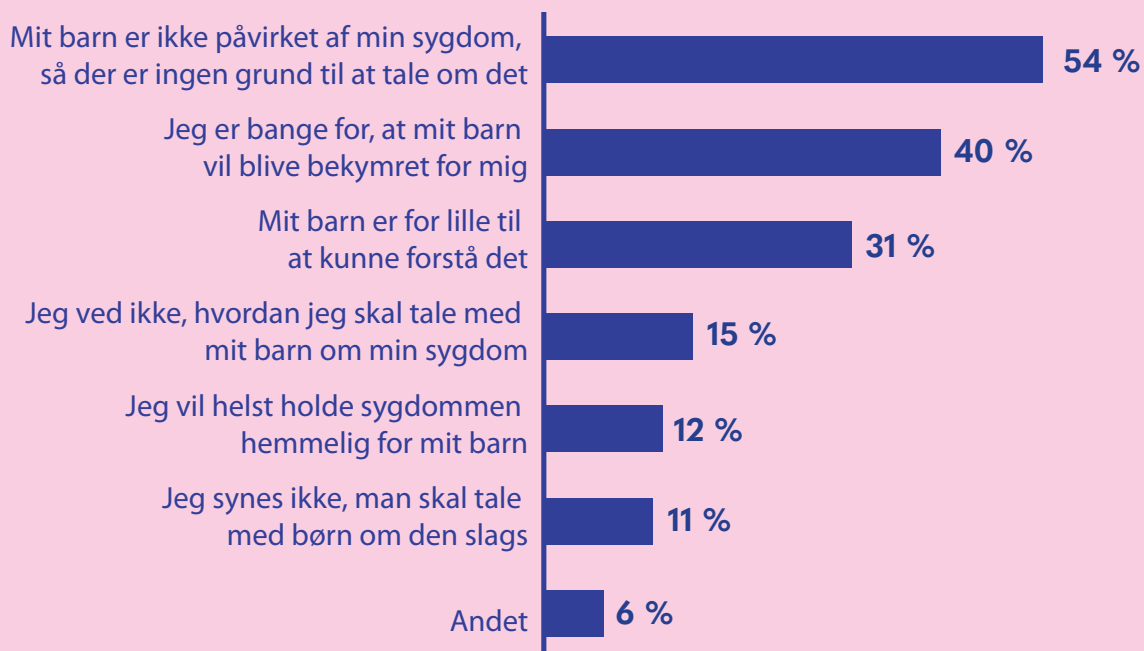
## HVORFOR TALER FORÆLDRE IKKE MED DERES BØRN OM DERES PSYKISKE SYGDOM?

Vi har spurgt de forældre, der ikke taler med deres børn om sygdommen, hvorfor de ikke gør det. Her svarer hovedparten (54 pct.), at de ikke mener, at deres børn er påvirket af sygdommen. Lidt færre (40 pct.) svarer, at de er bange for, at deres børn vil blive bekymret for dem, mens 31 pct. vurderer, at deres børn er for små til at kunne forstå det. 15 pct. ved ikke, hvordan de skal tale med deres børn, mens 12 pct. ønsker at holde sygdommen hemmelig for børnene, og 11 pct. mener ikke, at man skal tale med børn om den slags.

*"Så jeg snakker ikke så meget med mine børn omkring det. Igen fordi der knytter sig så mange historier til at skulle forklare det. Og det er jeg ikke klar til at snakke med dem om, det er en voksensnak, synes jeg."*

*(Elisa, forælder,  
Spørg mere-interview)*

## Hvorfor taler forældre ikke med deres børn om deres psykiske sygdom?



Figuren er baseret på 151 besvarelser fra forældre med psykisk sygdom, der har svaret, at de enten ikke taler med deres børn om deres psykiske sygdom, eller at deres børn ikke ved, at de har en psykisk sygdom. Andelene summerer ikke til 100 pct., fordi det har været muligt at sætte flere krydser i besvarelsen.





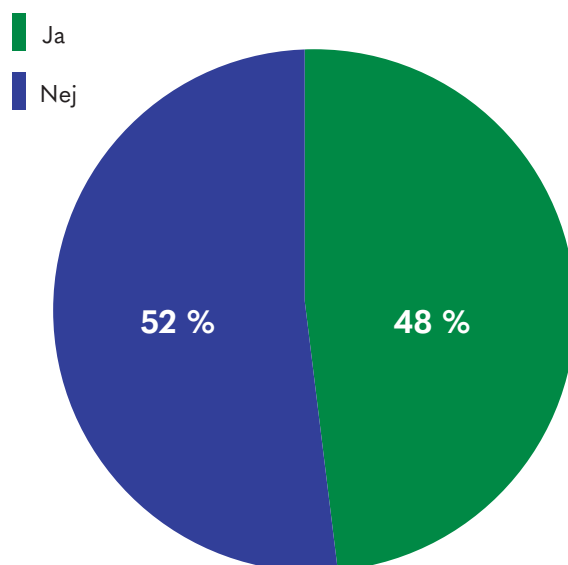
# Fortæller forældre skole eller institution om sygdommen?

Én ting er, om forældrene taler med deres børn om sygdommen, noget andet er, om de er åbne om deres situation over for børnenes skole eller institution. Dette har vi undersøgt ved at spørge forældre, der har mindst ét barn i alderen 4-16 år, om de har fortalt børnenes skole eller institution om deres sygdom. Her svarer lige over halvdelen (52 pct.), at de ikke har fortalt skole eller institution om sygdommen, mens 48 pct. har fortalt om sygdommen.

## FORTÆLLER FLERE FORÆLDRE, DER HAR MODTAGET BEHANDLING I PSYKIATRIEN, BØRNENES SKOLE ELLER INSTITUTION OM SYGDOMMEN?

Vi har undersøgt, om der er forskel på, hvor mange forældre der har fortalt skole eller institution om sygdommen, afhængigt af om de har modtaget behandling i psykiatrien eller ej. Her er der en signifikant forskel i retning af, at flere forældre, der har modtaget behandling i psykiatrien, har fortalt om sygdommen, sammenlignet med dem, der ikke har modtaget behandling.

Har du fortalt dit barns/et eller flere af dine børns skole eller institution, at du har en psykisk sygdom?



Figuren er baseret på 353 besvarelser fra forældre med psykisk sygdom, der har mindst ét barn i alderen 4-16 år. Ti har svaret 'ved ikke' og er sorteret fra.



Der er således 54 pct. af forældrene, der har modtaget behandling i psykiatrien, der har fortalt skole eller institution om sygdommen. 46 pct. har ikke. Anderledes ser det ud for de forældre, der ikke har modtaget behandling i psykiatrien. Her er der 43 pct., der har fortalt om sygdommen, mod 57 pct., der ikke har.

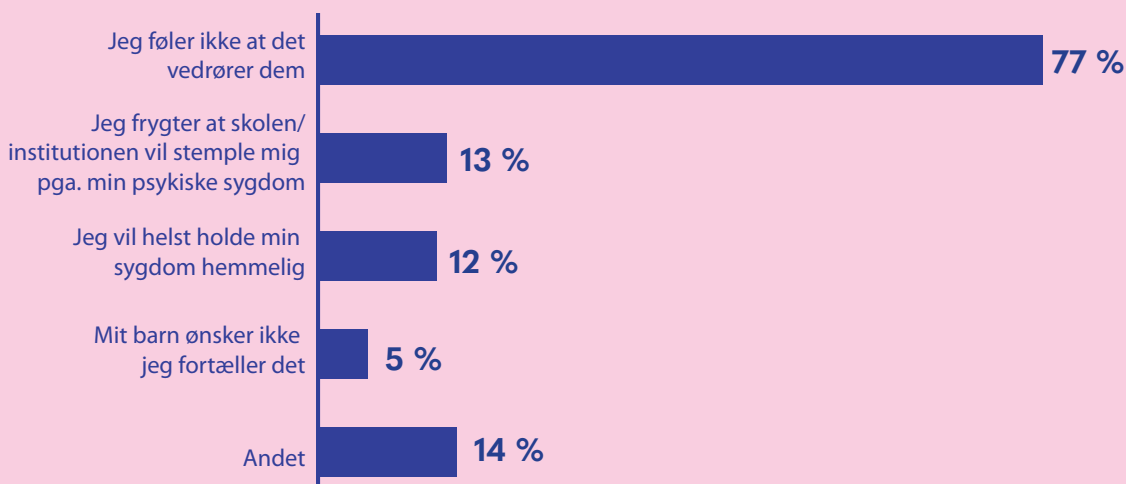
### HVORFOR FORTÆLLER FORÆLDRENE IKKE SKOLE ELLER INSTITUTION OM SYGDOMMEN?

Vi har spurgt de forældre, der ikke har fortalt skole eller institution om sygdommen, hvorfor de ikke har det. Næsten otte ud af ti (77 pct.) svarer, at de ikke føler, at det vedrører dem. 13 pct. frygter, at skolen eller institutionen vil stemple dem på grund af sygdommen, mens 12 pct. helst vil holde sygdommen hemmelig. De 14 pct., der

svarer 'andet' til, hvorfor de ikke har fortalt det, har haft mulighed for at skrive årsagen. Her er den mest gennemgående forklaring, at det ikke er relevant for skole/institution, fordi de oplever at leve et velfungerende liv med deres sygdom, og at deres barn ikke er i mistrivsel.

**“ Men hvis man kommer og siger oppe i skolen, eller som forælder kommer og siger, at; 'hej, jeg er psykisk syg', jamen så er de jo med det samme næsten klar til at lave en underretning. Fordi; 'skal I have hjælp hjemme eller hvad?' Og jeg er bare sådan lidt, at hvis vi skal have hjælp, så skal jeg nok selv række hånden frem. Så altså, der er rigtig mange stempler på det. Det er i hvert fald det, jeg oplever.”**  
(Gertrud, forælder, Spørg mere-interview)

### Hvorfor har du ikke fortalt dit barns/et eller flere af dine børns skole eller institution, at du har en psykisk sygdom?

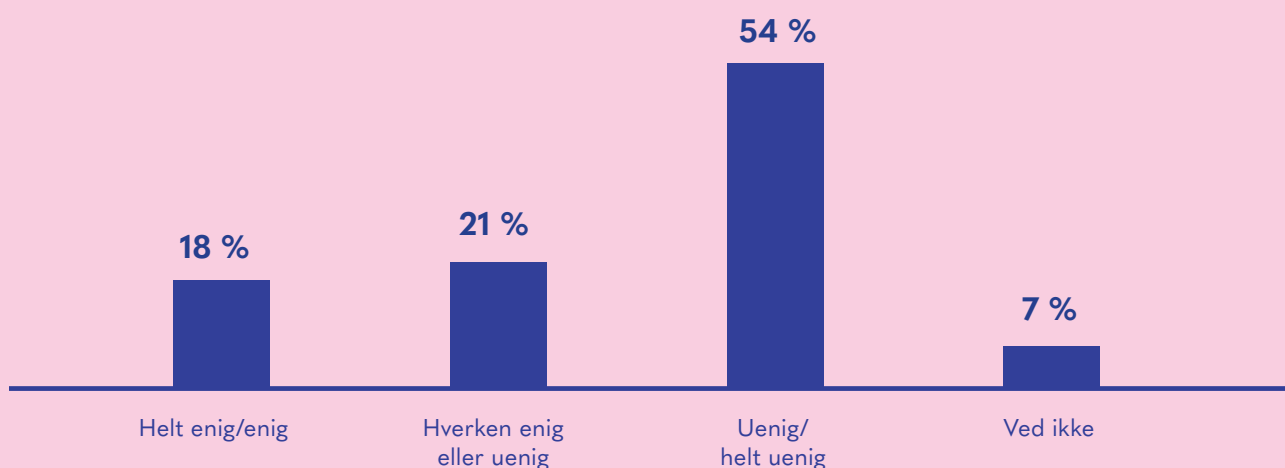


Figuren er baseret på 183 besvarelser fra forældre med psykisk sygdom der har svaret, at de ikke har fortalt deres barns skole eller institution, at de har en psykisk sygdom. Andelene summerer ikke til 100 pct., fordi det har været muligt at sætte flere krydser i besvarelsen.

## OPLEVER FORÆLDRENE FRYGT FOR AT KOMMUNEN SKAL BLIVE INVOLVERET, HVIS DE TALER MED FAGPERSONER OM DERES BØRN?

Vi ved fra tidligere undersøgelser, at forældre med psykisk sygdom kan frygte, at kommunen bliver involveret i deres sag<sup>5,10</sup>. Dette afspejles også i denne undersøgelse, idet 18 pct. af forældrene ikke ønsker at tale med en fagperson om deres børns situation, fordi de frygter, at kommunen bliver involveret. 54 pct. af forældrene frygter ikke, at kommunen bliver involveret.

### Jeg ønsker ikke at tale med fagpersoner om mit barns/et eller flere af mine børns situation, fordi jeg frygter, at kommunen bliver involveret



Figuren er baseret på 502 besvarelser fra forældre, der har en psykisk sygdom.

# Metode

I notatet præsenteres spørgeskemabesvarelser fra 502 forældre i Danmark, som har et eller flere børn i alderen 7-24 år. Spørgeskemaet er kun besvaret af forældre, der har bekræftet, at de inden for de sidste to år har søgt behandling hos en læge, psykolog eller i psykiatrien for psykisk sygdom, eller har fået at vide af en læge at de har en psykisk sygdom. Spørgeskemaet, som ligger til grund for undersøgelsen, er udarbejdet af Spørg mere i samarbejde med Epinion. Data er indsamlet af Epinion via deres webpanel i perioden juli og august 2024.

Alle sammenhænge i analyserne er testet ved hjælp af  $\chi^2$ -test og er statistisk signifikante ved et signifikansniveau på 0,05. Procenterne i analysen er afrundet til nærmeste hele tal. Da baggrundoplysninger (fx køn og alder) om hele populationen af forældre med psykisk sygdom ikke har været tilgængelig, er det ikke undersøgt, om undersøgelsens stikprøve er repræsentativ for hele populationen. Men tallene viser, hvordan de 502 forældre med psykisk sygdom, som har svaret på spørgeskemaet, tackler det at have en psykisk sygdom i relation til deres børn og til børnenes skole eller institution.



# Litteraturliste

1. Psykiatrifonden. Undersøgelse af forekomst af psykisk sygdom blandt forældre til børn i alderen 0-18 år. 2019.
2. Jørgensen SE, Andersen A, Lund L, Due P, Michelsen S. Trivsel og hverdagsliv blandt børn og unge som pårørende og efterladte. 2019.
3. Ellersgaard D, Gregersen M, Ranning A, Haspang TM, Christiani C, Hemager N, et al. Quality of life and self-esteem in 7-year-old children with familial high risk of schizophrenia or bipolar disorder: the Danish High Risk and Resilience Study-VIA 7—a population-based cohort study. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2020 Jun 7;29(6):849–60.
4. Källquist A, Salzman-Erikson M. Experiences of Having a Parent with Serious Mental Illness: An Interpretive Meta-Synthesis of Qualitative Literature [Internet]. Vol. 28, *Journal of Child and Family Studies*. Springer New York LLC; 2019 [cited 2020 Jun 22]. p. 2056–68.
5. Gladstone BM, Boydell KM, Seeman M V., Mckeever PD. Children's experiences of parental mental illness: A literature review [Internet]. Vol. 5, *Early Intervention in Psychiatry*. *Early Interv Psychiatry*; 2011 [cited 2020 Jun 22]. p. 271–89.
6. Matzejat F, Remschmidt H. The Children of Mentally Ill Parents [Internet]. Vol. 105, *Deutsches Arzteblatt*. Deutscher Arzte-Verlag GmbH; 2008 [cited 2020 Jun 22]. p. 413–8.
7. Spørg mere. De oversete børn. 2020.
8. Reedtz C, Lauritzen C, Stover Y V., Freili JL, Rognmo K. Identification of children of parents with mental illness: A necessity to provide relevant support. *Front Psychiatry* [Internet]. 2019 [cited 2020 Jun 22];10(JAN).
9. Reedtz C, van Doesum K, Signorini G, Lauritzen C, van Amelsvoort T, van Santvoort F, et al. Promotion of Wellbeing for Children of Parents With Mental Illness: A Model Protocol for Research and Intervention. *Front Psychiatry* [Internet]. 2019 Sep 6 [cited 2020 Jun 22];10.
10. Yamamoto R, Keogh B. Children's experiences of living with a parent with mental illness: A systematic review of qualitative studies using thematic analysis [Internet]. Vol. 25, *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. Blackwell Publishing Ltd; 2018 [cited 2020 Jun 22]. p. 131–41.
11. Reupert A, Maybery D. Families affected by parental mental illness: A multiperspective account of issues and interventions. *American Journal of Orthopsychiatry*. 2007 Jul;77(3):362–9.
12. Rasmussen I, Kruse M. Samfundsøkonomiske konsekvenser af at være barn af forældre med mentale helbredsproblemer. Dansk Center for Sundhedsøkonomi. Institut for Sundheds-tjenesteforskning. Syddansk Universitet. 2023.



Psykisk sygdom må aldrig ødelægge liv. Derfor kæmper Psykiatrifonden for, at alle mennesker med psykisk sygdom får adgang til den støtte og behandling, de har krav på og behov for - i tide.



Børns Vilkår kæmper for, at intet barn i Danmark svigtes hverken af barnets nærmeste eller af samfundet.



Ole Kirk's Fond arbejder for at fremme livskvaliteten for børn og deres familier og fokuserer i særlig grad på at skabe tryghed, trivsel og udfoldelsesmuligheder for børn i Danmark.

## KOLOFON

**Tekst, analyse og dataindsamling:**  
Rasmus Thastum, Børns Vilkår og  
Jeanette Bonde Pollmann, Psykiatrifonden

**Indsamling af data:** Epinion

**Layout:** AntonMaria – Visuel kommunikation  
/ Maria Lykke Antonsen

**Billeder:** iStock

**Udgivelsesår:** 2024

Vidensnotatet er udgivet som en del af partnerskabet  
'Spørg mere – så fylder det mindre' mellem  
Børns Vilkår, Psykiatrifonden og Ole Kirk's Fond.

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

