

Skolan stressar unga, inte minst tjejer

Dagens skola och alla förändringar som gjorts inom skolsystemet har gjort att många unga är stressade och har sömnsvårigheter. Läsåret 2003-04 ökade problemen kraftigt och har sedan dess legat kvar på en hög nivå.

– Ett problem är betygssystemet och sättet skolan fungerar. Skolan är en rätt avancerad källa till stress för unga, säger **Torbjörn Åkerstedt**, professor i beteendefysiologi vid Stressforskningsinstitutet.

Särskilt utsatta för stress och sömnproblem tycks tjejer vara och som en konsekvens ser man en ökning av depression framförallt bland unga kvinnor.

– Det finns en bredare kravprofil på tjejer, de ska vara bra i skolan, se bra ut och ha många kompisar. Killar kan bete sig lite hur som helst och se ut lite hur som helst. Skolan i kombination med de här kraven gör att unga tjejer är mer stressade, säger Torbjörn Åkerstedt.

SVT.se har granskat kraven inom skolan, se t ex:

<http://www.svt.se/nyheter/inrikes/forskare-om-skolstressen-varje-prov-blir-livsavgorande>