

UNIVERSITY OF BERGEN

# The "Perfect" Storm

**Folkehelsekonferansen, Tromsø 21.09.2023**

Vivian Woodfin

Førsteamanuensis, Institutt for klinisk psykolog, UiB  
Psykolog, Solli distriktpsikiatrisk senter (DPS)

UNIVERSITY OF BERGEN



# «Generasjon «generasjon

I et samfunn hvor vi blir målt på a  
at det øyeblikket man ikke prester



Barnehagelærer Villemo Møller skriver om barn og psykisk helse i dette

## Begynner vi å bygge prestasjon» aller

- Hvis ikke foreldrene føler de strekker til i en he  
det, hvem skal hjelpe barna da? Skriver artikkelf

Uviten | Uviten

# Ingen generasjon har fått så mange merkelapper kastet etter seg

**Ole Jacob Madsen**

Professor i kultur- og samfunnspsykologi, Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo



27. apr. 2021 06:30 | Sist oppdatert 27. april 2021



# Perfeksjonisme



*Urealistiske høye forventninger og kritiske selvevalueringer*

Perfeksjonisme er en transdiagnostisk faktor eller sårbarhet

Opplevd perfeksjonisme fra omgivelsene (socially prescribed) vs. egne perfeksjonistiske mål (self-oriented)



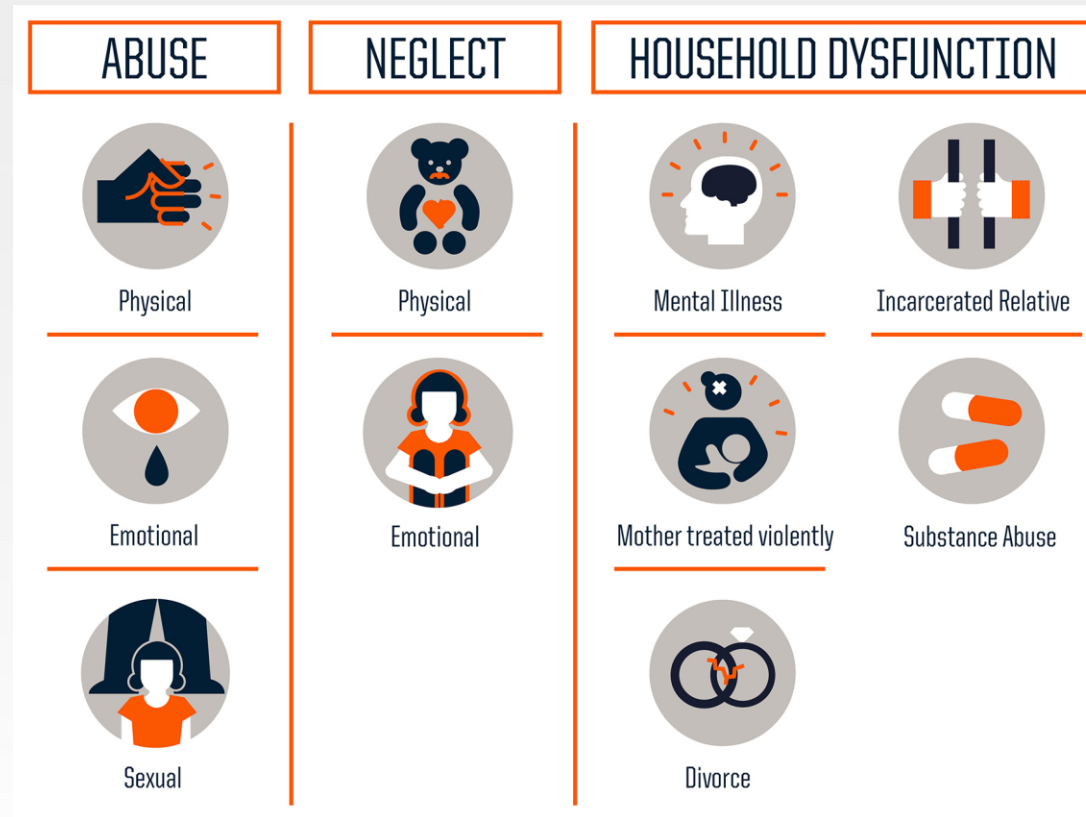
# Utviklingsteorier



- Social expectations model
- Social learning model
- Anxious rearing model
- Social reaction model



# Adverse childhood experiences (ACE)



(Felitti, 1998; Chen et al., 2019)



UNIVERSITY OF BERGEN

# Perfeksjonisme har økt i 30 år Er det kultur?

(Curran & Hill, 2017)

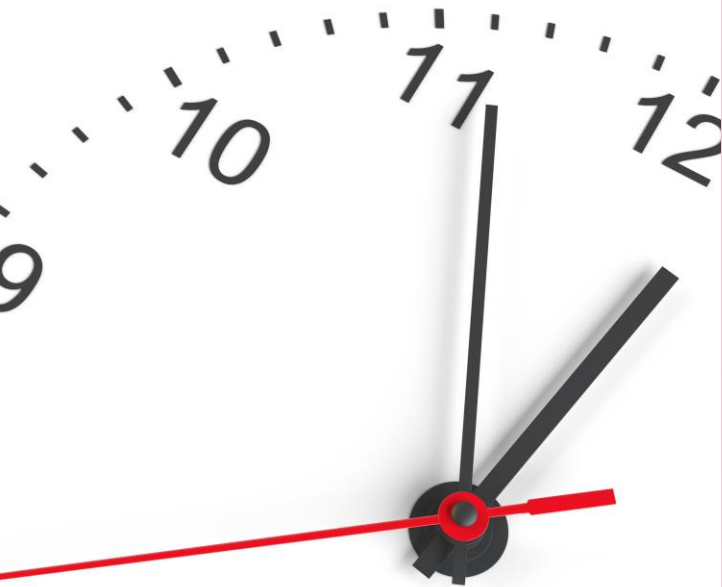


UNIVERSITY OF BERGEN

# Samarbeidsprosjekt







**Måletidspunkt**

2012 (ung@Hordaland)  
2018 (SHoT)  
2020/1 (SoMe)  
2022 (SHoT)

**Tre epidemiologiske studier**

Ung@hordaland  
SoMe  
SHoT

**Deltakere**

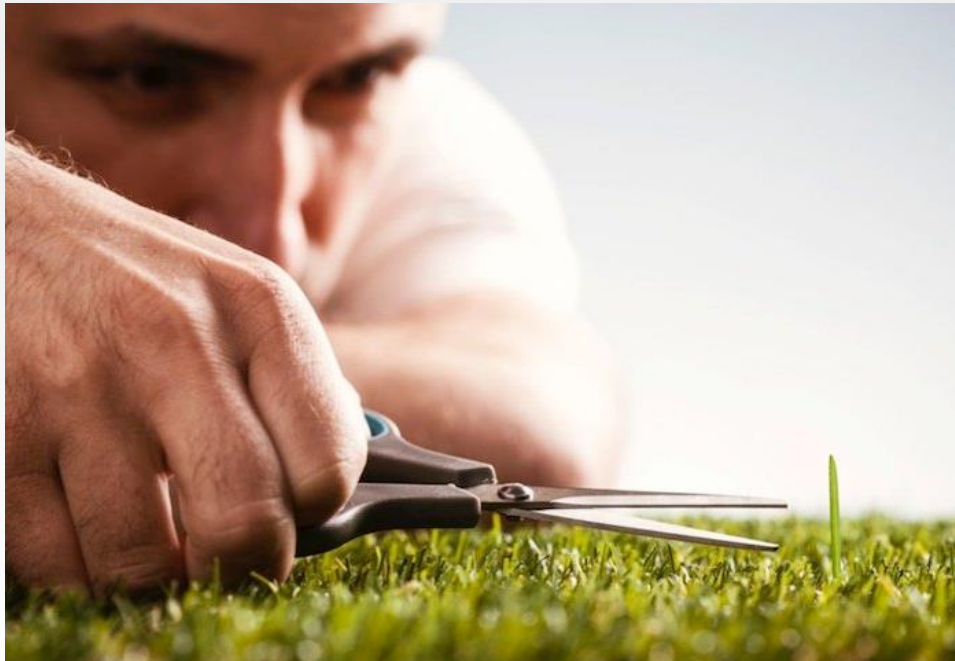
N= 79,000  
Herav SHoT= 66,512  
Alder= 16-24





## **Perfeksjonisme**

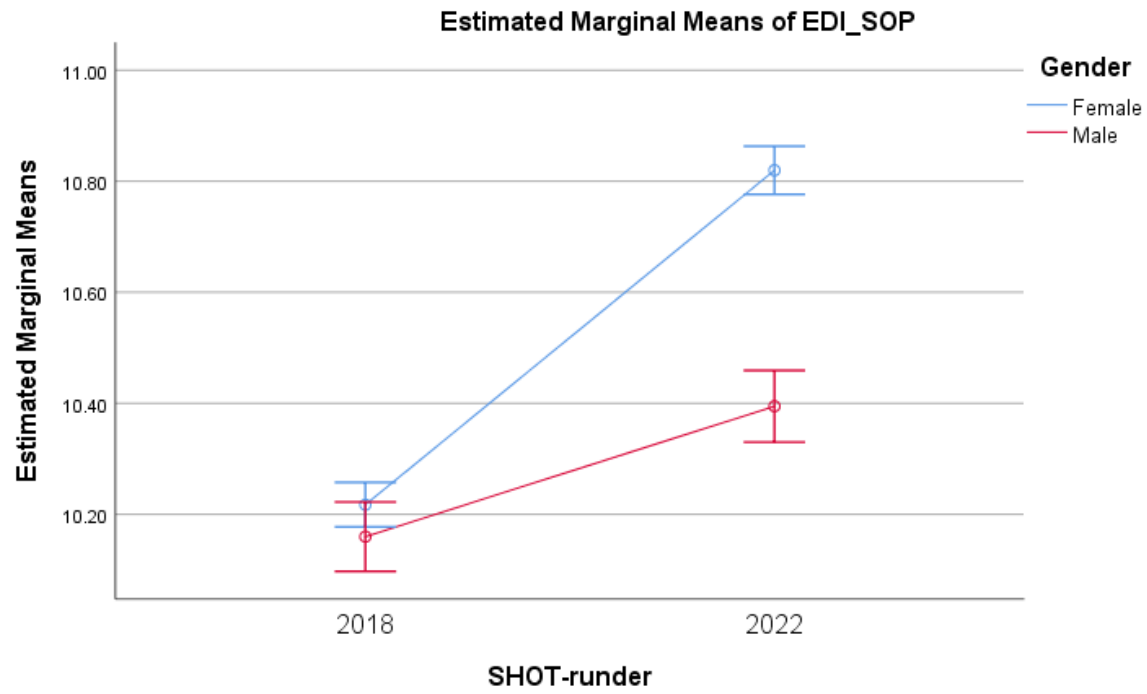
### **The Eating Disorder Inventory: perfectionism subscale EDI-P**



- Jeg gjør alt jeg kan for ikke å skuffe foreldrene mine
- Mine foreldre forventer at jeg skal gjøre ting perfekt
- Bare de beste resultater er gode nok
  
- Dersom jeg ikke kan gjøre ting perfekt kan jeg like gjerne la være
- Jeg har veldig høye mål for meg selv
- Jeg hater å ikke være best

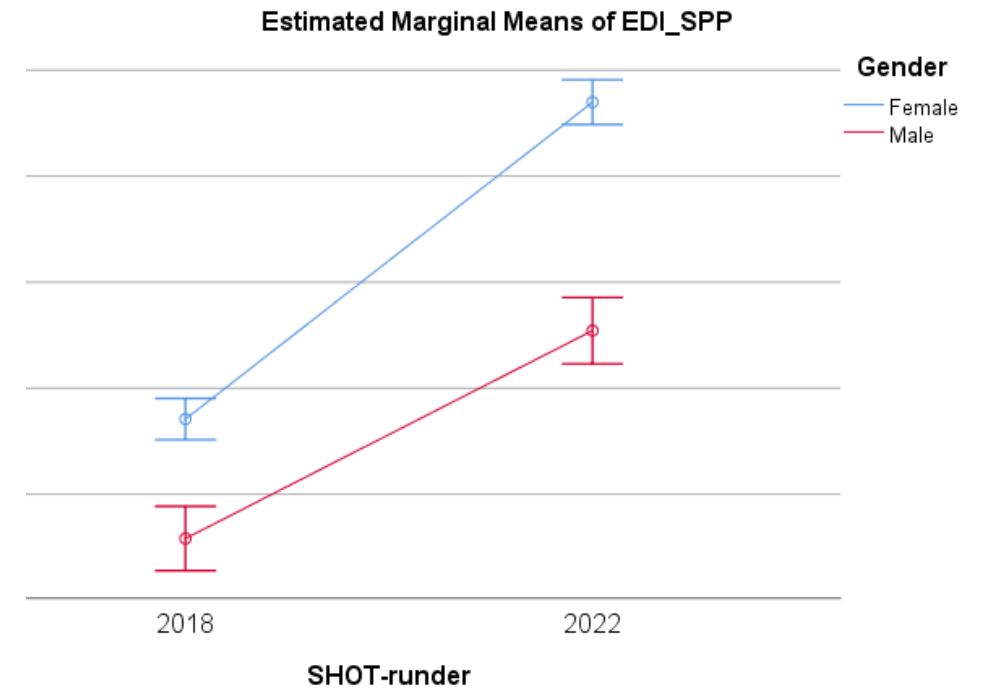


# UNIVERSITY OF BERGEN



Covariates appearing in the model are evaluated at the following values: Alder = 21.7779

Error bars: 95% CI



Covariates appearing in the model are evaluated at the following values: Alder = 21.7785

Error bars: 95% CI



# Oppsummering



Perfeksjonisme forsetter å øke blant unge voksne

Økning gjelder både menn og kvinner

Økningen mellom 2018-2022 er størst blant kvinner

Kvinner er blitt mer perfeksjonistiske enn menn





# Implikasjoner og videre forskning

- Perfeksjonisme forbundet med psykisk uhelse samt økt selvmordsrisiko
- Mindre behandlingsutbytte opp mot kostnads-/nyttekriteriene
- Desto viktigere å identifisere utløsende faktorer, forebygge og finne effektive behandlingsmetoder

