

Tidlige tapsopplevelser, resiliens og risiko for senere psykiske lidelser



Ludvig Daae Bjørndal
Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo
l.d.bjorndal@psykologi.uio.no

I en ny studie ga tidlig tap i nær familie økt risiko for psykisk lidelse som voksen. Lav resiliens ved 18 år forklarte delvis risikoen.

Omtalt artikkel

Bjørndal, L. D., Chen, Y., Lu, D., Brikell, I., Kuja-Halkola, R., D'Onofrio, B. M., Lundin, A. H., Lichtenstein, P., Larsson, H., Daníelsdóttir, H. B., Fall, K., Valdimarsdóttir, U. A. & Fang, F. (2025). Stress resilience and risk of psychiatric disorders after childhood bereavement. *JAMA Network Open*, 8(7), e2519706. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2025.19706>

At tap av nære personer er forbundet med økt risiko for psykiske vansker, har vært dokumentert i forskning i mer enn 60 år (Beck et al., 1963). Tidlig tap av både foreldre og søsken er knyttet til høyere forekomst av psykiske lidelser som depresjon senere i livet (Bolton et al., 2016; Pham et al., 2018). Et betydelig antall barn og ungdommer opplever nettopp å miste en nær person i oppveksten. Norske data viser at omtrent 3 % opplever å miste en forelder før fylte 18 år (Delalic & Kann, 2024). Internasjonale studier anslår at opptil 7 % mister en forelder eller et søsken før voksenlivet begynner (f.eks. Burns et al., 2020).

Mye forskning har undersøkt hvilken rolle *resiliens* kan spille for betydningen av stress for senere psykisk helse. Begrepet har bakgrunn fra studier som har vist at en betydelig andel av personer som opplever utfordrende hendelser, har god psykologisk fungering etterpå (Bonanno et al., 2011). Resiliens konseptualiseres og måles på ulike måter (Sheerin et al., 2018). Variasjonen gjør det utfordrende å sammenligne funn fra ulike studier. Grovt sett kan man skille mellom tre tilnærminger: resiliens forstått som 1) god funksjon etter eksponering for stressende hendelser (ofte definert som fravær av psykiske vansker eller tilbakevending til 'baseline'-nivå av psykisk helse), 2) en prosess som utfolder seg over tid under og etter vanskelige opplevelser, og 3) et trekk eller en karakteristikk ved en person, ofte målt gjennom selvrappport (Choi et al., 2019). Innen utviklingspsykopatologi er resiliens teoretisert som en dynamisk tilpasningsprosess (Cicchetti, 2020), og som å involvere en rekke mulige kilder og systemer rundt personen (Masten et al., 2021).

I en nylig publisert studie i JAMA Network Open undersøkte vi sammenhengen mellom tap av søsken og/eller foreldre i oppveksten og risiko for psykiske lidelser i voksenlivet (Bjørndal et al., 2025). Vi ønsket å studere om resiliens målt ved 18 år kunne være en mekanisme som forklarer hvordan slike tidlige erfaringer påvirker psykisk helse senere i livet.

Studien omfattet over 1,7 millioner svenske innbyggere. Registerdata fra sesjon ble koblet sammen med data fra andre befolkningsregistre, inkludert det svenske pasientregisteret. Vi hentet ut informasjon om tapsopplevelser før fylte 18 år (om en forelder og/eller et søsken i familien hadde dødd) og diagnosekoder i voksenlivet. Resiliens ble målt med intervju gjennomført av

psykologer ved sesjon da deltagerne var omtrent 18 år. Resiliens slik vi målte det, ligger tettest opp mot definisjon 3) ovenfor: et trekk eller en karakteristikk ved en person. Deltagerne ble fulgt i det svenske pasientregisteret i opptil flere tiår. Det store flertallet av deltagerne med tilgjengelige data fra sesjon var menn (98 %). Dataene og registerkoblingene gjorde det mulig for oss å studere sammenhengene i et utvalg som er blant de største og med lengst oppfølgingstid i litteraturen.



Studien hadde tre hovedfunn. For det første var tap i oppveksten forbundet med økt risiko for psykiatriske diagnoser i voksenlivet, inkludert depresjon, angst, rusmiddelrelaterte og stressrelaterte lidelser. Gitt den lange oppfølgingstiden tyder funnene på at tidlige tapserfaringer gir økt risiko godt inn i voksenlivet. For det andre fant vi at tidlige tapsopplevelser økte risikoen for lavere resiliens kartlagt ved 18 år, som i sin tur var assosiert med økt risiko for psykiatriske diagnoser i voksenlivet. For det tredje fant vi at resiliens delvis medierte sammenhengen mellom tap og psykiske vansker. Dette gir støtte for at endret resiliens kan være en mekanisme som forklarer hvordan tapsopplevelser tidlig i livet øker risiko for psykiske vansker over tid. Samtidig var effekten moderat og understreker behovet for videre forskning på også andre forklaringsfaktorer og mekanismer.

Studien har flere viktige begrensninger. Resiliens ble kun kartlagt ved ett enkelt måletidspunkt, og intervjuguiden psykologene brukte, er ikke offentlig tilgjengelig. Begrepet har mange ulike og kun delvis overlappende definisjoner (Cicchetti et al., 2020; Sheerin et al., 2018) og fortjener både mer teoretisk arbeid og empirisk forankring. I tillegg vet vi ikke *hva* som er kildene til resiliens. De er sannsynligvis mange, for eksempel fra medfødte disposisjoner til nære relasjoner og andre sosiale ressurser, og opererer på tvers av ulike systemer (Masten et al., 2021). Videre er en rekke antagelser for kausal medieringsanalyse vanskelige å teste, noe som gjør at vi ikke kan etablere kausalitet. Det er også uklart i hvilken grad våre funn kan generaliseres utover en skandinavisk kontekst, og til kvinner, som har høyere forekomst av flere av de psykiske lidelsene som ble kartlagt (GBD 2019 Mental Disorders Collaborators, 2022).

Studiedesign og analyse

- Studien baserte seg på to registerdata fra Sverige med mer enn 1,7 millioner deltagere, der 98 % var menn.
- Vi studerte longitudinelle sammenhenger med Cox-modeller, hvor vi justerte for en rekke mulige konfunderende variabler og kausal medieringsanalyse.
- Vi studerte sammenhengene mellom tap av søsken og/eller foreldre i oppveksten og risiko for depresjon, angst, rusmiddelrelaterte og stressrelaterte diagnostiske koder i voksenlivet.
- Deltagerne ble fulgt i opptil 34 år etter tapsopplevelser for å studere sammenhenger over flere tiår.

Hovedfunn

- Tap i oppveksten var forbundet med økt risiko for psykiatriske diagnoser i voksenlivet, inkludert depresjon, angst, rusmiddelrelaterte og stressrelaterte lidelser.

- Tidlige tapsopplevelser var knyttet til økt risiko for lavere resiliens ved 18 år, og lav resiliens var assosiert med økt risiko for psykiatriske diagnoser.
- Resiliens medierte delvis sammenhengene mellom tapsopplevelser og risiko for psykiatriske diagnoser. Funnet tyder på at endret resiliens delvis kan forklare hvordan tapsopplevelser påvirker risiko for psykiske vansker senere i livet.



Referanser

- Beck, A. T., Sethi, B. B. & Tuthill, R. W. (1963). Childhood Bereavement and Adult Depression. *Archives of General Psychiatry*, 9(3), 295–302. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1963.01720150105011>
- Bjørndal, L. D., Chen, Y., Lu, D., Brikell, I., Kuja-Halkola, R., D'Onofrio, B. M., Lundin, A. H., Lichtenstein, P., Larsson, H., Daníelsdóttir, H. B., Fall, K., Valdimarsdóttir, U. A. & Fang, F. (2025). Stress Resilience and Risk of Psychiatric Disorders After Childhood Bereavement. *JAMA Network Open*, 8(7), 1–13. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2025.19706>
- Bolton, J. M., Au, W., Chateau, D., Walld, R., Leslie, W. D., Enns, J., Martens, P. J., Katz, L. Y., Logsetty, S. & Sareen, J. (2016). Bereavement after sibling death: A population-based longitudinal case-control study. *World Psychiatry*, 15(1), 59–66. <https://doi.org/10.1002/wps.20293>
- Bonanno, G. A., Westphal, M. & Mancini, A. D. (2011). Resilience to loss and potential trauma. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7(1), 511–535. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104526>
- Burns, M., Griesse, B., King, S. & Talmi, A. (2020). Childhood bereavement: Understanding prevalence and related adversity in the United States. *American Journal of Orthopsychiatry*, 90(4), 391–405. <https://doi.org/10.1037/ort0000442>
- Choi, K. W., Stein, M. B., Dunn, E. C., Koenen, K. C. & Smoller, J. W. (2019). Genomics and psychological resilience: A research agenda. *Molecular Psychiatry*, 24(12), 1770–1778. <https://doi.org/10.1038/s41380-019-0457-6>
- Cicchetti, D. (2020). Studying psychopathology in early life: Foundations of developmental psychopathology. I A. G. C. Wright & M. N. Hallquist (Red.), *The Cambridge handbook of research methods in clinical psychology* (s. 193–204). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316995808.019>
- Delalic, L. & Kann, I. C. (2024). Kan tap av forelder i barndommen påvirke mottak av AAP som voksen? *Arbeid og velferd*, 3, 4–17. <https://doi.org/10.60847/NAV.5221>
- GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. (2022). Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2019: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Psychiatry*, 9(2), 137–150. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00395-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00395-3)
- Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M. & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in Development and Psychopathology: Multisystem Perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 521–549. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>
- Pham, S., Porta, G., Biernesser, C., Walker Payne, M., Iyengar, S., Melhem, N. & Brent, D. A. (2018). The Burden of Bereavement: Early-Onset Depression and Impairment in Youths Bereaved by

Sudden Parental Death in a 7-Year Prospective Study. *American Journal of Psychiatry*, 175(9), 887–896. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2018.17070792>



Sheerin, C. M., Stratton, K. J., Amstadter, A. B., The VA Mid-Atlantic Mental Illness Research, Education, Clinical Center (MIRECC) Workgroup & McDonald, S. D. (2018). Exploring resilience models in a sample of combat-exposed military service members and veterans: A comparison and commentary. *European Journal of Psychotraumatology*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1486121>