

MASTERCLASS UNGE OG MENTAL SUNDHED

OPSAMLING OKTOBER 2021



RØDDOVRE
GLOSTRUP
ALBERTSLUND
HØJE-TAASTRUP BRØNDBY
VALLENSBÆK
ISHØJ
HVIDOVRE
TÅRNBY
DRAGØR

Klar livet
- uden røg
og rusmidler

Masterclass om unge og mental sundhed

21. maj, 11. juni og 20. august 17. september 2021 fra kl. 12.00 -14.00

Hvad blev der talt om på webinarerne?

Indhold

Baggrund	2
Formål.....	2
Form	2
Program	3
Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 21. maj 2021.....	4
Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 11. juni 2021.....	5
Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 28. august 2021.....	8
Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 17. september 2021.	11

Baggrund

Ti kommuner samarbejder om unges sundhed og trivsel i en tiårig indsats 'Klar Livet – uden røg og rusmidler', og skal arbejde med unge og mental sundhed på tværs af kommuner og forvaltninger.

Mental sundhed er en af de største udfordringer blandt unge. I KKR-strategien¹ fremføres det, at hver femte ung angiver, at have dårlig mental sundhed. Det kommer bl.a. til udtryk ved at 34 pct. af elever på erhvervsskolerne² dagligt eller ugentlig er stressede, at 10 pct. føler sig ofte eller meget ofte ensomme og 12 pct. er næsten hver dag kede af det, irritable eller nervøse. På gymnasierne³ føler 14 pct. af drengene og 16 pct. af pigerne sig ofte eller meget ofte ensomme, 8 pct. af drengene og 15 pct. af pigerne føler sig stressede dagligt og 6 pct. af drengene og 14 pct. af pigerne har mindst et psykisk symptom dagligt (ked af det, irritable/dårligt humør, nervøs).

Mental sundhed er et stort og forholdsvis nyt fagfelt for kommunerne. Erfaringerne fra samarbejdet om hjælp til rygestop viste, at udbredelse af faglig viden, fælles refleksioner og erfaringsudveksling blandt praktikere på tværs af kommunerne bidrog til øget kvalitet i opgaveløsningen, generering af nye tilbud og måder at arbejde på.

Sundhedsstyrelsen har udgivet forebyggelsespakken om mental sundhed, som indeholder konkrete anbefalinger til kommunernes arbejde med mental sundhed. Blandt andet anbefales det, at indsatser gennemføres af medarbejdere, der har jævnlig kontakt med målgruppen, og at disse medarbejdere har erfaring med og viden om fremme af mental sundhed. På tværs af kommunerne er der forskellige indgange til erfaringer med og viden om mental sundhed. Eksempelvis er nogle kommuner med i Sund By Netværket, og nogle er med i partnerskabet ABC for mental sundhed.

Som et led i opbygning af kapacitet inden for feltet unge og mental sundhed, afholdt Klar livet – uden røg og rusmidler en Masterclass om unge og mental sundhed. Omkring 80 praktikere fra alle ti samarbejdende kommuner fra forskellige forvaltninger deltog i et fælles kompetenceudviklingsforløb.

Formål

Med afsæt i den nyeste viden om unges sundhed og trivsel var det formålet:

- at indkredse feltet unge og mental sundhed i forhold til den kommunale opgavevaretagelse med særligt fokus på forebyggelse
- at skabe en bredere forståelse mellem fagprofessioner
- at bidrage til at flere får viden på dette område

Form

Masterclass'en blev afholdt som et virtuelt forløb med fire mødegange af to timers varighed fordelt på en periode over fire mdr. Fjerde mødegang blev afholdt som et fysisk møde. Deltagerne blev inddelt i kommunale netværksgrupper, som arbejdede mellem mødegangene med de

¹ Fælles strategi for unges fysiske og mentale sundhed – for kommuner i Region Hovedstaden, KKR-Hovedstaden

² UNG19 - Sundhed og trivsel på erhvervsuddannelser 2019, Steno Diabetes Center Copenhagen, Hjerteforeningen og Kræftens Bekæmpelse

³ Udvalgte tal fra UNG19 – Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019, Statens Institut for Folkesundhed

tematikker, der blev introduceret på mødegangene. På den fjerde mødegang præsenterede netværksgrupperne deres læringspointer og anbefalinger og der var en fælles drøftelse af hele forløbet.

Program

Forløbet bestod af tre undervisningsmoduler samt et afsluttende modul:

Modul 1: Ny sårbarhed hos unge, hvad handler det om?

- Noemi Katznelson, professor og leder af Center for Ungdomsforskning fortalte om hvordan vi kan forstå udsathed blandt unge set i lyset af aktuelle samfundsmæssige forandringer.

Modul 2: Fællesskabers betydning for mental sundhed

- Karen Wistoft, professor på området for læring, madkundskab, smag og trivsel i skolen ved Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet talte om hvordan lærere, pædagoger, sundhedsplejersker og andre, der har med unge at gøre kan støtte en god og sund identitetsdannelse.
- Simon Haugegaard konsulent i Socialt UdviklingsCenter (SUS) fortalte om hvilken betydning nutidens rammevilkår har for de unges søgen efter at finde svar på de "universelle ungdoms-spørgsmål": "Hvem er jeg? Hvad skal jeg? Hvem skal jeg det sammen med?"

Modul 3: Det gode ungeliv – gennem inddragelse og deltagelse

- Post-doc Ziggy Ivan Santini fra Statens Institut for Folkesundhed fortalte om den nyeste forskning, som viser at teenagere med hobbyer drikker mindre og har færre psykiske problemer, og præsenterede forskning om ABC for Mental sundhed
- Projektleder Martin Lennart Eriksen fra Det danske spejderkorps fortalte om hvordan de arbejder med ABC for Mental sundhed, og hvordan de kan bruge tilgangen til at fastholde unge

Modul 4: Hvad har vi lært?

- I fællesskab reflekterede og drøftede vi læringspointer, refleksioner og konkrete resultater

Nedenstående opsamling er arrangørgruppens referater af det, der blev talt om på webinarerne og er altså ikke forfattet af oplægsholderne selv. Referaterne er lavet som en hjælp til deltagerne på webinarerne.

Arrangørgruppen: Mette Nielsen, Marie Friis Rosschou, Helle Stuart, Lars Ole Andersen.

Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 21. maj 2021.

Udsagn, problemstillinger, guldkorn.

Noemi Katznelson fra Center for Ungdomsforskning, Aalborg Universitet, synes, at den nye sårbarhed i høj grad drejer sig om overlastningsreaktioner. Det er ikke enkelte ting, der giver overbelastning, den er den samlede mængde af mange ting. Det virker destabiliserende for dem. Mange unge mangler en oplevelse af, at de bare har lov til "at være". De er meget omgivet af en præstationskultur også nogle gange i forhold til venner.

Mange unge har brug for stabiliserende forhold. For mange af de klassisk udsatte kan det være simple ting som at komme op om morgenen og komme afsted, at få morgenmad, at få købt ind, at tage madpakke med.

Der er noget at lære på tværs af kommunerne. Skoler/lærere er ikke enige, der kan være forskellige regler i forskellige klasser. Der er også forskellige kompetencer i organisationen. Det må være rimeligt at forlange, at der f.eks. er enighed om brugen af mobiltelefoner i klasserne.

Unge har brug for den tryghed, der er i at høre til et sted. Det er svært at få den oplevelse, hvis voksne/lærere/undervisere hele tiden skifter. Der kan være mange niveauer af mistrivsel.

-Oplevet mistrivsel

-Oplevet mistrivsel der rammer funktionsniveau. Her kan være noget psykologisk, men det kan også ofte sætte sig kropsligt.

-Udsathed, både ny udsathed og klassisk udsathed. Begge dele kan findes på en gang. Her kan de unge virkelig have brug for hjælp.

Det vil være vigtigt at sætte ind tidligt ved den oplevede mistrivsel.

Faglig trivsel er vigtig. Det gælder om i en skole at skabe et fælles vi. Kulturen på skolen er vigtig. Man skal passe på ikke at tilbyde viden om mental sundhed, som en slags kvaksalveri. At man tager noget, som er lavet til sårbare (f.eks. cool kids) og prøver at brede det ud til alle i en fælles snak af en lærer, som ikke er særligt uddannet i det. Der bør være en åbenhed overfor almindelige spørgsmål som, hvordan har du det, hvordan går det og åbenhed overfor, at det er tilladt at lave fejl. Det er vigtigt at kunne rumme det inden for kulturen på skolen og ikke bare sende unge "videre" i systemet.

Det er en erfaring, at overgange giver sårbarhed eller øger sårbarhed for mange unge. De unge er særligt sårbare, når de forlader Grundskolen, føler de sig set, samlet op til at gå videre et eller andet sted. Nogle har brug for en hånd i ryggen eller nogen, der hjælper dem med at fokusere på, hvad der er muligt for dem. Det er ikke alt, der er muligt.

"Alt er muligt" kan være svært at håndtere. Der er brug for at kunne lave afgrænsninger. "Frihed er indsigt i nødvendigheden".

Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 11. juni 2021.

Udsagn, problemstillinger, guldkorn.

Karen Wistoft fra Århus Universitet (DPU) ser mental sundhed og trivsel som det samme. Hun mener, at man kan tale om to forskellige diskurser omkring mental sundhed. Dels en folkesundhedsdiskurs og dels en pædagogisk diskurs. Den folkesundhedsfaglige ser ofte trivsel sygdomsorienteret og handler om fravær af mistrivsel, risici og sygdom. Den pædagogiske handler ofte om velbefindende, forståelse, involvering, overskud og gå på mod og dialog med målgruppen.

Hun talte om deres undersøgelse af skoleelevers trivsel under coronaepidemien. 92 % af de unge savnede venner og kammerater. 82 % savnede fritidsaktiviteter og 71 % savnede undervisning på skolen.

Forældre støttede elever klarede sig bedre mentalt end elever, som var selvhjulpne og elever som var udfordrede. Det var svært for elever, hvis forældre havde meget travlt med arbejde eller, hvis der var socioøkonomiske udfordringer i familien. De elever, der havde det sværest, var dem hvis forældre IKKE var særligt bekymrede for, hvordan det gik de unge.

Elever på FGU havde det særligt svært under 2. nedlukning. De lukkede sig inde, døgnrytme og sociale relationer forsvandt. Eleverne var glade for omsorg fra lærerne.

Blandt gymnasieeleverne i Århus fyldte bekymringer meget for smitte og kommende eksaminer. I 2020 følte 15 % sig ensomme, i 2021 var det 26%. Nogle fik dog bedre mental sundhed af fjernundervisning.

Generelt er det problematisk for aldersgruppen 10 – 24 år, hvis de får en følelse af social isolation. Der kan være et efterslæb og noget, der skal rettes op på efter coronaepidemien.

Karen mener, at det er vigtigt, at der er plads til at tale med eleverne om, hvad coronaepidemien har betydet for den enkelte og for den enkelte i familien. Hvordan lærer eleverne at blive mere robuste?

Et andet aspekt har heller ikke været prioriteret under coronaepidemien. Det er det kropslige. Det kropslige er lige så vigtigt som det emotionelle og sociale, "trivsel med krop på". Mange af dem, der har haft det svært under coronaepidemien, var dem der ikke har fået bevæget sig så meget.

Simon Haugegaard fra SUS (Socialt Udviklingscenter) fortalte om en undersøgelse lavet blandt 7.-9. klasser i 20 forskellige kommuner. I alt 2036 elever havde svaret.

Han fortalte om, hvordan rammerne generelt har ændret sig for de unge de sidste 25 år. Skematisk satte han det op sådan her:



Unge 1995	Unge 2020
Børn og unge var i en del af intergenerationelle flokfællesskaber, som i nogen grad gik på tværs af socialgrupper og køn	Færre analoge flokke, flere horisontale vennegrupper og flere virtuelle fællesskaber
Få og veldefinerede relationer	Mange forskelligartede relationer på mange forskellige arenaer, som man skal gøre sig fortjent til at være en del af
Legen foregik på gaden og samvær var noget, man havde hjemme hos hinanden	Legen foregår bag skærmen og samvær foregår hver for sig
Poul Kjøller var Gud!	Christiano, Somerray og alle de andre SoMe-stjerner er Gud
Forholdet til de voksne var hierarkisk, og de voksne var autoriteter	Ændret relationsgrammatik, unge er eksperter og voksne novicer

Siden 1990'erne er der kommet mere individualisering, nærmest ubegrænset valgfrihed, og ideer som at "du kan hvad du vil". Det betyder også, at du kan vælge forkert og stå med ansvaret selv.

Mange fællesskaber uden for skoletiden er i forandring. Legemestre og kulturbærere og den socialisering, der ligger i det, er gået tabt.

Unge er mere alene i 2020 end i 1995, der er mindre selvorganiseret tid sammen med venner. Man er i højere grad sammen over digitale netværk. Smartphones har nok haft en afgørende betydning for dette. 1 ud af 5 unge er KUN sammen hver for sig. Man er sammen via computer eller telefon. Man er lige så meget sammen som før, men nu med mere online samvær. 6 ud af 10 bruger minimum 4 timer dagligt på skræm i deres fritid. Det betyder også, at man i højere grad skal finde svar på svære spørgsmål sammen med nogen, der er ligesom én selv. Den sociale alsidighed er blevet mindre.

Andelen af aktive i det organiserede fritidsliv INCL. FITNESS er det samme i 2020 som i 2010 henholdsvis 84,7 % og 82,4 %. Antal aktiviteter pr. person falder, og uden fitness ser det anderledes ud. Eksklusive fitness: 2020 70 % og 2010 82,4 %.

Måske har idrætsforeningerne gjort en fejl ved ikke at inddrage fitness i deres arbejde?

I gymnasiet er mange i princippet alene, de er selv ansvarlige for at komme med i en gruppe, de bliver ikke automatisk samlet op.

17,4% er ensomme, føler mistrivsel. 19,2 % blandt piger og 15 % blandt drenge.

En elev i 8. klasse sagde om de voksne: "De forstår bare ikke 2020, sådan basically". Der er en ændret relationsgrammatik.

Det er positivt, at 3 ud af 4 15-årige spiser med deres forældre. 8 ud af 10 har det godt med at tale med deres forældre. Men det foregår meget på et deskriptivt niveau. Man taler om, hvad man har lavet i løbet af dagen. Man taler sjældent om virtuelt liv, sex, porno eller religion.

41,9 % har et godt forhold til sekundære voksne, bedsteforældre. Alder er ingen hindring. Det gælder om at være nysgerrig.

Garderobefællesskaber er vigtige, for eksempel hvor man lige mødes i omklædningsrummet på tværs af sociale skel og lige udveksler erfaringer, vittigheder eller andet.

Mange unge er med på sundhedsbølgen. Kunne idrætsklubber være med til at styrke det? Nurse det de unge synes er godt?

Omvendt kunne idrætsklubber måske bidrage med ideer om fællesskab til fitnessklubber?

Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 28. august 2021.

Udsagn, problemstillinger, guldkorn.

Ziggi Santini, Statens Institut for Folkesundhed havde oplæg om ABC for mental sundhed – beskyttende trivselsfaktorer for børn og unge.

Han fortalte om en undersøgelse (ESPAD) blandt 15 – 16-årige på 81 skoler i Danmark før pandemien, 2488 elever i alt.

De undersøgte sociale aktiviteter hos de unge og opdelte dem i 4 kategorier:

1. Computerspil, 2. Sport, 3. Bøger, 4. Andre hobbyer. Desuden var der en 5. gruppe bestående af unge der ikke deltog i nogen sociale aktiviteter.

Jo flere af de 4 aktiver de unge deltog i, jo lavere scorerede de på:

rygning, alkoholforbrug, fuldskab, brug af illegale stoffer, cannabis, de havde færre psykiske problemer og havde højere score for mental sundhed.

Hvis man deltog i mindre end 1 social aktivitet ugentligt, scorede man højere på rygning, fuldskab, brug af stoffer og cannabis.

Hvilke mekanismer kan der her være tale om? Han valgte at nævne 4:

Opportunity cost: Hvis man har brugt penge eller energi på noget, kan man ikke bruge det på noget andet.

1. Belønningssystem. Dopamin m.m. aktiveres og kan have en belønnende effekt, og en positiv behagelig oplevelse kan have selvforstærkende effekter. Man vil have oplevelsen igen.
2. Jo flere aktiviteter man er med i, jo bedre er man til at "cope" og er modstandsdygtig over for stoffer og alkohol, der også bruges af mange til at cope med livets problemer.
3. Personlig identifikation. "Her i denne omgangskreds bruger man ikke stoffer".

Kan der blive for mange aktiviteter? Ja, men op til 4 forskellige aktiviteter ser ud til at være OK.

Han omtalte et finsk studie der undersøgte 15 – 16-åriges sociale aktiviteter, sport m.m.

Ved høj ugentlig deltagelse viste der sig at være færre psykiatriske diagnoser, når de blev mellem 16 og 33 år. Jo flere sociale aktiviteter jo mindre risiko for psykiske sygdomme.

En anden undersøgelse fra Danmark handlede om gymnasieelever (m.fl.) og deres trivsel blandt 29086 elever på 88 skoler.

De fandt 4 former for mangel på social tilknytning:

1. Mangel på støtte fra klasse
2. Mangel på støtte fra lærere
3. Mangel på sammenhold i klassen,

4. Mangel på deltagelse i skolens sociale fællesskab.

Tilstedeværelsen af flere samtidige mangler giver dårlig mental sundhed for den enkelte.

1 ud af 4 rapporterer en form for manglende tilknytning. Den manglende tilknytning var mest markant på HF-uddannelsen.

Ziggi sagde, at skolen er et af de bedste steder at nå de unge. En skole kan have en bestemt uheldig social kultur, som man skal have fokus på at ændre på.

Ziggi talte om partnerskabet med DGI, og deres arbejde med social inklusion, "Tag godt imod", som handlede om god indgang til klubber og foreninger, en god måde at tage imod nye på. Et eksempel kunne være at finde en person i foreningen, som havde særligt fokus på at tage sig af nye medlemmer.

Han nævnte en undersøgelse fra skoler i Australien, som viste at både læreres og elevers mentale sundhed har været hjulpet af ABC for mental sundhed. Her talte de om: Get active, get social, get involved.

Han nævnte, at ABC er 3 ting: 1.en kampagne (skal skabe mind-set), 2.fælles sprog til at arbejde med mental sundhed, 3.et partnerskab.

Han viste med en graf, at jo flere man kan skubbe op i den ende med mange med god mental sundhed, jo længere afstand bliver der til den dårlige ende (de der har dårlig mental sundhed). Sagt på en anden måde, jo bedre mental sundhed, jo mindre er risikoen for at få psykisk sygdom.

Han synes, det er en styrke ved ABC for mental sundhed, at det tilbyder en "ikke psykologisk" metode. Der er ikke noget "farligt" ved metoden, og den kræver ikke særlig psykologisk indsigt.

Martin Lennard Eriksen, Det danske spejderkorps, fortalte om deres brug af ABC for mental sundhed.

Spejderne har i alt 35.000 medlemmer, i 4000 lokale foreninger. Martin arbejder især med de 15 – 26-årige, som udgør et par tusinde medlemmer. De mister unge fra de bliver teenagere, altså omkring 12 – 14-årsalderen.

I oplægget vil han fortælle, hvordan de fastholder de unge.

De 16 – 25-årige vil gerne have et frirum, de vil gerne have et klubværelse, de selv kan styre. Mange føler sig pressede i foreningen (til at skulle blive ledere og tage over og tage sig af børnene). De bryder sig ikke om at blive presset, men vil bare gerne fortsætte med at være spejdere. Gruppen på de 15 – 26-årige hører ikke til hos børnene, men tilhører heller ikke de voksne.

Organisationen kan have svært ved at lave en udvikling i tingene. Aktiviteter kommer til at gå i ring. Hvordan sikre at der sker nyt?

De unge vil gerne være sammen med deres venner. De vil gerne være venner med dem, de er spejdere sammen med. Relationen bliver vigtigere end bare det at være der. De efterspørger dybere relationer. Ikke blot til lyst, det skal kunne noget mere.

Mange vil desuden gerne have voksenkontakt. Der er en tendens til, at de bliver overladt til sig selv, man tænker "de er jo store".

Hvad gør de i spejderbevægelsen:

De går på to ben:

1. Råd, uddannelse, hjælp til fastholdelse af gruppen af unge.

2. Fysiske ting, spil.

Angående 1 har de 10 ambassadører, en task force, mellem 18 og 27 år. De laver oplæg, workshops til spejderledere om, hvordan man fastholder aldersgruppen. Så det er unge, der underviser voksne. Man kan bede om at få besøg af nogle fra ambassadørgruppen.

De unge skal ikke mandsopdækkes, men vil gerne have en mentor eller vejleder, som kan være der, men som også kan trække sig. Man skal være opmærksom på, hvornår man skal lade dem være i fred. Spejderlederne skal også kunne hjælpe ved skoletræthed og kunne spotte mistrivsel.

Angående 2, materialerne. De har selv lavet et brætspil, der hedder Hejk. Her går man en vandretur. Når man sidder, skal man lære noget nyt om dem, man spiller med. Det kan være enkle ting, men også f.eks.: Fortæl om sidste gang du var ked af det.

Spillet er tilgængeligt for alle spejdere.

De har også lavet et samtale spil, som kan hentes fra hjemmesiden.

De har en aktivitet, der hedder Klub Klan, der understøtter fællesskaber på tværs af Danmark, f.eks. Klatreture eller skiture. Altså ikke kun spejderaktiviteter.

Kort sagt ønsker de unge: Frirum, udvikling, de vil være sammen med venner, vil ikke altid presses til at skulle hjælpe til, efterspørger dybe relationer, voksenkontakt. Til gengæld er de unge ikke særlige tydelige omkring det her og deres ønsker.

Der blev spurgt til, hvordan de har rekrutteret ambassadørerne? Nogle unge havde forslået aktiviteter om unges trivsel. Den gruppe er udgangspunktet for ambassadørgruppen. Resten blev fundet via "open calls" til dem, der havde interesse i trivsel eller spil.

Der er flere oplysninger på dds.dk under mental sundhed

https://dds.dk/soeg?search_text=abc%20mental%20sundhed&f%5B0%5D=topic%3A374

I Spejdersport kan man (alle?) købe Hejk spillet.

<https://www.spejdersport.dk/hejk-braetspil>

Webinar Masterclass Mental Sundhed Klar Livet. 17. september 2021.

På fjerde og sidste mødegang den 17. september 2021 i Masterclass om unge og mental sundhed mødtes vi for at udveksle læringspointer og erfaringer.

Vi arbejdede efter følgende program:

12:00 – 12:15	Velkomst, præsentation af program og ophæng af plancher med stikord
12:15 – 12:45	Læringspointer, refleksioner og eksempler på konkrete resultater
12:45 – 13:15	Hvilke nye initiativer har vi brug for og hvordan bliver vi gode til at samarbejde på tværs?
13:15 -13:30	Pause
13:30 – 14:00	Paneldebat med chefer: Hvad har I hørt og hvad tager I med fra debatten?

På de efterfølgende sider kan I se billederne fra dagen.

Først vises plancher med de forandringer, som Masterclass-forløbet har medført. Derefter kommer der to billeder med jeres stikord til jeres ønsker til fremtiden. Til sidst vises jeres plancher med stikord på de centrale begreber som I særligt har bidt mærke i.

Tak for et godt forløb

ad det

Udvide Undervisning i Mental Sundhed i 6 Kl.
til endnu en Undervisning i 9 Kl.

FORANDRING

Ledelsesmæssig + politisk prioritering af
tværfaglige, konkrete indsatser
via arbejdsgrupper.

- Trivsels messe, kultur, studie, frivilligt
- Kvalitetssikring udsatte børn/unge, kvalitetssikring udsatte...
- Inddragelse af unge
- Mage Fællesskaber

• INDTAG AF UNGE SELV
• UNGE MED TIL MØDTER - oplæg fra unge

GDPR
OPMÆRKSOMHEDER

Årlige møder på tværs

Overblik over indsatser

• FORENINGER
Som ikke kun er sport

- Uddanne foreningerne → trivselskoordinato-
rer. Samspil med kommunal idrætskonsulent.
- Fritidsplan • Hvem udfører de foreningsrelaterede
foranstaltninger? (klub, lærer, frivillig...)

UDFINDING

Netværk + øget kendskab til hinanden

Bedre forståelse af unge i lyset af "ny udsathed"

Følges blomst med alt inden for unges mentale trivsel. Info til Foreldre/Unge/ansatte Foreninger.

(Dagbog rum)

Synliggøre alle kommunens tilbud for alle ansatte.

Ændre ordlyden i Sundhedssamtalerne.
"Ny Udsathed" → tale ind i noget de unge genkender og ikke bidrage til yderligere pres. Tænk strategier.

INDVIRKING

RELATION

PÅ KORT SIGT (Kortvarig)
PÅ LANG SIGT (god relation)

FORANKRING

hvordan vi gør

→ EJERSKAB

hånd med bogstaver

Inddrage de unges fritid
efter skole m.m. i forhold til mental trivsel

BOLIGSELSKABETS MEDARBEJDERE
ER OGSÅ MED.

Undervisning i 9 klasse
konflikter, fællesskaber, flertals-
mispriktelser
2 timer
"Den robuste generation" ^{Alvins} _{Wend}

Forandring

konkrete resultater

AFSÆT I NY FORSKNING
GIVER BALLAST TIL
NY PRAKSIS Fx RELATIONELT
FOKUS

NETVÆRSDANNELSE -
Sundhedsplejers → ser brudere
på nye

NY PRAKSIS

MED AFSÆT I NYE
BEGREBER Fx Ny udseethed

Mestringsstrategier i stedet
for sygeliggørelse
3. klasse: gruppe samtaler om
fælles skabers betydning

Have frirum med de unge
- andre dimensioner i samværet
med 10. klasse

FOKUS ÆNDRET:

- FOREBYGGE NY UDSÆTHED
- FÆLLESSKABERS BETYDNING
- MENINGSFYLDTE AKTIVETER
SAMMEN MED ANDRE

Fællesskaber i
dntids og foreningslivet

Få forældre til at
støtte op om hinandens børn

Også gøre noget når man
har det godt, har overskud.

Andre skemaet v.
Udledingsamtaler
→ Bedre mestringsstrategie

FORANDRING

fortids og fremtidslivet

Også gøre noget når man
har det godt, har overskud.

Ændre skemaet v.
Udskedingsamtaler
→ Bedre metningstrategie

klasse
for flertals-
spørgsmaal
aktion
Alvinds
vand

FORANDRING

BROBYGNING & FÆLLEJ INDSATS

SAMARBEJDSFORA TIL PRAKSISNÆRE VOKSENRELATIONER
(udd. institutioner, civilsamfund m.fl) og "SYSTEM" FOLK

HULLER I SYSTEM/NETVÆRK SKAL IDENTIFICERES
- OG LØSES!

LEDELSESMÆSSIGT MANDAT TIL AT LØSE PROBLE-
MATIKKER UDEN FOR OPSVEJLET VED BH BEHOV/SÆRLIG RELATION

SÆRLIGT FOKUS PÅ OVERGANG FRA GRUNDSKOLE
TIL VOKSENLIV (15-17 ÅRIGE)

DER SKAL VÆRE MERE SAMARBEJDE/NETVÆRK PÅ
TVÆRS

FREMTID

Det hele menneske ^{et godt ideal} —
ulbrøding at få folk til at deltage i
netværks samarbejdet.

Udviklingspunkt:
Arbejde på tværs af
kommunerne om de
unge efter grundskolen

Tale mere end i de
andres dagsordner
Trivsel Det hele liv
(nedtone sundhed)

Ungdomsskolerne ↔ Foreninger
Klubber ↔
Tanke det sammen

Inddragelse af unge
deltagelse af de unge

Data om
foreningsdeltagelse
efter corona?

FREMTID

Mån. er forskelligt organiserede
i kommunerne
Mån. må arbejde med initf. leder

Som ledere faciliterer
til samarbejdet omkring de
unge og fællesskaberne
Fælles dagsorden / egne dagsordner

Styrke det relationelle
Vidensdeling
Fælles sprog

Tættere på familierne
og mere SAMMEN
med de unge

"Skære foreninger"
hvor det ikke nødvendigvis er
præstationskultur

ny udsathed →
fællesskaber som svar

udskolings samarbejder drøjes
over på mestningsstrategier

De betydningsfulde voksne
fx i klubberne støtter til
↓
Fritidsaktiviteter Overgang til ungdomsudd.

Overgange som
udfordring

Lokalt samarbejde med
foreninger

Benarbejde for at
udvikle fælles tiltag og
beslutnings politik
fx Fritidsrådgiver



DET HELE LIV

INDDRAGELSE

NÆRE
VOKJEN-
RELATIONER

LIGE-
PROCESER

FELLES-
SKABT

TILHØRS-
FORHOLD



PRESTATION
VS
FRIRUM



AKTIVITETER



No signal

VALLENSBÆK

Udsathed vs.
Ny udsathed

Det
relationelle
arbejde

Præstationskultur



• DEN RESSOURCE -
BASEREDE TILGANG

• ABC FOR
MENTAL
SUNDHED

- ALBERTSLUND

DRAGØR KOMMUNE MASTERCLASS

DET GJORDE SÆRLIGT INDTRYK :

- NY SÅRBARHED. LIVSDUELIGHED.
UNGE'S FORVENTNINGER TIL HINANDEN.
- AT GÅ TIL NOGET, AT AKTIVITETER
ER AFGØRENDE.

DER ER SÆRLIGT BRUG FOR :

- FÆLLES PLATFORM, FÆLLES VEJ,
GODT MED FÆLLES SPROG AT
TAGE UDGANGSPUNKT I.
BØRN-UNGE INDRAGELSE. PEER TO PEER.

LÆRINGSPOINTER BRØNDBY

- ① Diskurserne: hvilken tilgang har man til de unge og deres trivsel?
- ② Fællesskaber: Det forebyggende potenti-ale i at være en del af et fællesskab i - og udenfor skolen.
- ③ De unges digitale liv: Kan de voksne lære at forstå det?
- ④ Præstationskultur: Ny og klassisk udsathed.
- kan man tage præstati-on ud af nogle fritids-aktiviteter?

Brøndby

HVAD KAN GØRES?

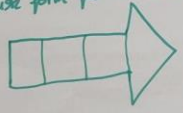
- ① Opmærksomhed på sprogbrug/diskurs
- ex. terminologi som sygeliggør de unge - reagerer de 'sundt' på noget 'forkert'?
- ② Udvikle tilbud - evt. uden præstations-krav - for at fastholde de unge i fritids-aktiviteter.
- ③ Digital-dannelse: Hvad er GOOD ved skærmen / hvordan bliver voksne bedre til at følge med i de unges digitale liv.
- ingen skarp opdeling af digital / IRL.
- ④ Ungefestival med fokus på aktiviteter der ikke fremmer præstationskulturen - HØR de unge. Oplys om eksisterende tilbud.

Hvidovre

Masterclass -

1 unge og mental sundhed

- ny form for udsathed
- klassiske form for udsathed



- Forældrerollen
 - ↳ fra barn til voksen
 - ↳ viden om mental sundhed

• Hvordan vi anvender sundhedsbegrebet

• Tilbederelse vs. tilfælnerelse

• Del dine bekymringer

- Sociale relationer - fælleskab med afsæt i barnet.
- ABC for mental sundhed

Hvidovre

2

- Samarbejde Skole og PPR om mental sundhed
 - Udprøving: Lørginning - barn til voksen 18 år (tilbud stopper)
 - Fælles sprog for mental sundhedsstrategi
 - ↳ på tværs af områder
 - Tilbudsvifte
- 3
- Hvordan får vi børn og unge til at fortælle bekymringer
 - Forældrerollen
 - Opmærksomhed på huller i systemet
 - Fritidsaktiviteter til forskellige målgrupper