

Indstilling

Til Aarhus Byråd via Magistraten
Fra Børn og Unge
Dato 28. juni 2023

Det vilde problem: Unge mentale sundhed og trivsel

1. Resume

Byrådet besluttede med Budget 2023 at arbejde med *Unge mentale sundhed og trivsel* som et af de syv vilde problemer. Formålet med denne indstilling er at få byrådets godkendelse af den foreløbige forståelse af problemet. Samtidig foreslås tre spor, som skal danne rammen om det videre arbejde og konkretisering af prøvehandling: 1) De unge mestrer livet, 2) Unge mentale sundhed og trivsel som et fælles anliggende og 3) Trivsel i skole og uddannelse.

2. Beslutningspunkter

Det indstilles:

At 1) byrådet godkender den nuværende problemforståelse af det vilde problem Unge mentale sundhed og trivsel, jf. afsnit 5.

At 2) byrådet drøfter og godkender, at der udvikles prøvehandling inden for tre spor:

- Spor 1: De unge mestrer livet
- Spor 2: Unge mentale sundhed og trivsel som et fælles anliggende
- Spor 3: Trivsel i skole og uddannelse

3. Hvorfor fremsendes indstillingen?

Arbejdet med det vilde problem *Unge mentale sundhed og trivsel* er besluttet af byrådet med Budget 2023.

På magistratsmøde d. 16. januar var der enighed om, at målgruppen for det vilde problem er afgrænset til unge i alderen 15-25 år.

Der har i arbejdet med det vilde problem været en kortlægning af aktuell forskning og viden og en inddragelse af unge, se bilag 1.

4. Hvilken værdi skabes for borgere og samfund?

Arbejdet med det vilde problem *Unge mentale sundhed og trivsel* skal supplere det arbejde og den retning, der allerede er sat af byrådet. Samtidig skal vi gå helt nye veje og i nye samarbejder knække kurven af stigende mistrivsel, så fremtidens Aarhus er et sted, hvor de unge trives.

5. Hvad, hvem og hvordan?

5.1. Problemforståelse

Problemforståelsen er baseret på data fra inddragelsesaktiviteter, forskning og faglige input, og den vil udvikle sig i takt med, at arbejdet skrider frem og i samarbejde med de øvrige vilde problemer.

Stigende mistrivsel blandt unge

Mange unge har det godt. De har gode venner og tager del i sunde fællesskaber. De ser muligheder og tror på en spændende fremtid.

Samtidig viser flere undersøgelser en stigning i antallet af unge, der oplever mistrivsel. I Region Midtjylland er andelen af unge, der rapporterer, at de ikke oplever god trivsel og livskvalitet fordoblet i perioden fra 2013 til 2021 fra 15 til 30 % ([Defactum 2021](#)).

Stigningen i mistrivsel blandt unge er et problem – ikke mindst for de unge selv, men det skaber også et pres på psykiatrien, i skole- og uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet og i familierne.

Har vi en trivselskrise, eller taler vi en krise op?

Den stigende mistrivsel blandt unge er et emne med en levende og til tider polariseret debat i alle del af samfundet.

Det debatteres, hvor stort problemet er, hvad stigningen er et udtryk for, og hvad der skal gøres ved det.

De fagpersoner, forskere og unge, vi har været i dialog med, opfordrer til, at vi er præcise med, hvad vi taler om, når vi taler mistrivsel. Mistrivsel kan blive en samlebetegnelse for mange forskellige udfordringer og tilstande, og uklarheden kan gøre, at vi mister blikket for nuancerne i de udfordringer, unge står med. Flere unge siger også, at vi ikke må at tegne et forsimplet billede af en hel generation i mistrivsel.

Mekanismer, der driver og vedligeholder problemet

Der findes ikke enkle forklaringer på, hvorfor vi ser stigende mistrivsel blandt unge.

Acceleration, præstation og psykologisering er ifølge [Center for Ungdomsforskning](#) tre mekanismer, der er med til drive problemet, og som kan forstærke hinanden og føre til overbelastning og mistrivsel.

Mekanismerne er knyttet til det, som fagfolk kalder "ny udsathed", fordi mistrivsel viser sig som et bredt kulturelt og socialt fænomen, der trækker spor på tværs af sociale lag, og som potentielt kan ramme alle unge. Det er vigtigt at understrege, at vores problemforståelse også handler om de unge, der i forvejen er udsatte på grund af sociale, fysiske eller psykiske udfordringer, og som derfor kan opleve en dobbelt udsathed, fordi de også bliver ramt af at skulle præstere og at være under tidspres.

Acceleration

Mange unge oplever et pres fra en tempofyldt og stressende omverden. De har en oplevelse af, at alt går for hurtigt i dag, og de frygter at blive hægtet af. Der er meget at forholde sig til, og de har en oplevelse af at skulle træffe mange valg tidligt i deres liv. De har en oplevelse af, at det alene er deres eget ansvar at træffe de valg, der sikrer dem et godt liv.

Præstation

Flere unge har en oplevelse af, at de skal præstere urealistisk højt – fagligt, socialt og personligt. De oplever til tider et pres for at passe ind i fællesskabet, eller at de skal positionere sig på en særlig måde for at blive set og hørt. Karakterer kan være med til at øge presset. Flere unge giver også udtryk for, at fritidslivet er under pres. Det er blevet sværere at være sammen uden, at der skal præstere.

Psykologisering

Mange unge har en oplevelse af, at ansvaret for deres udfordringer ligger hos dem selv. Flere vender årsager til mistrivsel indad. Mange unge taler om, at det er svært at vide, hvornår man har brug for hjælp.

Det digitale liv

Det digitale er integreret i de unges liv på godt og ondt. Sociale medier og gaming er arenaer for fællesskaber, men kan også forstærke følelsen af at være ensom eller udenfor. De unge bruger de digitale medier aktivt til bl.a. at skabe venskaber og dyrke interesser. Mange unge er opmærksomme på de negative konsekvenser af det digitale liv. Flere unge peger dog også på, at det er for simpelt at udpege unges digitale vaner som hovedårsagen til den stigende mistrivsel. Den forklaringsramme kommer nemt til at stjæle fokus fra de strukturer, der presser dem.

Det digitale liv og skærmbrug kan ikke behandles som enkeltstående faktorer, men skal ses som en del af de unges liv og som faktorer, der kan forstærke oplevelsen af acceleration, præstation og psykologisering, og som de tre spor vil forholde sig til.

5.2 Mulighedsrum i tre spor

Med afsæt i problemforståelsen har vi tre spor, som vi ønsker at udforske med en bred aktørkreds for at kvalificere dem og konkretisere dem til egentlige prøvehandlinger.

Spor 1: De unge mester livet

Flere unge fortæller om, at det betyder noget at blive mødt af voksne, der tror på dem. Nogle oplever at blive mødt af en forventning om, at de er skrøbelige. De bliver

negativt påvirkede af den generelle samfundsdebat og diskurs om unge i dag. Hvis ungdomslivet primært forbindes med begreber som sårbarhed og manglende robusthed, så risikerer vi, at det bliver en del af de unges selvforståelse. Vi kan komme til at skabe en snæver skabelon for, hvordan livet bør forløbe, som de unge spejler sig i, og som bliver forstærket af sociale medier.

Med dette spor ønsker vi at udfolde, hvordan vi kan styrke de unges livsmestring og påvirke den generelle samfundsdiskurs om unge.

Mulighedsrum i spor 1

Vi ser muligheder i et skifte *fra*, at de unge oplever, at det er deres egen skyld, at de har det dårligt, *til* at de oplever at kunne mestre livets udfordringer og føler sig handlekraftige i eget liv. Vi skal påvirke den generelle diskurs om unge, så de bliver spejlet i en positiv fortælling om deres ressourcer og handlekraft.

I spor 1 kan prøvehandlingerne bidrage til at gøre os klogere på, hvordan vi bl.a. kan:

- støtte de unge i at håndtere hverdagens udfordringer
- gøre det nemt for unge at sætte ord på, hvordan de har det, så de ikke føler sig alene med deres udfordringer, og så de kan få hjælp i tide
- støtte op om gode og sunde vaner
- skabe mødesteder og rum for fysiske fællesskaber om et fælles tredje

Spor 2: Unges mentale sundhed og trivsel som et fælles anliggende

Mange unge ønsker, at hjælp og støtte skal være en del af hverdagen, og at deres eget netværk skal være mere opmærksomme. Det er dog ofte professionelle, der bliver aktører, når de unges udfordringer og mistrivsel skal afhjælpes. Professionel hjælp og ekspertviden er afgørende og kan være nødvendig. Vi skal dog huske, at forældre er centrale aktører i de unges liv, og at vi ikke må underkende værdien af det, som positive fællesskaber på arbejdspladser, på studiet eller i fritidslivet kan bidrage med.

Mange vil gerne dele ud af deres livserfaring, bidrage til positive fællesskaber og hjælpe unge igennem svære perioder af deres liv, men nogle oplever, at det kan være svært at kanalisere deres hjælp det rette sted hen, og brobygningen mangler.

Med dette spor ønsker vi at undersøge, hvordan der kan bygges bro mellem dem, der gerne vil bidrage, og dem der har brug for en ekstra hånd i ryggen. Det kan være unge-unge i mellem, og det kan være virksomheder, kulturinstitutioner, civilsamfundsaktører og andre, der har kompetencer og kan tilbyde fællesskaber, som de unge kan blive inspirerede af.

Mulighedsrum i spor 2

Vi ser muligheder i et skifte *fra*, at det er professionelle og eksperter, der skal fixe problemerne for de unge, *til* at trivsel bliver et fælles anliggende i de unges hverdag og netværk. Hvis flere kan bidrage, lettes byrden fra de professionelle, så de primært kan fokusere på de unge, hvis mistrivsel kræver professionel hjælp.

I spor 2 kan prøvehandlingerne bruges til at gøre os klogere på, hvordan der bl.a. kan:

- laves brobygning og opbygges kapacitet som muliggør, at mennesker kan være en ressource for hinanden i hverdagen
- laves forbindelse mellem unge, der er i en svær periode af deres liv, og mennesker, der har tid og overskud til at dele deres livserfaringer og ressourcer og være rollemodel for de unge

Spør 3: Trivsel i skole og uddannelse

Flere unge giver udtryk for, at det særligt er pres relateret til uddannelse, der påvirker deres trivsel negativt. Det handler om karakter- og præstationspres, forventninger om at skulle hurtigt igennem og ingen plads til pauser. Flere unge peger på, at der i takt med, at de bliver ældre, bliver mindre fokus på trivsel i uddannelse og mere fokus på pensum.

Med dette spor ønsker vi at udforske, hvordan vi kan styrke trivsel og livsmestring i udkolingen, på ungdomsuddannelser og videregående uddannelser.

Mulighedsrum i spor 3

Vi ser muligheder i et skifte *fra* fokus på præstation og hastighed i uddannelsessystemet *til* et fokus på, at skole og uddannelse skal være en beskyttende faktor for alle. Vi skal have blik for, hvordan den enkeltes evner og personlige styrker kan bidrage til samfundet på mange måder. Der er behov for bedre brobygning mellem uddannelsessystemer, civilsamfund og erhvervslivet, så unge får erfaring med, at arbejdsliv og fællesskaber kan se ud og ske på mange forskellige måder og i forskellige tempi.

I spor 3 kan prøvehandlingerne bruges til at gøre os klogere på, hvordan vi bl.a. kan:

- sikre at trivsel og faglighed går hånd i hånd
- udvide feedbackformerne i skole og uddannelse
- skabe større udveksling og udsyn til erhvervslivet
- give mulighed for mellemrum og lave mere fleksible regler for fx fravær, afleveringsfrister mv.

6. Hvilke ressourcer kræves?

Der er afsat 0,5 mio. kr. af de tværgående innovationsmidler til at drive arbejdet med hvert af de vilde problemer i 2023 og 2024.

Ved realisering af kommende prøvehandlingerne tages der i hvert enkelt tilfælde stilling til, hvorvidt prøvehandlingen kan finansieres inden for afdelingernes eksisterende rammer eller kan drøftes i fremtidige budgetforhandlinger.

7. Hvordan følges der op?

Arbejdet med at udvikle prøvehandlingerne starter i efteråret 2023 og vil være en af det tværmagistratslige samarbejde om vilde problemer.

Thomas Medom

/

Tanja Nyborg

Bilag

- Bilag 1: Unges mentale sundhed og trivsel: Problemforståelse og mulighedsrum
- Bilag 2: Aktivitetsplan efterår 2023
- Bilag 3: Kortlægning af eksisterende tilbud og samarbejder målrettet unges mentale sundhed og mistrivsel
- Bilag 4: Fælles baggrundsnotat til byrådsindstillingerne om de syv vilde problemer

Tidligere beslutninger

Vedtagelse af Budget 2023-2026, Byrådsmødet
d. 12.10.2022, punkt 2-4

Sagsnummer: EMN-2023-005917

Antal tegn: 12.022

Strategi og Udvikling

Sagsbehandler: Anne Steensgaard

Tlf.: 41 85 90 32

E-post: annst@aarhus.dk