



**DET NÆSTE SKRIDT I ARBEJDET MED  
MISSION OG PRØVEHANDLINGER I  
DET VILDE PROBLEM UNGES MENTALE  
SUNDHED OG TRIVSEL**

# BAGGRUND

---

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

Samtidig viser undersøgelser en stigning i antallet af unge, der oplever ikke at trives. Det kan for eksempel komme til udtryk som ensomhed, lav livstilfredshed, et dårligt selv vurderet helbred, søvnbesvær, stress, angst og depression. 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.

Fra januar 2023 og indtil nu har vi været i dialog med mere end 200 mennesker – unge i alderen 15-25 år, ngo'er, kultur- og erhvervsliv, eksperter samt uddannelsesinstitutioner mv. – om, hvad der driver problemet og hvilke nye veje vi skal gå for at vende den negative udvikling i unges trivsel.

I denne opsamling kan du få viden om, hvor vi ser et potentiale for prøvehandlinger. Opsamlingen er tro mod alle de bidrag, vi har samlet sammen.

Læs mere [her](#)



# FRA PROBLEMFORSTÅELSE OG 3 SPOR TIL MISSION OG MULIGE PRØVEHANDLINGER

I august 2023 vedtog Byrådet byrådsindstillingen vedr. Det vilde problem Unges mentale sundhed og trivsel, herunder den nuværende problemforståelse af det vilde problem, samt at der udvikles prøvehandlinger indenfor de tre spor:



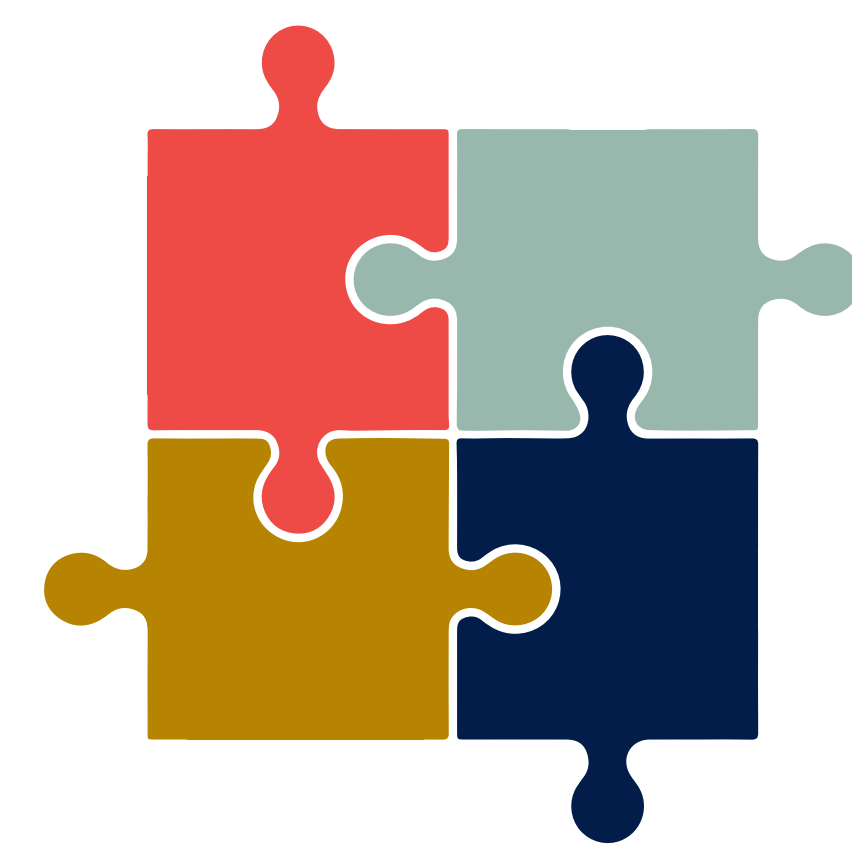
## SPOR 1

De unge mestrer livet



## SPOR 2

Unge mentale trivsel & sundhed som et fælles anliggende



## SPOR 3

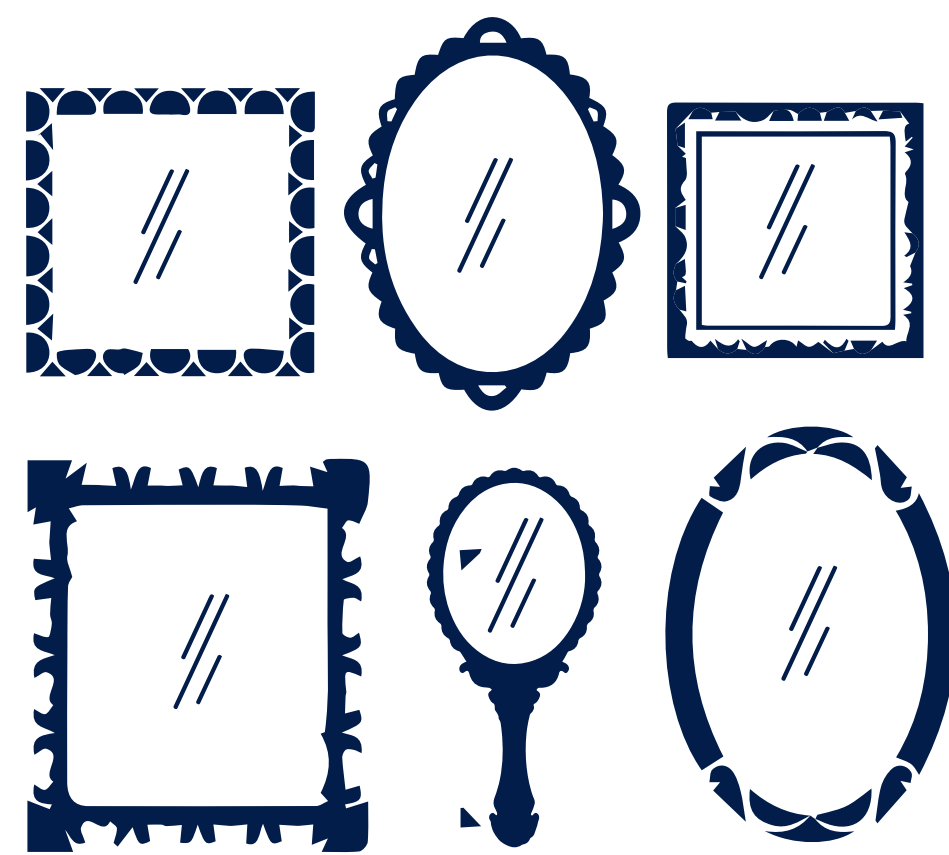
Trivsel i skole og uddannelse

I efteråret har vi derfor holdt en række involveringsaktiviteter med unge i alderen 15-25 år, ngo'er, kultur- og erhvervsliv samt uddannelsesinstitutioner mv. for at pege i retning af en fælles mission for unges trivsel og mulige prøvehandlinger.

## MEKANISMER, DER DRIVER OG VEDLIGEHOLDER PROBLEMET



ACCELERATION



PRÆSTATION



PSYKOLOGISERING

Derudover har vi en opmærksomhed på, at de unges digitale liv, samfundsdiskursen om unge, som mange unge oplever som unuanceret og polariserende, samt pressede voksne i høj grad også er med til at forstærke problemet.

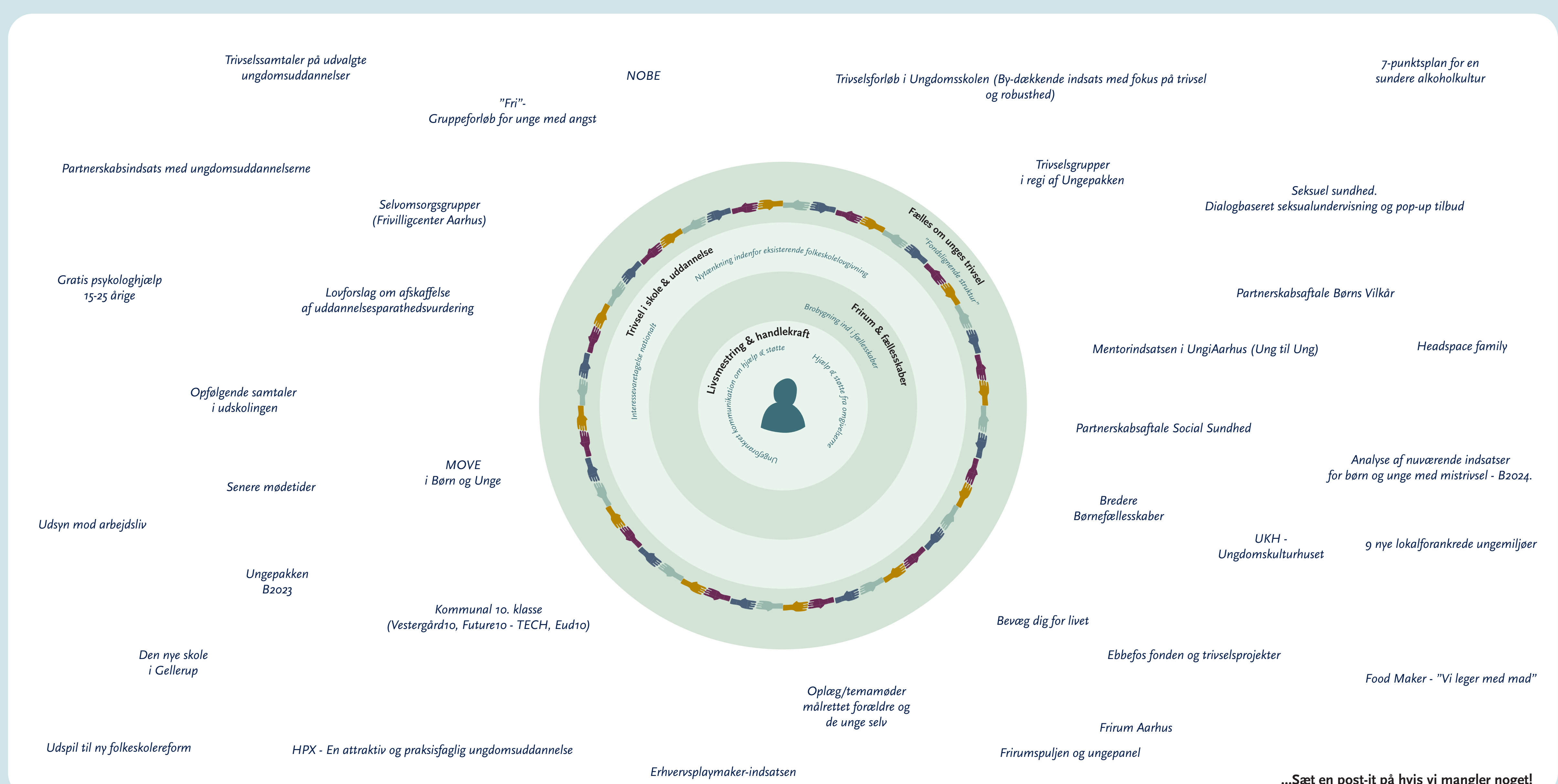
# VILDE PROBLEMER KALDER PÅ FORSKELLIGE LØSNINGER



Der er brug for en mangfoldighed af løsninger, hvis vi skal vende den negative udvikling i unges trivsel. Vi skal arbejde med løsninger, der styrker de unges livsmestring og handlekraft samt fremmer de unges deltagelse i fritum og fællesskaber. Vi har også brug for at påvirke de strukturer og vilkår, der skaber oplevelsen af pres i skole- og uddannelsessystemet hos de unge. Det er brug for at arbejde med løsninger på flere niveauer på samme tid.

## DER ER ALLEREDE MANGE INDSATSER MÅLRETTET UNGES TRIVSEL

Civilsamfundsaktører, virksomheder, pårørende og dygtige medarbejdere i Aarhus Kommune gør hver dag deres for at skabe fællesskaber og trivsel for alle unge. I arbejdet med det vilde problem, har vi derfor meget at bygge videre på og lære af, og vi har et skarpt blik for sammenhængen til alt det, der allerede er i gang.



# MISSION

---

I fremtiden er vi fælles om unges mentale sundhed og trivsel. Alle unge trives og er en del af positive frirum og fællesskaber. Unge oplever at blive set som dem, de er. De har indflydelse på de beslutninger, der påvirker dem. I fremtiden har unge redskaberne til at komme igennem svære perioder af ungdomslivet, fordi det er nemt at snakke med venner og familie om behovet for hjælp og støtte, og fordi hjælp og støtte er lettilgængelig. I fremtiden er skole- og uddannelsessystemet designet, så det fremmer trivsel for alle unge.

# FÆLLES OM UNGES MENTALE SUNDHED OG TRIVSEL

---



## FÆLLES OM UNGES TRIVSEL

Spør 2 "Unge mentale sundhed og trivsel som et fælles anliggende" er den overordnede bevægelse og tilgang, vi ønsker at fremme. Spør 2 udmøntes gennem en organisering, der rækker ud over Aarhus Kommunes organisatoriske grænser. Hvis vi skal lykkes med at vende den negative udvikling i unges trivsel, kræver det, at mange aktører arbejder sammen for at skabe nye muligheder og varig forandring. Det kræver, at vi er fælles om unges mentale sundhed og trivsel.

### NÆSTE SKRIDT:

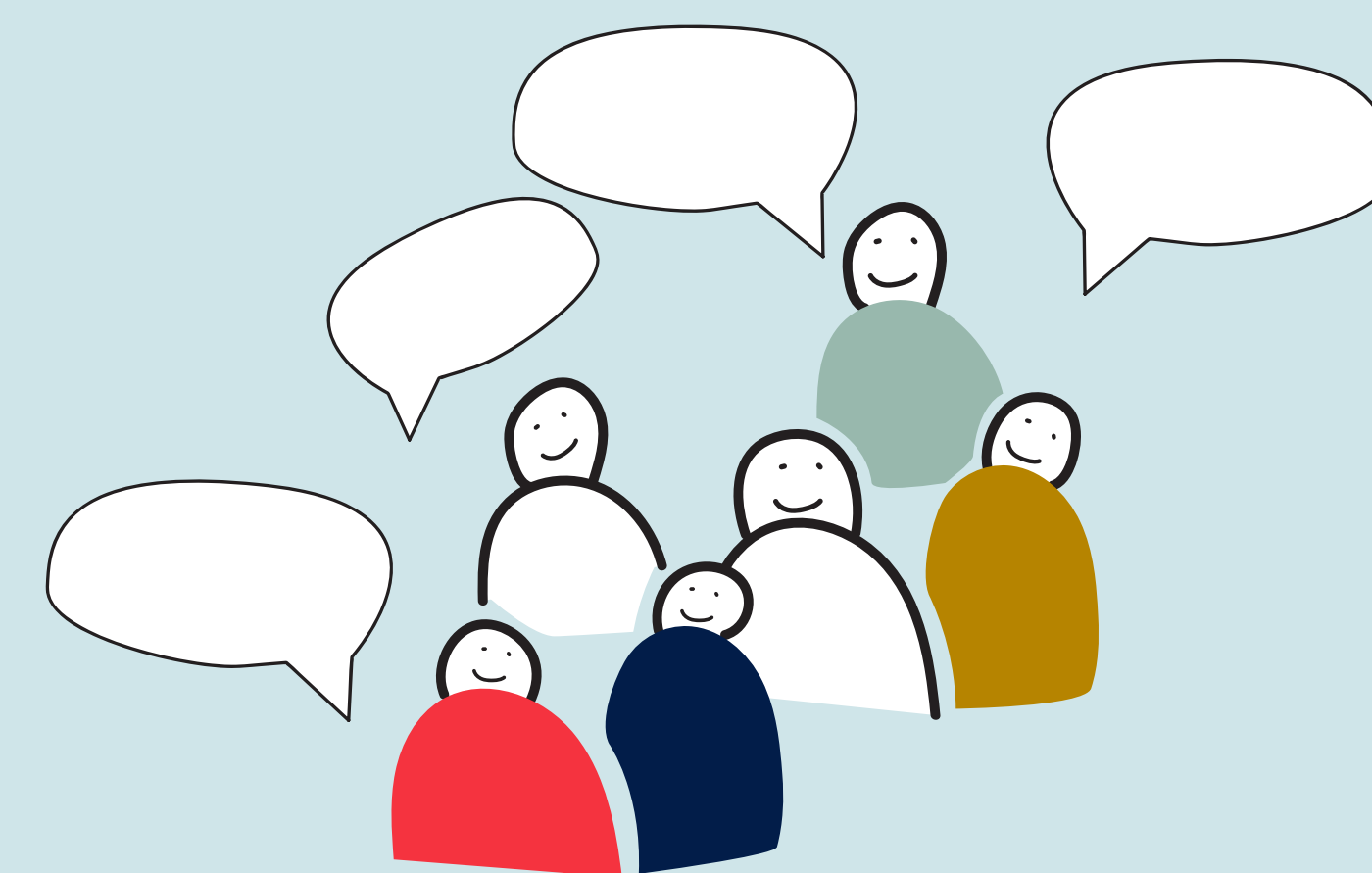
- Etablering af en fondslignende struktur bestående af de unge selv, repræsentanter fra civilsamfund, uddannelsesinstitutioner, virksomheder, ngo'er, regionale fora mv., der får en afgørende rolle i beslutningerne om, hvad der skal prøves af og arbejdes med for at modvirke tendensen med stigende mistrivsel blandt unge.
- I den fondslignende struktur er alle ligeværdige, og repræsentanterne skal have medindflydelse på udmøntningen af midler afsat til mobilisering af samarbejdet med civilsamfundet i den fælles Ungepakke og i regi af det vilde problem.
- Den fondslignende struktur etableres og samles med afsæt i, hvad der er politisk mandat til at prioritere fremadrettet.

# KONTURER AF PRØVEHANDLINGER INDENFOR TRE FOKUSOMRÅDER

---

# LIVSMESTRING & HANDLEKRAFT

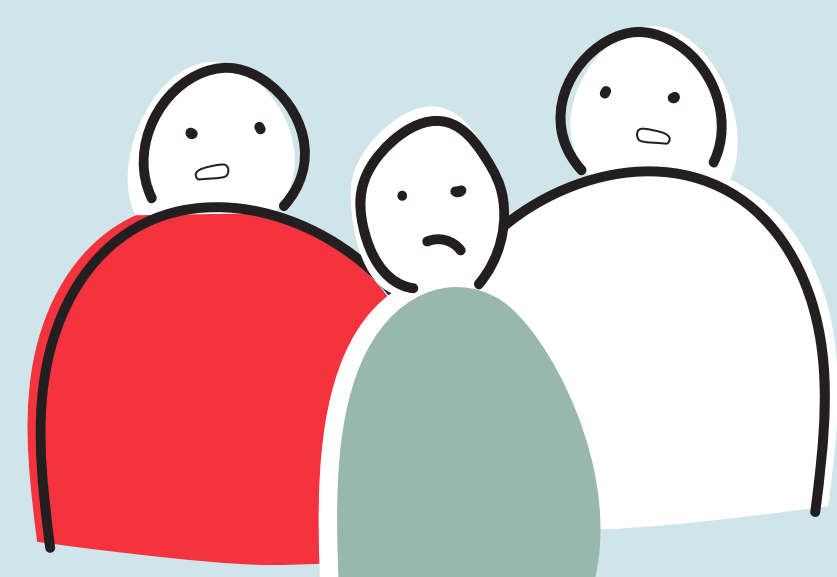
## UNGEFORANKRET KOMMUNIKATION OM HJÆLP & STØTTE



Vi skal finde nye måder at kommunikere på. Kommunikationen skal være i øjenhøjde med de unge og skal være der, hvor de unge er. Kommunikationens fundament er ligestilling, og derfor er det bærende i arbejdet, at de unge møder personlige fortællinger fra unge, som selv har gjort deres erfaringer. At opleve man ikke er alene med sine udfordringer og kan spejle sig i andre unge, gør det relaterbart og er med til at aftabuisere at spørge om hjælp.

### NÆSTE SKRIDT:

- Udvikling af koncept, faciliteret af unge, som tager ud på skoler og uddannelsesinstitutioner og inddrager unge i talks/workshops/foredrag/pop-up tilbud etc., som giver viden om mistrivsel og skaber dialog mellem de unge selv.
- Styrke ungedrevne kommunikationskanaler, fx. gennem nyhedsmedier og sociale medier.
- Finde eksisterende anledninger i de unges hverdag, hvor trivselsdialogen kan implementeres.



## HJÆLP & STØTTE FRA OMGIVELSERNE

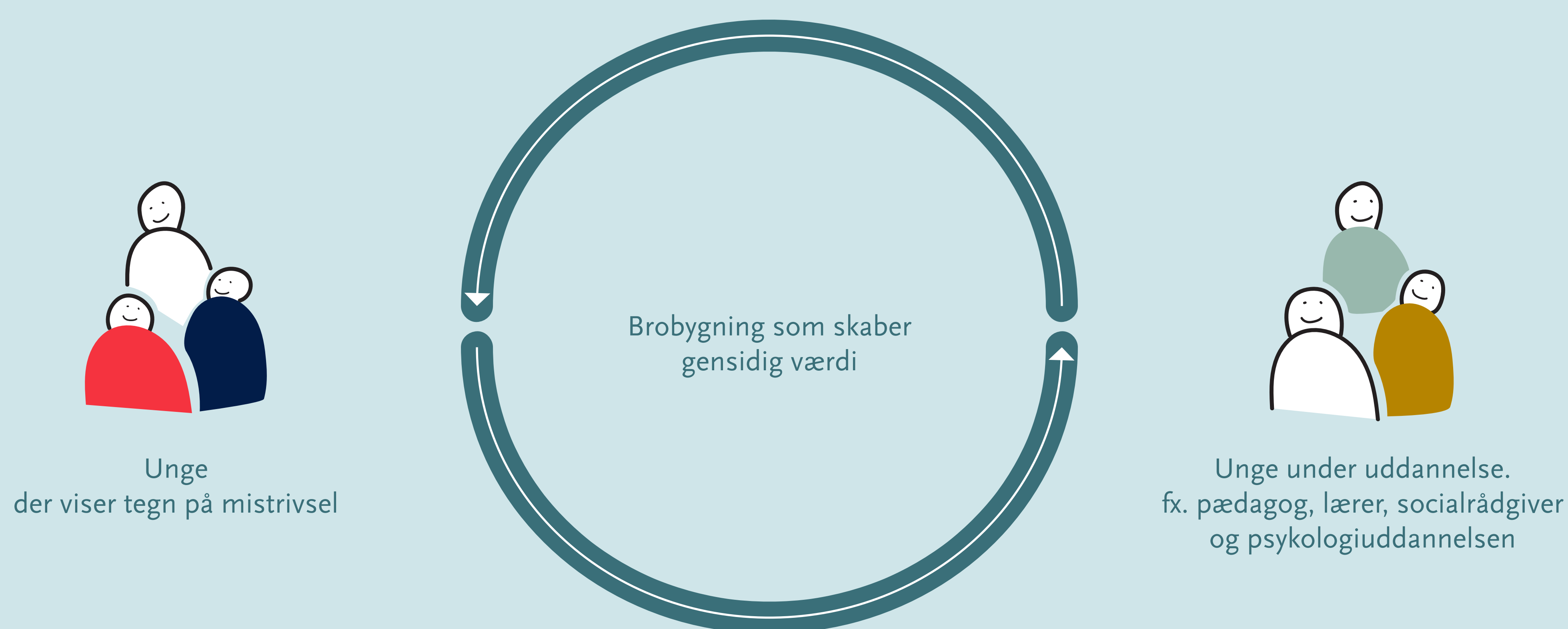
Mange unge fortæller, at de savner hjælp og støtte fra de nære omgivelser, når de har det svært. Samtidig oplever venner og familie, at det kan være svært at vide, hvordan man hjælper bedst, og det kan være svært at finde ud af, hvor man kan finde relevant hjælp. Flere unge fortæller, at de selv har søgt hjælp hos deres praktiserende læge. Der er et potentiale i at undersøge, hvordan vi styrker kontaktpunktet mellem den praktiserende læge og unge, der har en svær periode i deres liv.

### NÆSTE SKRIDT:

- At klæde forældre og andre nære relationer på til at forebygge og støtte unge i mistrivsel.
- At undersøge hvordan vi kan styrke kontaktpunktet hos den praktiserende læge, når unge i begyndende mistrivsel søger hjælp.



# FRIRUM & FÆLLESSKABER



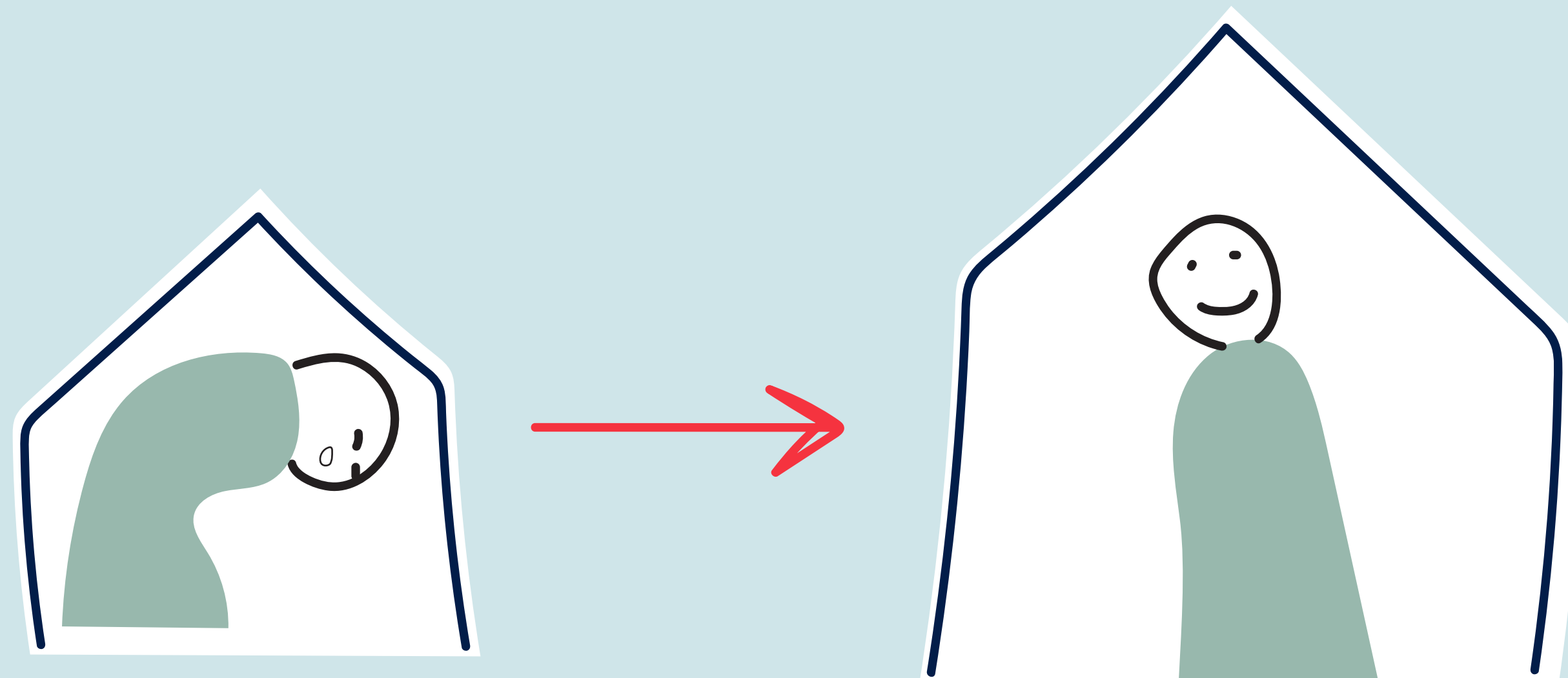
## BROBYGNING IND I FÆLLESSKABER

Vi ønsker at fremme unges deltagelsesmuligheder i frirum og fællesskaber. Vi ved fra forskning, at fællesskaber er en beskyttende faktor og værn mod mistrivsel. Samtidig fortæller unge, at mangel på følgeskab kan være en barriere for at blive en del af fællesskaber. Vi ser et potentiale i at arbejde systematisk med brobygning målrettet unge, der viser begyndende tegn på mistrivsel i udskolingen, i overgangen til ungdomsuddannelsen og på ungdomsuddannelsen. De unge skal have lyst til og mod på at blive koblet med en ung, der er under uddannelse på f.eks. pædagog-, lærer-, socialrådgiver- og psykologuddannelsen. Kerneværdien er ligeværdighed, fordi den ene gruppe får støtte og følgeskab, mens de studerende får praksisnær erfaring.

### NÆSTE SKRIDT:

- At udvikle et brobygningskoncept mellem unge, der har brug for ekstra støtte i en periode af deres liv og studerende fra relevante uddannelser, der f.eks. kunne fokusere på kortere eller længerevarende følgeskab af unge til fællesskaber samt råd og vejledning til unge om muligheder for hjælp og støtte.
- At undersøge eksisterende anledninger i de unges hverdag, hvor brobygningskonceptet kunne blive bragt i spil f.eks. AKT-lærere på skolerne, klasselæreren, forældre, UU-vejledere, studievejledere på ungdomsuddannelser, mv.

# TRIVSEL I SKOLE OG UDDANNELSE



## GENTÆNKNING AF UDSKOLINGEN & OVERGANGEN TIL UNGDOMSUDDANNELSER

Unge trivsel og udvikling må ses i relation til de institutionelle sammenhænge, de er en del af. Hvis vi skal påvirke mekanismerne acceleration og præstation, som primært er relateret til skole- og uddannelses-systemet, er det vigtigt at påvirke de institutionelle rammer, der skaber et pres på de unge. Med afsæt i involveringsaktiviteter i efteråret 2023 er det projektgruppens anbefaling, at der fremadrettet fokuseres særligt på udskolingen og overgangen til ungdomsuddannelse. Skole og uddannelse skal være en beskyttende faktor for alle.

### NÆSTE SKRIDT:

#### → Interessevaretagelse nationalt for at fremme strukturer

- Prøveformer og prøvetryk
- Frisættelse
- En fleksibel skole

#### → Nytænkning indenfor den eksisterende folkeskolelovgivning

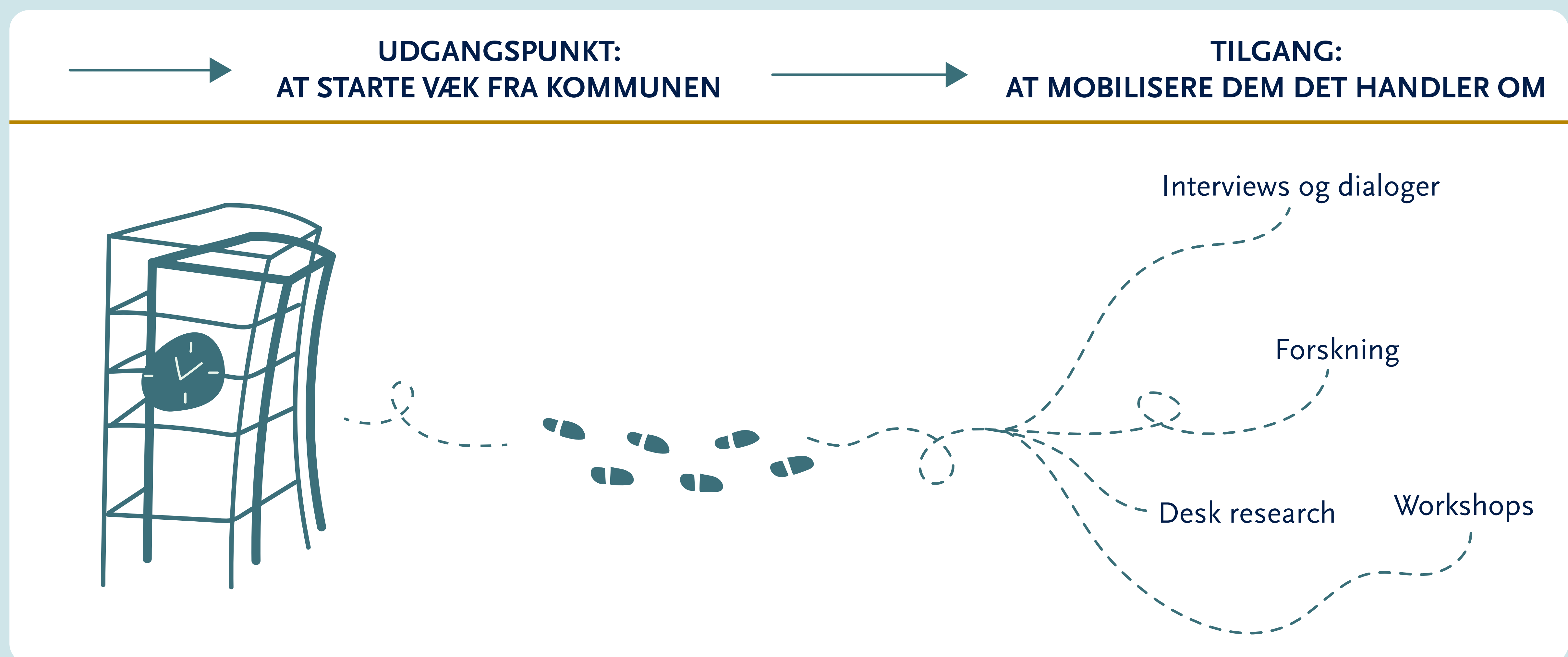
- Nye former for feedback med fokus på mundtlig overlevering og dialog om udvikling
- Styrket samarbejde mellem erhvervsliv og skolen
- Elevindflydelse og medbestemmelse
- Personlige kompetencer
- Senere mødetider
- At blive klædt bedre på til, at træffe store beslutninger om sin fremtid
  - Mere vejledning om uddannelsesvalg og hjælp til at træffe fremtidsvalg
  - Bedre og bredere indsigt i, hvordan et arbejdsliv kan se ud. F.eks. flere besøg ud af huset, afprøvning af jobs, flere praktikker mv.
  - Tid og nærvær fra voksne til dialog om fremtidsvalg og beslutninger

# SÅDAN ARBEJDER VI

Samfundsdebatten om unges mistrivsel kommer nemt til at tale 'hen over' unge, og de er ikke altid selv med i samtalen. Vi lægger vægt på, at de unge skal være medskabere i hele processen – fra problemforståelse til udvikling af mulighedsrum, missioner og prøvehandlinger. Vi tror også på, at mange aktører skal samarbejde, hvis vi skal lykkes med at skabe varig forandring.

Fra januar 2023 til nu har vi været i dialog med mere end 200 mennesker – heriblandt unge i alderen 15-25 år, ngo'er, kultur- og erhvervsliv samt uddannelsesinstitutioner.

Tak til alle jer!



# KONTAKT

---

Hvis du vil vide mere, så kontakt Marie Herborg Krogh, [khma@aarhus.dk](mailto:khma@aarhus.dk)