Børn og unges mentale sundhed – hvad ved vi om årsagerne til psykisk mistrivsel, og hvor mangler vi viden?

Mai Heide Ottosen, VIVE

15. september 2020, Christiansborg

MISTRIVSEL KAN MÅLES PÅ MANGE MÅDER

- Psykisk mistrivsel er et komplekst fænomen, kan dække over et bredt spektrum af tilstande – formentlig komplekse årsagsforklaringer

- Måleinstrumenter: Der findes ikke ét samlet måleinstrument til unge, kun en vifte af forskellige indikatorer

Eksempler på trivselsindikatorer:

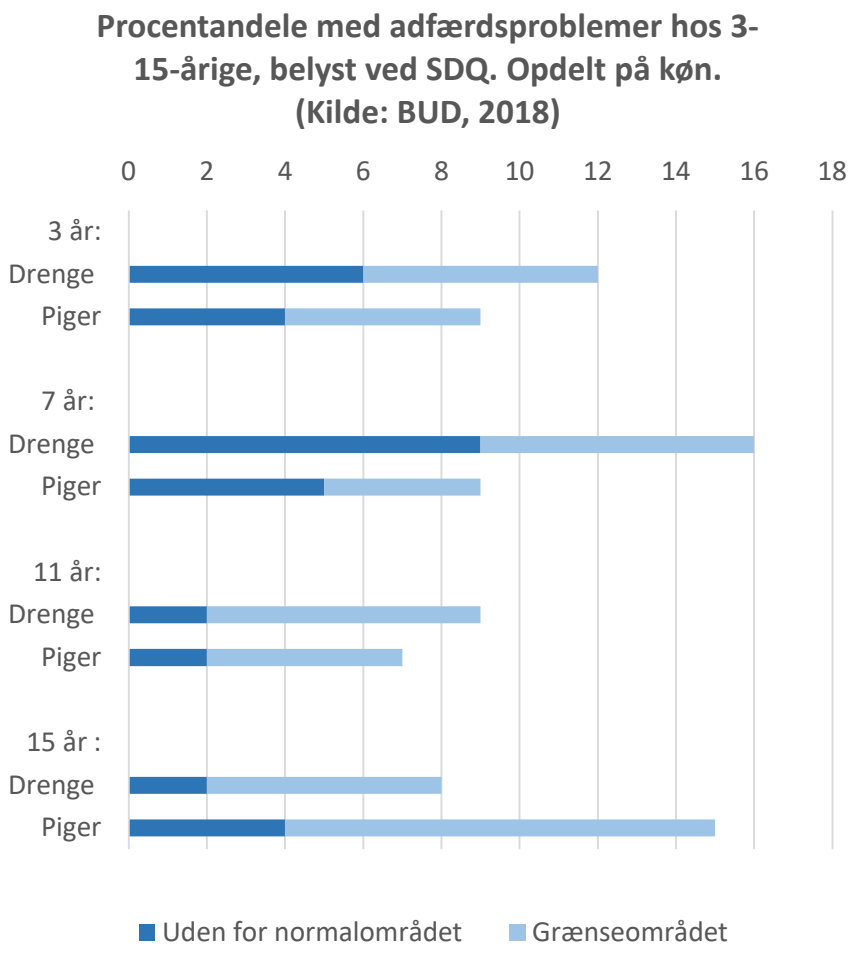
- Ensomhed,
- Livstilfredshed,
- Oplevet pres,
- Subjektiv kropsopfattelse,
- Skoleglæde,
- Oplevet helbredstilstand,
- Psykosomatiske symptomer,
- Depressive symptomer
- Selvrapporteret psykisk lidelse,
- Selvrapporteret spiseforstyrrelse,
- Selvskade/selvmordsadfærd,
- SDQ,
- Psykiatrisk diagnose,
- Psykologbistand,
- Medicinforbrug

AGENDA

MIN AGENDA I DAG

- Overblik over:
  - Trivselsbillede i forskellige aldersgrupper
  - Trends.
- Viden om forklaringer på mistrivsel

DE SMÅ PÅ 3 OG 7 ÅR



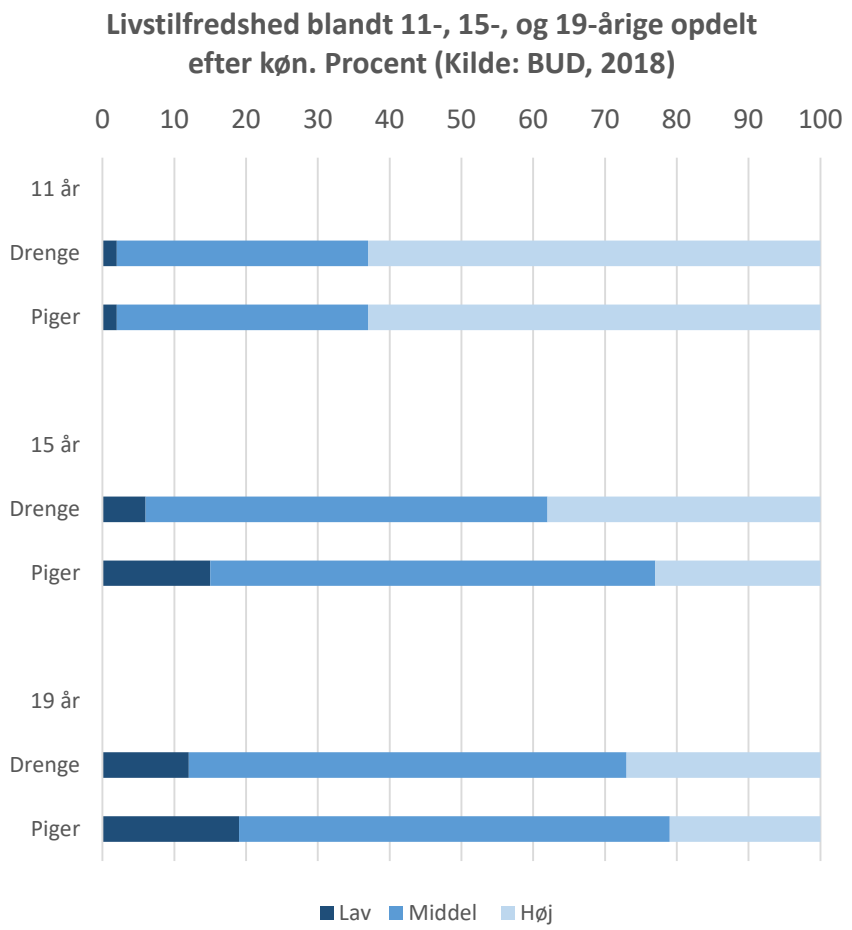
Trivselsbillede

- SDQ – mor svarer for de yngste
- I småbørnsalder er drenge mest belastede
- Social skævhed i trivsel

Trends

- SDQ: Stort set ingen forandring (2009-17)
- Andre mål: Faldende skoleglæde blandt 7-årige (inklusionsreform, skolereform, tidligere skolestart)

11-ÅRIGE



Fra 11 år:

Børn og unge svarer selv

Trivselsbillede:

Livstilfredsheden er høj

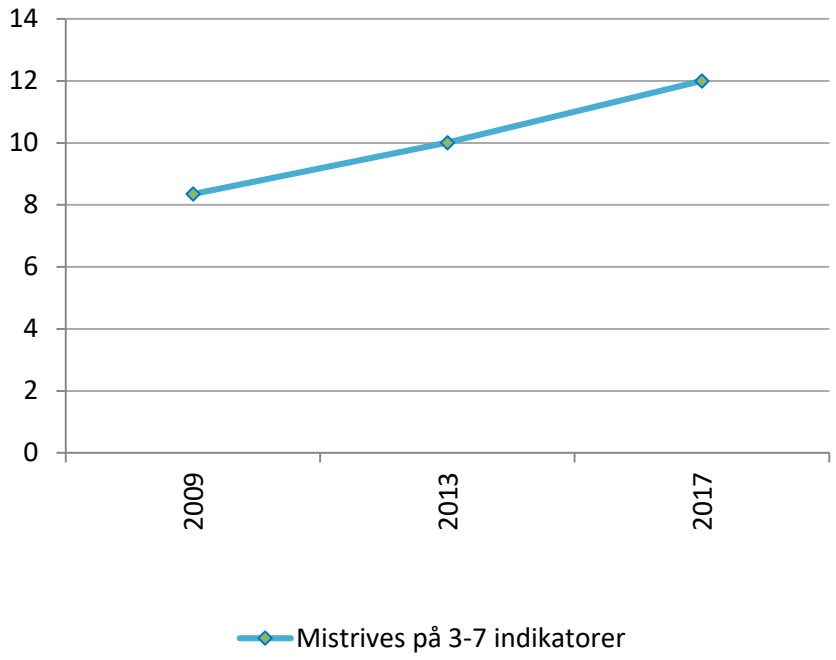
Social skævhed i trivsel

Trends:

2009-17: stabilt, men i 2002-06 var livstilfredsheden højere blandt 11-årige piger (Due et al., 2019)

15-ÅRIGE

Udvikling i psykisk mistrivsel blandt 15-årige, 2009-2017. Pct.



Mistrivselsindikatorer

- Psykosomatiske symptomer
- Ked af det
- Utryg/usikker
- Bekymret
- Bange
- Ensom
- Lav livstilfredshed

Kilde: **Børn og Unge i Danmark, 2018**

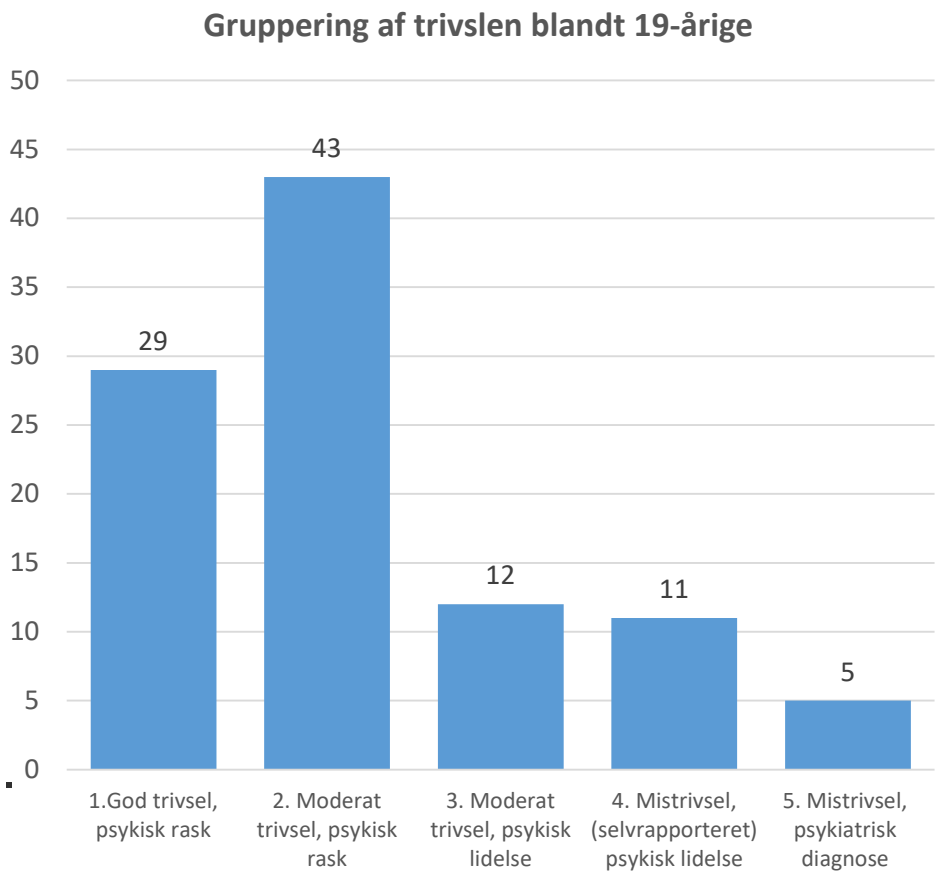
19-ÅRIGE

Trends, 2009-17:

- Negativ udvikling på stort set alle trivselsindikatorer, dog i varierende grad
- Mest blandt piger, men også hos drenge

Trivselsbilledet i populationen:

- Baseret på model med 12 trivselsindikatorer under ét (inkl. formelle diagnoser)



DE 19-ÅRIGE I MISTRIVSEL (16 PCT.)

2 mistrivselsgrupper:

- Gruppe 4: 11 pct.
- Gruppe 5: 5 pct.

- Ligheder: ensomhedsproblemer, lavere livskvalitet, oplevet pres, ikke godt helbred, føler sig for tykke.
- Forskel: Gruppe 5 er værre stillet. Mere belastet af psykisk lidelse, flere selvmordsforsøg, har formel psykiatrisk diagnose, fået mere hjælp og medicin.

Profiler:

- Overvejende piger
- Turbulens i familien
- Færre venner
- Mindre fysisk aktive

- Gruppe 5: relativt mange er ikke i udd/arbejde; belastet opvækstmiljø, social gradient.
- Gruppe 4: Er i udd (men ikke glad for skolen), findes i alle sociale lag.

HVAD VED VI OM ÅRSAGERNE TIL STIGNINGEN I MISTRIVSEL?

- Ikke ret meget!

- Forklaringstyper:
  - Øget villighed til at indrømme, at man har det dårligt
  - Strukturelle/kulturelle faktorer: ”Det er samfundets skyld” (fx konkurrencestaten, div. reformer, individualisering, perfekthedskultur, sociale medier, et uparat sundhedssystem mv) – svært at eftervise.
  - Individuelle/miljømæssige faktorer: Kan testes i datasæt, der følger unge over tid, fx udvikling i sovemønstre, overvægt, digitalt forbrug mv.

HVAD VED VI OM RISIKOFAKTORER PÅ INDIVIDNIVEAU?

Risikofaktorer for mistrivsel blandt unge (15, 18, 19 år)
Kilder: Børneforløbsundersøgelsen (årg. 95), BUD (2009-17)

	Væsentlige risikofaktorer for mistrivsel blandt danske unge
Individuelle faktorer, barnet	Pige Lav fødselsvægt Mistrivsel i 7-årsalder Fik tidlig menstruation (18-årige piger) Skærmforbrug (lille sammenhæng)
Individuelle faktorer, forældre	Mor røg ved barnets fødsel (18-årige) Depressiv mor (15 årige) Mor har kun grundskoleuddannelse
Relationelle faktorer	Forældrekonflikter Afstraffet af forældre (15-årige drenge) Mobbet (i 11-årsalderen) Udsat for seksuelle overgreb
'Strukturelle' faktorer	Kontakt med socialforvaltning (fx forebyggende foranstaltninger)

Andre studier om psykosomatiske symptomer
Kilde: Potrebny, 2017

Pige
Skærmforbrug (ændret social adfærd)

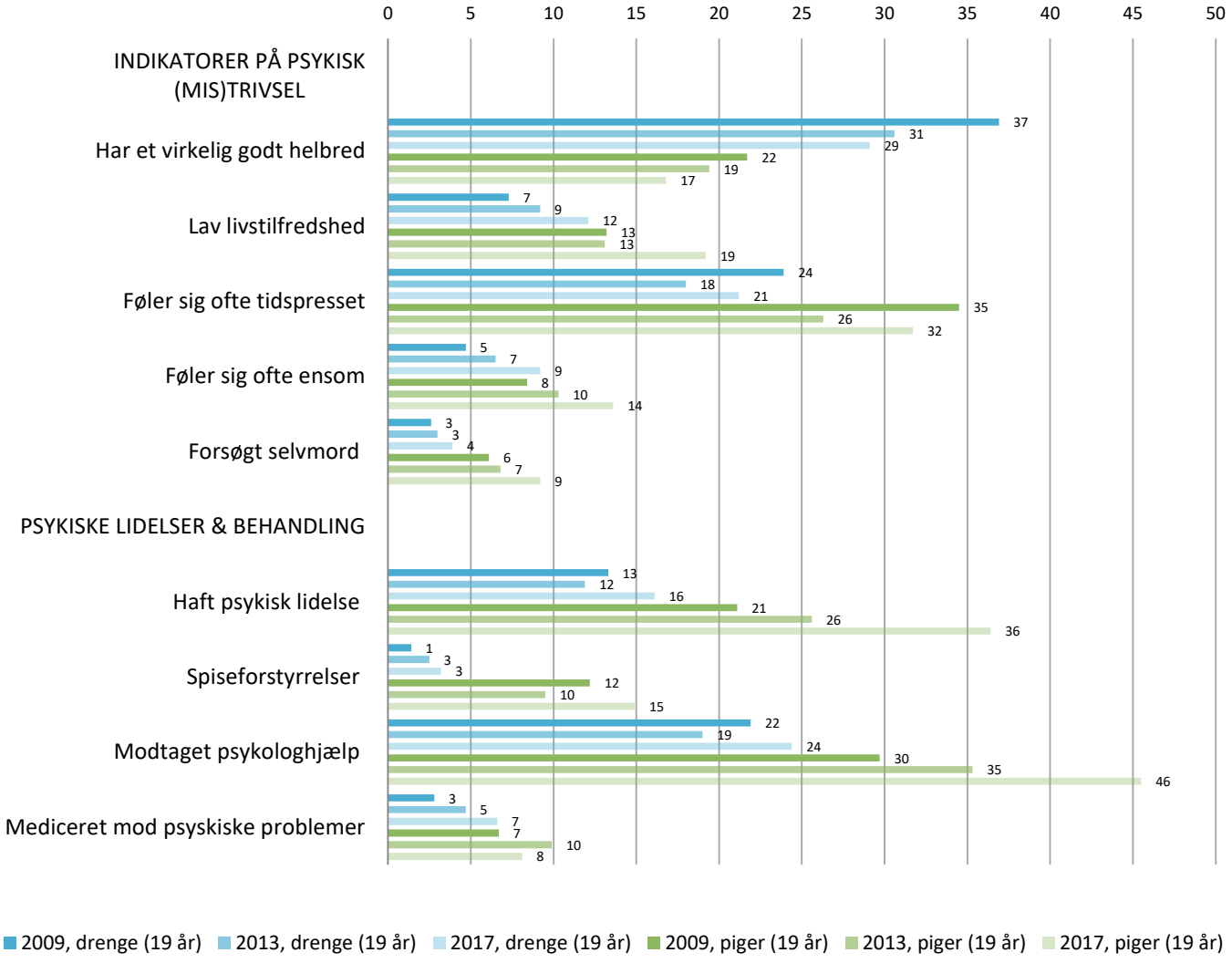
Udsat for mobning
Rygning,
Skolerelateret stress
Svage sociale netværk
Jævnaldrendesocialisering

HVAD ER KONKLUSIONEN?

- VIVEs analyser fokuserer på individuelle/miljømæssige forhold:
- Resultater henviser især til ‘the usual suspects’
  - Familierelationerne er væsentlige
  - Betydning af at blive udsat for overgreb (fx mobning)
  - Også andre forklaringstyper på spil (fx køn, arv (?))
- Det er svært at teste, hvad samfundsmæssige trends betyder, dog:
  - Stigende skærmtidsforbrug kan ‘forklare’ lidt af den stigende mistrivsel, men beskeden sammenhæng. Og hvad er hønen, og hvad er ægget?
- Unges mistrivsel foregår i et spektrum mellem eksistensproblemer og alvorlige belastninger. Hvordan anvender man ressourcerne til støtte bedst?

TAK FOR OPMÆRKSOMHEDEN

Udvalgte indikatorer på 19-årige drenge og pigers trivsel i 2009 , 2013 og 2017. Kilde Børn og unge i Danmark, 2018



Unge og psykisk mistrivsel anno 2020

Helle Rabøl Hansen, postdoc, Danmarks Pædagogiske Universitet og **Noemi Katznelson**, professor og leder af Center for Ungdomsforskning, Aalborg Universitet København

”Altså sommeren i 9. klasse, hvor man ligesom har afgangseksaminer der havde jeg et job som jeg ikke var særligt glad for fordi, der var en chef som jeg fandt utroligt dominerende på en ubehagelig måde. Og jeg dansede syv timer om ugen samtidig med, at jeg havde timer på en danseskole og sådan de forskellige ting, som ligesom følger med. Jeg havde et socialt liv, jeg rigtigt gerne ville passe og jeg havde eksaminer. Så havde jeg en youtube kanal på det tidspunkt, som lige pludseligt begyndte at ha’ nogle følgere jeg tror jeg havde så noget 12 tusinde eller sådan noget på det tidspunkt. Så der var nogle mennesker, jeg følte, jeg afhang af og som gerne ville have noget ud af den platform, jeg ligesom havde kreeret. Så der var alle de her forskellige sådan bolde, der begyndte at fylde helt vildt, og så kan jeg bare huske en eftermiddag hvor, at det koksede fuldstændigt samme for mig og jeg simpelthen lagde mig ned og begyndte og græde på jorden fordi jeg kunne ikke mere. ”

Ung kvinde, 16 år

”Jeg vil huske Coronatiden som lyden der forsvandt”

”Overgangene flød ud til et hele”

BØRN OG UNGE I PSYKISK MISTRIVSEL

HVAD FORTÆLLER DE SELV?

DUF DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR

SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Samtaler om psykisk mistrivsel på BørneTelefonen 2019

20,5%

Af alle samtaler på BørneTelefonen handler om psykisk mistrivsel og forekommer mere end dobbelt så hyppigt i samtaler med piger end med drenge

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR

SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Vi hører om mange forskellige årsager til psykisk mistrivsel

- Omsorgssvigt og overgreb
- Sygdom, dødsfald og konflikter i hjemmet
- Dårlig relation til forældre
- Dårlige relationer til jævnaldrende
- At føle sig forkert
- Mistrivsel uden at kunne se årsagen
- Pres fra omverdenen

Stor undersøgelse om pres og stress blandt børn og unge

I samarbejde med TrygFonden har vi i efteråret 2019 foretaget en stor spørgeskemaundersøgelse blandt 1.820 skoleelever i 6. og 9. klasse

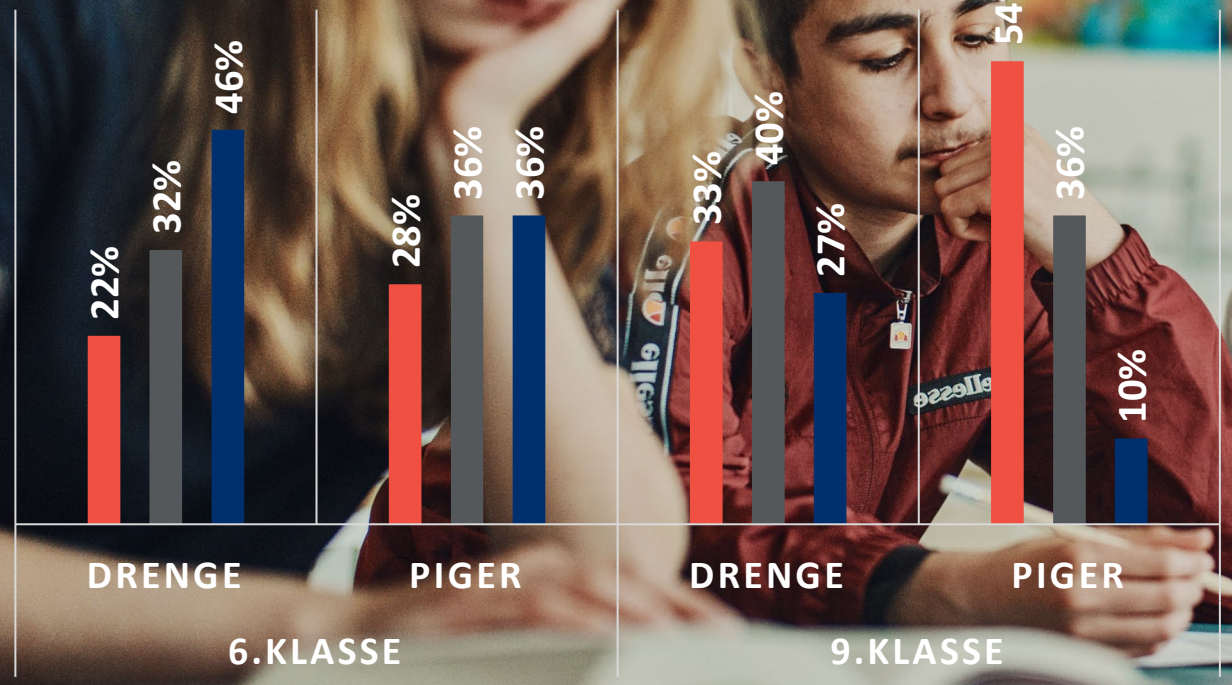
Udover spørgeskemaundersøgelsen har vi gennemgået flere hundrede henvendelser til BørneTelefonen og foretaget kvalitative interviews med ca. 60 børn og unge.

TrygFonden

DUF DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

54 pct. af pigerne i 9. klasse føler sig tit eller altid presset af skolearbejde



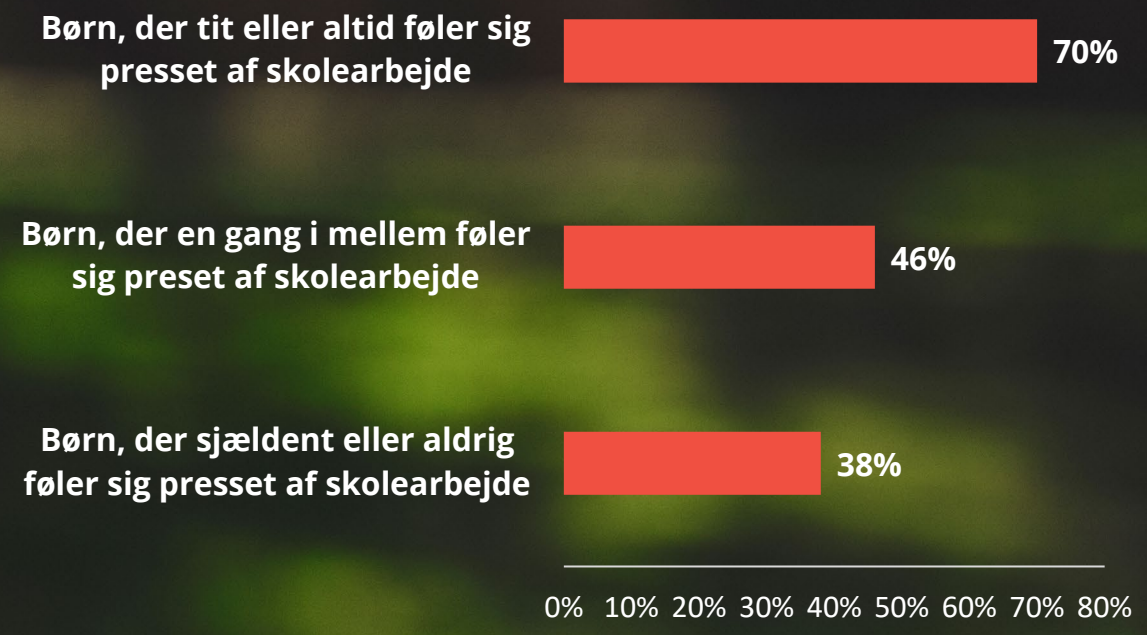
- Børn, der tit eller altid føler sig presset af skolearbejde
- Børn, der en gang i mellem føler sig presset af skolearbejde
- Børn, der sjældent eller aldrig føler sig presset af skolearbejde

"Hey, jeg er en dreng på 16 år og går i 9. klasse. Jeg er ved at blive træt af skolen. Alle taler om deres gode karakterer, imens mine karakterer falder. Jo mere jeg kommer tæt på eksamen jo mere bliver jeg nervøs. Jeg er virkelig bange for at dumpe eller ikke komme ind på gymnasiet. Og mine forældre gør det ikke bedre. De tror, at det er enkelt, at få gode karakter. Når jeg kommer hjem så er det første jeg gør at gå i seng. Jeg smiler falsk til alle så de ikke ved at jeg har det dårligt, men jeg vil ikke leve sådan mere. Jeg vil ærligt talt bare dø end at gå mere i skole"

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

70 pct. af børn og unge, som tit eller altid føler sig presset af skolearbejde, har ugentlige symptomer på mistrivsel



DUF DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR

SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Kroppen er et af mange symboler på, om man præsterer godt

Olivia: *Jeg tænker, at der er rigtig mange, der føler sig presset af de sociale medier, fordi der er det her ideal om, at man skal se ud på en bestemt måde. Det tror jeg også godt, der er nogen i dag, der kan føle sig presset over.*

Interviewer: *Hvad er den bestemte måde at se ud på – har I nogle tanker omkring, hvad er det man får at vide?*

Katrine: *Timeglasset.*

Interviewer: *Timeglasset?*

Olivia: *Kylie Jenner.*

Interviewer: *Kylie Jenner?*

Olivia: *Lige Kylie Jenner.*

Katrine: *Og det er så forfærdeligt, fordi man ved at nogle af hendes billeder er blevet photoshoppet.*

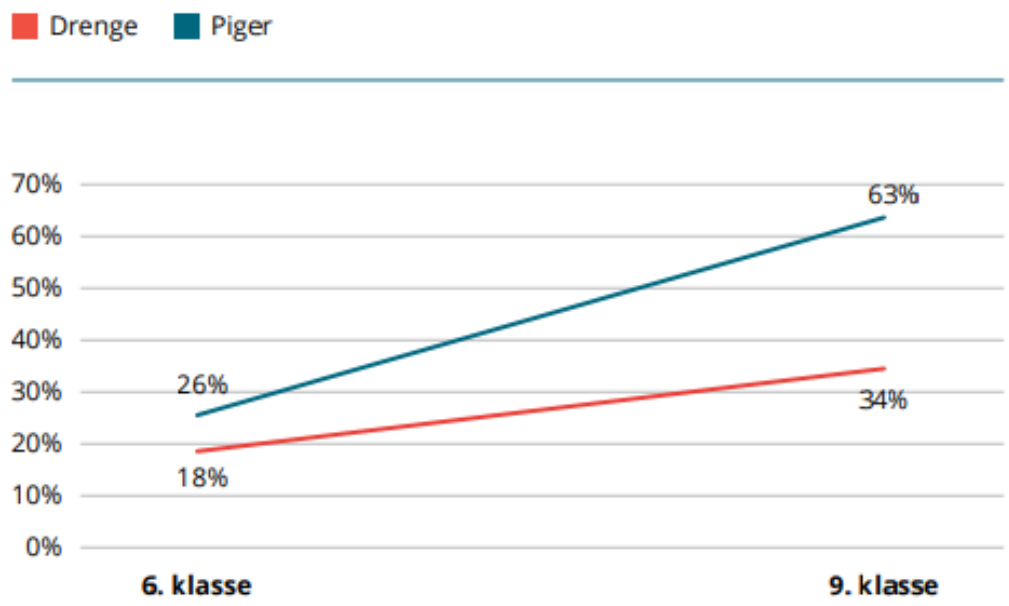
DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

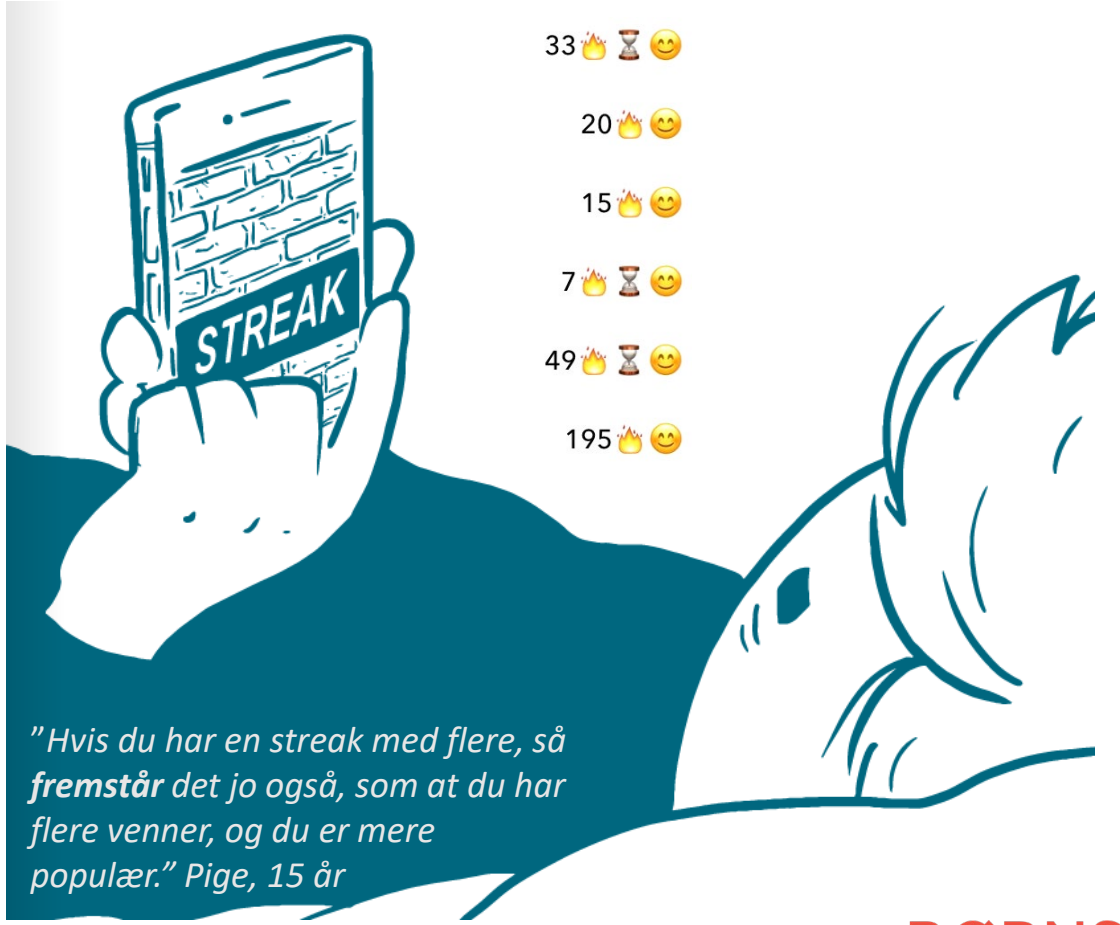
BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

En tredjedel af drengene og mere end halvdelen af pigerne har prøvet at få en anden til at passe deres streaks på Snapchat for ikke at miste dem

94 %
Er på snapchat

81 %
Har snapstreaks



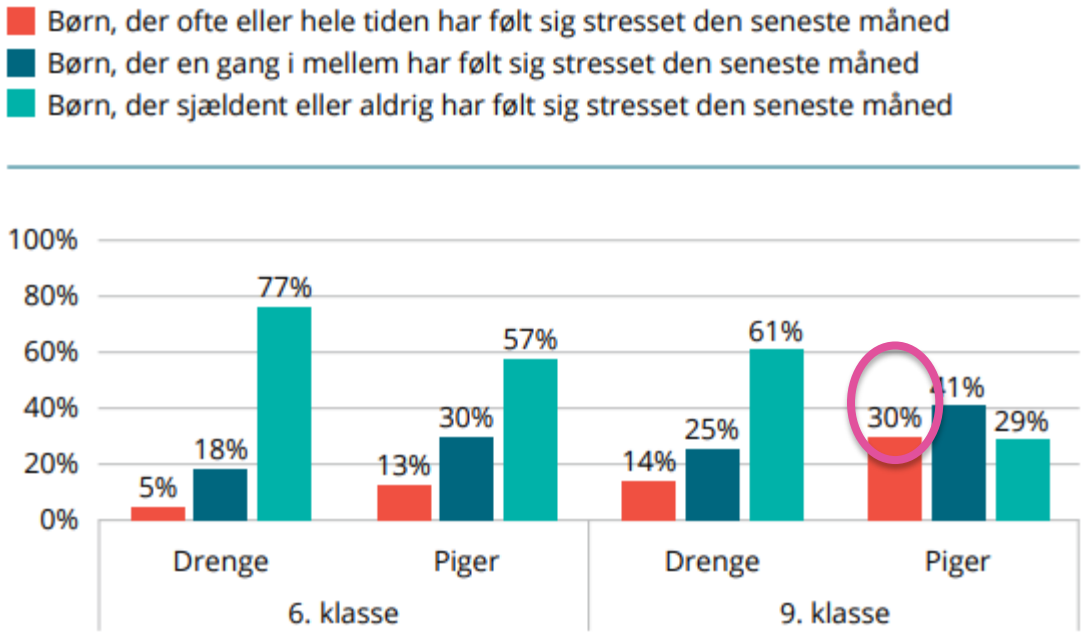


*"Hvis du har en streak med flere, så **fremstår** det jo også, som at du har flere venner, og du er mere populær." Pige, 15 år*

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Næsten en tredjedel af piger i 9. klasse har følt sig stresset ofte eller hele tiden den seneste måned



Antal svar: 1.718. Figuren viser et kryds mellem køn, klassetrin og spørgsmålet om selvoplevet stress: 'Tænk på den seneste måned. Har du følt dig stresset?' Svarkategorierne fremgår af figuren. 'Ved ikke' er frasorteret.

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Opsummerende fortæller børn og unge

- At psykisk mistrivsel har mange årsager og kommer til udtryk på mange måder
- At psykisk mistrivsel ikke kun findes hos udsatte børn og unge
- At pres over skole, krop og sociale medier kan medvirke til psykisk mistrivsel
- At psykisk mistrivsel er svært at tale om

DUF DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

#DetGodeUngdomsliv

– En analyse af unges forventninger, bekymringer og trivsel

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Hvad gjorde vi?

Kortlægning af eksisterende viden

Fokusgrupper med 47 unge fra Aalborg, Aarhus og København

Spørgeskema 1500 respondenter mellem 16-29 år

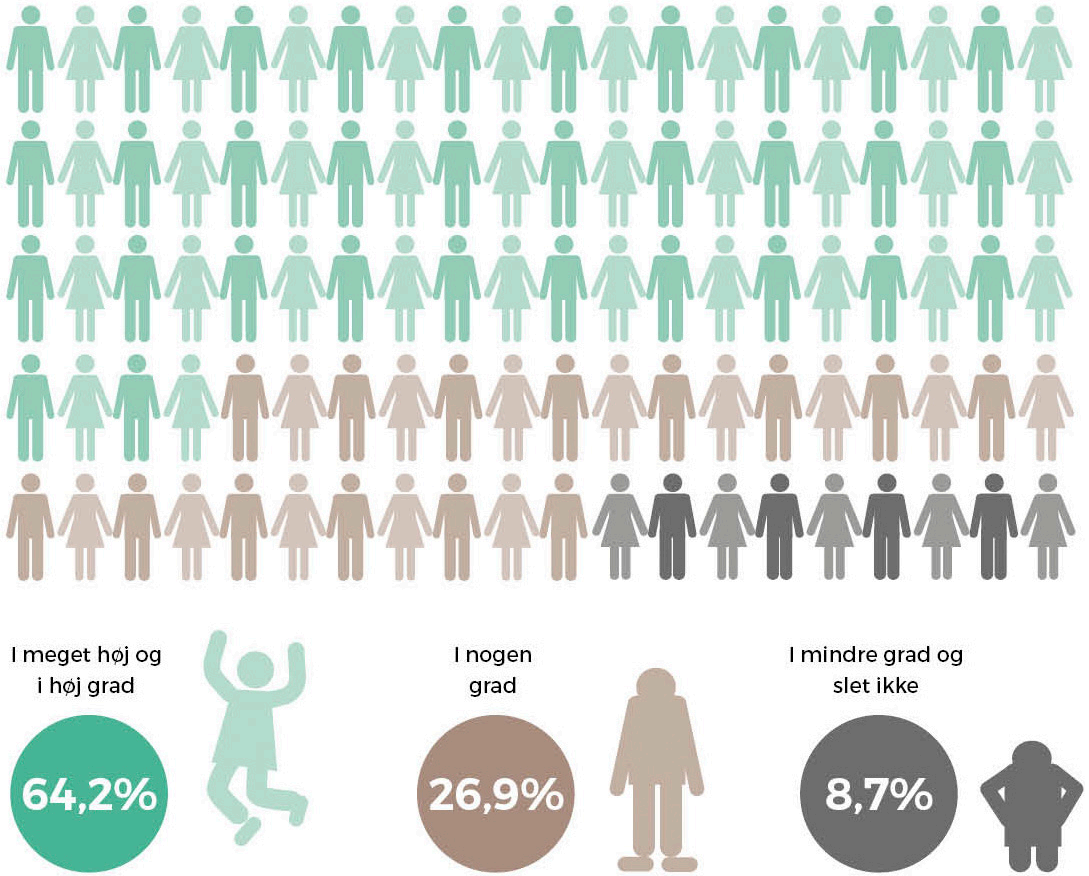
Enkeltinterview 11 unge mellem 16-29 år

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Flertallet af unge har det godt, men...

I hvilken grad føler du, at du har et godt liv?



DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Præstationskulturen, som ikke alle holder til

"Der er så mange krav, man skal leve op til. Man bliver usikker på om, man er god nok i sig selv uden præstationerne".

"Hvis jeg er blevet begrænset af noget, har det nok været min egen skyld"

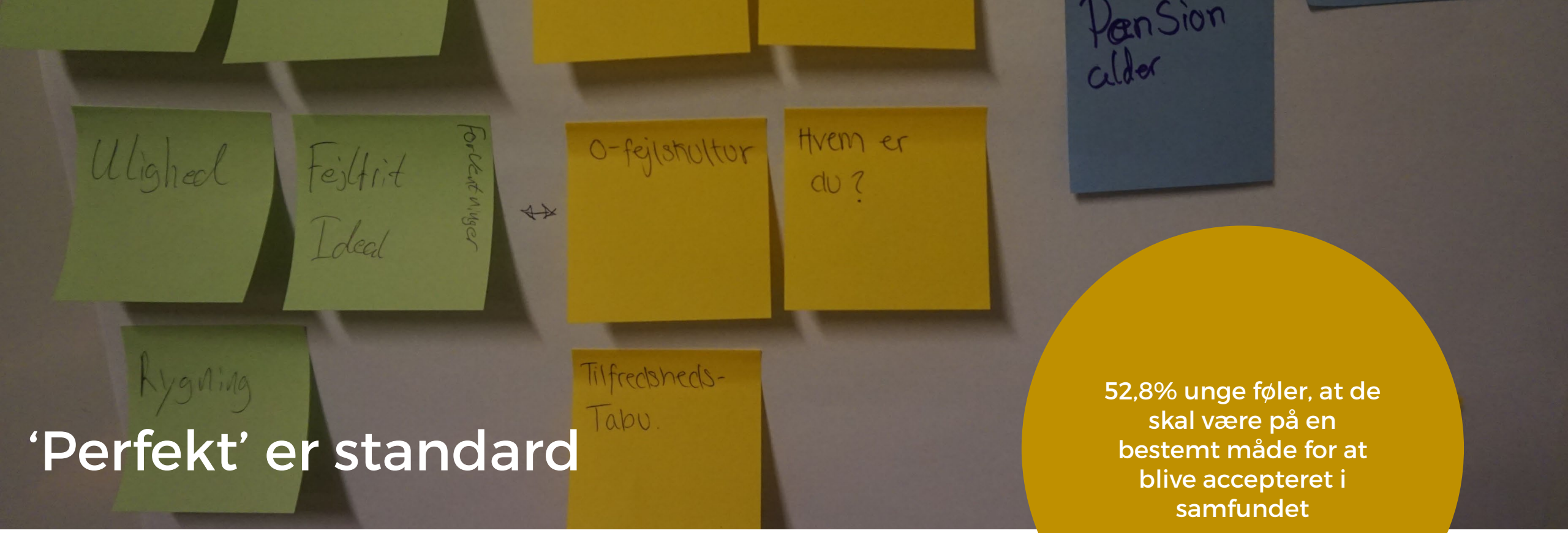
Ung mand, Aalborg

Hvis man er glad for sit liv, er man heller ikke rigtig god nok, for så er man ikke ambitiøs"

Ung mand, Aalborg

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT



‘Perfekt’ er standard

52,8% unge føler, at de skal være på en bestemt måde for at blive accepteret i samfundet

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

SoMe – leverpostej eller sushi?

Hver anden ung ønsker at bruge mindre tid på sociale medier

58% mener, at det er et problem, at sociale medier bliver brugt til selvpromovering

3 ud af 4 unge foretrækker at være sammen med deres venner fysisk fremfor virtuelt

Tabu omkring mistrivsel

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Frygt for fremtiden

"Jeg er bange for, at jeg tager det forkerte valg, så jeg skubber det hele væk".

Ung kvinde, Aarhus

2 ud af 3 unge frygter at vælge forkert i livet

"Det kan være en stopklods for at have det godt, at jeg altid vil gøre ting perfekt".

Ung kvinde, Aarhus

"Valgene vi tager vil have ret store konsekvenser for resten af livet".

Ung mand, Aarhus

DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

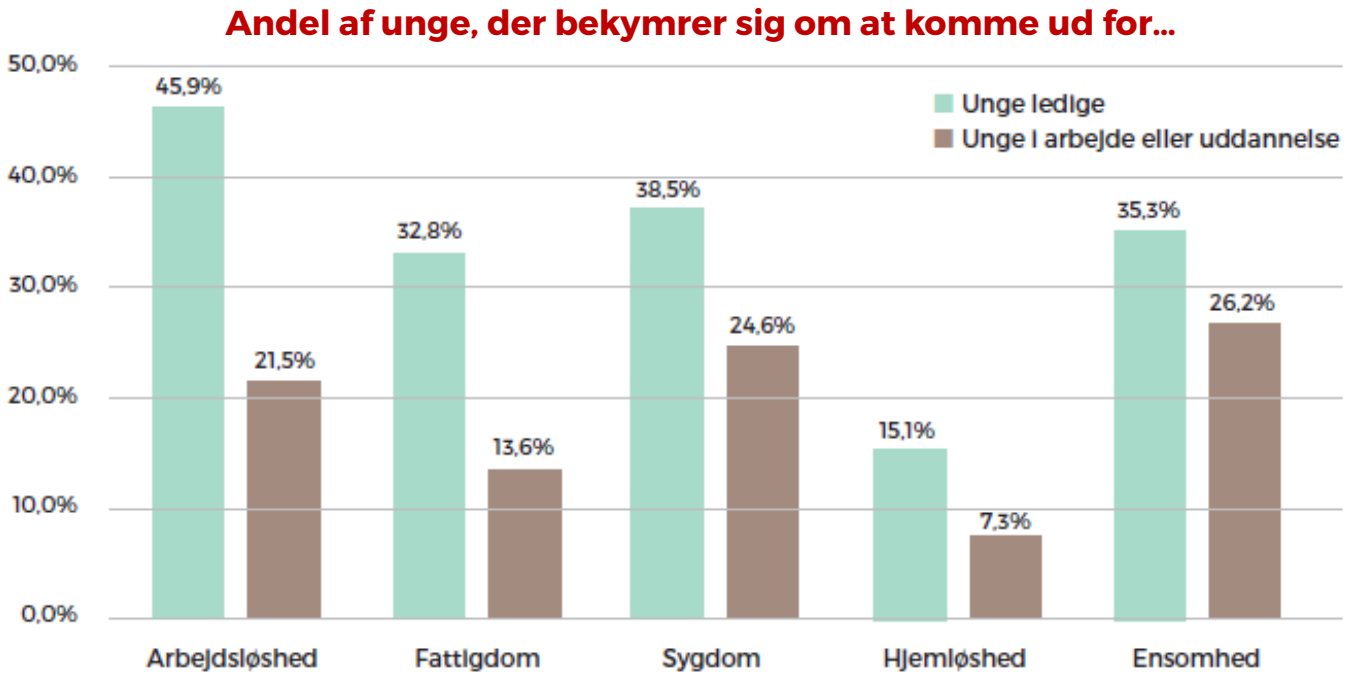
BØRNS VILKÅR

SAMMEN STOPPER VI SVIGT

At komme bagud i livet – ledige unge

Hver fjerde ledig ung føler ikke, at de har et godt liv

Ledighed er den faktor, der har størst negativ effekt på unges trivsel



DANSK UNGDOMS FÆLLESRÅD

BØRNS VILKÅR
SAMMEN STOPPER VI SVIGT

Sociale relationer i top

”Det er vigtigt at have nogen og tale med. Det er vigtigt at være sammen med andre og være en del af sociale fællesskaber”

Ung mand,
Aalborg

Børn og unges fritidsliv

– hvordan bidrager det til psykisk trivsel?

Pernille Hviid
Institut for Psykologi, KU.
Pernille.hviid@psy.ku.dk

KØBENHAVNS UNIVERSITET

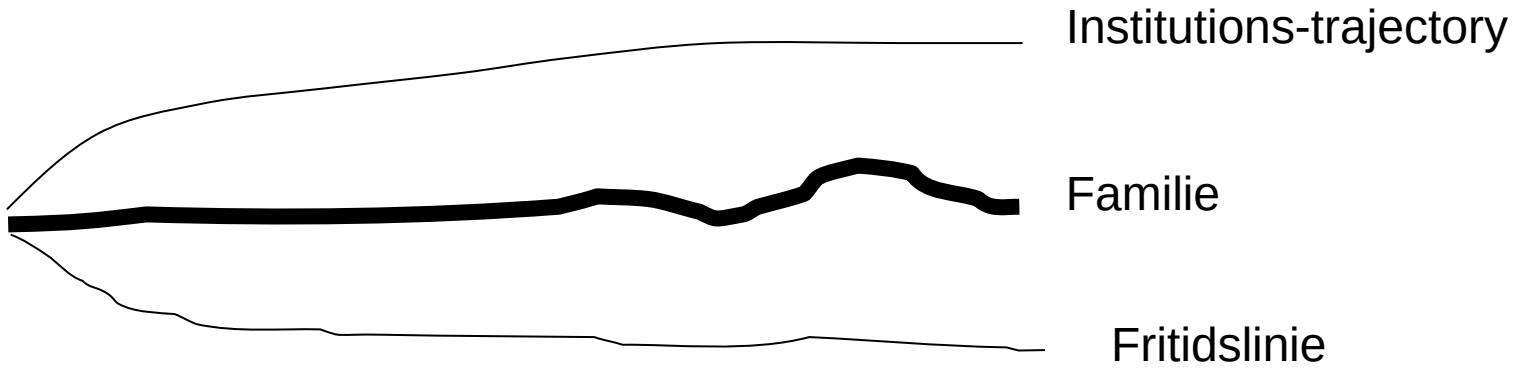
Deltagerstaterne anerkender barnets ret til hvile og fritid,

til at lege og dyrke fritidsinteresser, som er passende for barnets alder,

og til frit at deltage i det kulturelle og kunstneriske liv.

(Konventionen om Barnets Rettigheder § 31)

Michael: ’Hvis ens familie døde så ville man jo blive simpelthen…Men hvis klubben blev lukket …’



Mellem skole og sfo

Michael: Her går jeg sådan frem og tilbage. (Tegner streger mellem fritidshjem og skole.) Den der (skole) og den der (fritidshjem)... det er jo et stop, men alligevel helt forskellige ting.

Pernille: Helt forskellige, kan du ikke sige lidt mere om det?

Michael: Altså ’forpligtelse’ (skole) og ’fornøjelse’ (fritidshjem).

VILDE VULKANER

Da tredjeklasses pigerne på Vesterbro Skoles fritidstilbud begyndte at sive, undersøgte de ansatte hvad der optog storegruppen. Pigerne synes det havde været sjovt at sælge noget på deres besøg på en musikfestival for nylig. Så begyndte en snak om det at sælge og hvad pengene skulle bruges til. De endte med at melde sig til ”Bag for en sag”, og måtte købe en ekstra kummefryser, fordi børnene og deres forældre bagte så sveden sprang, og fordi der var så god afsætning til studerende på Carlsberg, lige bag ved. De tjente vist over 25.000 …

At bruge tid på det, der optager en. At engagere sig

At øve sig på det, der optager en. At kvalificere sig

At lave noget vigtigt sammen med andre. At samarbejde

At skabe noget sammen. At kultivere

At hygge sig sammen og finde venner. At høre til. At opnå fortrolighed.

At blive lært op, rette ind I gruppen, blive passet på, blive udspioneret, beundret og at lede.

Chums

Christian: jeg har været til samtaler

Pernille: Til samtaler?

Christian: Ja, der fik jeg at vide at jeg var god til det hele

Pernille: Du er en dreng der går for at være dygtig

Christian: Jo

Rasmus: Meget dygtig. Næsten til alt, bortset fra idræt

Pernille: Hvorfor er du ikke dygtig til idræt?

Christian: Det er min fod. Den er skæv fordi jeg er født sådan, at fødderne sad sammen.

Rasmus: Ja, men du kan da godt løbe og lege med os andre, ikke? Han kan faktisk godt løbe ret hurtigt! Han kan bare ikke løbe sådan en HEL fodboldbane, eller en HEL græsplæne rundt.

Christian: Nej kan du huske det Rasmus? Da jeg skulle løbe en hel runde derude?

Rasmus: Jeg siger dig!

Pernille: Var det slemt?

Rasmus: Jahhh!

Pernille: Hvad synes du?

Rasmus: Jeg synes han er sød og frisk.

Marie (13 år): Hvert år, når der kommer nye, så tænker man: Åh nej, nu kommer der små! Jeg tænker også tilbage på, da jeg begyndte. Så tænker jeg: Nej, hvor var vi irriterende! Når vi bare kom rendende. Vi så jo helt vildt meget op til 7. klasserne, ikke?

Pernille: Jo.

Marie: I 4. klasse, der snakker man meget om dem [de store, red.]. Jeg synes faktisk, de er irriterende [de små, red.], og det har de [store, red.] også syntes om os, ikke? Jeg syntes bare: Gud, hvor var de flinke, for de var jo store.

Pernille: Er det sådan alle steder?

Marie: Ja, det er sådan i skolen. Ja, det er også sådan i børnehaven. Ja, det er også sådan i vuggestuen. Det er sådan overalt! Og da jeg gik i tredje, der syntes jeg, at 6. klasse var den helt store klasse, ikke? Men nu så synes jeg bare, man er helt lille. Jeg tror, det er ret naturligt, at folk ser op til hinanden, jo mindre man er.

Pernille: Ja. Det der næste trin. Har du det sådan med voksne?

Marie: Ikke på samme måde.

Pernille: Så i dag, hvor du er 13, så ser du vel op til en som mig, som er over 50!

Marie: Altså, nej. (Fælles fnis og grin).

Pernille: Så ser du måske op til en, som er 18?

Marie: Ja, det er rigtigt nok, nu har jeg det sådan.

- At kunne bruge redskaber interaktivt
- At kunne fungere I heterogene grupper
- At kunne handle selvstændigt

AALBORG UNIVERSITET

Det præstationsfrigørende rum – hvordan kan vi forbedre rammerne for børn og unges trivsel

Anders Petersen

Præstationssamfundet

Dagsorden:

Præmissen: Præstationssamfundets institutionaliserede præstationspres

Tanken: Institutionaliseringen af præstationsfrigørende rum

Præstationssamfundet

Én forklaring på børn og unges skrantende psykiske trivsel: Præstationssamfundet driver rovdrift på os – og vi driver rovdrift på os selv!

Præstationssamfundet

- Præstationssamfundet er karakteristisk ved at være kravdefineret!
- Der er et imperativ – en social logik - der dominerer: Du **SKAL** være aktiv og kunne præstere konstant!
- Det anerkendelsesværdige og rationelle er, at du bliver til din præstation – du er et **præstationsindivid!**
- **Men** – som præstationsindivider er vi underlagte en masse (disciplinerende) krav og forventninger om, at vi skal følge bestemte sociale normer og regler:

Præstationssamfundet

- Vi skal alle **realisere os selv!**
- Vi skal helst gøre os til noget helt særligt – gerne **attraktivt** autentiske!
- **Der sker en konstant valorisering** af, hvad det attraktivt autentiske er for noget: Det perfekte som målestok!
- Denne form for selvrealisering er **meningsgivende**: Moralsk kerneværdi.

Præstationssamfundet

- Vi skal evindeligt optimeres – der er sket en fetichering af forestillingen om, at man skal tune sig selv til at blive en bedre version af sig selv –
- Vi skal – i et accelererende samfund - disrupte os selv hele tiden… blive 1% bedre hver dag og indfri vores potentiale!

➢ Og så skal vi helst også være:

✓ omstillingsparate,
✓ forandringsvillige, agile,
✓ fleksible, mobile, polyvalente,
✓ initiativrige, udadvendte, effektive, sociale,
✓ positive, udfordrende, modige, ”game” og robuste osv.

Præstationssamfundet

- Disse normer har rodfæstet sig i vores institutioner, blevet til sociale (leve) regler, og dermed sat sig i måden vi "gør" mennesker på i børnehaver, skoler, gymnasier, universiteter, hvilket vi tester, måler, vejer efter og presser andre dannelsespraksisser ud.
- Som konkret eksemplificering af dette kan vi tage – blandt mange - Anne-Mette Sohn Jensens, Cand.pæd. i pædagogisk psykologi, erfaringer fra hendes kursusvirksomhed i landets børnehaver og skoler.
- Hun skriver i en kronik - *Vi byder børn og unge et alt for stort pres i skolen i dag* - i Kristeligt Dagblad den 4/2-20!

PÅ MINE KURSER LAVER JEG en øvelse, hvor deltagerne skal lave en liste over alle de forventninger og krav, de har til børnene. Jeg beder dem skrive alt ned, både stort og småt, så vi kan få en fælles oversigt over det, vi gerne vil have børnene til at leve op til.

Eksempelvis havde pædagoger i vuggestuer og børnehaver følgende forventninger til børnene i alderen nul til seks år: omstillingsparate, glade, selvhjulpne, kunne sidde stille og lytte, renlige som treårige, fleksible, motiverede for at lære, rummelige og kunne præstere på kommando på tidspunkter, som passer med dagstrukturen.

Præstationssamfundet

- Dette følges af en udbredt selvansvarlighed for at lykkes – din fortjeneste, hvis det går godt, og dit ansvar, hvis det går galt!,
- Dette har – opsummeret - installeret sig som en *kronisk belastning*, der presser og stresser de unge – og flere og flere af dem ud over kanten af deres psykiske bæreevne.
- Gør dem utilstrækkelige – giver følelsen af uduelighed: Måske endda ubrugelighed!

Fra præstationspres til præstationsfrigørende rum

Institutionaliseringen af præstationsfrigørende rum

Billie Eilish: Making music is messing around

Fra præstationspres til præstationsfrigørende rum

- Vi har et udstrakt behov for præstationsfrigørende (både mentale og fysiske) rum, hvor barnets/de unges (menneskets) værdsættelse ikke måles med præstationssamfundets alen: Rigtige/forkert svar, effektivitet, optimering osv.
- Det indebærer en frihed fra at skulle vejes, testes, vurderes og evalueres ift. præstationssamfundets sociale logik!
- De unge siger selv, at der skal investeres mere i steder og rum – i børnehaver, skoler, gymnasier og på universitetet – hvor andre præstationsformer adresseres som meningsgivende: For det vi oplever synes også at være en meningskrise!
- Vi trænger til præstationsfrigørelse, og det kræver strukturelle forandringer!

Fra præstationspres til præstationsfrigørende rum

- Her vil jeg specifikt pege på fritidspædagogikken som et oplagt sted at starte:
- Voldsom nedgang i børnetallet i SFO
- Derouten begyndte nok da fritidspædagogikken blev et skoleanliggende – men særligt med lov 409 blev området (organisatorisk, strukturelt og tidsmæssigt) udsultet, og sivningen af børn tog fart.
- FOAs undersøgelse - Status for skolefritidsordninger 2016 - færre børn, høje takster, lavere udgifter – viser et fald i SFO-pladser på 7-8% fra 2013-2014 og 4-5% fra 2015 til 2016.
- Som de skriver: "Der synes således at være sket et samlet fald i efterspørgslen efter skolefritidsordninger siden skolereformen på 12 pct. – måske lidt mere. Det svarer omtrent til, at der er mere end 20.000 færre børn i SFO, end de der ville have været, hvis antallet af indskrevne børn havde fulgt udviklingen i børnetal."

Fra præstationspres til præstationsfrigørende rum

- HYPOTESE: I præstationssamfundet, hvor børnene udsættes for et voldsomt præstationspres (måles, vejes, tælles), kan fritidspædagogikken tilbyde et præstationsfrigørende rum.
- Jeg tror, at udviklingen er ved at vende: Folk/forældre vil hungre efter et sted, hvor nye – seriøst legende - præstationsformer vil kunne blomstre.

➢ Man kunne forestille sig en (stort set) digitalfri fritidspædagogik…

➢ Yderligere fokus på håndens værk, iværksætteri, byggeri, musik…

➢ Yderligere fokus på natur/mad/klima…

➢ Det kræver strukturelt fokus og ressourcer

Selma Wassermann 1992: Serious play in the classroom - How messing around can win you the nobel prize!

The creation of new ideas does not come from minds trained to follow doggedly what is already known. Creation comes from tinkering and playing around, from which new forms emerge.

UNGE I FØRSTE JOB – HVORDAN KAN VI STØTTE UNGE TIL TRIVSEL, NÅR DE TRÆDER IND PÅ ARBEJDSMARKEDET EFTER ENDT UDDANNELSE?

Høring om psykisk mistrivsel 15.09.20

Mette Lykke Nielsen Ph.d., Lektor, Center for Ungdomsforskning, AAU
Mail: mln@hum.aau.dk

AALBORG UNIVERSITET
KØBENHAVN

20-års jubilæum
cefu
2000 - 2020

Hvad ved vi om unges overgang til første job?

- Første job efter endt uddannelse udgør et vigtigt pejlemærke for den enkelte unge på vej ind i voksenlivet.
- Første ‘rigtige job’ efter endt uddannelse er identitetsbærende: Det har betydning for hvordan unge forstår sig selv og deres fremtidige arbejdsliv
- Den generation af unge, der aktuelt ved at etablere sig på arbejdsmarkedet er vokset op i et uddannelsessystem med øgede 'performancekrav' og 'performanceorientering‘.
- I en tid med stort samfundsmæssigt fokus på den enkeltes ‘employability’ og samfundsmæssig nytte af unges uddannelser
- I en tid hvor forestillingen om at det er nødvendigt at præstere på alle arenaer i ungdomslivet, udgør en præmis for mange unge
- De møder et arbejdsmarked hvor midlertidig beskæftigelse er i vækst [især blandt unge], og hvor der i mange brancher er høje krav til tempo og performance.

Unges 18-30 års mentale trivsel på arbejdsmarkedet

- Danske og internationale kilder peger på, at mentale helbredsproblemer udgør en fremtrædende problemstilling for den yngre del af befolkningen, og at denne forekomst er relativt høj allerede før den erhvervsaktive alder.
- Undersøgelser tyder på, at arbejdspladsen kan spille en rolle for udviklingen af mentale sundhedsproblemer, og for håndteringen af dem (Kristiansen et al., 2017, Dyreborg et al. 2018)
- Yngre erhvervsaktive (18-24 år) rapporterer flest depressive symptomer og angst symptomer blandt alle erhvervsaktive (NFA 2017)
- Yngre erhvervsaktive under 35 år rapporterer generelt det højeste niveau af stress blandt alle erhvervsaktive (NFA 2017)
- Unge, især kvinder, er signifikant mere udsat for seksuel chikane end andre aldersgrupper (Dyreborg et al. 2018)

Kilder: Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (2017). Analyser om mentale sundhedsudfordringer (MSU) og forebyggende initiativer for erhvervsaktive i Danmark: Arbejdsrapport Analyse 1.

Dyreborg et al. (2018). Unges arbejdsmiljø og helbred, Rapport til Arbejdsmiljørådet. København: Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA).

Vi ved at:

Lav kontrol i arbejdet, høje psykologiske krav, lav grad af social støtte, og høj intensitet i arbejdet har sammenhæng med forskellige former for mental mistrivsel, herunder stress.

Kilde: Laberge M. & Ledoux E. (2011). Occupational health and safety issues affecting young workers: A literature review. Work. 2011;39 (3):215-232.

Lav kontrol i arbejdet, høje psykologiske krav, lav grad af social støtte og høj arbejdsintensitet har sammenhæng med mental mistrivsel, herunder stress.

”Der var ingen af de to ledere der var særligt forberedte på at jeg kom, og heller ikke på, hvad jeg skulle lave. (…) På en og samme tid forsøgte jeg at finde mine egne ben i arbejdet, og finde ud af hvordan vi skulle gribe projektet an. Og sideløbende var der hele tiden denne her positioneringskamp med min kollega. Han spurgte blandt andet om han måtte se mit cv. (…)

Jeg kom til at påtage mig alt for mange ledelsesopgaver, fordi dem der var ledere ikke rigtig interesserede sig for sagen. (…) Jeg havde brug for at der var en, der tog noget af ansvaret fra mig, og for eksempel besluttede, hvilke arbejdsopgaver jeg skulle lave.

Jeg prøvede løbende at tale med min leder om, at jeg havde for meget om ørene uden at have nogen at spare med. Han tog det bare ikke rigtig alvorligt. (…)

Jeg er nok typen der udstråler, at jeg har styr på det, selvom jeg med ord siger, at jeg har for meget at lave. Jeg blev jo også ved med at præstere indtil den dag jeg stoppede [og blev sygemeldt]”.

(Nyuddannet, nyansat antropolog, projektleder i en forvaltning, i en periode sygemeldt med stress)

Kilde Line P. Andersen & Helle B. Riis (2017). ’Fra studie til arbejdsliv’. Frydenlund

Ingen oplæring og social støtte
Stort individuelt ansvar og høje krav
Lav kontrol i arbejdet
Stort tids- og præstationspres (arbejdsintensitet)

”Når du er færdigudlært er du færdigudlært. Så er du færdigudlært arbejdshest og skal ud og arbejde. Der forventer man, at du leverer uden særligt meget… altså du har ikke nogen støtte eller noget som helst. Det er ud i køkkenet, og så er det bare at arbejde fra dag et af. Du står måske og hakker nogle grøntsager ovre i hjørnet, mens der er nogen der forklarer dig lidt undervejs… det er hele tiden sådan noget tidspres, pres, pres, pres. (…)

Der var rigtig mange ting som vi [2 nyansatte] skulle gøre og tage stilling til. Og som slet ikke var noget vi egentlig skulle gøre. Alle de der ting, som man normalt ville havde et system for i et køkken, det var der ikke.

Det var ligesom om at min krop den… ja, det var bare ligesom om, at det hele bare smeltede inden i. Jeg tænker, at der har været skruet alt for højt op i en lang periode, og så bliver jeg så sygemeldt.

(Liv, Udlært kok, 25 år, blev stresssygemeldt efter 2 måneder i første job)

Forebyggende indsatser på arbejdspladser

- Unge på arbejdsmarkedet er en sammensat gruppe, som vi ikke kan rette samme **generelle** forebyggelses aktiviteter imod. Indsatser skal tilpasses- og rettes imod arbejdspladsen, og det arbejde som den unge udfører (Nielsen& Dyreborg 2015)
- Der er evidens for at forebyggende indsatser rettet mod unge kan gøre en afgørende forskel i relation til mentale sundhedsudfordringer (NFA 2017).
- Der er evidens for at indsatser der skaber en god start på arbejdsmarkedet eks. støtte ordninger/mentorordninger, de virker (NFA 2017).

Kilde: Aust, B. m.fl./ Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA) (2017).Psykosociale arbejdsmiljøinterventioner – hvad virker?- En systematisk gennemgang af forskning i interventioner rettet mod det psykosociale arbejdsmiljø samt en oversigt over viden om implementering af arbejdspladsinterventioner

Tak for opmærksomheden

Forskningsprojektet ‘ Unges mentale trivsel i første job’ er støttet af Velliv Foreningen

AALBORG UNIVERSITET
KØBENHAVN

20-års jubilæum
cefu
2000 - 2020