

Dato: 30.januar 2019

DUFs holdning til at øge psykisk trivsel blandt unge

Indledning

Det gode ungdomsliv handler først og fremmest om at sikre unges tryghed og trivsel. Netop unges mentale trivsel er i disse år udfordret, og det kalder på handling. Dels er der brug for at nedbryde de strukturer, der systematisk bidrage til unges mistrivsel, og dels er der brug for at sikre den rette hjælp, når behovet opstår.

Strukturelt er forventningspresset på de unge steget i uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet, på sociale medier og selv i fritidslivet, skal der præsteres. Det øgede forventningspres på de unge har alvorlige konsekvenser for deres trivsel. Antallet af danske børn og unge, der mistrives, kæmper med dårligt mentalt helbred eller lider af en psykisk sygdom, er voldsomt stigende. I DUF ønsker vi at vende denne udvikling. Vi ønsker ikke, at det gode ungdomsliv er for de få, der klarede presset. Vi ønsker en ungdom, der trives og har det godt.

Alt for mange børn og unge får først hjælp den dag, de er alvorligt syge. DUF mener, at vi skal blive bedre, end vi er i dag til at håndtere mistrivsel hos børn og unge, så det ikke udvikler sig. Psykiatrien er samtidig presset af det stigende antal børn og unge med psykiske lidelser. DUF mener derfor, at der er brug for en bedre behandling af de børn og unge, der har fået en psykisk lidelse.

DUF mener derfor, at der er behov for at tage et opgør med præstationspresset og sætte unge fri til at være dem, de har lyst til, og til selv at definere, hvad succes og den gode præstation indebærer. DUF mener samtidig, at alle de børn og unge som får ondt i livet, skal modtage den nødvendige støtte og behandling.

Derfor mener DUF, at:

Der er brug for en ungdomskommission

Ungdommen er udsat for voldsomt pres for at præstere i uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet og selv i fritidslivet, samtidig med at det hele skal dokumenteres fra den rette vinkel på de sociale medier. Dette har medført, at en stigende andel af de unge rammes af psykiske lidelser som angst, stress og depression samt mistrives i deres hverdag. I DUFs optik er der tale om et samfundsproblem, der kræver, at samfundet tager ansvar og efterstræber, at vi ikke efterlader dele af vores generation tilbage med ondt i sjælen. Derfor ønsker DUF, at der bliver nedsat en ungdomskommission, der skal udarbejde forslag til at styrke unges trivsel.

Trivselsreform i uddannelsessystemet

Der har de seneste år været en lang række reformer, folkeskole-, erhvervsskole- gymnasie- og fremdriftsreformen, der skabt strukturer, hvor de unge har skulle være hurtigere, mere målrettede og måles på deres præstation. Det har skabt et pres på de unge, som har medført faldende trivsel og øget frafald. Der er derfor brug for en markant styrkelse af arbejdet med og fokus på mental trivsel i både folkeskolen, på ungdomsuddannelserne og de videregående uddannelser. Derfor ønsker DUF en trivselsreform, der sætter fokus på unges trivsel på tværs af uddannelsessektoren med det formål at styrke trivlsen i uddannelsessystemet. Her vil der være relevant at tage tematikker såsom testkultur, uddannelsesloftet, fremdriftsreformen og tilbagerulning af besparelser på tilskud til efter- og højskoler op.

Uddannelsesinstitutioner skal have frihed til at vælge karaktererne fra

Karakterræset er i høj grad med til at så kimen for den indbyrdes konkurrence, som præger unges hverdag, og som alt for ofte fører til nederlag fremfor motivation. I stedet burde evaluering i uddannelse handle om potentialer og udvikling – og ikke decimeres til et tal. Derfor skal der være større frihed til at den enkelte uddannelsesinstitution selv kan afgøre, i hvor høj grad man ønsker at benytte karakterer fremfor f.eks. udtalelser eller individuelle samtaler.

Tid til mere leg og fantasi, tid til at være barn

Størstedelen af livet er man i konkurrence med andre, uanset om det handler om at få en plads på drømmeuddannelsen, vinde buddet om drømmeboligen eller lande drømmejobbet. Vi har hele livet til at konkurrere med hinanden. For DUF er det vigtigt, at der er tid til at være barn. DUF mener, at de

offentlige institutioner skal være med til at skabe rammen om et godt børneliv med plads til at være barn. Derfor ser DUF med bekymring på skoledagene i grundskolen, som mange steder ikke formår at skabe en skoledag med leg og fantasi. DUF ser ligeledes med bekymring på et overdrevet fokus på børns læring i vuggestuer og børnehaver. DUF mener, at der bør være fokus på at legen er fri og ikke styret mod specifikke mål.

Alle kommuner skal have et fritidspas

Udsatte unge, unge på kontanthjælp eller unge udenfor arbejdsmarkedet eller uddannelsessystemet mødes i dag af en offentlig sektor, som først og fremmest har fokus på uddannelse og arbejde. Det er naturligvis vigtigt, at de unge hjælpes videre i deres liv med enten uddannelse eller arbejde. Men for DUF er der ingen tvivl om, at deltagelse i gode, frivillige fællesskaber i foreningslivet også bidrager til det enkelte menneskes resurser, evner og netværk – og derfor burde deltagelse i foreningslivet indgå som en naturlig del af den sociale indsats for unge på kanten af samfundet. Derfor mener DUF, at det bør være obligatorisk for alle kommuner at tilbyde fritidspas. Med et fritidspas kan økonomiske trængte børn og unge få betalt kontingentet til en forening.

Stop for seksualisering af de helt unge og fokus på balancerede kropsidealer

Et sundt og balanceret forhold til sin egen krop er en vigtig forudsætning for at trives og leve et godt liv med overskud til det, der skaber indhold og glæde. Derfor mener DUF, at vi som samfund har et ansvar for at sikre de grundlæggende rammer for, hvad der tillades og ikke tillades i markedsføringen overfor børn og unge. DUF mener, at man bør skærpe lovgivningen, når det kommer til markedsføring af beklædning og mode overfor børn under 12 år, i forhold til for eksempel BMI-grænser, brug af modeller med aldersvarende udseende og seksualisering af reklamer.

En bedre indsats ved mistrivsel

Der mangler i dag tilbud til den gruppe af unge, der i dag falder mellem to stole, fordi de endnu ikke er blevet syge nok til et tilbud i psykiatrien, men som er i så alvorlig mistrivsel, at de har behov for hjælp. Derfor mener DUF, at der er behov for en forebyggende indsats til disse unge. Det skal bl.a. ske ved at lærere og pædagoger bliver klædt på til at hjælpe disse unge samtidig med, at de sociale organisationer, der allerede i dag gør et godt stykke arbejde, får bedre vilkår. DUF ser også, at det kan ske ved at lette adgangen til psykologbistand gennem at gøre denne vederlagsfri for sårbare unge, som viser tegn på mistrivsel.

Sammenhæng i det offentlige system

Unge gennemgår mange overgange i det offentlige system igennem et ungdomsliv. Eksempelvis i skiftet fra folkeskole til ungdomsuddannelse. Disse overgange fungerer ikke godt nok som det er i dag. Alt for meget viden går tabt fra det ene til det andet system, hvilket kan få alvorlige konsekvenser for den enkelte unge, der ikke får den nødvendig støtte og hjælp. Derfor mener DUF, at der skal laves en klar strategi for, hvordan overgangene håndteres i det offentlige system. Samtidig med at det tværfaglige samarbejde kommer i fokus, så der skabes et fælles ansvar.

Sygdom og behandling på lige vilkår

Desværre oplever unge med psykiske lidelser ofte, at deres sygdom er et tabu og derfor forbundet med skam. Med den viden og indsigt vi har om psykisk sygdom og årsagerne til denne, bør det ikke være sådan. Psykisk sygdom er netop en sygdom og er derfor forbundet med stor smerte for den enkelte unge såvel som dennes familie og omgangskreds. Dette gælder uanset om diagnosen er depression eller diabetes. I det danske sundhedsvæsen er der desværre lang vej til ligestilling mellem sygdomme. Der er samtidig kommet øget pres på psykiatrien, da flere og flere børn og unge bliver henvist. Derfor mener DUF, at psykiatrien skal forbedres, så alle børn og unge møder et system, der har ressourcerne til at give dem den rette behandling, og at ligestillingen af psykiske og somatiske sygdomme ikke blot er vigtig af hensyn til den enkeltes ret til behandling, men også i henhold til den måde psykisk sygdom opfattes i samfundet.

MBD, februar 2019