

DUFs holdning til unges trivsel: Alle unge har ret til at trives

Alle unge fortjener et godt ungdomsliv med drømme, muligheder og tryghed.

Trivsel er forudsætningen for et godt ungdomsliv. At trives betyder, at unge føler sig godt tilpas i hverdagen. At unge oplever en tro på egne evner og har gode forudsætninger for at håndtere ungdomslivets udfordringer. Trivsel har en afgørende betydning for unges sociale og faglige udvikling samt deres livsmuligheder – nu og senere i livet. Derfor må trivsel ikke kun ses som et middel til at opnå bedre læring eller fastholdelse i uddannelse. Trivsel er en værdi i sig selv.

Flere undersøgelser – heriblandt DUFs egen ungeanalyse fra 2023 – understreger heldigvis, at de fleste unge har det godt og trives. Vi ser dog samtidig en bekymrende stigning i antallet af unge, der føler sig ensomme, stressede eller pressede i hverdagen. Flere unge ender også med en psykiatrisk diagnose i dag. Sundhedsprofilen 2021 viser blandt andet om aldersgruppen 16-24 år:

- 27,8% har en lav score på den mentale helbredsskala.
- 22,3% viser tegn på ensomhed.
- 41,7% scorer højt på stressskalaen – heraf gælder det for ca. hver anden ung kvinde.

Ovenpå coronakrisen har vi også set, at trivslen er styrtdykket hos unge, og at for mange unge er faldet ud af meningsfulde fællesskaber. Det har store konsekvenser for unge. Derfor bliver vi nødt til at fokusere på, hvordan det påvirker ungdomsgenerationen nu og på længere sigt.

Det gode ungdomsliv skal ikke kun være for dem, der klarede sig igennem. DUF ønsker en ungdom, hvor alle trives og har det godt, og det kræver både strukturelle og kulturelle ændringer på tværs af arenaer i unges liv. For unge kan ikke skæres over en kam, og man kan have forskellige baggrund i form af bl.a. køn, etnicitet, religion, handicap eller seksualitet. Alle unge er forskellige fra hinanden, og verden møder os på vidt forskellige måder.

Det er dermed ikke kun unge selv, der afgør, om man trives. Rammerne omkring unge har også en stor betydning. Det kan betyde noget, hvilket hjem man kommer fra, hvilke fællesskaber man indgår i, samt hvilke strukturer, der udgør rammen for ungdomslivet. Det betyder, at årsagerne til mistrivsel ikke kun skal bekæmpes på individniveau, men også i de strukturelle rammer omkring unges liv.

DUF mener, at noget af de mest værdifulde i et menneskes liv er at indgå i et fællesskab. Det er gennem fællesskabet, at vi lærer os selv at kende, og det er gennem fællesskabet, at vi udvikler hinanden. Derfor skal vi have alle unge med i fællesskabet. Alle unge skal have mulighed for at indgå i meningsfulde, trygge og støttende fællesskaber med andre mennesker. Samtidig skal der være plads til frirum i ungdomslivet, hvor det legende, lystbetonede og ”unyttige” kan få lov til at udfolde sig – i stedet for at alt skal målstyres og være produktivt.

Derfor mener DUF:

- at unge er eksperter i eget liv og har et værdifuldt perspektiv på egen trivsel.
- at mistrivsel ikke kun er et individuelt problem, men har også rod i omgivelserne og de omkringliggende strukturer. Derfor har vi et kollektivt ansvar for at løse trivselsproblemer.
- at unge indgår som reelle medudviklere til problemidentifikation og løsninger på mistrivsel. Unge bør altid inddrages i anliggender, der vedrører eller påvirker deres trivsel.
- at unge skal lære at klare sig sammen og er forpligtet på hinanden, og ikke kun skal lære at klare sig selv. Unge har en forpligtigelse til at tage ansvar for sig selv og hinanden.
- at vi skal arbejde for at finde løsninger, der er rodfastet i fællesskabet, som adresserer årsager og ikke blot symptomer.
- at unge har ret til trivsel uanset hvilken krop, identitet og baggrund, man har.
- at der skal være mere plads til leg og fantasi i ungelivet.
- at der skal være flere rum i ungelivet, der er fri fra målstyring og forventningspres. Samtidig skal der på den anden side være flere rum med klar struktur og gennemskuelige forventninger.
- at der på tværs af ungearenaer skal fremmes muligheder for at deltage i fysiske fællesskaber – blandt andet hvor unge kan flytte fokus væk fra sig selv og over på et fælles tredje.
- at unge, som står udenfor et fællesskab, har ret til at få hjælp til at deltage i et meningsfuldt fællesskab.
- at der i ungelivet er tid og rum til at udforske, hvad det vil sige at leve et meningsfuldt liv.
- at vi skal anerkende, at der er reelle ting i verden, der udfordrer unges trivsel og skaber bekymringer for fremtiden samtidig med at vi skal skabe håb og mobilisere til fælles handling.
- at det er vigtigt, at man føler sig som en del af sit omkringlæggende samfund.

Forebyggelse og handling

Vi har alle et ansvar for at forebygge unges mistrivsel. Det er ikke godt nok først at reagere, når skaden er sket. Det kræver, at vi på tværs af sektorer og livsarenaer udvikler forebyggende

indsatser til at styrke unges trivsel. Her er det særligt vigtigt at inddrage civilsamfundsorganisationer for at sikre helhedsorienterede og langsigtede løsninger. Der er brug for både forebyggelse og hjælp til unge, der mistrives, men også trivselsfremmende indsatser med en bredere tilgang på tværs af unges livsarenaer.

Derfor mener DUF:

- at alle unge har ret til at blive hjulpet, hvis de mistrives, og at unge ikke skal stå alene med deres mistrivsel. Der kræver, at vi som samfund prioriterer opsøgende indsatser og lettilgængelig hjælp.
- at voksne og fagpersoner omkring unge i højere grad uddannes i deres pædagogiske kompetencer og har mere tid til at være opmærksomme på og arbejde med unges trivsel.
- at psykologbistand skal være gratis og lettilgængelig for alle unge, som viser tegn på mistrivsel.
- at vi i fællesskab, både voksne og unge, skal kunne spotte dem, der står uden for og samtidig være klædt på til at skabe de rigtige rammer, som kan inkludere alle unge i fællesskabet.
- at der bør udvikles og udbredes anbefalinger til, hvordan regioner og kommuner i fremtiden kan blive bedre til at indtænke fritids- og foreningsfællesskaber i deres forebyggende arbejde med at fremme mental sundhed hos unge og forebygge mistrivsel.
- at vi som samfund aktivt arbejder for at forebygge mistrivsel blandt unge, og i den proces inkluderer betydningen af bl.a. unges fællesskaber, hverdagsrammer, samt rettidige adgang til sundhedsydelse. at der arbejdes for et mere mangfoldigt og naturligt kropsbillede både på sociale medier, men også iblandt unge selv.
- at psykiske og fysiske sygdomme skal ligestilles af hensyn til den enkeltes ret til rettidig udredning og adgang til behandling, men også i henhold til den måde psykisk sygdom opfattes i samfundet.
- at det ikke må opleves som et nederlag at modtage eller søge om hjælp. At bede om hjælp skal aftabuiseres – ligeså vel som at psykisk sårbarhed og mistrivsel skal afstigmatiseres.
- at der skal laves en klar strategi for, hvordan overgangene håndteres i det offentlige system, så der er en bedre sammenhæng, særligt for de unge som falder mellem offentlige institutioner. Vi skal som samfund gribe unge, der har brug for hjælp og støtte i livet.

Fritid, fællesskaber og foreningsliv

Det er afgørende for unges trivsel at indgå i gode og sunde fællesskaber. Fritids- og foreningslivet med klubber og ungdomsskoler er steder, der skaber både frirum og ”præstationsfede”

fællesskaber, hvor unge i trygge rammer kan vokse og prøve sig selv af på nye måder. Det er her, man bliver dannet som menneske og samfundsborger. Det er her, at unge kan opleve at blive gode til noget, at bidrage ind i et fællesskab og at flytte fokus over på noget, der er større end dem selv. Alt sammen er vigtigt for at kunne trives. Derfor skal unge have let adgang til positive fællesskaber, der går på tværs af institutioner og som er båret af motivation, vilje og lyst. Det er også vigtigt, at man i disse fællesskaber kan bruge tiden på meningsfulde aktiviteter og er rustet til inkludere grupper af unge, som kræver en ekstra eller særlig indsats.

Derfor mener DUF:

- at foreninger og fællesskaber har et ansvar til at række ud til unge og invitere unge ind.
- at det skal være nemt at etablere og drive fritids- og foreningsfællesskaber uanset hvor i landet, man befinder sig.
- at fritids- og foreningstilbud skal gøres mere tilgængelige for alle børn og unge. Herunder
- at indsatser ikke blot stopper med et fritidspas, men også understøttes vha. personlige hjælpere, fritidsvejledning, yderligere økonomisk støtte til udstyr og deltagelse mm. til dem, som oplever barrierer for at få adgang – det gælder også for unge over 18 år.
- at uddannelse af ledere i foreningslivet er vigtig, når det kommer til at inkludere børn og unge med særlige behov fx med uddannelsespuljer.
- at flere unge skal opleve at være en meningsfuld del af et fællesskab. Derfor skal viden og metoder om inklusion og underrepræsentation sættes i spil med det formål, at fritids- og foreningslivet bliver endnu bedre til at inkludere unge med særlige forudsætninger eller behov.
- Foreningerne har et ansvar for at sørge for, at deres egne frivillige også trives i det arbejde og ansvar de har i organisationen.

Skole og uddannelse

Skole og uddannelse udgør en stor del af ungdomslivet. Det er her langt de fleste unge tilbringer deres hverdag. Men alt for mange unge lærer ikke at læse, skrive og regne, med den konsekvens at deres fremtid bliver mere usikker. Alt for mange slår sig også på uddannelsessystemet af andre grunde. Med et stort fokus på at måle og veje unges præstationer og få unge igennem en uddannelse på kortest tid, er der hverken plads til at snuble undervejs, tage afveje eller at gennemføre sin uddannelse på sin måde. Andre unge oplever at stå uden for fællesskabet på deres skole eller uddannelse. Derfor har vi behov for at ændre uddannelsessystemet, så alle unge trives under uddannelse – fra grundskole til ungdomsuddannelse og videregående uddannelser.

Derfor mener DUF:

- at der er behov for langsigtet arbejde med trivsel i hele vores uddannelsessystem f.eks. ved en trivselsreform.
- at der bør bruges færre karakterer, flere formative evalueringsformer og generelt sikres friere rammer for den enkelte uddannelsesinstitution til at have større variation i evaluerings- og bedømmelsesformer i uddannelsessystemet.
- at studiemiljø og klassefællesskaber skal styrkes i hele uddannelsessystemet.
- at ungdomsuddannelser og videregående uddannelser bør forpligtes til at arbejde med trivsel og understøttes i at løfte den opgave det er at sikre god trivsel hos alle elever og studerende.
- at undervisningsmiljøloven skal udvides til i højere grad at omfatte psykisk og socialt arbejdsmiljø.
- at de lokale støtteordninger der på uddannelsesinstitutionerne viser sig mest effektive til at opsøge og hjælpe unge, der mistrives, skal have større fokus og prioriteres højere.
- at der bør gøres en særlig indsats for at støtte unge, der er udfordrede i vores uddannelsessystem, og som har behov for særlige rammer for at gennemføre en uddannelse (f.eks. unge med handicap, ordblindhed, diagnoser eller særlige behov).
- at støtte skal være nem at få adgang til, så unge, der i forvejen kæmper for at holde sig oven vande, ikke også skal møde den ene barriere efter den anden for at få den rette hjælp, f.eks. mentorordninger og socialpædagogiske tillæg m.fl.
- at der bør være mere fleksibilitet i uddannelsessystemet, så man fx kan tage en uddannelse på længere tid, hvis det er meningsfuldt for den unge.
- at der efter opstart og overgange i uddannelse skal være fokus på, at alle bliver en del af nye fællesskaber og trives i de nye rammer og krav, bl.a. ved øget vejledning og ved at opprioritere studiestartsinitiativer.
- at der skal sikres bedre muligheder for uddannelses- og karrierevejledning gennem hele uddannelsessystemet, herunder mener vi, at der skal være ret til individuel uddannelsesvejledning.

Arbejde og beskæftigelse

Arbejde indgår i mange unges hverdag og er en naturlig del af unges dannelse og udvikling. At være beskæftiget påvirker ofte unges trivsel positivt, mens ledighed kan have en negativ effekt på, om unge oplever at have et godt liv. Derfor er det afgørende at sikre unges adgang til arbejdsmarkedet for at forebygge mistrivsel.

Alle unge fortjener en god start på arbejdslivet og et godt arbejdsmiljø. For dårlige oplevelser på arbejdspladsen kan skabe mistrivsel. Nogle unge oplever, at de selv må finde en sygeafløser for at få lov til at melde sig syge. Dette resulterer i, at unge møder syge på arbejde i frygt for at blive fyret. Andre unge oplever dårligt arbejdsmiljø, hvor man bliver råbt ad. Andre unge bliver diskrimineret på baggrund af køn, etnicitet, religion eller seksualitet på deres arbejdsplads. Derfor er det afgørende, at vi skaber de bedste rammer for at unge trives i deres arbejdsliv.

Derfor mener DUF:

- at der skal sikres, at alle unge har ordentlige arbejdsforhold på overenskomstmæssige vilkår, hvilket også gælder for unge i atypiske ansættelser¹
- at flere unge skal have mulighed for en sikker beskæftigelsessituation både under og efter deres uddannelse. Det skal ske ved at etablere en lærerpladsgaranti og ved at styrke erhvervs- og karrierevejledningen
- at unge aktivt skal inddrages og være med til at skabe det bedst mulige arbejdsmiljø sammen med deres arbejdsgiver.
- at arbejdstilsynet skal føre kontrol med at unges arbejdsforhold er ordentlige, samt at unge i højere grad skal oplyses om rettigheder og have adgang til hjælp og rådgivning ifm. arbejdslivet.
- at fællesskaber i arbejdslivet er centralt for trivsel i arbejdslivet.
- at arbejdspladser skal have en særlig opmærksomhed på praktikanter, elever og unge medarbejdere, der er nye på arbejdsmarkedet. Arbejdspladser skal tage ansvar for at unge trives på arbejdspladsen og føler sig som en del af arbejdsfællesskabet på lige fod med andre medarbejdere – uanset hvilke ansættelsesvilkår man er ansat på.

Unge i udsatte eller sårbare positioner

Alle unge har ret til at trives. For alle unge har forskellige baggrunde, som er med til at forme unge som mennesker og skabe forudsætninger for at leve et godt ungeliv. Der er stadig for mange unge, som vokser op i fattigdom, er hjemløse eller på anden måde i udsatte eller sårbare positioner. Nogle unge oplever en utryk opvækst uden opbakning og støtte fra familie eller nære relationer. Andre grupper af unge oplever diskrimination på grund af køn, etnicitet, religion, handicap eller seksualitet. Andre vokser op uden de økonomiske forudsætninger, der skal til for at få et godt

¹ Atypiske ansættelser er kendetegnet ved usikre og løse ansættelsesvilkår, hvor man ofte ikke er sikret en fast stilling, timetal eller løn. Det drejer sig blandt andet om deltidsansatte, midlertidigt ansatte, tilkaldte vikarer, freelancere og ansatte på såkaldte 0-timerskontrakter.

ungdomsliv og en god overgang til voksenlivet. Derfor skal vi sætte ind for at hjælpe unge i udsatte og sårbare positioner samt forebygge at unge ender i en udsat eller sårbar position. Vi skal være særligt opmærksomme på, at ungdomslivet er fyldt med overgange mellem livssituationer og samfundsinstitutioner, hvor man som ung kan risikere at blive tabt og ende i en udsat eller sårbar position.

Derfor mener DUF:

- at der skal gøres en indsats for at hjælpe unge, der står udenfor de gængse fællesskaber, ind i fællesskaber som er meningsfulde for dem.
- at der skal være særligt fokus på at tage unge i hånden, så færre bliver tabt i overgange mellem forskellige dele af ungdomslivet.
- at der bør gribes ind med støtte udefra, hvis unge vokser op i udfordrede hjem med sociale, økonomiske eller andre problemer, som hæmmer unges trivsel og positive udvikling. Her er det særligt netværket af voksne omkring den unge, som spiller en rolle i at se behovet.
- at kortsigtede økonomiske hensyn og aldersgrænser ikke må blive afgørende for, om unge får tilbudt den rette hjælp.
- at unge i udsatte eller sårbare positioner skal have adgang til hjælp, så længe det bidrager til trivsel og er meningsfuldt for den unge selv – også efter man er fyldt 18 år. Det offentlige system bør holde fast i ansvaret og indsatsen, når man griber ind hos unge.
- at unges hjem og støttepersoner er afgørende for, at unge har kendskab til og kan modtage hjælp.
- at rammer som stabile boligforhold, økonomiske ressourcer og sikkerhedsnet er afgørende for at unge trives.
- at man tænker på tværs af arenaer, og i højere grad tænker både det brede fritids- og foreningsliv og de specialiserede tilbud i civilsamfundet ind i arbejdet omkring unge i udsatte eller sårbare positioner.
- at diskrimination skal bekæmpes – ingen unge skal straffes for deres baggrund eller livsbetingelser.