

Ståsted for arbejdet med mental sundhed



Program for høringsmøde den 3. maj

- Velkomst og vision for arbejdet med mental sundhed, v. Rådmand, Thomas Medom
- Baggrund og proces for udvikling af arbejdet, v. Projektleder, Ulla Parbo Hefsgaard
- Mental sundhed for børnene og de unge, v. Konsulent, Lis Fenger
- Refleksioner fra praksis
 - Hvad håber vi, at et ståsted for mental sundhed kan bidrage med?
- Oplæg til refleksioner ifm. høringsprocessen
- Afrunding og tak for i dag, v. Rådmand, Thomas Medom

Proces for inddragelse

Aarhus Kommune



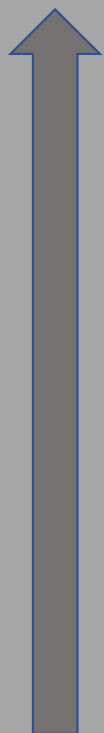
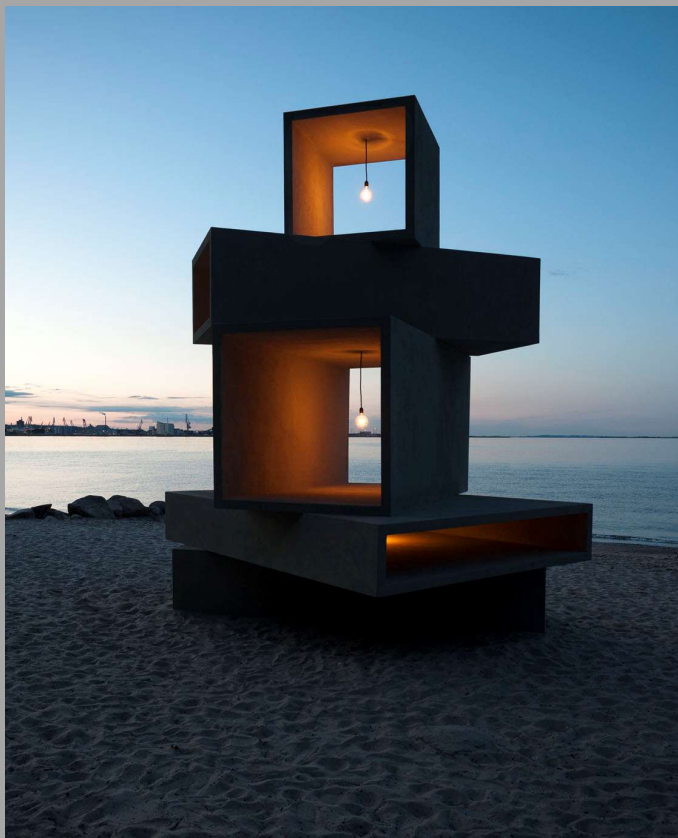
Ståsted for
arbejdet med
mental sundhed

Hvad står vi på?

- Vi arbejder med mental sundhed hver dag i sundhedsplejen, dagtilbud, skoler og FU
- Tværgående indsatser f.eks. Fællesskaber for alle, Tidlige indsatser, Alle skal med, FU vision, Fælles pædagogisk grundlag mv.



Ståsted for arbejdet med mental sundhed



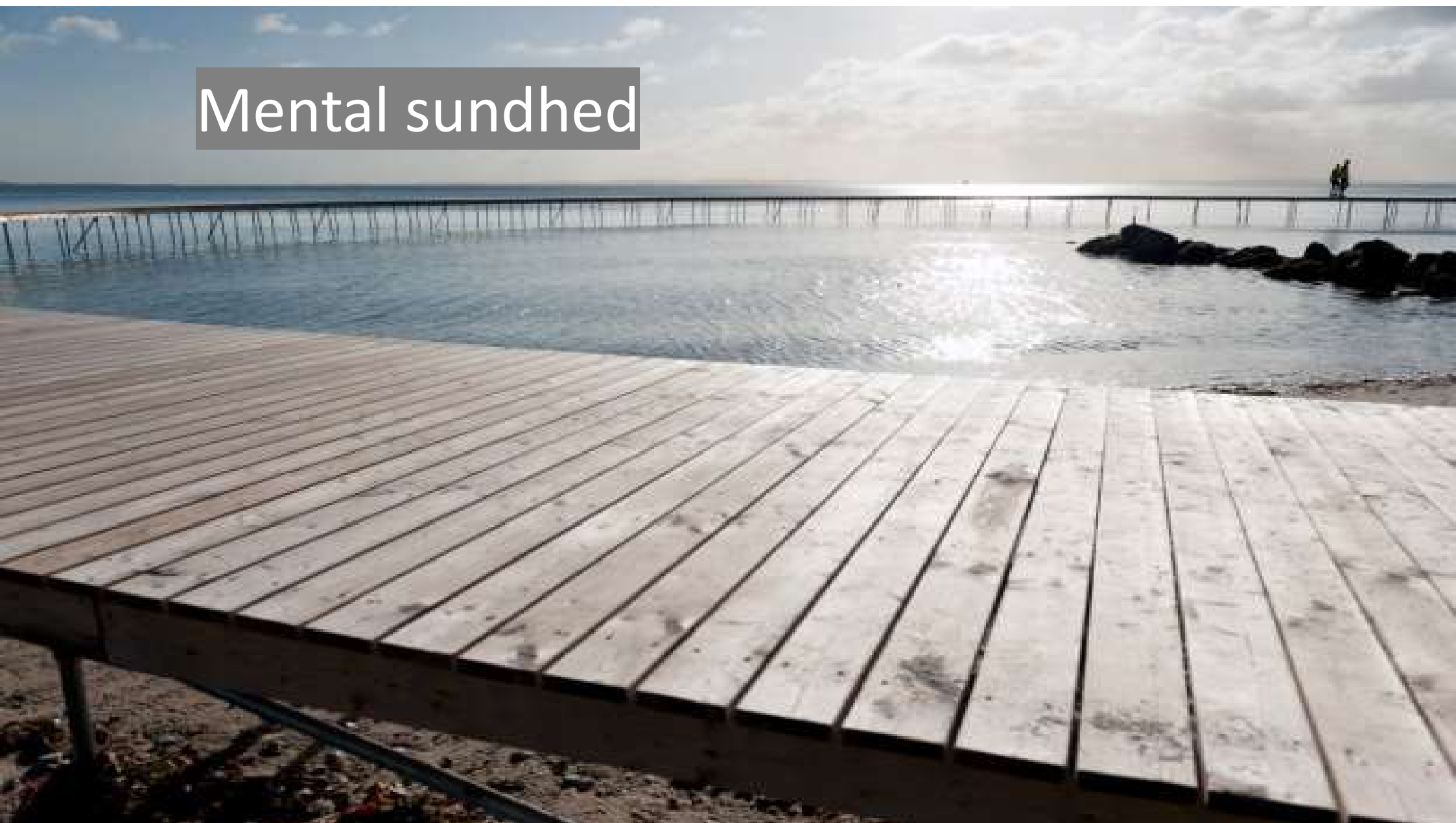
- Et afsæt for udvikling af indsatser i Børn og Unge med fokus på trivsel og mental sundhed
- Et fælles sprog for arbejdet med trivsel og livsmestring i Børn og Unge
- Et fagligt grundlag for arbejdet med mental sundhed for børn og unge

Eksempler på indsatser, som styrker den mentale sundhed

- Metoder til lokalt fokus på mental sundhed
 - Stærkere læringsfælleskaber
 - Kvalitetsopfølgning
- Andre igangværende indsatser
 - Vision for fritidsområdet
 - Digital dannelse og adfærd
 - Alle skal med / mellemformer
 - Antimobbestrategi
 - Læringsforløb om trivsel og livsmestring i dagtilbud
- Ideer til nye indsatser
 - Skoletrivselsforløb
 - Skræddersyede forløb og sparring om lokale processer i dagtilbud, skole og FU



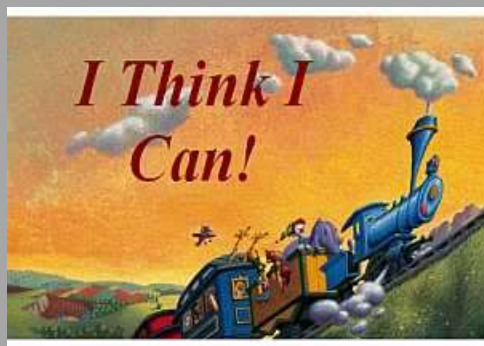
Mental sundhed



Sundhedsstyrelsen definerer mental sundhed således:



"Mental sundhed er en tilstand af trivsel, hvor det enkelte menneske kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress og indgå i fællesskaber med andre mennesker."



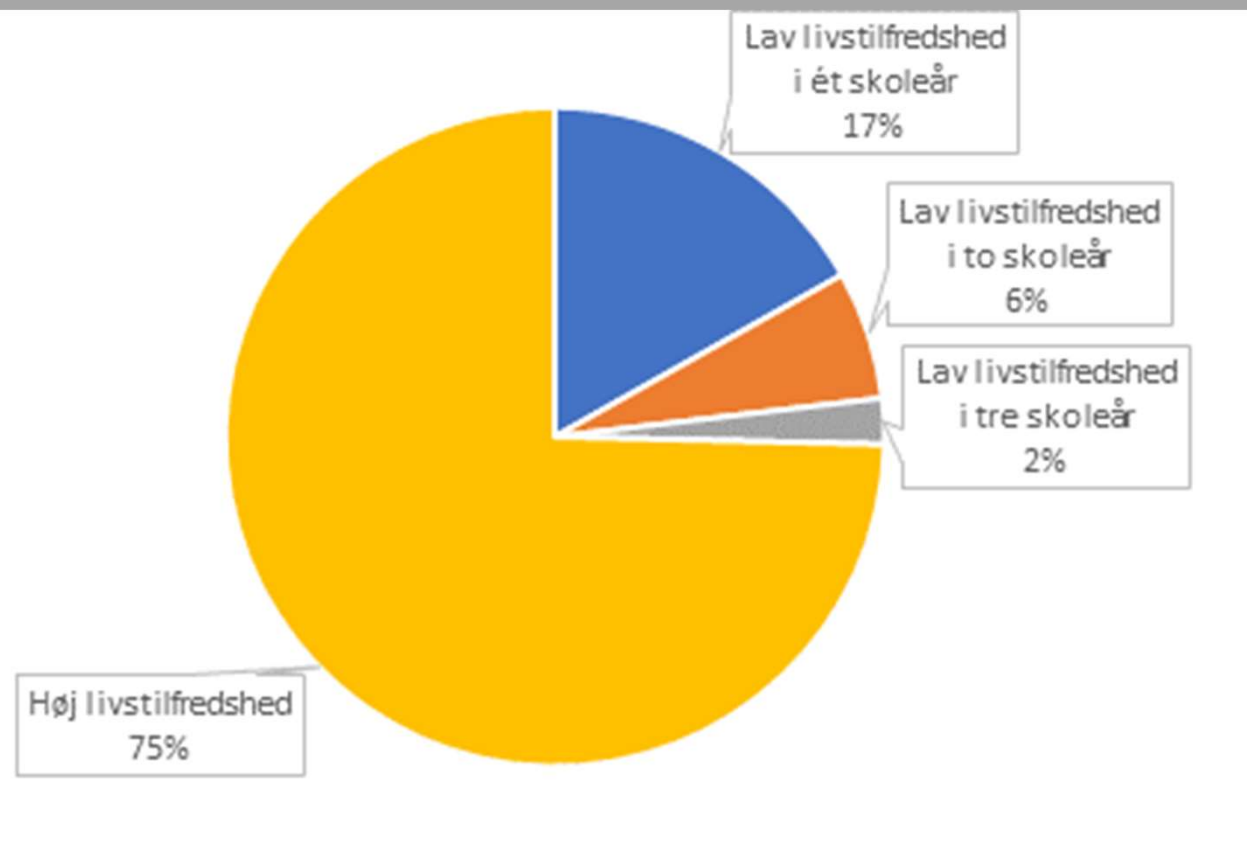
Stor ulighed i mistrivsel

- Mest mistrivsel blandt piger
- Stigende mistrivsel med stigende alder
- Mest mistrivsel blandt børn fra lavere socialgrupper
- Store variationer fra skole til skole



Varighed af lav livstilfredshed

- Tal fra sundhedsmålingen, Aarhus



Børnenes og de unges stemme

Udsagn fra elever fra 3.- 9. klassetrin:

"Jeg synes, man skal behandle andre, som man selv vil behandles."

"Jeg føler, jeg har det godt tit, på nær når jeg er udenfor fællesskabet."

"Jeg kan godt lide selv at lave mine grupper til undervisning, men det kan også være godt at blive blandet en gang imellem. Fordi så kommer jeg lige i tanke om, -hov hun er da egentlig meget sjov, men man kan også blive usikker, hvis man er i gruppe med nogen, man ikke rigtig snakker med."

"Vi skal have respekt, for hinanden, både store og små."

"What goes around, comes around, altså man får det tilbage, som man giver til andre."

"De voksne er vigtige, ellers kan der let blive ballade mellem os."



Sundhedsfremme og forebyggelse

Understøtte trivsel og sætte tidligt og rettidigt ind, når vi ser begyndende mistrivsel

"I stedet for at bruge alle ressourcerne på at forhindre folk i at falde i floden, er det bedre at give dem mulighederne for at lære at svømme"

Aron Antonovsky, medicinsk antropolog,
Forsker i salutogenese

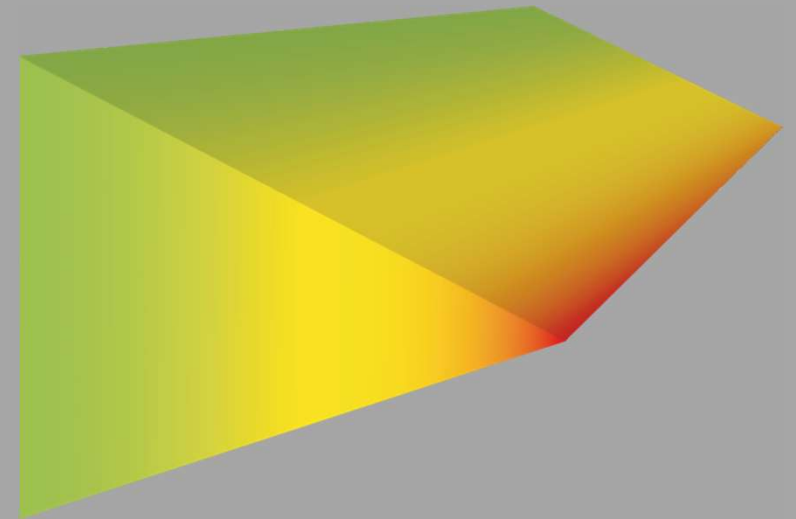


Mistrivsel og udsathed har mange facetter

Mistrivsel i barndommen og ungdommen, kan både skyldes socioøkonomiske faktorer, men også en ny form for mistrivsel, der opstår som en følge af en udvikling i samfund og selvopfattelse:

- Præstationsangst
- Angsten for at blive udstillet på sociale medier
- Digital adfærd og stræben efter det perfekte

Alt sammen eksempler på mistrivsel, som går på tværs af socialgrupper.



Børne- og ungesyn

- Børn og unge gør det rigtige, hvis de kan
- Børn og unge har ret til at indgå i meningsfulde fællesskaber
- Børn og unge har ret til deltagelse og medbestemmelse
- Børn og unge har brug for en alsidig personlig udvikling



Betydning for pædagogikken

- De voksne har ansvaret og sætter rammerne
- De voksne er rollemodeller gennem tydelighed og guidning
- De voksne respekterer og giver plads til børnenes og de unges bidrag og meninger
- De voksne møder børnene og de unge ift. deres udvikling



Tre vigtige elementer i ståstedet

Fællesskaber

Alle har brug for at opleve at høre til, at blive forstået og at kunne bidrage i meningsfulde fællesskaber.

Bevægelse

Bevægelse og mental sundhed indvirker positivt på hinanden. Samtidig medfører bevægelse mulighed for fællesskaber

Forældresamarbejde

Når forældre engagerer sig i deres børns dagtilbuds- og skoleliv, har det en trivselsfremmende effekt for børnene



Refleksioner fra praksis, Frederiksbjerg skole

Audrey Faith Morris, 8. klasse,
elevrådsnæstformand

- *Hvad vil det sige at have det godt?*
- *Hvad skal der til, for at I har det godt med hinanden?*
- *Hvad er vigtigt, for at I kan trives i fællesskab med andre?*

Jette Bjørn, skoleleder, medlem af
følgegruppen

- *Hvilke perspektiver ser du i ståstedet for arbejde med mental sundhed?*
- *Hvad kan det bidrage med i jeres praksis på skolen?*



Refleksionsspørgsmål til høringsprocessen

Hvilke bemærkninger har I til ståstedet, herunder:

- Børne- og ungesynet
- Betydning for pædagogikken
- De tre bærende elementer
 - Fællesskaber
 - Bevægelse
 - Forældresamarbejde
- Hvad tænker I, der skal til for at styrke børn og unges mentale sundhed?
- Tænker I at nogle af de skitserede idéer i oversigten er bedre end andre?
- Har I yderligere idéer til handlinger eller indsatser?



Medlemmer af følgegruppen

- Karin Faust, Dagtilbudsleder Midtbyens dagtilbud
- Lene Syberg, Dagtilbudsleder Brabrand dagtilbud
- Jette Bjørn, Skoleleder Frederiksbjerg skole
- Thomas Christian Trønning, Skoleleder Møllevangskolen
- Anders Glahn, FU leder Vest
- Lotte Fensbo, Sektionsleder PPR
- Marianne Holst Nielsen, Sektionsleder PUF
- Charlotte Bøcher, Sektionsleder Sundhed

Foreninger, som deltog i rundbordssamtale den 12 .nov. 2020

- BABA: v/ Abdinasir Jama
- Børns Vilkår: v/Signe Lund Juhler
- Bydelsmødre: v/Ilham Mohamed
- Ungdomskulturhuset v/Malene Farup
- Bydelshuset Tilst v/Hans Christian Knudsen
- LGBT+Huset v/Philipp Pechmann
- Bedre Barsel v/Louise Cathrine Nørmark
- Red Barnet v/Rani Hørlyck

Link til inspirationskatalog på intra: [Børn og Unge - Information om COVID-19 - AarhusIntra \(aarhuskommune.dk\)](#)

Obs: virker kun for ansatte i Børn og Unge