



Vedr.: Deputation om *LÆR AT TACKLE angst og depression - for unge*

På opfordring fra Sundheds- og Ældreudvalgets formand, Jane Heitmann, ansøges der hermed om deputation for Sundheds- og Ældreudvalget.

I perioden 2017-2020 afprøves indsatsen *LÆR AT TACKLE angst og depression* blandt unge mellem 15 og 25 år, som har symptomer på angst og/eller depression. Formålet med indsatsen er at styrke de unges psykiske helbred, reducere symptomer på angst og depression samt styrke deres motivation for uddannelse og arbejde - herunder at forebygge frafald på ungdomsuddannelserne og styrke fastholdelse i arbejde. Indsatsen udbydes p.t. i 42 kommuner.

Kurset til de unge bygger på den evidensbaserede indsats *LÆR AT TACKLE angst og depression* (til mennesker over 18 år), som i 2012 blev initieret af Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse. Effekten af denne indsats er evalueret af Aarhus Universitet for Sundhedsstyrelsen og viser, at kurset har en positiv, signifikant effekt på deltagernes symptomer på både angst og depression, og at kurset styrker deltagernes tro på egne evner (self-efficacy)¹. 48 kommuner udbyder p.t. *LÆR AT TACKLE angst og depression* til voksne.

Resultater af unge-indsatsen

I 2018-2020 gennemføres en effektevaluering af *LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge* i 39 kommuner. Evalueringen varetages af Statens Institut for Folkesundhed. Første del af evalueringen viser, at de unge efter kurset opnår følgende forbedringer:

- Reduktion af symptomer på depression
- Reduktion af symptomer på angst
- Øget tro på egne evner (self-efficacy) på 3 områder
- Øget trivsel
- Øget mestring
- Bedre søvnkvalitet
- Mindre somatisering²

Derudover fortæller de unge at kurset hjælper dem i forhold til, at de føler sig mindre ensomme med deres psykiske lidelser³.

Forbedringerne er på niveau med eller større end de effekter, man fandt i evalueringen af kurset til mennesker over 18 år.

Anden del af evalueringen omhandler kursets effekt på uddannelse og beskæftigelse og udkommer i sommeren 2020.

¹ Sundhedsstyrelsen 2016. Evaluering af Satspuljeprojektet *LÆR AT TACKLE angst og depression*. En randomiseret, kontrolleret undersøgelse.

² Somatisering er fysiske symptomer med en psykisk årsag

³ Statens Institut for Folkesundhed 2019. Evaluering af *LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge* i alderen 15-25 år.