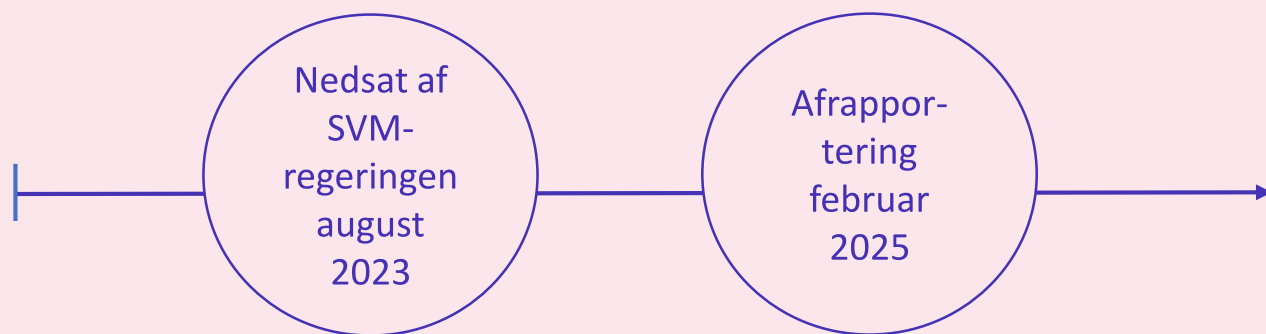




Trivselskommissionen

Et dansk svar på en vestlig udfordring

Om Trivselskommissionen



- Baggrund: Voksende bekymring, nye risikogrupper og økonomisk virkelighed
- Opgave: *"At belyse trivselsudfordringerne og komme med anbefalinger til, hvordan mistrivsel og sårbarhed kan forebygges og afhjælpes, samt hvordan robusthed og myndiggørelse kan styrkes."*
- Fokus på den "brede, almene gruppe af børn og unge mellem 0-25 år
- Blik for forskellige arenaer i børn og unges liv, fx familien, dagtilbud, skole og uddannelse, fritidslivet, den digitale verden





Tilgang og vidensgrundlag

Trivselskommissionens medlemmer



FORMAND

Rasmus Meyer



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Andreas Rasch Christensen



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Christine Ravn Lund



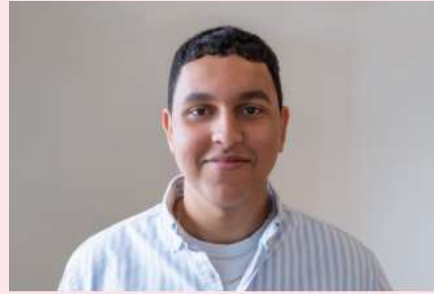
MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Hanne Kirk



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Karin Ingemann



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Khalil Abdeddaim



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Lene Tanggaard



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Marie Holt Hermansen



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Mie Oehlenschläger



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Simon Calmar Andersen



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Vibeke Jenny Koushede

En bred vifte af videnskilder og en åben, inddragende proces



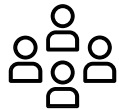
14 kommissionsmøder



Børne- og ungepanel
med børn og unge
i alderen 6-25 år



Eksisterende forskning og undersøgelser af børn og unges trivsel og hverdag



+ 80 interessentmøder
for organisationer og
videnspersoners perspektiver



Folkehøring - 763 bidrag
for befolkningens
perspektiver



Nye kvantitative og kvalitative undersøgelser
iværksat af kommissionen



Vidensworkshops
for eksperter input



Turneer rundt i landet
til institutioner,
organisationer, foreninger
mv.



Oplæg og debatter ved
forskellige arrangementer

Fire faser i kommissionens arbejde

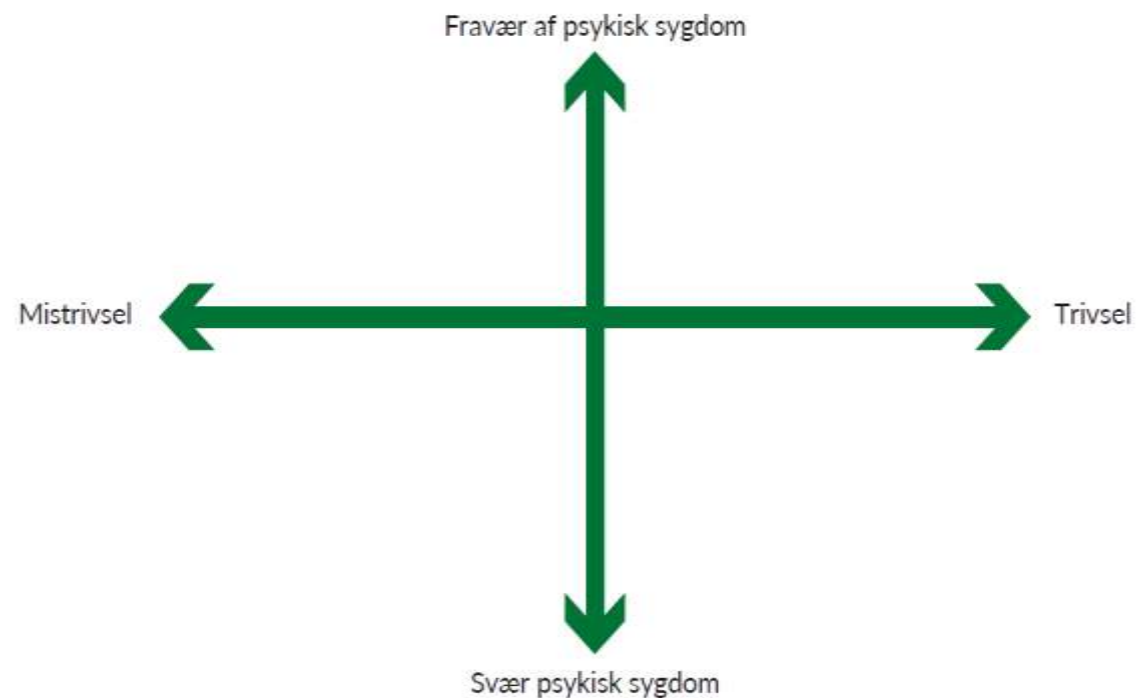


Fasemodellen kan også anvendes i det lokale arbejde med børn og unges trivsel

Fase 1: Trivselsforståelse

Ambition med en ny forståelse af trivsel

- Behov for begrebsafklaring
- Inspireret af WHO's definition af trivsel
- Ikke lighedstegn mellem trivsel og velvære
- Mistrivsel og psykisk sygdom må ikke forstås under ét
- Trivsel og mistrivsel som et kontinuum
- Trivsel som en forventningskategori
- Både et individuelt ansvar og et fælles anliggende



Kommissionens trivselsforståelse

“Man trives, når man overordnet set er glad for sit liv. Man trives, når man kan udvikle sig, udfolde sine evner samt indgå i og bidrage til fællesskaber. Man kan trives, selvom man oplever perioder med modgang og udfordringer. Det afgørende er, at man kan håndtere sådanne perioder.”

Fase 2: Status på trivsel og mistrivsel blandt børn og unge

Statusbillede for børn og unges trivsel

Langt de fleste børn og unge i Danmark **trives – ikke en krise**

Danske børn og unge trives generelt set i international sammenligning

Der ses en **stigende mistrivsel** blandt børn og unge - ikke kun i Danmark, men også internationalt. Andelen af børn og unge med dårligst trivsel er steget, og andelen af børn og unge med bedst trivsel er faldet

Der ses en stigning i andelen af børn og unge – i dag omkring en ud af ti – der har en registreret **psykiatrisk diagnose**

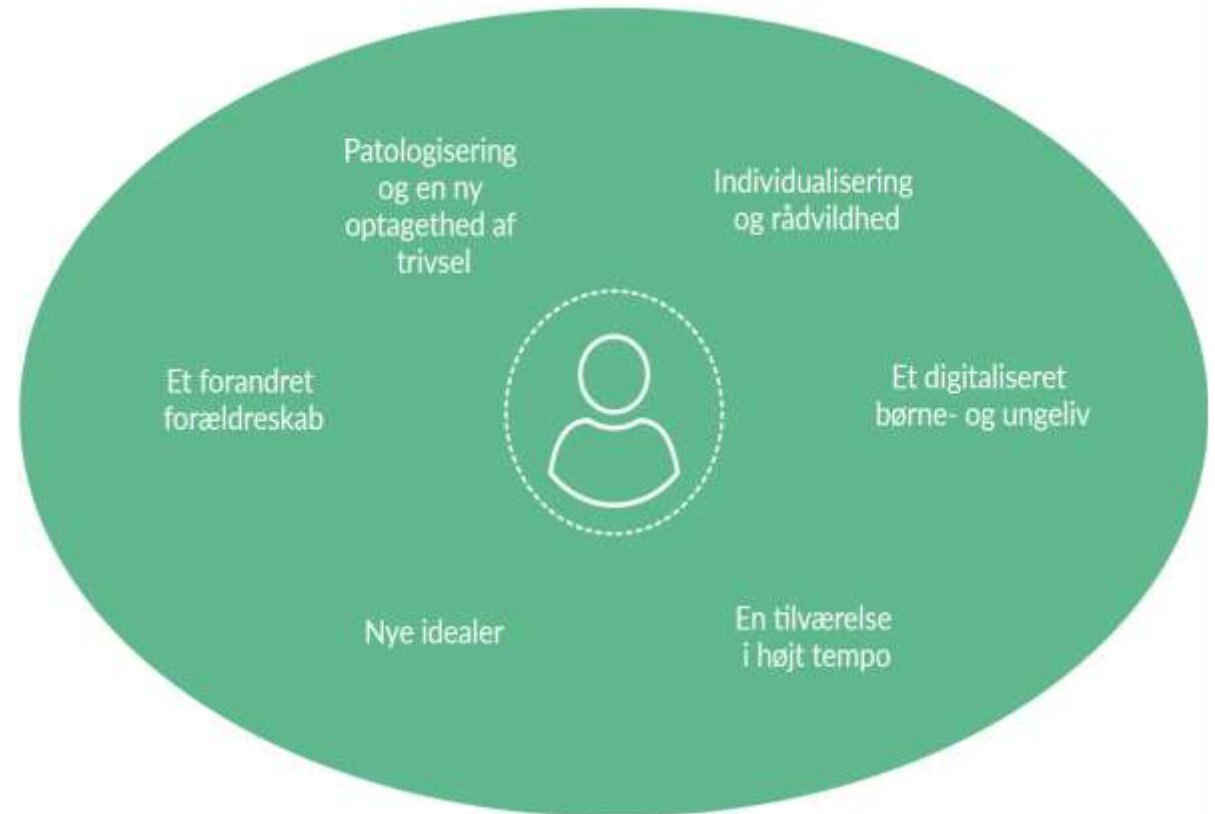
Der ses en **lavere trivsel blandt piger og unge kvinder end drenge og unge mænd**

Selvom mistrivsel rammer bredt, er der en **socioøkonomisk dimension**

Der ses større mistrivsel blandt **bestemte grupper** af børn og unge

Fase 3: Årsager

6 samfundstendenser med betydning for trivselsudfordringerne



Et digitaliseret børne- og ungeliv

- Den grænseløse adgang til digitale tjenester har **konsekvenser** for børn og unges **selvforhold** og **fællesskaber**
- Det er påfaldende, at udbredelsen af smartphones og sociale medier **korrelerer med** en række nye **trivselsudfordringer**
- Brug af skærme op til sengetid **udfordrer søvnen**
- Børn og unge udsættes for **skadeligt indhold**, **krænkelser** og **ubehagelige oplevelser** online
- Skærmtid kan skade **koncentrationsevnen** og skabe **uopmærksomhedssymptomer**
- **Tilgængelighedspres** kan sætte sig som en følelse af stressbelastninger
- Sociale medier og gaming **fastholder** på **bekostning af fysisk samvær**

Fase 4: Trivselskommissionens anbefalinger

Behov for et sporskifte - et dansk svar på en vestlig udfordring



Ambition om **et dansk svar** på de trivselsudfordringer, mange vestlige samfund er stillet over for.



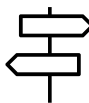
Udgangspunkt i det, vi er gode til herhjemme: **Pædagogik, dannelse, demokrati, livsoplysning, karakterdannelse, fællesskaber** og et **stærkt civilsamfund**.



Trivselsudfordringerne er komplekse og lader sig **ikke løse med et quick fix** eller oppefra og ned. Der er behov for en **kombination** af forskellige initiativer. Og – vigtigst – **at vi alle bidrager** og **tager ansvar**.



Samlet set adresserer anbefalingerne de **forskellige arenaer** i børn og unges liv, børn og unge i **forskellige aldre** (0-25 år) og **både den brede gruppe** af børn og unge og mere specifikke **undergrupper**.



35 anbefalinger inddelt i **otte** temaer.

Otte temaer for anbefalingerne

- Nyt sprog for trivsel
- Et balanceret digitalt liv
- Karakterdannelse og myndiggørelse
- En tidssvarende pædagogisk praksis
- Fællesskaber i fritiden
- Krop og bevægelse
- Tidlig og rettidig indsats
- Forældreskabet anno 2025

Et balanceret digitalt liv

Der er behov for stærkere beskyttelse af børn og unge, når de anvender digitale tjenester. Der bør anlægges et forsigtighedsprincip, når det gælder børn og unge i det digitale miljø. Samtidig er der brug for at skabe en bedre balance mellem børn og unges digitale og analoge liv. Skærmforbruget skal mindskes, så der skabes bedre tid og rum til fysisk samvær, bevægelse, fritidsaktiviteter, søvn, ro og fordybelse.

Anbefaling 5

Pres på EU for strengere regulering og håndhævelse af digitale tjenester:

- Forbud mod fastholdelsesmekanismer og afhængighedsskabende design
- Effektiv og obligatorisk aldersverifikation
- Forbud mod annoncering til børn og unge på digitale tjenester

Anbefaling 6

- Udskyd børns smartphonedebut, til de er fyldt 13 år

Anbefaling 7

Voksne som digitale rollemodeller:

- Voksne skal gå foran som det gode eksempel
- Forældre aftaler om børns brug af digitale tjenester
- Aftaler om skærmbrug i hjemmet
- Fritids- og foreningslivet skal understøtte, at børns debut på sociale medier udskydes

Anbefaling 8

Smartphonefrie grundskoler og ungdomsuddannelser:

- Grundskoler skal gøres smartphonefrie – også i SFO og fritidshjem
- Ungdomsuddannelsesinstitutioner skal have en skærmpolitik
- Børn og unge skal klædes på til at anvende digitale teknologier

Anbefaling 9

Firewalls i alle grundskoler, på efterskoler, FGU og ungdomsuddannelser

Anbefaling 10

Stop livestreaming af børn og unges idrætsaktiviteter

Læs mere



Du kan læse mere om Trivselskommissionens arbejde, analyse og resultater i Trivselskommissionens afrapportering, baggrundsrapport og pixi. Det kan hentes på www.trivselskommissionen.dk.

Spørgsmål Kommentarer

TRIVSELSKOMMISSIONEN