

UNGE INN I NORDEN

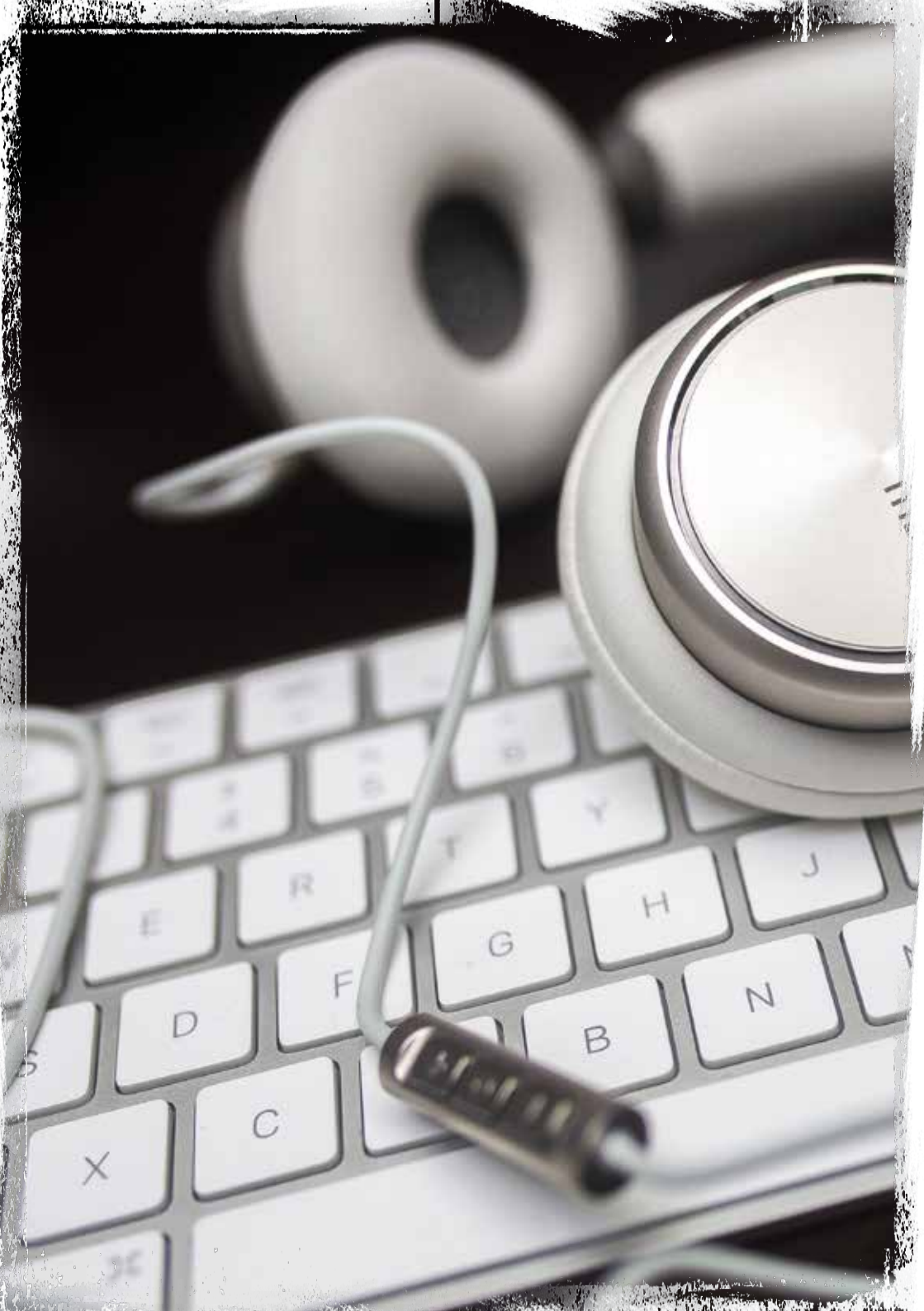
– PSYKISK HELSE, ARBEID, UTDANNING

ANBEFALINGER



norden

Nordens Velfärdscenter



UNGE INN I NORDEN – PSYKISK HELSE, ARBEID, UTDANNING

Hva må beslutningstakere i de nordiske landene investere i for å forbedre velferden for Nordens ungdommer? Nordens Velfärdscenters prosjekt «Unga in i Norden» (Unge inn i Norden) har på oppdrag fra Nordisk ministerråd utarbeidet forslag til hva samfunnet bør endre, og presenterer virkninger og prosjekter som har skapt forutsetninger for at de unge kan ta et skritt ut i samfunnet, enten gjennom studier eller arbeid.

Prosjektet Unga in i Norden fokuserer på ungdommer som lider av eller er utsatt for psykiske helseproblemer, og deres situasjon på skolen med etterfølgende overgang til arbeidslivet og eget livsopphold. Et annet viktig tema i prosjektet er førtidspensjonering og sykepengesom følge av psykiske helseproblemer blant unge voksne.

DET TRENGS GENERELLE, SPESIELLE OG FLEKSIBLE TILTAK

Alle de nordiske landene trenger generelle ungdomspolitiske investeringer i kultur-, fritids-, utdannings- og helsesektoren. De trenger også å satse spesifikt på enkeltpersoner og grupper som risikerer utenforskap eller psykiske helseproblemer.

Alle barn og unge er en stor ressurs. Vi har aldri hatt så godt utdannede og kompetente unge i Norden som vi har i dag. Samtidig er det stadig flere unge som oppgir at de har psykiske helseproblemer, og unge som på grunn av forskjellige faktorer risikerer å havne i sårbare situasjoner. Visse ungdommer er spesielt utsatt og kan møte fordommer, for eksempel hvis de har en ikke-heteronormativ seksuell legning eller en funksjonsnedsettelse.

Dessuten må vi bli flinkere til å oppdage psykiske helseproblemer hos gutter og unge menn. I dag oppgir flere jenter enn gutter at de har det vondt, men mange gutter får utløp for sin psykiske ubalanse gjennom vold, misbruk og annen utagerende oppførsel.

Økningen i psykiske helseproblemer blant unge er en av de største utfordringene for folkehelsen i de nordiske landene. I arbeidet med denne gruppen er det viktig at vi har en innebygd fleksibilitet og kompetanse i velferdssektoren, slik at vi raskt kan avgjøre hvem som trenger hjelp, og hvordan, og at vi kan tilby dem veiledning og oppfølging.

Enkelte unge trenger mer omfattende tiltak og langsiktig oppfølging, mens andre trenger tilgang til riktige nettverk eller mindre ressurskrevende og kortvarige tiltak.

ANBEFALINGER UT FRA FORSKNING OG PRAKSIS

I publikasjonen «In focus – Mental health among young people» løfter prosjektet frem eksempler på gode virksomheter og prosjekter i Norden som støtter ungdommer. Disse virksomhetene kan brukes som inspirasjon og er gode eksempler på hvordan man kan møte og støtte de unge.

Basert på besøk i disse virksomhetene, og kunnskap som Nordens Välfärdscenter har samlet i samarbeid med flere forskere i Norden, har prosjektet løftet frem et antall anbefalinger for hva samfunnet må investere i for å forbedre velferden for Nordens ungdommer.

NEETS

Mellom 6 og 12 prosent av unge mellom 16 og 24 år i Norden risikerer et langvarig utenforskap. Denne heterogene gruppen kalles i EU-sammenheng for NEET (Not in Education, Employment or Training).

Unge som havner i NEET-statistikken, har en sammensatt problematikk. Det kan dreie seg om avbrutt skolegang, nevropsykiatriske funksjonsnedsettelse, lese- og skrivevansker, depresjoner, misbruk, problematiske og destruktive forhold i hjemmet og mye annet.

EKSEMPEL PÅ EN LETT TILGJENGELIG VIRKSOMHET

I Danmark samarbeider offentlig og privat sektor i hybridvirksomheten Headspace, som drives av foreningen Det Sociale Netværk. I Headspace samarbeider frivillige med sosionomer og psykologer. Unge mellom 12 og 25 år tilbys gratis og anonym rådgivning. Her er ingen problemer for store eller for små. Terskelen for å få hjelp er lav – man trenger ikke å ha en diagnose. Og det er null ventetid. Møtet med engasjerte frivillige åpner for likeverdige relasjoner. Headspace tilbyr noen å snakke med, gir veiledning og sluser en videre til andre instanser ved behov.



NORDENS VÄLFÄRDSCENTER ANBEFALER

SKAP BEDRE FORUTSETNINGER FOR TVERRSEKTORIELT SAMARBEID

Nasjonale myndigheter, regioner, fylker, kommuner og privat sektor må finne plattformer for å kunne samarbeide mer og bedre om ungdommene og deres behov for hjelp. Det finnes gode eksempler på samarbeid, men dette er fortsatt et område der mye må utvikles og forbedres.

Beslutningstakerne bør skape langsiktige økonomiske og organisasjonsmessige forutsetninger for et tverrsektorielt samarbeid rundt unge med psykiske helseproblemer, og utarbeide klare retningslinjer for hvem som har det overordnede ansvaret for at samarbeidet fungerer.

SKAP FORUTSETNINGER FOR VIRKSOMHETER SOM KAN TILBY LAVTERSKELTILBUD

Tidlige tiltak er rimelige, mens sene tiltak er dyre. Det er stort behov for lett tilgjengelige hjelpetiltak for unge som har det vanskelig, men som ikke er tilstrekkelig syke til å få et tilbud av helsevesenet. Støtten bør rettes inn mot virksomheter som kan tilpasse tiltakene etter enkeltpersonenes spesifikke behov. For noen ungdommer er det nok å ha kontakt med engasjerte voksne som tar seg tid til å lytte til dem, mens andre trenger mer langsiktig hjelp, for eksempel av psykologer og verger.

Staten, regionene, fylkene og kommunene har det overordnede ansvaret for de unges psykiske helse, men også privat sektor kan bidra med svært gode kompletterende tiltak. Beslutningstakerne bør skape langsiktige økonomiske forutsetninger for at privat sektor kan jobbe med unge som har det vondt, og som trenger lavterskeltilbud.



STYRK OG BYGG UT VIRKSOMHETER I FØRSTELINJETJENESTEN

Gi støtte slik at flere virksomheter, for eksempel skoler, sosiale tjenester og helsevesenet, kan ha en førstelinjefunksjon. Formålet med «førstelinjen» er å utvikle modeller for at barn og unge som har problemer, raskt skal få riktig hjelp. Førstelinjeoppdraget går blant annet ut på å identifisere problematikken, foreta enkle utredninger og gi hjelp ved mindre problemer. Her bør de ansvarlige spesielt føre tilsyn med tilgjengeligheten til førstelinjen ute i distriktene.

INVESTER I HELSEFREMMENDE TILTAK I GRUNNSKOLEN OG PÅ VIDEREGÅENDE

Forskning har vist at en god og fullført skolegang er den viktigste enkeltfaktoren for alle unge, men særlig for de som risikerer å havne i forskjellige former for utenforskap. Alle barn og unge har rett til videre skolegang etter grunnskolen, og alle elever i videregående skole har rett til en utdanning som fører frem til avgangseksamen og et komplett vitnemål.



Samtlige nordiske land må sikre fleksible og individuelle utdanningstilbud for unge som på grunn av forskjellige omstendigheter ellers ikke fullfører grunnskole og videregående.

Beslutningstakerne bør også skape langsiktige økonomiske forutsetninger for at grunnskolene og de videregående skolene skal ansette flere fagfolk. Det vil sette lærerne i stand til å konsentrere seg om kunnskapsformidlingen, mens andre kan ta ansvar for et helsefremmende arbeidsmiljø i barna og ungdommenes hverdag.

Hver grunnskole og videregående skole må få ressurser til å drive en tilgjengelig og utvidet skolehelsetjeneste. Det må brukes tid, ressurser og kunnskaper i grunnskolen og på videregående om hvordan barn og unge kan fremme sin psykiske helse.

Skolene må også få tid og ressurser til å utvikle og ivareta et veletablert synkronisert samarbeid med helsesektoren, sosialsektoren og privat sektor.



HVA SIER UNGDOMMENE SELV?

Vi som jobber med spørsmål som berører unge, må stadig prøve å forstå og tilegne oss kunnskap om hvordan det er å være ung i dag. Hvis vi skal kunne gi de unge god hjelp og støtte, må vi forstå hvordan leveforholdene deres er og hvilke behov de har. De unge er eksperter på sine egne liv. Hvis man vil vite hvordan ungdommer i Norden tenker, føler seg og har det, må man stille spørsmål og lytte.

I publikasjonen «In focus – Young people and mental health» har prosjektet Unge inn i Norden samlet gode virksomheter og prosjekter i Norden for å inspirere beslutningstakerne og gjøre det klart for dem hva de må investere i for å forbedre velferden til de unge i Norden. Ungdommene vi har intervjuet og snakket med, har lært oss mye om hvordan de ønsker å bli behandlet. Alle som jobber med ungdommer, kan ha nytte av disse tilnærmingene i møtet med dem.





UNGDOMMENE FREMHEVER FØLGENDE FAKTORER SOM VIKTIGE FOR STØTTEN DE FÅR:

SE OSS OG LYTT TIL OSS!

Å bli lyttet til og behandlet med respekt er så grunnleggende at mange av oss tar det for gitt. Men for ungdommene vi intervjuet i dette prosjektet, er dette ingen selvfølge. Dagligdagse samtaler preget av gjensidig respekt er en virkningsfull ingrediens i virksomhetene. Noe av det viktigste i alt ungdomsarbeid er at de føler at de blir tatt vel imot. Hvis fagfolk og andre utøvere unnlater å møte de unge med respekt, vinner de ikke tilliten deres, og det blir vanskelig å hjelpe dem å utvikle seg.

HJELP OSS Å FINNE EN RETNING I LIVET

De aller fleste ungdommene vi har møtt, drømmer om å kunne forsørge seg selv. De fleste av dem er oppslukt av drømmen om å kunne ha en jobb å gå til. Alle er flinke til noe, og vi må hjelpe ungdommene til å finne styrkene sine og til å ha tro på egne evner. Å fokusere på styrker er en tilnærming som gir gode resultater.



HJELP OSS Å LYKKES

Følelsen av ikke å strekke til kan være svært tyngende. Mange av ungdommene vi møtte i løpet av prosjektet, kjenner igjen følelsen av ikke å passe inn, av ikke å være god nok. Gang på gang har de fått vink om at de ikke passer inn, det være seg på skolen eller i arbeidslivet. Når man mislykkes gang på gang, er det en lettelse å komme inn i et miljø der kravene er rimelige, og der menneskene rundt en vil en vel og har tro på en.

HVILKE RETTIGHETER OG PLIKTER HAR VI?

Mange unge gir uttrykk for at byråkratiet i velferdsstaten oppleves som en tett og ufremkommelig jungel. Det er som om de stadig er «på jakt» etter hjelp. Mange som trenger hjelp av velferdsstaten, opplever det som nærmest umulig å ta seg gjennom jungelen av kompliserte regler.

VI VIL VÆRE DEL AV EN SAMMENHENG

Ensomhet er nært forbundet med psykiske helseproblemer. Det å leve med for eksempel angst eller depresjon i lang tid, tærer ofte på forholdet til familie og venner. Ganske ofte har deltakelse i forskjellige virksomheter ført til at isolasjonen er blitt byttet ut med et sosialt fellesskap. Å kunne le sammen med andre, lage mat og spise med dem, eller å gå en spasertur, er kanskje trivielle gjøremål, men alt dette til sammen kan gjøre livet mer meningsfylt. Det er også viktig å styrke ungdommenes eventuelle eksisterende sosiale nettverk.

MØT OSS MED RESPEKT OG GI OSS EN TRYGG BASE

Møtet mellom den unge og fagpersonen er avgjørende. Også klimaet som rår mellom dem, er viktig. Fortrolige samtaler, eller i det minste kontakt preget av respekt, er en nødvendig forutsetning for at deltakelse i virksomheten skal oppfattes som noe positivt og styrkende. Mange sårbare ungdommer har negative erfaringer med offentlige sosialtjenester, og derfor er det viktig at de blir tatt vel imot. Det er avgjørende at slike erfaringer tas på alvor for at man skal kunne bygge opp tilliten.



PUBLIKASJONER FRA UNGA IN I NORDEN

Prosjektet «Unga in i Norden» (Unge inn i Norden) drives på oppdrag av Nordisk ministerråd og ble startet våren 2014. Prosjektet har produsert flere interessante rapporter. Rapportene som er merket med en stjerne *, inneholder anbefalinger.

Publikasjonene fra prosjektet kan bestilles eller lastes ned fra Nordens Velfærdscenters hjemmeside: www.nordicwelfare.org



IN FOCUS – MENTAL HEALTH AMONG YOUNG PEOPLE (2016) *

Rapporten gir en evaluering av 11 nøye utvalgte virksomheter i Norden som har gode resultater fra ungdomsarbeid. Rapporten bygger på intervjuer med unge, prosjektledere og andre praktiskere. Virksomhetene som beskrives i rapporten, kan anses som «best practice». I rapporten viser vi hva unge i de evaluerte virksomhetene mener fungerer.



SKOLELEVERS PSYKISKA HÄLSA (2015)*

Rapporten beskriver svenske skoleelevers psykiske helseproblemer sammenliknet med andre nordiske land, og fokuserer på hvilke endringer som har funnet sted de siste tiårene. Rapporten fremhever den sterke forbindelsen mellom psykiske helseproblemer og manglende prestasjoner på skolen.



UNGA VUXNA MED NEDSATT ARBETSFÖRMÅGA – EN BESKRIVNING AV TRYGGHETSSYSTEMEN (2015)

En kartlegging av hvordan sosialtjenester og trygdeordninger er organisert i de nordiske landene. Et gjennomgående tema i rapporten er at unge voksne som blir erklært uføre, må få en trygg økonomisk plattform før det er mulig å starte med rehabilitering.



CREATING PARTICIPATION AND CHANGE FOR YOUTH WITH MENTAL HEALTH PROBLEMS (2016)*

En undersøkelse av hvordan forskjellige nordiske velferdsordninger i Danmark og Sverige jobber tverrsektorielt for å skape delaktighet og støtte unge voksne som har psykiske problemer.



NÅR NOEN MÅ TA REGIEN (2016)*

Rapporten gir innblikk i situasjonen for ungdommer mellom 16 og 29 år på Island, på Færøyene og i Norge som sliter med psykiske helseproblemer, og som har problemer med å fullføre utdanningen sin og komme seg i arbeid.



RELATIONSHIP BETWEEN YOUNG PEOPLE AND WELFARE SERVICES (2016)*

Rapporten identifiserer tre hovedkategorier i NEET-gruppen og kobler dem til velferdssektoren. Rapporten drøfter også hvordan tjenestene kan tilpasses og omorganiseres for bedre å møte forskjellige livssituasjoner og behov i gruppen.



MENTAL HEALTH AMONG YOUTH IN... (2016)

En oversikt over de som jobber med spørsmålene i de respektive landene i Norden, og en generell gjennomgang av hvordan situasjonen er for unge som er utsatt for psykiske helseproblemer og utenforskap.



VI ARBETAR MED UNGA I NORDEN (2015)

En kartlegging av institusjoner, myndigheter og organisasjoner som jobber med psykisk helse, arbeid og studier i Norden.

Nordens Välfärdscenter

+46 8 545 536 00
info@nordicwelfare.org

www.nordicwelfare.org



norden

Nordens Välfärdscenter