

# UNGA IN I NORDEN

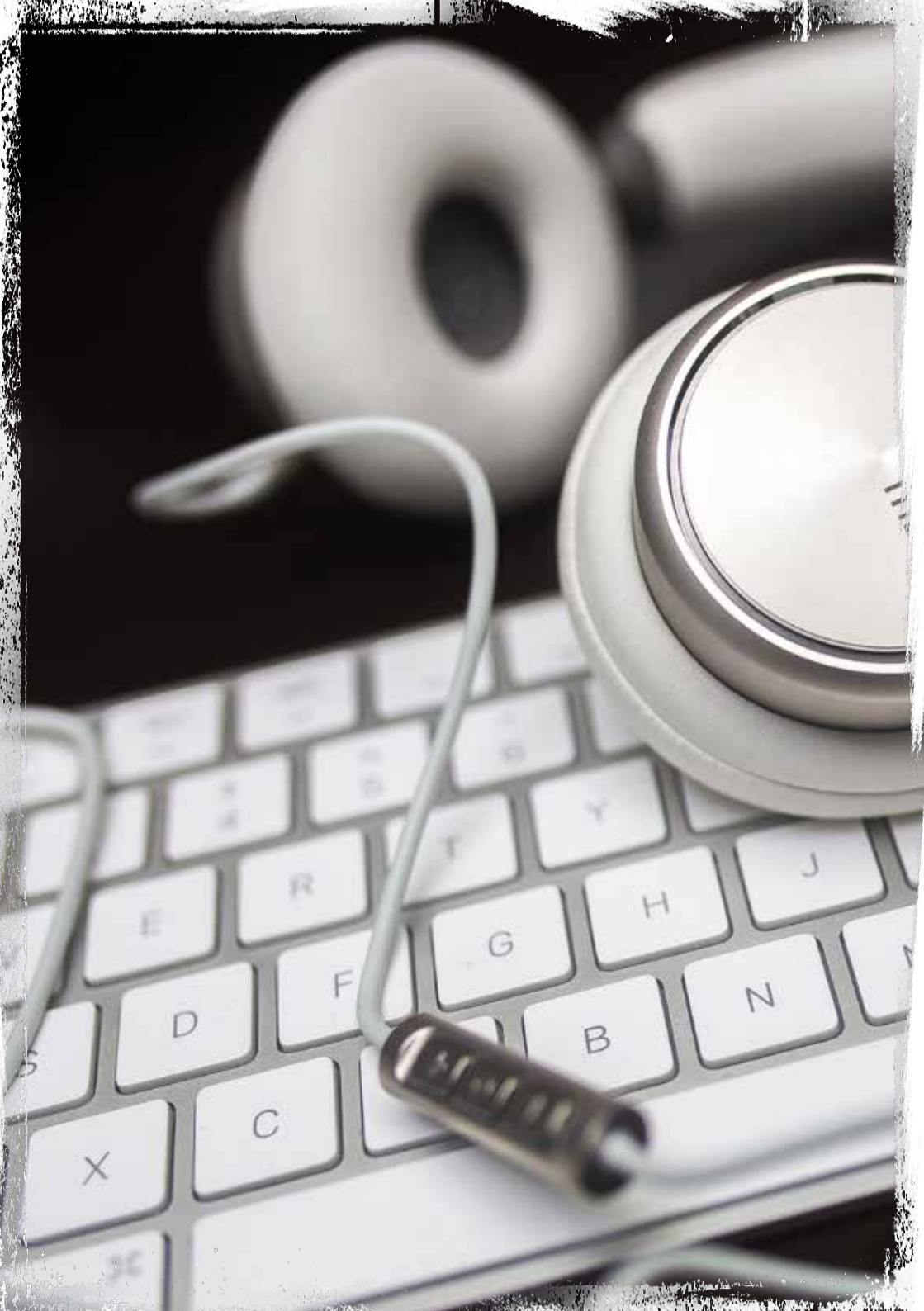
– PSYKISK HÄLSA, ARBETE, UTBILDNING

POLICYREKOMMENDATIONER



norden

Nordens Välfärdscenter



## **UNGA IN I NORDEN- PSYKISK HÄLSA, ARBETE, UTBILDNING**

Vad behöver beslutsfattare i de nordiska länderna investera i för att förbättra välfärden för Nordens unga? Nordens Välfärdscenters projekt Unga in i Norden har på uppdrag av Nordiska ministerrådet tagit fram förslag på vad samhället behöver förändra och presenterar verksamheter och projekt som visat sig skapa förutsättningar för unga att ta ett steg in i samhället genom antingen studier eller arbete.

Projektet Unga in i Norden fokuserar på ungdomar som lider av eller riskerar psykisk ohälsa, samt deras situation i skolan och senare övergång till arbete och egen försörjning. Ytterligare ett viktigt tema i projektet är förtidspensionering och sjukpension på grund av psykisk ohälsa bland unga vuxna.

## **GENERELLA, SÄRSKILDA OCH FLEXIBLA INSATSER BEHÖVS**

I alla nordiska länder behövs det generella ungdomspolitiska investeringar i kultur-, fritid-, utbildning- och hälsosektorn. Det behövs även särskilda satsningar för individer och grupper som riskerar utanförskap eller psykisk ohälsa. Alla barn och unga är en stor resurs. Vi har aldrig haft så utbildade och kompetenta unga i Norden som vi har i dag. Samtidigt har vi alltfler unga som uppger att de lider av psykisk ohälsa, samt unga som på grund av olika faktorer riskerar att hamna i sårbara situationer. Vissa unga är särskilt utsatta och kan möta fördomar, till exempel om deras sexuella läggning avviker från heteronormen eller om de har någon form av funktionsnedsättning.

Vi behöver dessutom bli bättre på att upptäcka psykisk ohälsa hos unga killar. Idag uppger unga tjejer att de mår dåligt i större utsträckning än unga killar, men många killar uttrycker sin psykiska hälsa genom att hamna i våld, missbruk och andra utåtagerande beteenden.

Den växande psykiska ohälsan bland unga utgör en av de största folkhälsoutmaningarna våra nordiska samhällen står inför. I arbetet med denna grupp är det viktigt att vi har en inbyggd flexibilitet och kompetens inom välfärdssektorn så att vi snabbt kan avgöra vem som har behov och av vilken sorts stöd, samt att vi kan vägleda rätt och följa upp.

Vissa unga behöver mer omfattande insatser samt en långsiktig uppföljning och andra behöver tillgång till rätt nätverk eller en mindre resurskrävande och kort insats.

## **REKOMMENDATIONER UTIFRÅN FORSKNING OCH PRAKTIK**

I publikationen ”In focus – Mental health among young people” lyfter projektet fram exempel på bra verksamheter och projekt i Norden som ger unga stöd. Dessa verksamheter kan användas som inspiration och är bra exempel på hur man kan möta och stödja unga.

Utifrån besök i dessa verksamheter, samt kunskap som Nordens Välfärdscenter tagit fram tillsammans med flera forskare i Norden har projektet lyft ett antal rekommendationer för vad samhället behöver investera i för att förbättra välfärden för Nordens unga.

### **NEETS**

Mellan 6 och 12 procent av unga mellan 16 och 24 år i Norden riskerar ett långvarigt utanförskap. Denna heterogena grupp kallas i EU-sammanhang för NEET (Not in Education, Employment or Training).

Unga som hamnar i NEET-statistiken har en sammansatt problematik. Det kan handla om avbrutna gymnasiestudier, neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, läs- och skrivsvårigheter, depressioner, missbruk, problematiska och destruktiva hemförhållanden och mycket annat.

### **EXEMPEL PÅ EN LÄTTILLGÄNGLIG VERKSAMHET**

I Danmark samarbetar offentlig sektor och civilsamhället i den hybrida verksamheten Headspace som drivs av föreningen Det Sociale Netværk. I Headspace samverkar volontärer med socio-nomer och psykologer. Unga mellan 12-25 år erbjuds gratis och anonym rådgivning. Inga problem är för stora eller små. Här erbjuds låga trösklar till hjälp - ingen diagnos krävs. Väntetid existerar inte. Mötet med volontärer som engagerar sig ideellt öppnar upp för en jämlik relation. Headspace erbjuder ett lyssnande öra, samt vägleder och slussar vidare till andra instanser vid behov.



# NORDENS VÄLFÄRDSCENTER REKOMMENDERAR

---

## **SKAPA BÄTTRE FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR TVÄRSEKTORIELLT SAMARBETE**

Nationella myndigheter, regioner, kommuner, landsting och civilsamhället behöver hitta former för att kunna samarbeta mer och bättre kring unga och deras behov av stöd. Det finns goda exempel på samarbete, men detta är ett område där det finns mycket att utveckla och förbättra.

Beslutsfattarna bör skapa finansiella och organisatoriska långsiktiga förutsättningar för tvärsektoriellt samarbete kring unga med psykisk ohälsa, samt ta fram tydliga riktlinjer för vem som har det yttersta samordnande ansvaret för att samarbetet fungerar.

## **SKAPA FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR VERKSAMHETER SOM KAN ERBJUDA TIDIGA OCH LÄTTILLGÄNGLIGA INSATSER**

Tidiga insatser är billiga och att sena är dyra. Det finns stort behov av lättillgängliga stödverksamheter för unga som mår dåligt, men som inte är tillräckligt sjuka för insatser inom sjukvården. Stödet bör fokuseras till verksamheter som kan anpassa insatserna utifrån individernas specifika behov. För vissa unga räcker kontakt med engagerade vuxna som har tid att lyssna, medan andra behöver mer långsiktigt stöd med till exempel psykologer eller kuratorer. Staten, regioner och kommuner har det övergripande ansvaret för ungas psykiska hälsa, men civilsamhället kan bidra med mycket goda kompletterande insatser. Beslutsfattarna bör skapa finansiella långsiktiga förutsättningar för det civila samhället att arbeta med unga som mår dåligt och har behov av lättillgängliga insatser.





## **STÄRK OCH BYGG UT FÖRSTA LINJEN-VERKSAMHET**

Ge stöd så att flera verksamheter, till exempel skola, socialtjänst och hälso- och sjukvård, kan ha en första linjen-funktion. Första linjen syftar till att utveckla modeller för att barn och ungdomar med någon form av problem snabbt ska få rätt hjälp. I förstalinjeuppdraget ingår att identifiera olika former av problematik, göra enklare utredningar och att ge stöd vid lindrigare former av besvär och tillstånd. Här bör ansvariga särskilt se över tillgänglighet till första linjen i glesbygd.

## **INVESTERA I HÄLSOFRÄMJANDE INSATSER I GRUND- OCH GYMNASIESKOLAN**

Forskning har visat att en bra och avslutad skolgång är den enskilt starkaste skyddsfaktorn för alla unga, men särskilt för dem som riskerar att hamna i olika typer av utanförskap. Alla barn och unga har rätt till behörighet till gymnasiet efter avslutad grundutbildning och alla gymnasieelever har rätt till en utbildning som leder till avslutad examen med fullständiga betyg.





Samtliga nordiska länder måste säkra flexibla och individuella utbildningsalternativ för unga som på grund av olika faktorer annars inte klarar av grund- och gymnasieskolan.

Beslutsfattarna bör också skapa finansiella långsiktiga förutsättningar för grund- och gymnasieskolor att anställa fler professioner i skolan – så att lärarna kan fokusera på sitt kunskapsuppdrag och andra kan ta vid och ansvara för en hälsofrämjande arbetsmiljö i barn- och ungas dagliga arbete.

Varje grund- och gymnasieskola måste få förutsättningar för att ha en öppen och utökad tillgänglig skolhälsa. Inkludera tid, resurser och kunskap i grund- och gymnasieskolan om hur barn och unga kan främja sin psykiska hälsa.

Skolorna måste även få tid och resurser för att kunna utveckla och bibehålla ett väletablerat synkroniserat samarbete med hälsosektorn, socialsektorn och civilsamhället.

# VAD SÄGER UNGDOMARNA?

---

**Vi som arbetar med frågor som berör unga, måste ständigt försöka förstå och ta fram kunskap om hur det är att vara ung idag. Om vi ska kunna utforma bra stöd till unga – måste vi förstå hur deras levnadsförhållanden och behov ser ut. De unga är experter på sina liv. Om man vill veta hur ungdomar i Norden tänker, känner och mår ska man fråga och lyssna.**

I publikationen ”In focus – Young people and mental health” har projektet Unga in i Norden samlat bra verksamheter och projekt i Norden för att inspirera och konkretisera för beslutsfattare vad man ska investera i för att förbättra välfärden för Nordens unga. De unga som vi har intervjuat och pratat med under arbetet har lärt oss mycket om hur de vill bli bemötta. Alla som jobbar med unga kan ha nytta av dessa förhållningssätt för det goda bemötandet.





## **FÖLJANDE FAKTORER LYFTER UNGDOMARNA FRAM SOM VIKTIGA I STÖDET DE FÅR:**

### **SE OSS OCH LYSSNA!**

Att bli lyssnad på och behandlad med respekt är något så grundläggande att det av många av oss tas för givet. För de unga människor som intervjuats i projektet är detta emellertid ingen självklarhet. Vardagliga samtal präglade av respekt för varandra är en verkningsfull ingrediens i verksamheterna. En av de viktigaste aspekterna i arbetet med unga är det goda bemötandet. Om professionella och andra praktiker som möter unga inte bemöter unga med respekt – finns ingen tillit – och då finns inget utrymme för utveckling.

### **HJÄLP OSS ATT HITTA EN RIKTNING**

För de allra flesta unga vi mött och intervjuat är drömmen att i framtiden kunna försörja sig. De allra flesta unga är uppfyllda av drömmen om att i framtiden ha ett jobb att gå till. Alla är bra på någonting, vi måste hjälpa unga att hitta sina styrkor och tro på sin förmåga. Fokus på styrkor är ett förhållningssätt som leder till goda resultat.



## **HJÄLP OSS ATT LYCKAS**

Känslan att inte duga kan vara förödande. Många unga som vi mött under projektet delar känslan av att inte passa in, att inte vara bra nog. Gång på gång har de fått kvitto på att de inte platsar – vare sig i skolan eller i arbetslivet. Efter åtskilliga misslyckanden är det en lättnad att få finnas i ett sammanhang där kraven är rimliga och där människorna runt dem vill dem väl och tror på dem.

## **VAD HAR VI FÖR RÄTTIGHETER OCH SKYLDIGHETER?**

Många unga vittnar om att den välfärdsstatliga byråkratin kan vara som en svårgenomtränglig djungel. Som att vara ”på jakt” för att få hjälp. Många som är i behov av välfärdsstatens tjänster upplever det näst intill omöjligt att ta sig igenom snårskogen av komplicerade regler.

## **VI VILL VARA EN DEL I ETT SAMMANHANG**

Ensamhet är tätt förknippat med psykisk ohälsa och att ha levt med exempelvis ångest eller depression under lång tid innebär ofta att de sociala kontakterna med vänner och familj är sargade. Inte sällan har deltagande i olika verksamheter betytt att isolering förbytts i social gemenskap. Att skratta ihop med andra, att laga mat och äta tillsammans eller att ta en promenad är kanske var och en för sig triviala företeelser, men sammantagna beskrivs de som ett kit som gör livet meningsfullt. Det är även viktigt att stärka ungas sociala nätverk – om det finns ett sådant.

## **BEMÖT OSS MED RESPEKT OCH GE OSS EN TRYGG BAS**

Mötet mellan företrädesvis den unga deltagaren och den professionella är avgörande. Också det klimat som råder deltagare emellan är viktigt. Förtroendefulla relationer eller åtminstone kontakter präglade av respekt är ett nödvändigt villkor för att deltagande i verksamheten ska uppfattas som något positivt och stärkande. Många sårbara unga har med sig negativa erfarenheter av trygghetssystemen och därför är det goda bemötandet avgörande. Att dessa erfarenheter tas på allvar är centralt för att den viktiga tillitsplattformen ska kunna gutas.





# PUBLIKATIONER FRÅN UNGA IN I NORDEN

---

Projektet Unga in i Norden är på uppdrag av Nordiska Ministerrådet och startade våren 2014. Projektet har producerat flera intressanta rapporter. Rapporterna markerade med \* innehåller policyrekommendationer.

Publikationerna från projektet går att beställa eller ladda ner från Nordens Välfärdcenters hemsida: [www.nordicwelfare.org](http://www.nordicwelfare.org)



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

Rapporten lyfter elva noga utvalda verksamheter i Norden som är utvärderade och som har bra resultat i arbetet med unga. Rapporten bygger på intervjuer med unga, projektledare och praktiker. Verksamheterna som beskrivs i rapporten kan ses som ”Best Practice”. Vi visar vad unga i de studerade verksamheterna ser som framgångsfaktorer i rapporten.



## **SKOLELEVERS PSYKISKA HÄLSA (2015) \***

Rapporten beskriver skolelevers psykiska ohälsa i Sverige med utblickar mot andra nordiska länder, och med fokus på vilka förändringar som ägt rum under de senaste decennierna. I rapporten lyfts det starka sambandet mellan psykisk ohälsa och prestationer i skolan.



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

En kartläggning av hur socialförsäkringssystemen är organiserade i de nordiska länderna. Ett genomgående tema i rapporten är att unga vuxna som hamnar i förtidspension / aktivitetsersättning måste ha en trygg ekonomisk bas först innan rehabilitering är möjlig.



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

En undersökning av hur olika nordiska välfärdstjänster i Danmark och Sverige arbetar tvärsektoriellt med syfte att skapa delaktighet och stödja unga vuxna med psykiska problem.



## **NÅR NOEN MÅ TA REGIEN (2016) \* WHEN SOMEONE HAS TO TAKE CHARGE**

Rapporten ger en inblick i situationen på Island, Färöarna och i Norge för ungdomar mellan 16-29 år, som kämpar med psykiska problem och som har utmaningar med att slutföra sin utbildning och komma in på arbetsmarknaden.



## **RELATIONSHIP BETWEEN YOUNG PEOPLE AND WELFARE SERVICES (2016) \***

Rapporten identifierar tre huvudkategorier inom NEET-gruppen och kopplar dessa kategorier till välfärdssektorn. I rapporten diskuteras också hur tjänsterna kan anpassas och omorganiseras för att bättre möta olika livssituationer och behov i gruppen.



## **MENTAL HEALTH AMONG YOUTH IN... (2016)**

En snabbguide i vem som arbetar med frågorna i respektive land i Norden, samt en generell genomgång av hur situationen ser ut för unga som riskerar psykisk ohälsa och utanförskap.



## **VI ARBETAR MED UNGA I NORDEN (2015)**

En kartläggning av institutioner, myndigheter och organisationer med fokus på psykisk hälsa, arbete och studier i Norden.

**Nordens Välfärdscenter**

**+46 8 545 536 00**

**info@nordicwelfare.org**

**www.nordicwelfare.org**



**norden**

Nordens Välfärdscenter