Politikpapir 3: Unges trivsel

I de seneste år har talrige undersøgelser vist, at trivslen hos unge generelt er dalende. Antallet af unge med depression, spiseforstyrrelser, selvmordstanker og andre psykiske udfordringer er steget markant, og den unge generation mistrives generelt betydeligt mere end vores forældre og tidligere generationer. Det betyder, at vi står med en hel generation af unge, hvor mange har svært ved at finde fodfæste i tilværelsen. NAU mener, at det er helt centralt, at denne trivselskrise tages seriøst for at forhindre, at vores generation kommer til at døje med psykiske udfordringer gennem hele livet.

Trivselskommissionen har afsluttet sit arbejde og offentliggjort sin rapport med anbefalinger til, hvordan børn og unges trivsel kan styrkes. Vi ser positivt på, at der med rapporten er sat yderligere politisk fokus på mistrivselskrisen, men vi savner en tydeligere inddragelse af unges egne stemmer i anbefalingerne. Vi mener, at det er afgørende, at rapporten ikke blot bliver et skrivebordsdokument, men følges op af konkrete handlinger og ressourcer, hvor unge inddrages som medskabere af løsninger.

Der er mange faktorer, der spiller ind, når det handler om unges mistrivsel. Karakterkrav og uddannelsesvalg skaber stor usikkerhed og en forventning om, at man efter folkeskolen skal have en klar plan for resten af livet – hvilket langt de færreste har. Sociale medier skaber et pres til hele tiden at være på; unge føler et behov for på alle tidspunkter af døgnet at præsentere sig selv i det bedste lys. Digitale medier betyder desuden, at den unge generation i dag bliver eksponeret for langt mere viden, hvorfor unge langt tidligere end forrige generationer skal forholde sig til verden. Overordnet set er forventningspres, perfekthedskultur, ensomhed og en fornemmelse af at blive overhørt kun toppen af isbjerget i den epidemi af psykiske udfordringer, som vores generation står overfor.

DERFOR MENER NAU, AT...

Unge skal høres og anerkendes, når der sættes fokus på vores problemer. Unge er de bedste eksperter på det at være ung, og det er os, der er bedst klædt på til at identificere de problematikker, der påvirker vores hverdag. En tilgang, hvor unge ikke blot anerkendes for vores egne udfordringer, men som en legitim aktør i at løse disse udfordringer, er helt essentiel.

Der skal igangsættes en national indsats for unges trivsel. Der skal afsættes penge og ressourcer til både lokale og nationale projekter, som undersøger og imødekommer ungdommens trivselsudfordringer. Der skal være fokus på samarbejde på tværs af de steder, unge opholder sig – fra uddannelsessteder til foreninger og arbejdspladser.

Uddannelse er mere end skole og karakterræs. Viden og dannelse spænder bredt – fra ens omgangskreds til engagement i foreningslivet. Det er vigtigt, at unge bliver gjort opmærksomme på vores muligheder både i og uden for uddannelsessystemet.

Meningsfulde relationer og venskaber er essentielle for at skabe fodfæste i tilværelsen. Personlige relationer forebygger ensomhed og andre trivselsudfordringer og giver mulighed for, at unge kan udveksle erfaringer om hverdagens udfordringer. Mentorordninger og andre tiltag til relationsopbygning på skoler, uddannelsesinstitutioner og andre steder vil bidrage til at sikre, at alle unge får støtte til at opbygge sociale netværk.

Unge uden for uddannelsessystemet skal også have et stærkt fokus, når det gælder trivsel. De 43.000 unge udenfor job eller uddannelse skal tilbydes den nødvendige hjælp. Her bakker vi op om Ungeløftet samt anerkender den rolle foreningslivet og forpligtende fællesskaber spiller for at bane vejen til en tryg og god tilværelse.

Dette politikpapir er gældende fra sin vedtagelse på Netværket af Ungdomsråds Landsmøde 2025 og udløber ved Netværket af Ungdomsråds Landsmøde 2027.