

## Bedre trivsel blandt Københavns børn og unge

### Baggrund

Børn og unge, der mistrives, er ofte plaget af hovedpine, mavepine, søvnløshed og nervøsitet i deres hverdag. Det kan resultere i, at de trækker sig fra sociale sammenhænge, og har sværere ved at koncentrere sig og huske. I sidste ende kan det gå udover deres indlæring og dermed stå i vejen for, at de gennemfører en uddannelse. Andelen af børn og unge, der ikke trives fysisk og psykisk, er desværre stigende, ifølge Skolebørnsundersøgelsen 2014, hvorfor unges trivsel og psykiske velbefindende indeholder et forebyggelsesmæssigt potentiale.

Sundhedsstyrelsen peger på, at hvert femte barn mellem 11-15 år i Danmark mistrives. Og andelen af ensomme unge har aldrig været større. 6 til 10 procent af de 13-15-årige føler sig ofte eller meget ofte ensomme. Ser man specifikt på København, har hver sjette mellem 15 og 24 år overvejet selvmord, og mere end hver tredje i 9. klasse oplever ikke at have en voksen på skolen, de kan gå til, hvis de er kede af det.

Københavns Kommunes sundhedspolitik 'Nyd livet, københavnere' 2015-2025 indeholder en politisk vision om at ligestille københavnernes fysiske og psykiske sundhed, bryde den sociale ulighed i sundhed og fremme trivslen blandt Københavns børn og unge. Denne ungepakke skal være med til at løfte disse visioner og mål.

### Indhold

Der foreslås følgende indsatser i trivselspakken, der tager højde for både at forebygge mistrivsel samt at sikre hjælp, støtte og tidlig opsporing til unge, der mistrives:

#### a) Åben og gratis psykologhjælp til psykisk sårbare unge

Et stigende antal unge oplever psykiske vanskeligheder på deres vej ind i voksenlivet. I følge Regionens Sundhedsprofil føler 25 % af unge mellem 16-24 år, at de er stressede, og 14 % af de unge har et dårligt mentalt helbred.

Der ønskes derfor et åbent og gratis tilbud om psykologhjælp til psykisk sårbare unge mellem 15-25 år. Tilbuddet vil bestå af samtaleforløb på 1-10 samtaler og vil komme til at supplere Københavns Kommunes eksisterende tilbud om psykologstøtte til sårbare unge på erhvervsskoler, produktionsskoler og ungdomsskoler, hvor ca. 300 unge får hjælp årligt. Erfaringerne fra det eksisterende tilbud om psykologstøtte på skolerne har været rigtig gode, og evalueringen viser, at mange af eleverne har fået forbedret deres trivsel. Samtidig kan vi se, at der ofte opstår ventelister til det eksisterende tilbud, og at mange unge på gymnasier, videregående uddannelser og uden for uddannelse også har psykiske vanskeligheder og efterspørger støtte. Derfor ønskes det eksisterende tilbud udvidet med et

### Eksekveringsparat?

	JA / NEJ
Udvalgsbehandlet (SOU)	JA <i>Opdatet version forelægges SOU d. 12.8.</i>
Kan igangsættes uden yderligere udvalgsbehandling	JA

### Bydel

Alle bydele

Budgettema	Forebyggelse og sammenhængende sundhed
Forvaltning	SUF, SOF

bredere tilbud til alle Københavns unge. Det skal afklares nærmere hvor tilbuddet forankres mest hensigtsmæssigt, herunder om det eventuelt kan ske i partnerskab med civilsamfundet.

Tilbuddet har et forebyggende sigte, og formålet er at hindre, at de unges eventuelle udfordringer bliver til uoverkommelige og langvarige problematikker. En tidligere indsats for unge med psykiske vanskeligheder har en lang række samfundsmæssige gevinster i form af stærkere arbejdsmarkedstilknytning, højere gennemførelse af uddannelse og bedre trivsel i voksenlivet.

#### **b) Partnerskab med civilsamfundet**

Der findes i dag en række aktører i såvel offentligt, privat som civilsamfundsregi, der beskæftiger sig med psykisk sårbare unge, og paletten udvikler sig hele tiden. Det er væsentligt, at kommunens tilbud ikke dublerer, men supplerer og understøtter øvrige tilbud, hvilket kræver, at vi orienterer os mod og indgår partnerskaber med civilsamfundet.

Civilsamfundsaktøren Headspace har specialiseret sig i at navigere og brobygge i dette felt. De har siden starten af 2014 tilbudt anonym og gratis rådgivning til psykisk sårbare børn og unge i alderen 12-25 år. I København har foreningen 70 frivillige, som – med professionelle i ryggen - rådgiver pr. chat, i Headspaces lokaler og på forskellige udgående poster som uddannelsesinstitutioner og i boligsociale områder. Ved udgangen af 2015 forventer de at have været i kontakt med 1.500 unge og have afholdt mere end 4.500 samtaler i København. Headspaces motto er ”intet problem er for stort – intet er for småt”, for de brobygger og hjælper videre til tilbud i offentligt, privat eller civilt regi, hvis der er behov for det. Headspace arbejder i den forbindelse tæt sammen med ungekompasset.dk, der er en digital oversigt over tilbud til psykisk sårbare unge.

Københavns Kommune har i 2014 og 2015 medfinansieret Headspace med et årligt tilskud på ca. 0,9 mio. kr.

Det foreslås at indgå et partnerskab med Headspace med henblik på at videreføre, udvikle og eventuelt udvide støtten. Videreførelse af tilskud til eksisterende aktiviteter på 0,925 mio. kr. årligt samt finansiering af fremskudt medarbejder på 0,250 mio. kr. årligt og lokaler på 0,3 mio. kr. Headspace forudsætter desuden, at ca. dobbelt så meget finansieres af andre aktører som fx Regionen, fonde og puljer.

Headspace har derudover rejst et ønske om evt. udvidelse med joblæringsforløb, hvor unge som alternativ til aktivering kommer i joblæringsforløb på fire måneder i virksomheder, mens den unge støttes af Headspace.

### **c) Sundhedstjek og sundhedsordning til unge**

Mange sårbare unge i København efterspørger et sted, hvor de kan få vejledning og støtte i, hvordan de håndterer bekymringer over deres eget helbred. Derfor søges der om midler til at fortsætte og udvide kommunens sundhedstjek til piger og drenge i alderen 13 til 20 år samt udvikle og afprøve en ungeorienteret sundhedsordning

Afsættet for et sundhedstjek er en bekymring i forhold til kost- og motionsvaner, men samtalerne og de bagvedliggende årsager har vist sig at spænde bredere; fra vægttab, hovedpine over svigt og vold, anoreksi og angst til dårlig trivsel i skolen eller på lærerpladsen. Sundhedstjekket består af en samtale a 1 time og 15 minutters varighed og varetages af en sygeplejerske og psykolog. Hvis det er relevant, har den unge mulighed for at få én opfølgende samtale med en kost- og motionsvejleder eller at blive guidet og vejledt til den nødvendige hjælp i mere specialiserede tilbud.

Kapaciteten i sundhedstjekket ønskes udbygget fra 200 til 500 unge årligt - herunder antallet af opfølgende samtaler blandt særligt sårbare unge. Samtidig vil man udvide sundhedstjekkets udgående funktion til ungdomsuddannelser og helt nye og relevante arenaer, hvor de unge færdes. Det kunne fx være fitnesscentre, eliteidrætsklubber og på elektroniske platforme. Sundheds- og Omsorgsforvaltningen ønsker også at fortsætte sundhedstjekket til unge modeller, der er bosiddende i Københavns Kommune.

Desuden søges der om midler til at iværksætte et pilotprojekt, der afprøver en ungeorienteret sundhedsordning for at imødekomme det slip, der måtte forekomme efter 8.klasse, hvor skoleelever har deres sidste besøg hos sundhedsplejerske. Dette efterlader eleverne sårbare, da overgangen fra folkeskolen og ind i ungdomslivet i sig selv kan være udfordrende.

Den ungeorienterede sundhedsordning kan hjælpe med såvel uddannelsesmæssige, trivsels- som sundhedsmæssige problemstillinger og skabe et forum, hvor det er nemt og overskueligt for eleven at vide, hvornår og hvordan de har mulighed for at få hvilken hjælp. Ligeså vil ordningen kunne udbygges fra grundskolen med fx en snak om tobak, sex og prævention. Udviklingen og afprøvningen af en model for sundhedsordningen kan fx finde sted på en af de store erhvervsskoler i København og sidenhen overføres til andre skoler.

### **d) Skoleelever skal undervises i trivsel og robusthed**

Robusthed i barndommen er afgørende for vores evne til at håndtere de udfordringer og vanskeligheder, som vi møder i livet senere hen. Københavnske skoleelever skal derfor have mere viden og simple værktøjer til at fremme deres egen mentale robusthed og psykiske trivsel. Der søges om midler til at udvikle et undervisningsmateriale, som kan

lette arbejde for skolens lærere og pædagoger med at opfylde de relevante læringsmål i Nye Fælles Mål for de fag og obligatoriske emner, der har tilknytning til området trivsel og robusthed. Materialet skal kunne anvendes på alle klassetrin løbende gennem hele skoleåret. Med Aftale om et fagligt løft af folkeskolen (folkeskolereformen) og målet om at forbedre børns trivsel i skolen, efterspørger skolerne undervisningsmidler og –indsatser, der kan skabe bedre trivsel og samtidig forebygge trivselsproblemer i skolen.

Undervisningsmaterialet skal udvikles med inspiration fra Robusthed.dk. Hjemmesiden er udviklet af Århus Universitet som en del af forskningsprogrammet for Mental Børnesundhed, og den har vist en positiv effekt ved brug på en række skoler. Som et supplement til materialet udvikles en app til elever på ungdoms- og videregående uddannelser. Med app'en får de unge simple selvhjælpsprogrammer, som kan fremme deres trivsel. App'en vil fx også kunne tilbydes unge, der har taget imod et tilbud om sundhedstjek – jf. forslag 1 i pakken.

#### *Overordnede målsætninger og effekter*

Med de beskrevne indsatser vil Københavns Kommune øge de københavnske børn og unges trivsel og mentale sundhed, idet de får mulighed for at udvikle handlekompetencer til at understøtte deres psykiske udvikling. Som et resultat heraf vil antallet af unge, der gennemfører en uddannelse øges, de unges muligheder for at bryde den sociale arv forbedres og de unges trivsel, sundhed, livskvalitet og selvværd højes.

Tabel 1: Oversigt over aktiviteter og afledt effekt

<b>(Del)aktivitet</b>	<b>Afledt effekt</b>
<i>a) 2000 psykologsamtaler med psykisk sårbare unge</i>	- 400 unge får årligt hjælp og støtte til at overkomme psykiske og sociale udfordringer og opbygge større robusthed
<i>b) 2250 samtaler ved frivillige</i>	- 750 unge får årligt rådgivning og bliver eventuelt hjulpet videre til anden støtte
<i>c) 500 årlige sundhedstjek til unge og udvikling og afprøvning af sundhedsordning til unge</i>	- 500 unge screenes for dårlig trivsel, risikobetonet adfærd i forhold til kost- og motionsvaner eller et problematisk forhold til fx alkohol og andre rusmidler og henvises til relevant hjælp, hvis nødvendigt. - 500 unge får hjælp og støtte til en sund udvikling. - Bedre synergi mellem hjælpemuligheder
<i>d) Udvikling og afprøvning af undervisningsmateriale om trivsel og robusthed på fire skoler og implementering af materialet på 20 skoler årligt</i>	- Øget fokus på børn og unges trivsel og psykiske sundhed i undervisningen i skolerne ved mere systematisk kobling mellem undervisning, trivselsmålinger og elevernes læringsmål. - Eleverne får viden og simple værktøjer til at fremme deres egen mentale robusthed samt hjælpe andre.
<i>d) App udbydes til unge på ungdoms- og videregående uddannelser</i>	- Unge får simple værktøjer til at reflektere over og styrke egen mental sundhed på egen hånd.

## Økonomi

Med denne budgetpakke ønskes en varig bevilling til at implementere, vedligeholde og øge kendskabet til indsatserne, der alle opstartes i 2016.

Indsats a) har forløbet som et pilotprojekt siden september 2014, og midlerne ophører ved udgangen af 2015.

## Tabel til udgifter til service

Tabel 2. Service

(1.000 kr. - 2016 p/l)	2016	2017	2018	2019	I alt
a) Psykologsamtaler med psykisk sårbare unge	2.025	2.700	2.700	2.700	10.125
b) Partnerskab med Headspace	1.475	1.475	1.475	1.475	5.900
c) Sundhedstjek og pilotprojekt	2.000	2.000	1.700	1.700	7.400
d) Udvikling, afprøvning, evaluering og uddannelse af personale i undervisningsmateriale om trivsel og robusthed. Samt implementering, vedligeholdelse og drift.	3.350	2.200	1.050	1.050	7.650
<b>Udgifter til service i alt</b>	<b>8.850</b>	<b>8.375</b>	<b>6.925</b>	<b>6.925</b>	<b>31.075</b>

## Risikovurdering

Der vurderes ikke at være særlige risici forbundet med økonomi og tidsplan.

## Tekniske oplysninger

### Flere forvaltninger/udvalg

Tabel 3. Fordeling mellem udvalg på styringsområde

Forvaltning (1.000 kr. - 2016 p/l)	Styringsområde	2016	2017	2018	2019	I alt
SUF	Service	7.375	6.900	5.450	5.450	25.175
SOF	Service	1.475	1.475	1.475	1.475	5.900
<b>I alt</b>		<b>8.850</b>	<b>8.375</b>	<b>6.925</b>	<b>6.025</b>	<b>31.075</b>

### Tidligere afsatte midler

Sundhedstjekket har forløbet som et pilotprojekt siden september 2014, hvor det har været finansieret af henholdsvis overførselssagen med 745.000 kroner i 2014 og via bevillingen, Øget Sundhed for Børn, i 2015. Midlerne ophører ved udgangen af 2015.

Headspace har også tidligere fået tilskud. I forbindelse med indgåelsen af samarbejdsaftalen blev der i Budget 13 afsat midler til en ½ medarbejder, der skulle sikre samarbejdet mellem Headspace og Socialforvaltningen. I

overførselssagen 12/13 blev der yderligere bevilget et engangsdriftstilskud på 0,7 mio. kr. Dertil kom betalingen af huslejen for de lokaler, Headspace lejer i en andelsforening i Ravnsborggade på 0,3 mio. kr. årligt. De er afholdt inden for Socialforvaltningens egen ramme. I Budget 15 blev der bevilget et driftstilskud på 0,3 mio. kr., som finansierer de sidste fire måneder af 2015 samt fortsættelse af kommunens finansiering af den halve fremskudte medarbejder til og med udgangen af 2015, svarende til 85 t. kr.

I forhold til de to øvrige indsatser i budgetpakken har der ikke tidligere været afsat midler.

Tabel 3. Tidligere afsatte midler

(1.000 kr., løbende p/l)	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Budgetaftale 2013:							
- 1/2 medarbejder Headspace		250	250				
Overførselssagen for 2013 til 2014:							
- Sundhedstjek			745				
- Headspace, driftstilskud*		117	350	233			
Budgetaftale 2015:							
- Headspace, driftstilskud + medarbejder				385			
<b>Afsatte midler i alt</b>		<b>367</b>	<b>1.345</b>	<b>618</b>			

\*Er betalt som engangstilskud, men er fordelt over årene for at illustrere forbrug pr. år

### Henvisninger

Skolebørnsundersøgelsen 2014. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. Mette Rasmussen, Trine Pagh Pedersen og Pernille Due (red.) <http://www.hbsc.dk/rapport.php?file=HBSC-Rapport-2014.pdf>

Bydel og adresse  
Budgetpakken er bydækkende.

Indsats a) forankres eventuelt i kommunens forebyggelsescentre, evt. i civilsamfundet.

Indsats b) Headspace, Ravnsborggade 2-4, 2200 København N

Indsats c) Sundhedstjekket forankres i Vesterbro Sundhedshus, hvorfra det i pilotperioden har været afholdt. Herudover bliver sundhedstjekket udgående på ungdomsuddannelser bosiddende i Københavns Kommune. Den ungeorienterede sundhedsordning forankres i Center for Sundhed, Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, men placeres på en større produktions- eller erhvervsskole.

Indsats d) gennemføres efter samråd med Børne- og Ungdomsforvaltningen.