



Punkt 10.

Orientering om status og evaluering af indsatsen "Mental sundhed på ungdomsuddannelserne" 2016/2017

2017-028253

Sundheds- og Kulturforvaltningen fremsender til Sundheds- og Kulturudvalgets orientering status og evaluering af indsatsen "Mental sundhed på ungdomsuddannelserne" 2016/2017.

Beslutning:

Til orientering.



Sagsbeskrivelse

Mental Sundhed på Ungdomsuddannelserne er et relativt nyt tilbud til unge på ungdomsuddannelserne. Resultaterne efter udrulningen i skoleåret 2016/2017 er særdeles gode. Næsten alle ungdomsuddannelsesinstitutionerne har taget imod tilbuddet, og flere skoler venter. Effektræsultaterne for de unge, som har gået på kurset Åben og Rolig for unge, viser, at de unge oplever et signifikant fald i stressscore og symptomer på depression. Indsatsen vurderes derfor at være et godt bidrag til at forebygge, at unge udvikler alvorligere psykiske problemstillinger.

Sundheds- og Kulturforvaltningen fik ved budgetforhandlinger i 2015 midler til en forebyggende indsats over for psykisk sårbare unge på ungdomsuddannelserne.

Udviklingen af tilbuddet "Mental Sundhed på Ungdomsuddannelserne" er sket på baggrund af et forskningsprojekt, som forvaltningen første halvår af 2016 gennemførte sammen med Center for Psykisk Sundhedsfremme, Danmarks Pædagogiske Universitet og to gymnasier i Aalborg. Forskningsprojektet har foreløbigt resulteret i tre rapporter.¹ Projektet havde primært til formål at udvikle og afprøve et særligt Åben og Roligt koncept for unge. Forskningsprojektet viste, at elever som deltog i pilotafprøvningerne af det tilpassede Åben og Rolig koncept for unge oplevede signifikante forbedringer på deres stressniveau. Kursusdeltagerne blev testet 7 måneder efter kursusafslutning – de havde fastholdt deres forbedringer.

På baggrund af resultaterne fra forskningsprojektet og på baggrund af sparring med ungdomsuddannelserne udviklede Center for Mental Sundhed stepped-care modellen "Mental Sundhed på Ungdomsuddannelserne".

Spor 1 Forebyggelse (Gratis)	Spor 2 Tidlig opsporing (Gratis)	Spor 3 Individuel intervention (Mod betaling)
<i>Styrke fastholdelse på uddannelse og fremme mental sundhed</i>	<i>Forebygge dropout og styrke trivsel</i> (Kræver henvisning)	<i>Forebygge dropout og styrke trivsel</i> (Kræver henvisning)
45 minutters klasseundervisning om stress, stresshåndtering og styrkelse af mental sundhed. App + hjemmeside. <u>Målgruppe</u> : alle elever.	Kurset "Åben og Rolig for unge" (6x 1,5 time) + forsamtale og 2 individuelle samtaler. <u>Målgruppe</u> : elever, der oplever pres og symptomer på stress.	Individuelle psykologsamtaler. (Forsamtale + max 8 sessioner) <u>Målgruppe</u> : elever, der har psykisk mistroivsel og er i risiko for dropout.

Status på skoleåret 2016/2017:

I skoleåret 2016/2017 har vi udrullet spor 1 og spor 2 på Nørresundby Gymnasium og HF, Aalborg Katedralskole, Aalborghus Gymnasium, Aalborg Studenterkursus og Aalborg Handelsskole. Status på indsatsen er følgende:

¹ Christian Gaden Jensen, "Åben og Rolig for Unge – evalueringsrapport 2016" og "Langtidseffekterne for Åben og Rolig for unge – 7 måneders followup", 2017, Center for Psykisk Sundhedsfremme
Anne Maj Nielsen og Laila Lagermann, "Stress i gymnasiet – hvad stresser gymnasieelever og hvordan forebyggelse og behandling virker med åben og Rolig for unge, 2016, DPU, Århus Universitet.



- Undervisning af 83 klasser (ca. 1.952 elever) i stress og mental sundhed.
 - Formålet er dels at afdramatisere normale og ufarlige stressreaktioner, som alle oplever med jævne mellemrum. Og dels at gøre opmærksom på tegn på usunde stresstilstande. Eleverne præsenteres for forskellige værkstøjer – herunder også vigtigheden af at have et aktivt fritidsliv.
- Afholdelse af otte Åben og Rolig hold for unge.
 - Konceptet er komprimeret til 6 x 1½ time inkl. forsamtale og to personlige samtaler. Kurserne afholdes på skolen og så vidt muligt i skoletiden. Der kan deltage 10 elever på hvert hold.
 - Det er studievejlederne eller skolens coach, der henviser til kurset. Der var henvist i alt 128 elever og afholdt forsamtaler med 121 elever. 80 elever blev optaget på hold. (Heraf gennemførte 58 elever, da 9 elever slet ikke mødte op til kursusstart, og da 13 elever frafaldt kurset undervejs).
 - Kursusdeltagerne oplevede søvnforstyrrelser, koncentrationsbesvær, nedsat hukommelse, hovedpine, tristhed, oplevelse af pres, angstsymptomer mv.
- Tilbud om individuel psykologsamtale på ét gymnasium mod betaling. Psykologen har ca. været til rådighed på gymnasiet én dag om ugen.

Effektresultater på deltagelse i Åben og Rolig for Unge

Eleverne udfylder et før- og eftermålingskema. På baggrund af de selvrapporterede data ses følgende resultater:

- Et stort og signifikant fald i *stressscore*. Resultaterne støtter en væsentlig forbedring af reel betydning for de unges stressoplevelse.
- Store og signifikante reduktioner af *depressionssymptomer*.
- Stor og signifikant stigning i deltagernes mentale sundhed, men de unge kursister har dårligere *mental sundhed* end de voksne stressede.
- Ingen ændring i de unges opfattelse af deres *kropslige sundhed*. Dette var dog heller ikke problematisk høj.
- Medium og signifikant reduktion i de unges *søvnforstyrrelser*.

Erfaringerne og resultaterne fra første skoleår viser, at modellen og konceptet har et stort potentiale i forhold til at forebygge, at de unges stressniveau udvikler sig og i værste fald resulterer i alvorligere psykiske problemer. Stepped-care modellen er relevant, da undervisningen i klasser både afdramatiserer og gør det legalt at være åben om følelsen af stress og mistrivsel. For de elever, som åbner op for dette, er der hjælp at hente gennem kurset Åben og Rolig for Unge. Samtidig er det af stor betydning, at indsatsen sker der, hvor de unge færdes til dagligt – og at Center for Mental Sundhed arbejder tæt sammen med de medarbejdere på skolerne, som i forvejen arbejder med de unges trivsel.

I det kommende skoleår vil Center for Mental Sundhed have fokus på at forbedre og videreudvikle modellen bl.a. ved en øget indsats mod frafald, rekruttering af flere drenge, information til forældrene, tæt samarbejde med Sund Ung og fastholdelse af det særdeles gode og nære samarbejde vi har med ungdomsuddannelsernes ledelser og medarbejdere.

Planer for skoleåret 2017/2018

I det kommende skoleår har vi lavet aftale med Aalborghus Gymnasium, Nørresundby Gymnasium, Aalborg Katedralskole, Aalborg Tekniske Gymnasium, Aalborg Studenterkursus og Aalborg Handelsskole. VUC og Hasseri Gymnasium er de næste skoler. Fire af skolerne har fra dette skoleår også indgået aftale om køb af individuel psykologsamtaler til elever med alvorligere psykiske problemer (Spor 3).



Bilag:

Status og evaluering af indsatsen Mental Sundhed på Ungdomsuddannelserne