

Forvaltning:
Familie og Beskæftigelse

Ansvarlig afdeling:
Børn og familieafdelingen

Pejlemærke i sundhedspolitik:
Mental sundhed

**Anbefaling fra Forebyggelsespakke
(Hvilken/nej):**

Udarbejde handleplan til fremme af mental sundhed i dagtilbud og skoler

Sikre tidlig indsats til børn og unge med sociale og psykiske problemer

Tilrettelægge tidlig indsats for sårbare og socialt udsatte familier.

Tilsyn med barnets sundhed i første leveår ved hjemmebesøg af sundhedsplejerske.

Gennemføre tidlig opsporing af dårlig mental sundhed hos spædbørn i første leveår.

Styrke flere børn og unges deltagelse i fritidsaktiviteter

Sikre tilbud til pårørende

Tidshorisont:

Opstart: 2019

Fuldt implementeret: 2022

Se tidshorisont for hvert enkelt tiltag under beskrivelsen

Problemstilling:

Mental sundhed (trivsel) er både et mål i sig selv og et middel til bedre fysisk sundhed. Beskyttende faktorer og risikofaktorer forandrer sig gennem livet. Der findes beskyttende faktorer og risikofaktorer både på individuelt niveau, socialt niveau og strukturelt niveau. For børn er fx følelse af socialt tilhørsforhold og god nattesøvn individuelt beskyttende faktorer, ligesom omsorgsfulde forældre er socialt beskyttende faktorer og trygge omgivelser er et eksempel på strukturel beskyttende faktor. Fraværet heraf er tilsvarende risikofaktorer, som kan påvirke barnets trivsel negativt såvel som barnets udvikling og læringsmuligheder.

For børn og unge har det at være en del af et fællesskab generel stor betydning for trivsel og udvikling. Ensomhed kan være lige så skadelig for helbredet som rygning og overvægt.

Dårlig mental sundhed er en risikofaktor for en række sygdomme blandt andet angst og depression.

Trivsel og relationer i Aalborg (Sundhedsprofil for børn og unge, Aalborg kommune 2017)

- 9 ud af 10 børn har det godt og trives i deres hverdag. Næsten alle oplyser, at de har en ven eller en voksen at tale med, når noget er svært.
- Mellem 4% og 6% af børnene i 5. og 8. klasse føler sig imidlertid ofte ensomme og/eller isoleret fra andre, og lige så mange bliver ofte mobbet.
- Ca. samme andel har inden for de seneste to måneder modtaget "grimme" beskeder på SMS, e-mail eller sociale medier. De nærmere analyser vil vise, om det er de samme børn og unge, der udtrykker problemstillinger på alle spørgsmålene.

- En større gruppe oplever periodevise udfordringer i forhold til relationer med andre.
 - I 8. klasse svarer næsten halvdelen af pigerne og en fjerdedel af drengene, at de indimellem føler sig isoleret fra andre, og lige så mange svarer, at de ofte eller en gang imellem savner nogle at være sammen med.
 - Blandt pigerne giver hver tredje i både 5. og 8. klasse udtryk for, at de af og til føler sig ensomme.
- Fra slemt til værre hos de unge kvinder (16-24år) – mental helbred og stress – de unge mænd får det også værre (Sundhedsprofil Aalborg Kommune 2017)

Søvn (Sundhedsprofil for børn og unge, Aalborg kommune 2017)

- 3% af børnehavebørnene, 17% af børnene i 5. klasse og 24% i 8. klasse sover mindre end anbefalet. En tredjedel af eleverne i 8. klasse svarer, at de mindst én gang om ugen er så søvnige, at de har svært ved at koncentrere sig i skolen.
- Godt 10% af børnehavebørnene og børnene i 1. klasse bruger hver dag eller flere gange om ugen smartphones eller tablets i sengen, inden de skal sove. Dette stiger til ca. 40% i 5. klasse og mere end 70% i 8. klasse. Dette er bekymrende, da man ved at lyspåvirkning inden man skal sove medvirker til dårligere søvnkvalitet.

Udsatte – hvis udsatte ligner førtidspensionister så svarer det til at 59% har højt stressniveau, 18% er ofte uønsket alene og 32 % har dårligt mental sundhed. (Sundhedsprofil for Nordjylland, 2017)

Ser man på den nationale sundhedsprofil for udsatte, så vurderer 30 % af de adspurgte, at de inden for de seneste 14 dage har været meget generet af ængstelse, nervøsitet, uro og angst. Også ses en overvægt af kvinder. 27% vurderer at de inden for de seneste 14 dage har været meget nedtrykt, deprimeret eller ulykkelige. I forhold til søvn vurderer 23% at de aldrig eller næsten aldrig får søvn nok til at føle sig udhvilet. Andelen er størst blandt fattige¹ (45%) og mindst blandt hjemløse (25%), når det gælder søvn. I forhold til stress angiver 48% at de føler sig stresset i hverdagen. Blandt de social udsatte grupper ses de største andele blandt fattige (69%), personer med et stofmisbrug (65%) eller en sindslidelse (64%) (SUSY udsat 2017, Statens Institut for Folkesundhed).

Beskrivelse af indsats (indhold):

Indsatsen rummer en portefølje af tiltag på baggrund af anbefalingerne i Forebyggelsespakken Mental sundhed, hvor der i BFA er et udviklingspotentiale enten ved at forstærke eksisterende tiltag eller udvikle nye.

17: Udarbejde handleplan til fremme af mental sundhed i dagtilbud og skoler. BFA arbejder allerede hermed i flere sammenhænge, men vil styrke indsatsen med implementering af Udviklingsstrategien som går på tværs af dagtilbud og skole. Der vil blandt andet blive arbejdet med gode overgange fra vuggestue, dagtilbud til børnehave. Opstart 2019 – forløber frem til 2020.

I fritidscentrene arbejdes der allerede systematisk med mental sundhed ud fra ABCmodellen. Mental sundhed indgår som en del af fritidscentrenes tema årshjul i tillæg til rygning, alkohol mv. For yderligere tiltag i forhold til unge 16 – 24år behøves mere viden og samarbejde, hvilket BFA i udgangspunktet er åbent overfor i perioden 2019 -2022

18: Styrke børns trivsel i dagtilbud. Der arbejdes allerede systematisk med at skabe positive fællesskaber, hvor alle børn har et tilhørsforhold, adgang til fortrolige voksne, udviklingsmuligheder og at der ikke foregår mobning. Arbejdet hermed vil i den kommende periode blive forstærket med implementering af den styrkede pædagogiske læreplan samt udvikling og implementering af opsporingsmodellen. Opstart 2019- 2020.

¹ Fattig er i undersøgelsen defineret ved, at personen har angivet, at vedkommende ofte ikke får mad nok, fordi vedkommende ikke har råd. I rapporten arbejdes der med følgende grupper af udsatte: Personer med alkoholmisbrug, Personer med stofmisbrug, personer med en sindslidelse, hjemløse, fattige og øvrige SUSY udsat.

19: Sikre tidlig indsats til børn og unge med sociale og psykiske problemer. BFA arbejder allerede hermed i flere sammenhænge fx Tværfaglig teams men også via Udviklingsstrategien, hvor der bl.a. er fokus på god implementering og udbredelse af kendskab til Trivselsforum 0-6 år. 2019- 2020.

20: Tilrettelægge tidlig indsats for sårbare og socialt udsatte familier. BFA vil i indsatsperioden fortsat fokusere på udvikling af denne type indsatser. Pt. er der et udviklingsarbejde i gang med "Hånd om barnet" for sårbare og Hånd om barnet for forældre med præmature børn og Hånd om barnet til forældre med andet sprog end dansk. En anden mulighed er at udvikle og udbrede flere lokale, nærgeografiske tilbud (lig fx tilbuddet Cafe Baby i forbindelse med helhedsplanen i Aalborg Øst). 2019-2022.

21: Gennemføre tidlig opsporing af dårlig mental sundhed hos spædbørn i første leveår. Sundhedsplejen vil fra 2019 gennemføre tidlig opsporing vha. ADDB - Alarm Distress Baby Scale metoden. Opstart og implementering 2019.

22: Styrke flere børn og unges deltagelse i fritidsaktiviteter. Der er allerede fokus på styrke børn og unges kendskab til foreninger m.m. ligesom der arbejdes på at inddrage foreninger i læringsmiljøer. Dette vil forsat være et styrket fokus samt udviklingsområde i perioden 2019- 2022

23: Sikre særlig indsats til unge, der ikke er i uddannelse eller arbejde. Der arbejdes herpå sammen med Job og ydelsesafdelingen og UU. Yderligere tiltag forventes fra 2019.

24: Sikre tilbud til pårørende fx børn og partnere til borgere der har psykiske eller livstruende sygdomme. Der er tale om en ny anbefaling, hvorfor første tiltag i indsatsperioden vil være at undersøge evt. interne tilbud i FB og eksterne tilbud hos Sundhed og kulturforvaltningen og/eller Ældre og handicapforvaltningen samt tilbud i Regionen med henblik på at styrke videreformidling heraf. Opstart 2019- 2022.

Ovennævnte tiltag ligger i forlængelse af sundhedsstyrelsens anbefalinger, men BFA vil derudover undersøge mulighed for at få:

25: Mere viden om brug af sociale mediers påvirkning af de helt nære relationer med børn, herunder evt. påvirkning af børns udvikling. Der vil blive rettet henvendelse herom til Center for Anvendt kommunal Forskning. Derudover vil et muligt tiltag være fokus på børn og unges brug af sociale medier, trivsel og søvn. Opstart 2019.

Forventet resultat:

- Flere forældre får tidlig hjælp til deres barns trivselsproblematikker fx via trivselsforum 0-6 år
- Antallet af børn der skoleudsættes bliver mindre.

Målgruppe

- Forældre og børn med kontakt til sundhedsplejen
- Forældre og børn i dagtilbud 0-6 årsområdet
- Børn og unge i fritidscentrene

Aktører:

- Familie og Beskæftigelsesforvaltningen
- Skoleforvaltningen
- Sundhed og kulturforvaltningen
- Ældre og Handicapforvaltningen.

Sammenhæng til eksisterende indsatser:

Tiltagene i indsatsen knytter særligt an til

- Den styrkede pædagogiske læreplan
- Udviklingsstrategi for børn, unge og familier i Aalborg Kommune 0-18 år. 2016-2020. 2. udgave 2018.
- Børn og ungepolitik 2018.-2020
- Den tværsektorielle grundaftale 2015-2018: Indsatsen i forhold til børn med en psykisk syg forælder

De valgte anbefalinger og tiltag i den styrkede indsats skal ses på baggrund af de anbefalinger og tiltag som allerede er implementeret i BFA i forhold til at fremme af mental sundhed. Fx at Aalborg kommune har en sammenhængende børn og

unge politik med fokus på mental sundhed og at der eksisterer opsøgende indsatser både i forhold til unge og udsatte voksne. Inden for den helt tidlige forebyggelse er der tilbud om forældreuddannelse til førstegangsfødende (Hånd om barnet) og tilbud om undersøgelse for fødselsdepression. I forhold til bedre søvn har dagtilbudsområdet arbejdet med viden og vejledning til forældre og personale herom. Disse tiltag fastholdes sideløbende med udvikling og styrkelse af de nævnte tiltag i indsatsen.