YOUNGHOOD
You Only Have One anOther
"YOHOO..."
Barack Obama
"YOHOO..."
Dalai Lama
"YOHOO..."
Helle Thorning
"YOHOO..."
Lars Løkke
"YOHOO..."
Nelson Mandela
"YOHOO..."
Kofi Annan

SAMARBEJDE MED DANSKE KOMMUNER OM MENTAL SUNDHED

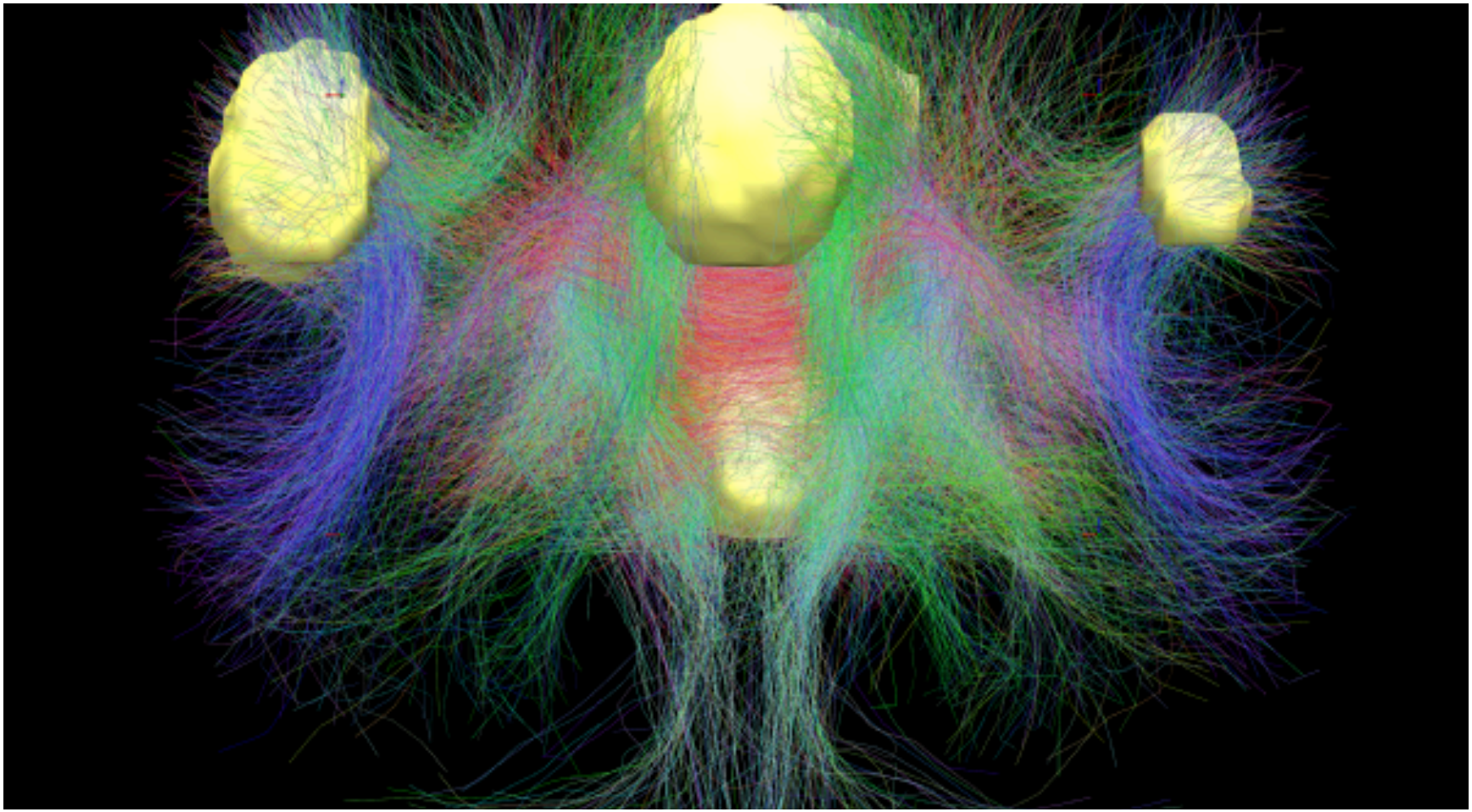
CARSTEN OBEL, AARHUS UNIVERSITET
CENTER FOR SUNDHEDSSAMARBEJDE & INSTITUT FOR FOLKESUNDHED
KOMITEEN FOR SUNDHEDSOPLYSNING

Seminar

Trivsel blandt børn og unge

KLAP DIG SELV PÅ SKULDEREN

BRAIN BREAKS
DEFAULT MODE NETWORK



UDVIKLING AF ABC+ FOR UNGE?

- Active
- Belonging
- Contribute

Always
Be
Closing

- Durability
- Emotionability
- Failability
- Groupability
- Heartability

Reducing the Racial Achievement Gap: A Social-Psychological Intervention

Geoffrey L. Cohen,[1]* Julio Garcia,[2]* Nancy Apfel,[2] Allison Master[2]†

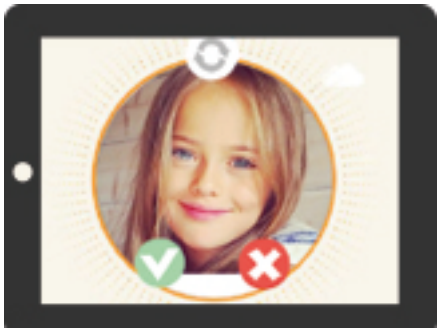
Two randomized field experiments tested a social-psychological intervention designed to improve minority student performance and increase our understanding of how psychological threat mediates performance in chronically evaluative real-world environments. We expected that the risk of confirming a negative stereotype aimed at one's group could undermine academic performance in minority students by elevating their level of psychological threat. We tested whether such psychological threat could be lessened by having students reaffirm their sense of personal adequacy or "self-integrity." The intervention, a brief in-class writing assignment, significantly improved the grades of African American students and reduced the racial achievement gap by 40%. These results suggest that the racial achievement gap, a major social concern in the United States, could be ameliorated by the use of timely and targeted social-psychological interventions.

www.sciencemag.org SCIENCE VOL 313 1 SEPTEMBER 2006

HVAD ER DET SUNDESTE?

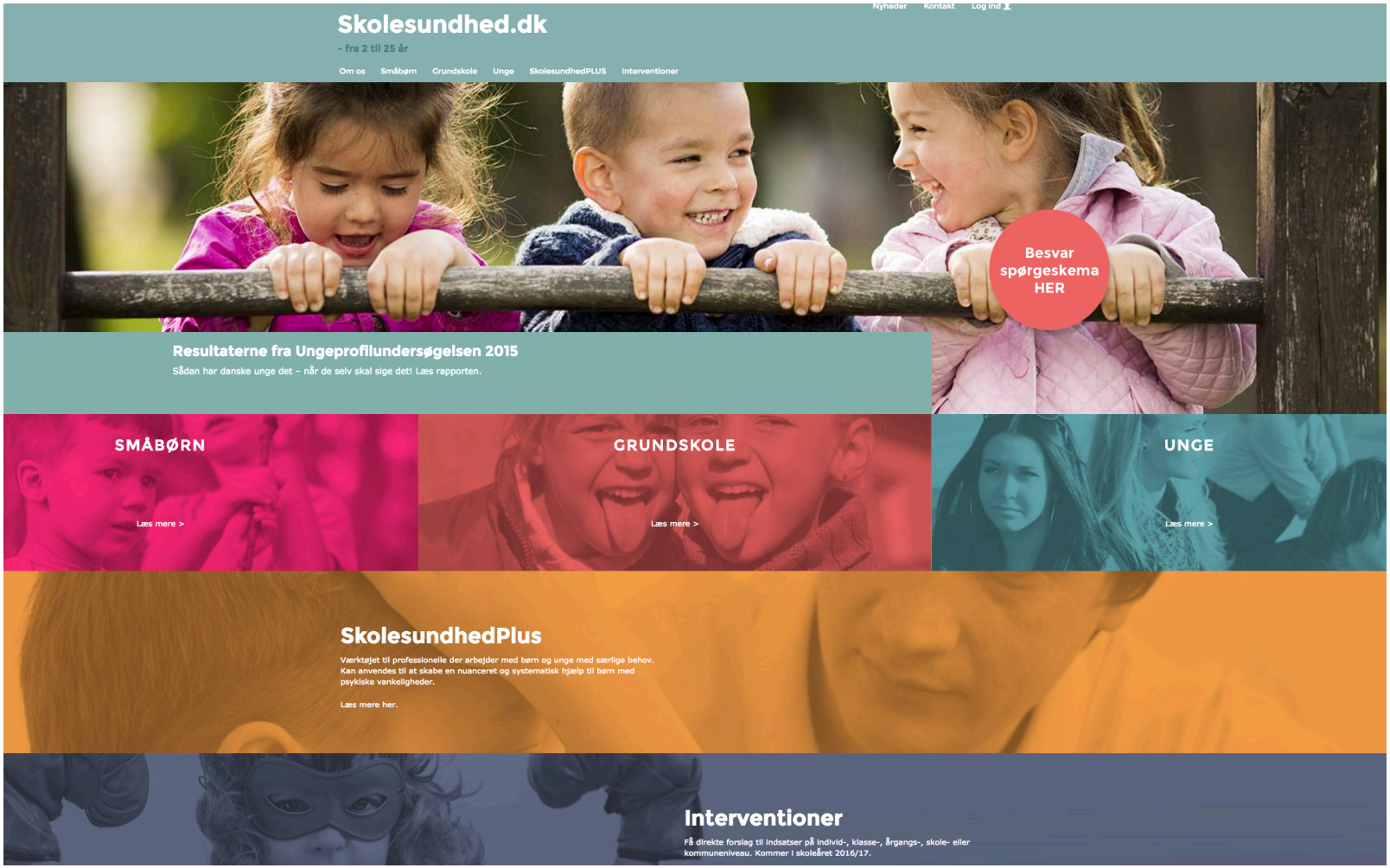
ERFARINGER

- INSTITUT FOR FOLKESUNDHED
- CENTER FOR SUNDHEDSSAMARBEJDE
- KOMITEEN FOR SUNDHEDSOPLYSNING
- LOGOTHA APS

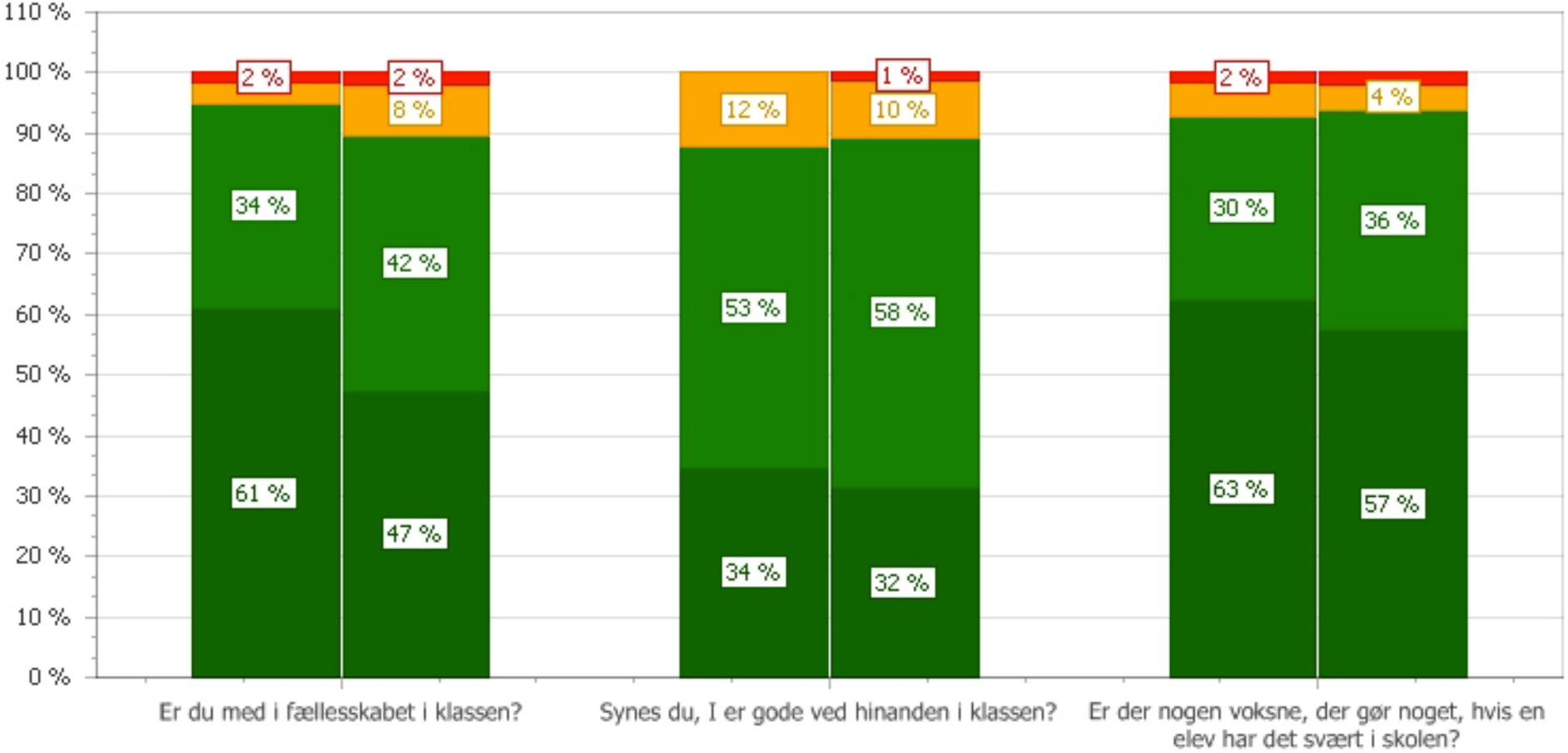


logotha

STATUS SKOLESUNDHED.DK



Skolen og kammeraterne

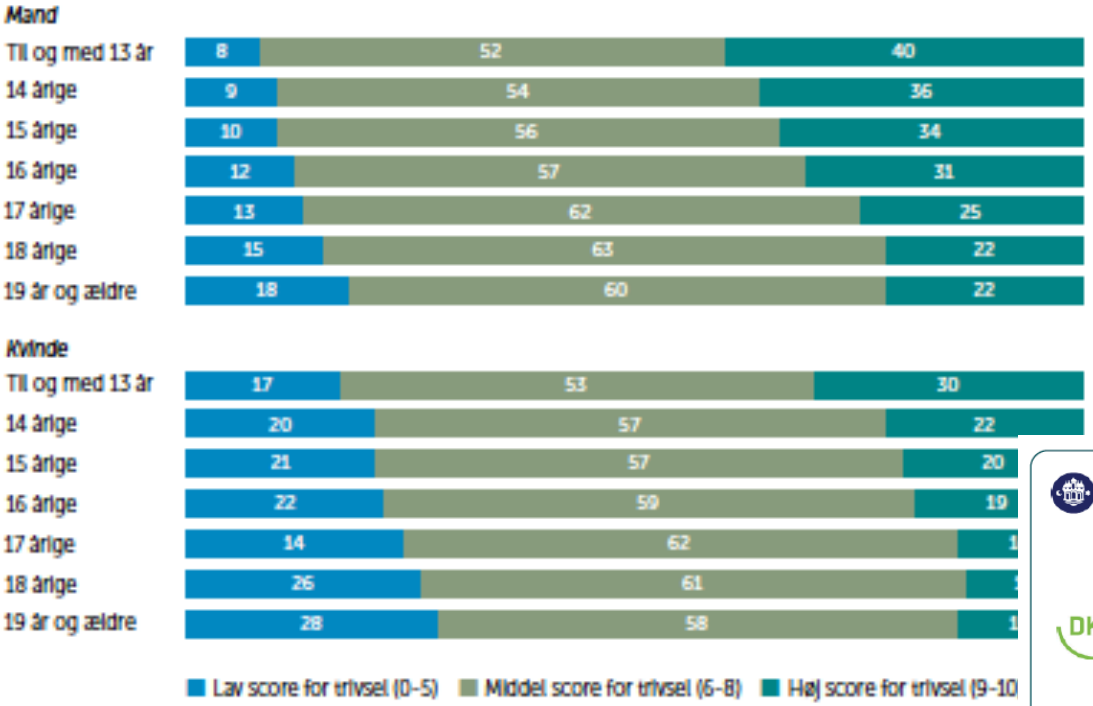


Note: Venstre søjle er rapportens søjle, højre er referencedata

- Skældent eller aldrig
- En gang imellem
- Ja, for det meste
- Ja, altid

UNGEPROFILEN: LIVSTILFREDSHED

FIGUR 1.1.
Respondenternes svar på spørgsmålet om subjektiv livstilfredshed fordelt på respondenternes køn og alder.
I procent.



START WITH THE WHY (NOT WITH THE WHAT)

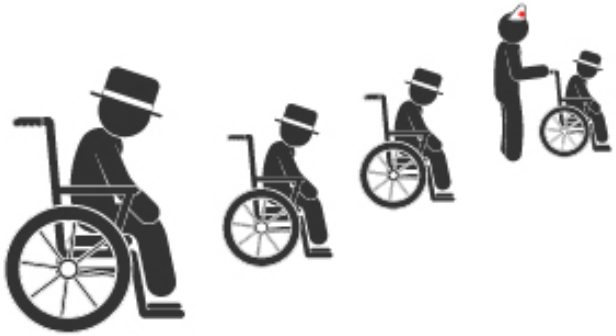
HAR VI EN UDFORDRING?

Accelereret global og teknologisk udvikling

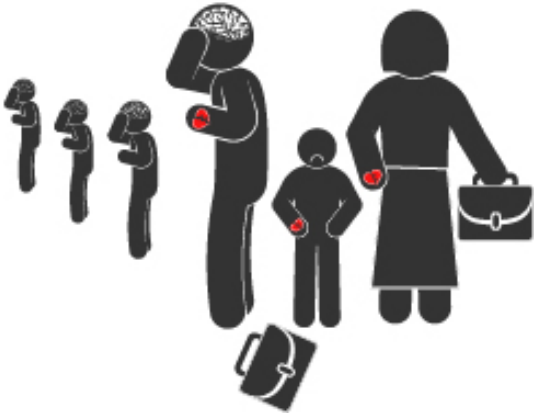
Virksomheder har behov for robuste og innovative medarbejdere

Stigende offentlige udgifter til avanceret behandling og sociale ydelser

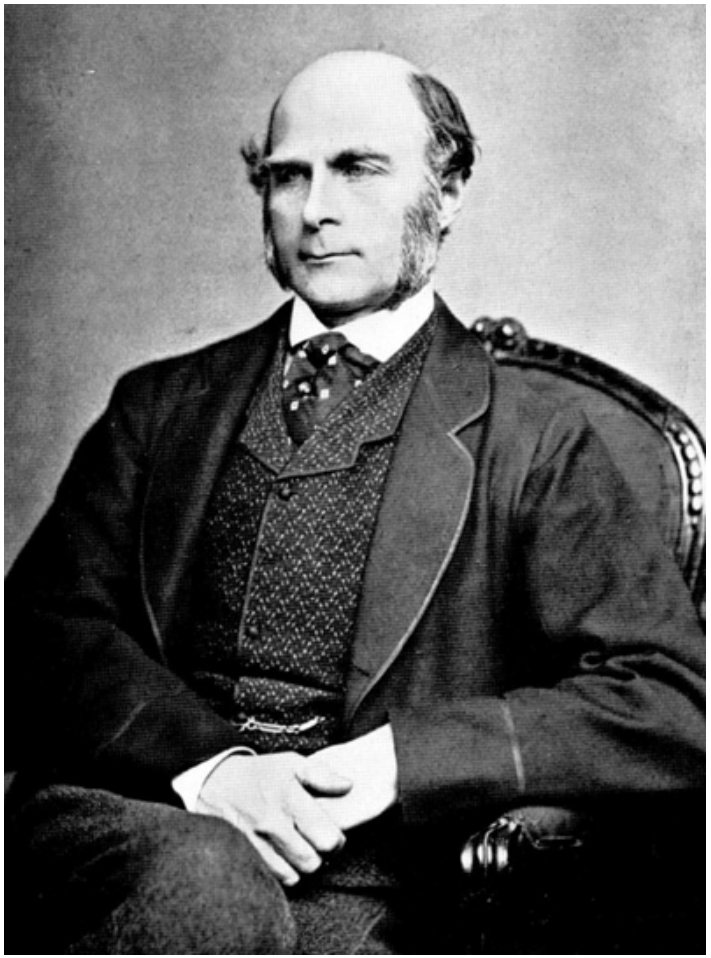
Flere ældre, kroniske syge, færre på arbejdsmarkedet



Flere psykisk sårbare unge?

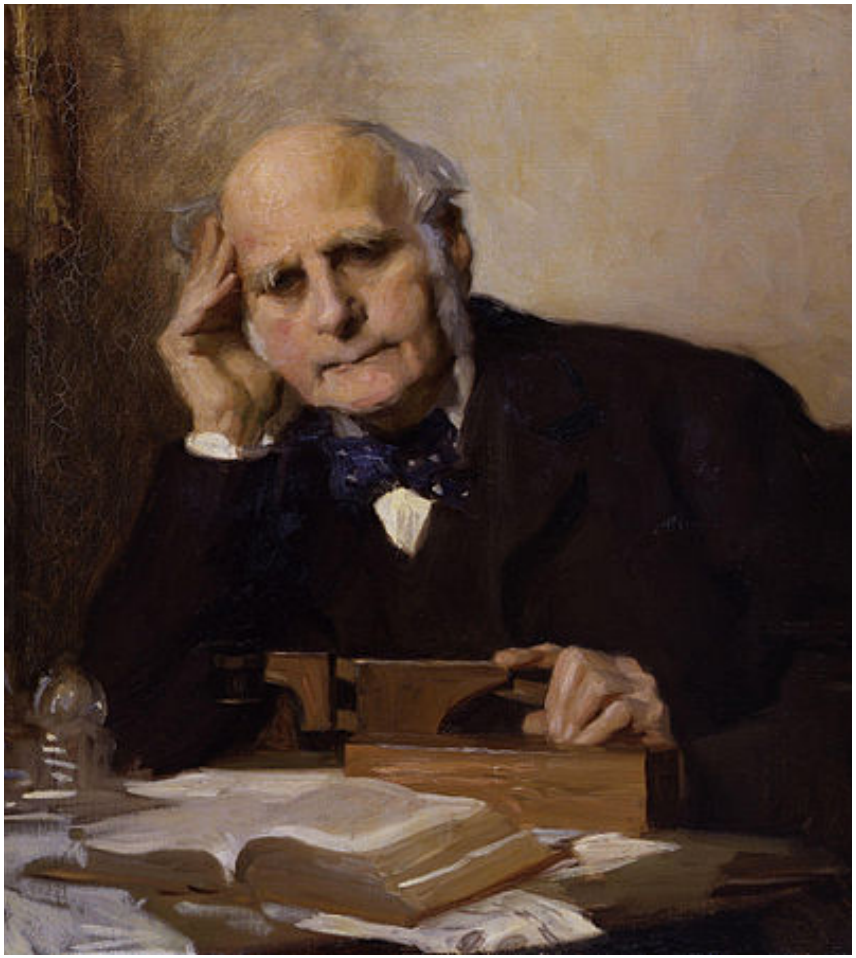


FRANCIS DALTON (1822-1911)



- Progressive polymath
- Sociologist
- Psychologist
- Anthropologist
- **Eugenicist**
- Tropical explorer
- Geographer
- Inventor
- Meteorologist
- Proto-geneticist
- Psychometrician

VOX POPULI



- PLYMOUTH 1906
- 800 MENNESKER
- EN SLAGTET KO
- GENNEMSNIT PÅ GÆT 1207 PUND
- REEL VÆGT 1198 PUND

WISDOM OF THE CROWD

to compete
or
collaborate

CROWDREFLECTION.COM?

MIT Center for Collective Intelligence

While people ha
new communica
huge numbers
ways. The succ
that the time is
the MIT Center
take advantage

Harvard Business Review

SOCIAL ENTERPRISE

Collaboration Is the New Competition

by Ben Hecht

JANUARY 10, 2013

SAVE | SHARE | COMMENT 0 | TEXT SIZE | PRINT

Leaders and organizations are acknowledging that even their best individual efforts can't stack up against today's complex and interconnected problems. They

NEW COLLABORATIVE MODELS

The Centre for Collaborative Health explains why European health challenges call for new collaborative models

Europe will face a number of complex health challenges over the coming decades. We will see the development in health perspectives move from a primary focus on disease to a focus on the individual. A growing understanding of mental health as an important factor and the technological development, especially smart phone platforms, drives this development. With this follows a fast and more user driven and centred health perspective than we have seen before. We have the potential to secure the participation of Europeans in the development of the best solutions and further secure that these are well documented based on the unique European infrastructure for testing integrated health solutions.

The Danish Centre for Collaborative Health at Aarhus University (susa.au.dk)

The centre facilitates collaboration between researchers at Aarhus University and societal actors to solve health-related issues. The centre aims to support cross-disciplinary collaboration with public stakeholders through a variety of approaches including new user-centred models for collaboration between research, public authorities and company stakeholders. The centre includes researchers from all the scientific faculties of Aarhus University – bringing the health sciences together with the social sciences, humanities and natural sciences. The centre also aims to facilitate innovative, interactive and resilient collaborative models.

- BRUGERE I CENTRUM
- HELHEDSTILGANG TIL SUNDHED
- FÆLLESFORSTÅELSE AF TRIVSEL OG SUNDHED

FÆLLES FORSTÅELSE?

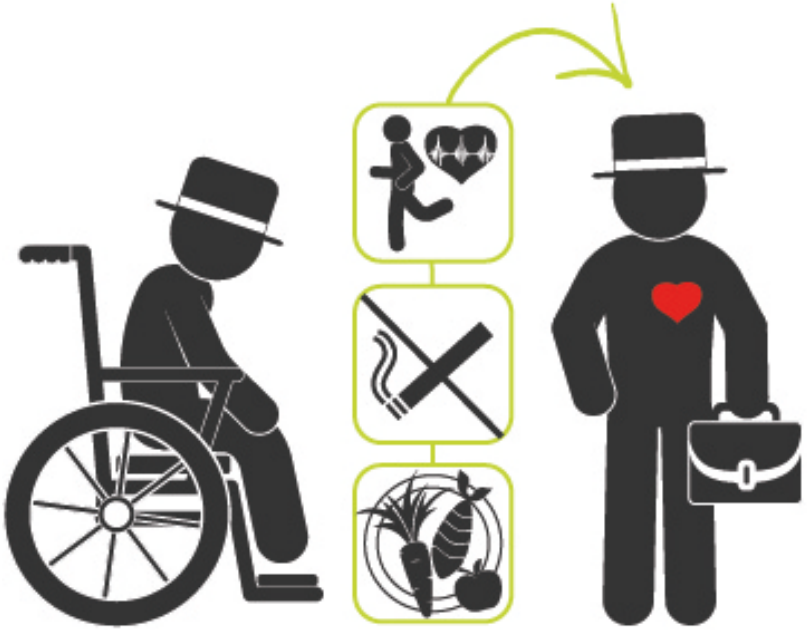
HVAD ER SUNDHED?

EN GAMMEL HISTORIE

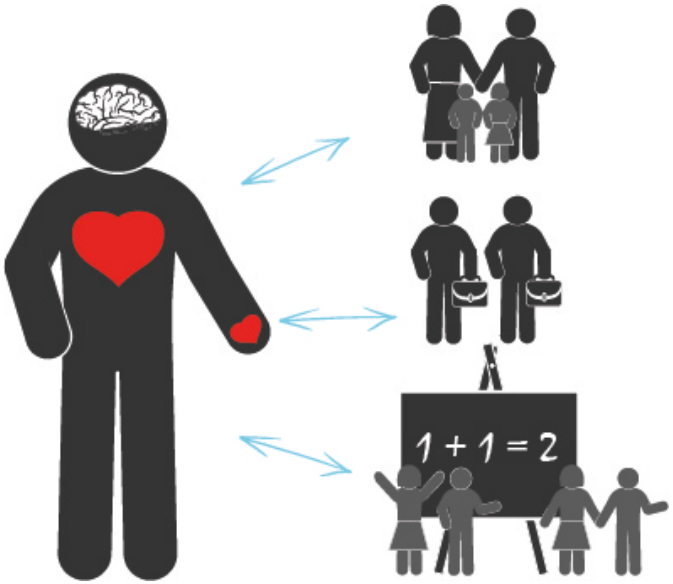
EN GAMMEL HISTORIE

Sundhed- Version 1.0 (Immunitet)

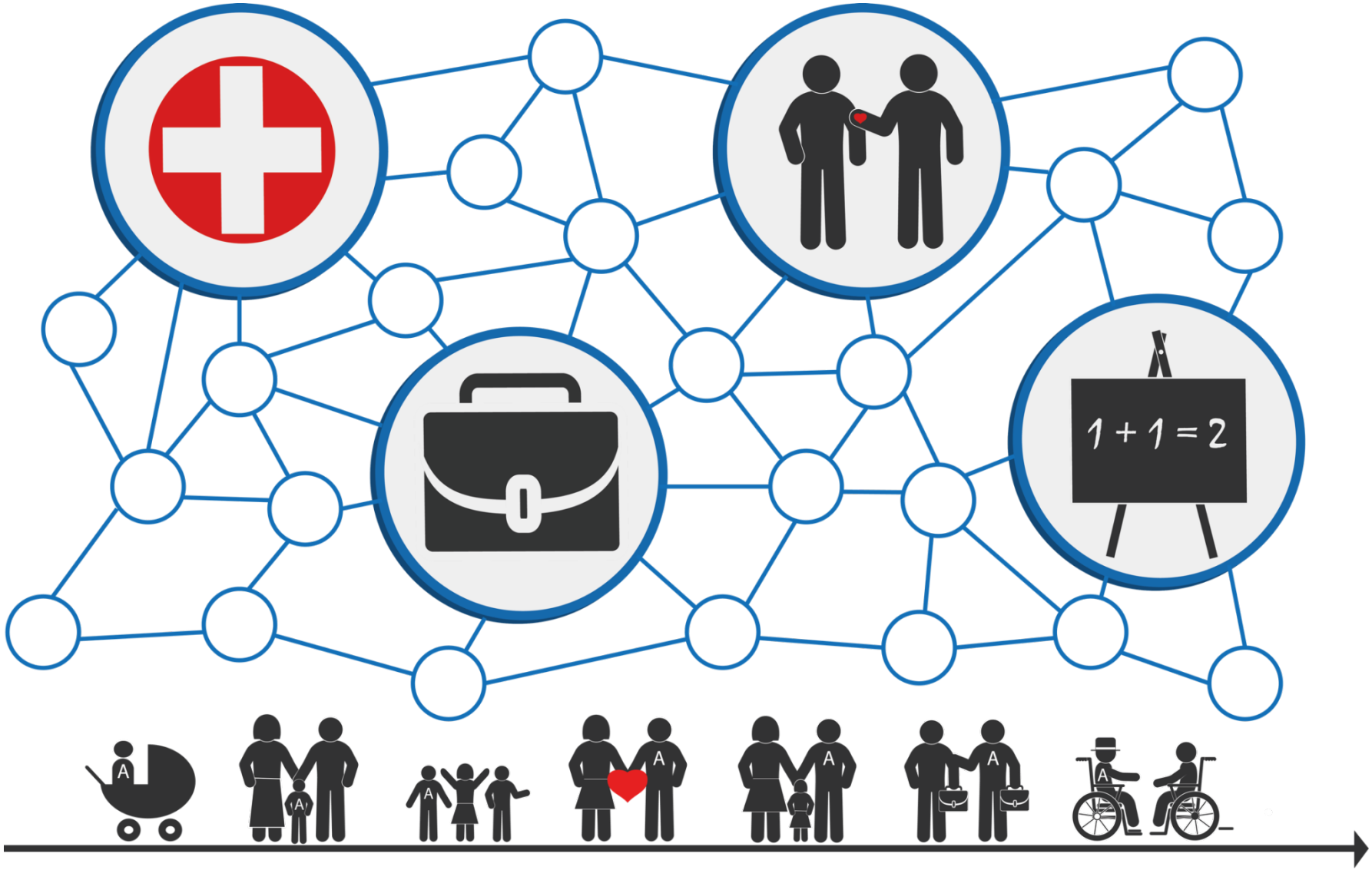
Sundhed- Version 2.0 (Metabolisk)



Sundhed- Version 3.0 (Mentalt)

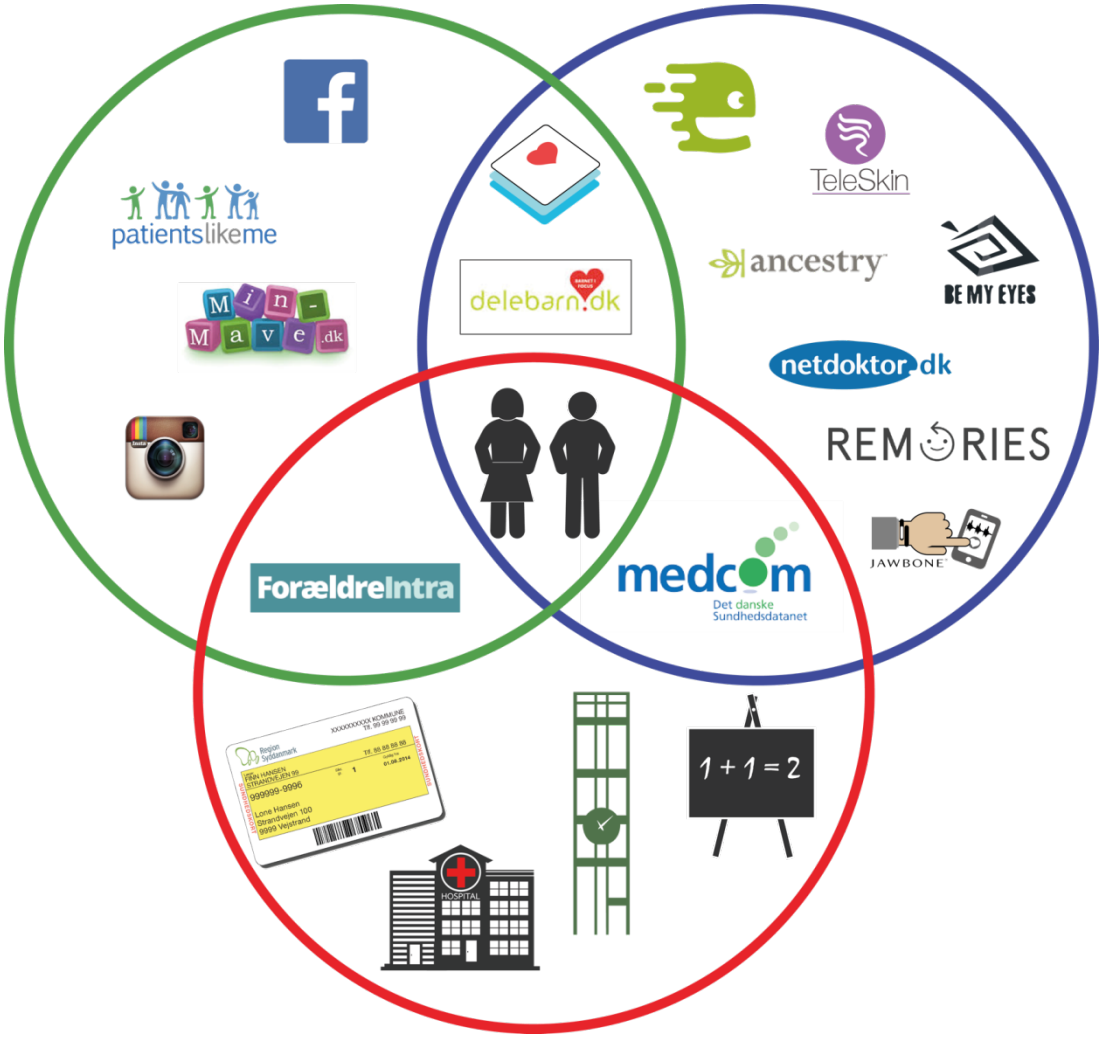


OVERORDNET FORSTÅELSE



DET DANSKE POTENTIALE

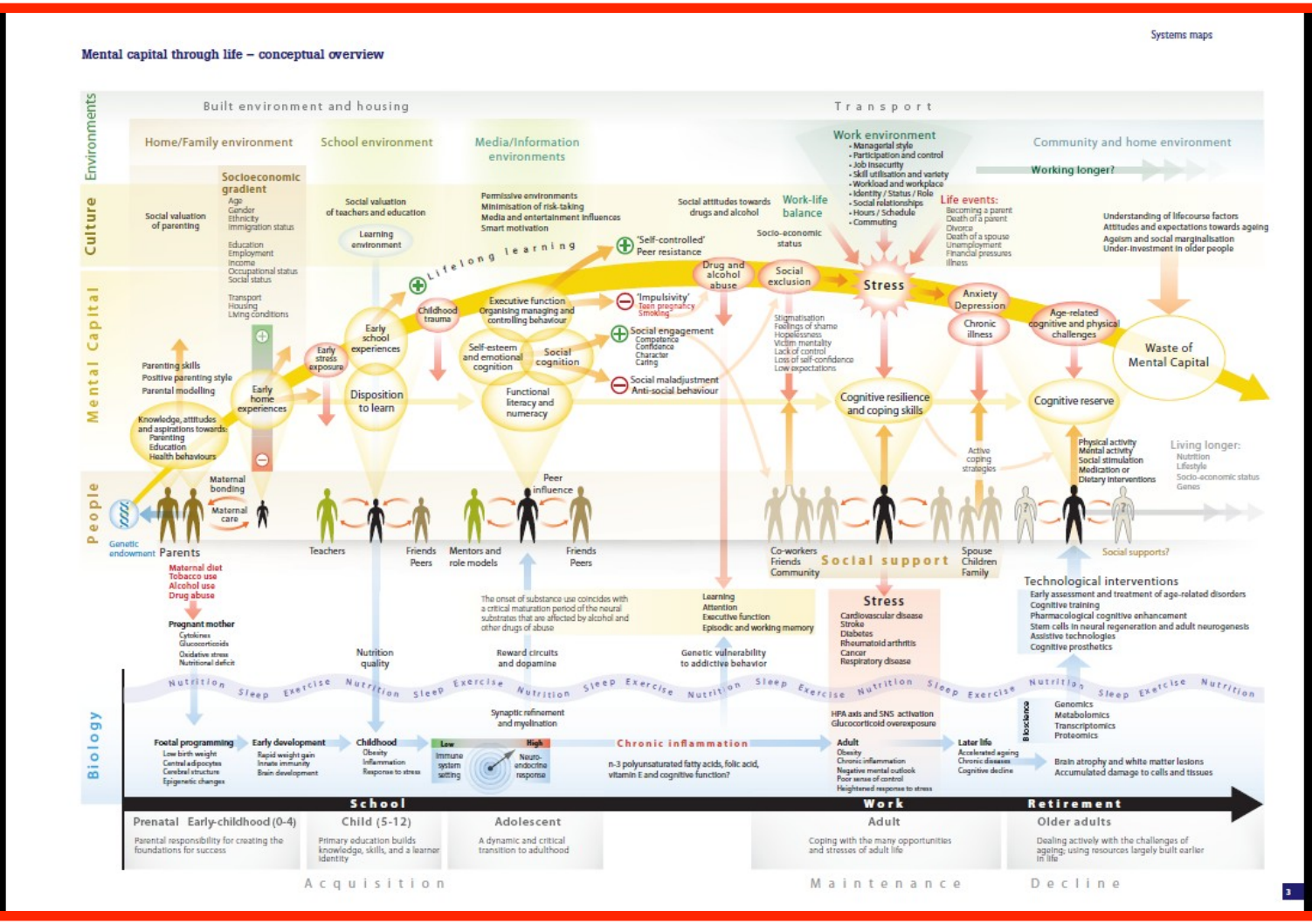
SOCIALE PLATFORME



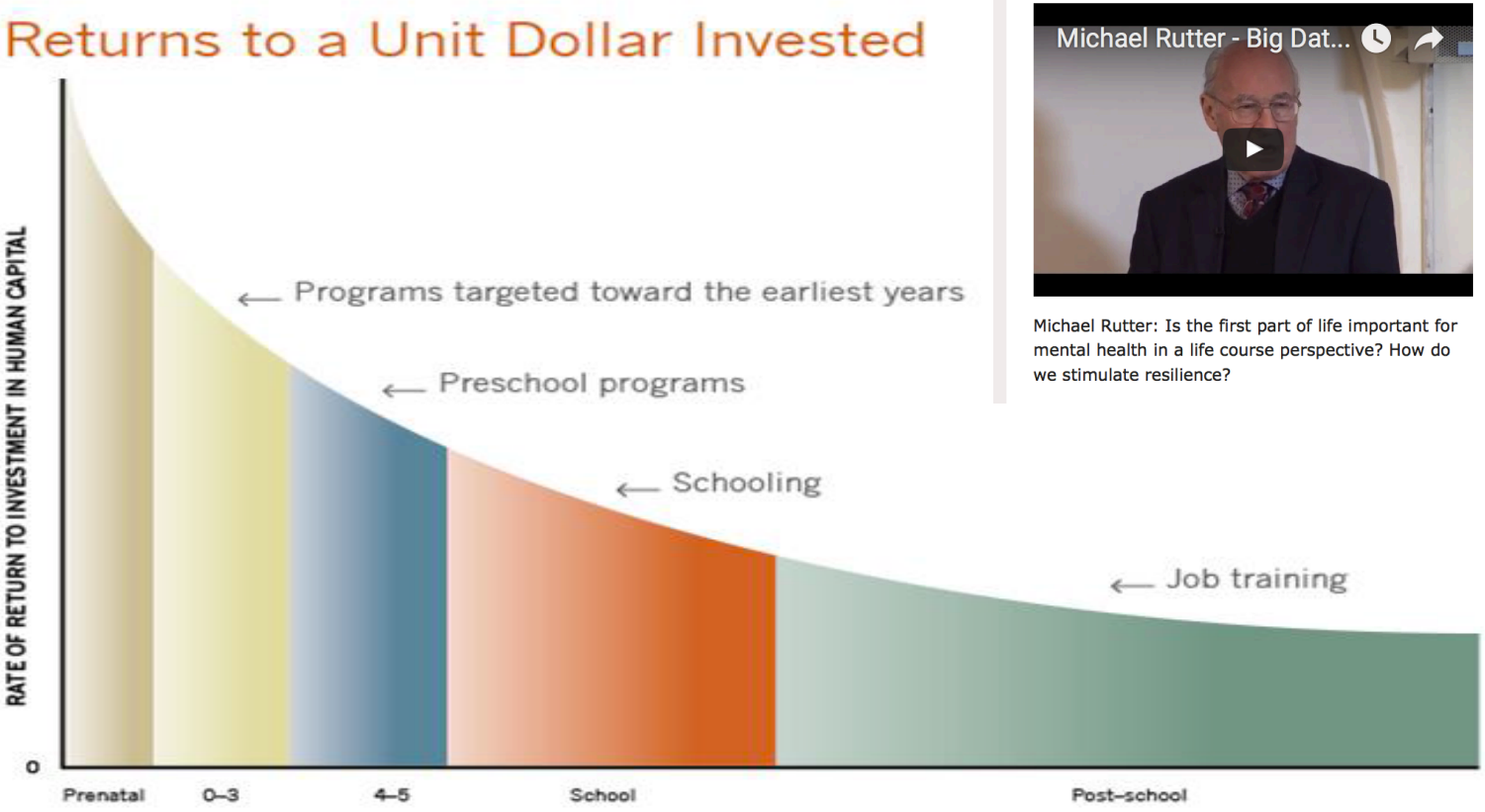
PRIVAT DREVNE SUNDHEDS LØSNINGER

DET DANSKE SUNDHEDS- OG VELFÆRDSSYSTEM

MENTAL KAPITAL GENNEM LIVET



INTERNATIONALT PERSPEKTIV



Source: Heckman (2008)

Michael Rutter: Is the first part of life important for mental health in a life course perspective? How do we stimulate resilience?

ER DER BEHOV FOR ET NYT VACCINATIONSPROGRAM?

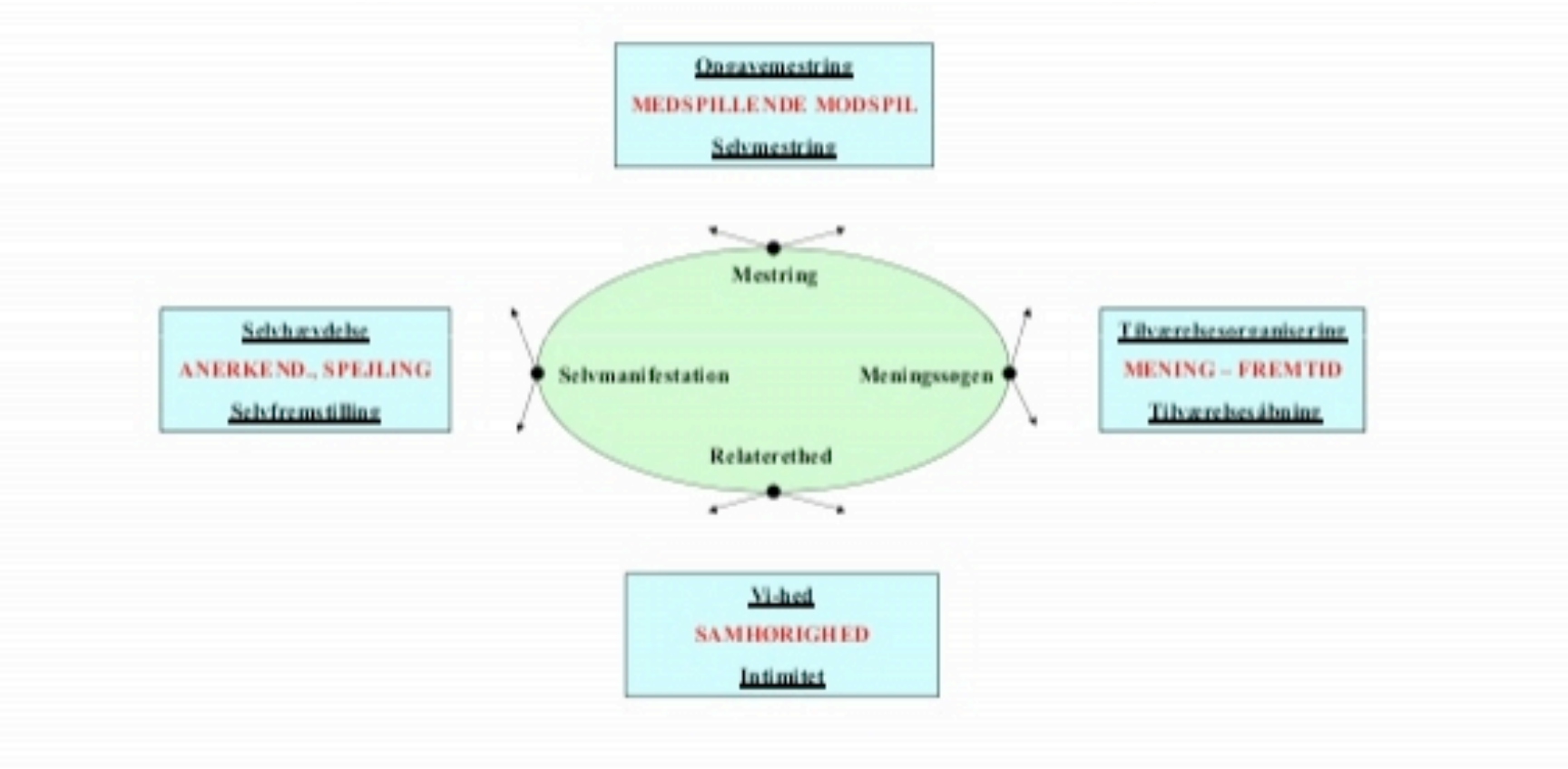
FÆLLES FORSTÅELSE?

TRIVSEL & MENTAL SUNDHED

KAN MAN MÅLE TRIVSEL?

HVAD ER TRIVSEL?

VITALISERINGSMODELLEN



hed som mere og andet end lykke og livstilfredshed. Vi betragter mental sundhed som *en tilstand af trivsel, hvor man kan udvikle og udfolde sine evner, håndtere belastninger, indgå i positive sociale relationer og bidrage til fællesskabet.*

Tabel 1. *Svarfordeling på udvalgte spørgsmål til eleverne før og efter indsatsen på indsats- og sammenl*

Andel der…	Indsat (n=121
	Før
Er glade for deres skole[1)]	82,7
Er glade for deres klasse[1)]	85,5
Bevæger sig dagligt i frikvarteret[2)]	87,0
Er enige i, at der er gode muligheder i for fysisk aktivitet i pauserne[3)]	85,5
Synes godt om idrætsundervisningen[4)]	80,4
Er enige i, at de er med til at bestemme i idrætsundervisningen[3)]	20,6

[1)] Meget tit eller Tit; [2)] Flere gange dagligt eller Dagligt; [3)] Helt enig eller Enig; [4)] Meget godt eller Godt

Figur 2. Trivselsskalaen. På linjerne angiver barnet med et mærke i hvor høj grad det (1) har det godt, der hvor det bor, (2) har det godt i skolen, (3) har det godt med kammeraterne, (4) har det godt med familien og (5) det godt med sig selv.

BØRNENE BURDE VIDE DET

- **Efter 3. klasse skal eleverne kunne forklare, hvad der fremmer sundhed og trivsel i eget liv.**
- **Efter 6. klasse skal de kunne fremme sundhed og trivsel på skolen**
- **Efter 9. klasse skal de kunne fremme sundhed og trivsel med udgangspunkt i demokrati og rettigheder.**

WHO definition på mental sundhed

En tilstand af velbefindende hvor den enkelte

1. **yde sit bidrag til fællesskabet**
2. **udfolder sit potentiale**
3. **kan magte dagligdagens almindelige udfordringer**
4. (kan arbejde produktivt og udbytterigt)

(WHO 2002).

World Health Organization

Sundhedsstyrelsens definition på mental sundhed

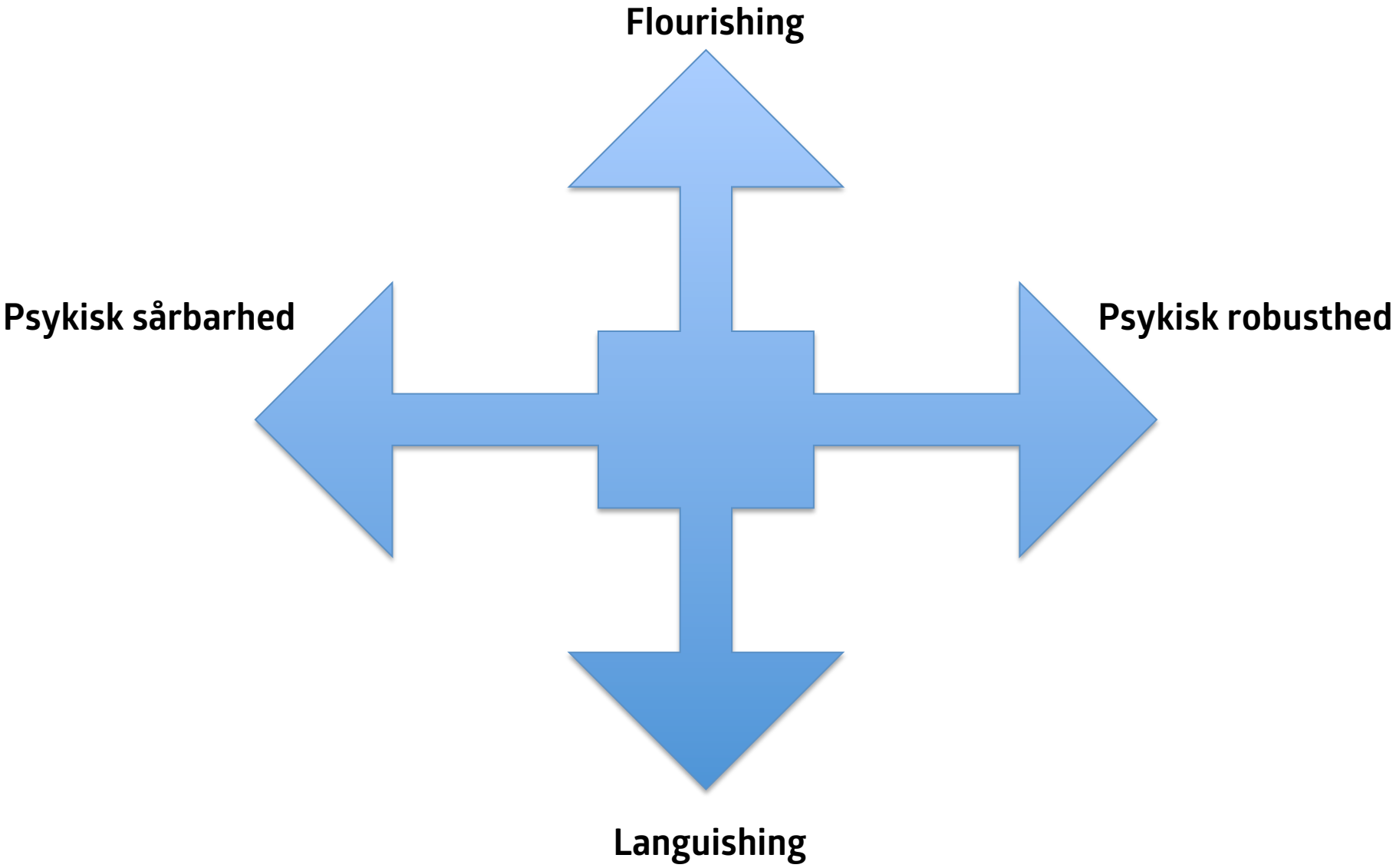
Som en tilstand af trivsel,

- hvor individet kan udfolde sine evner
- kan håndtere dagligdags udfordringer og stress,
- indgå i fællesskaber med andre mennesker

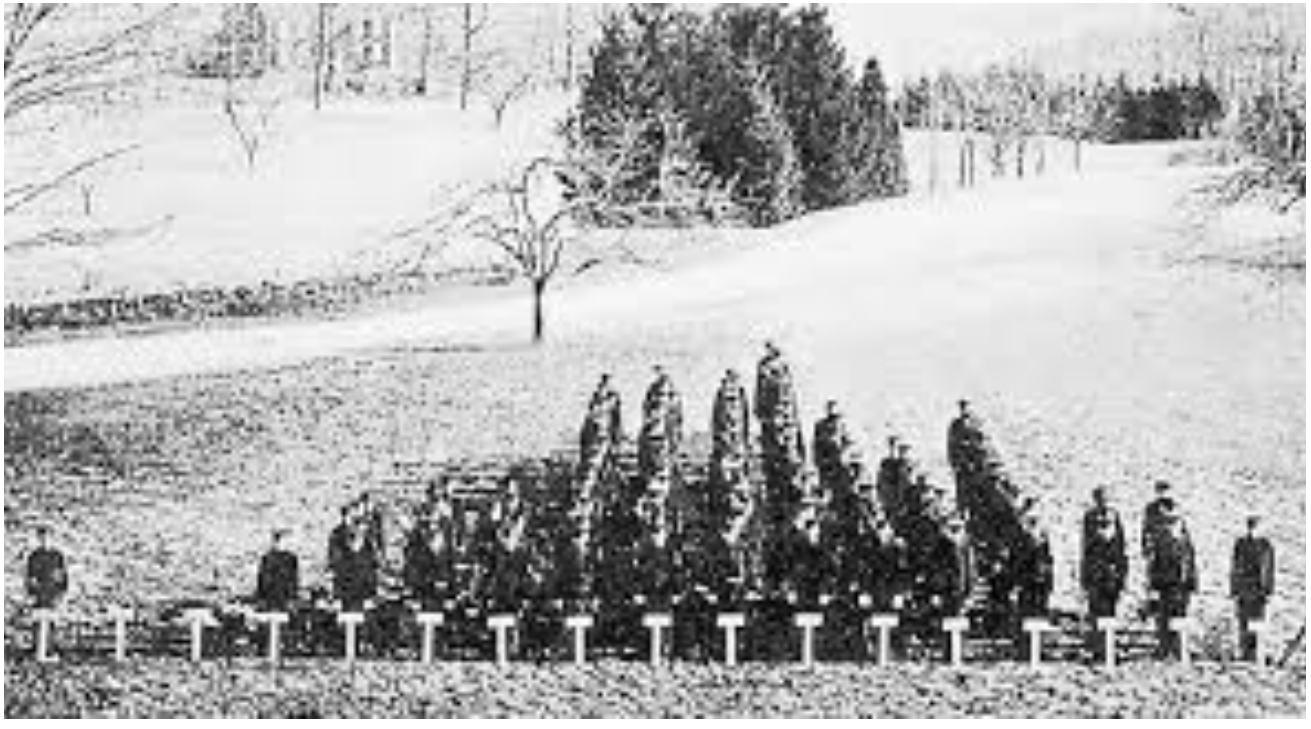
(Sundhedsstyrelsen 2008 og 2012).

Sundhedsstyrelsen

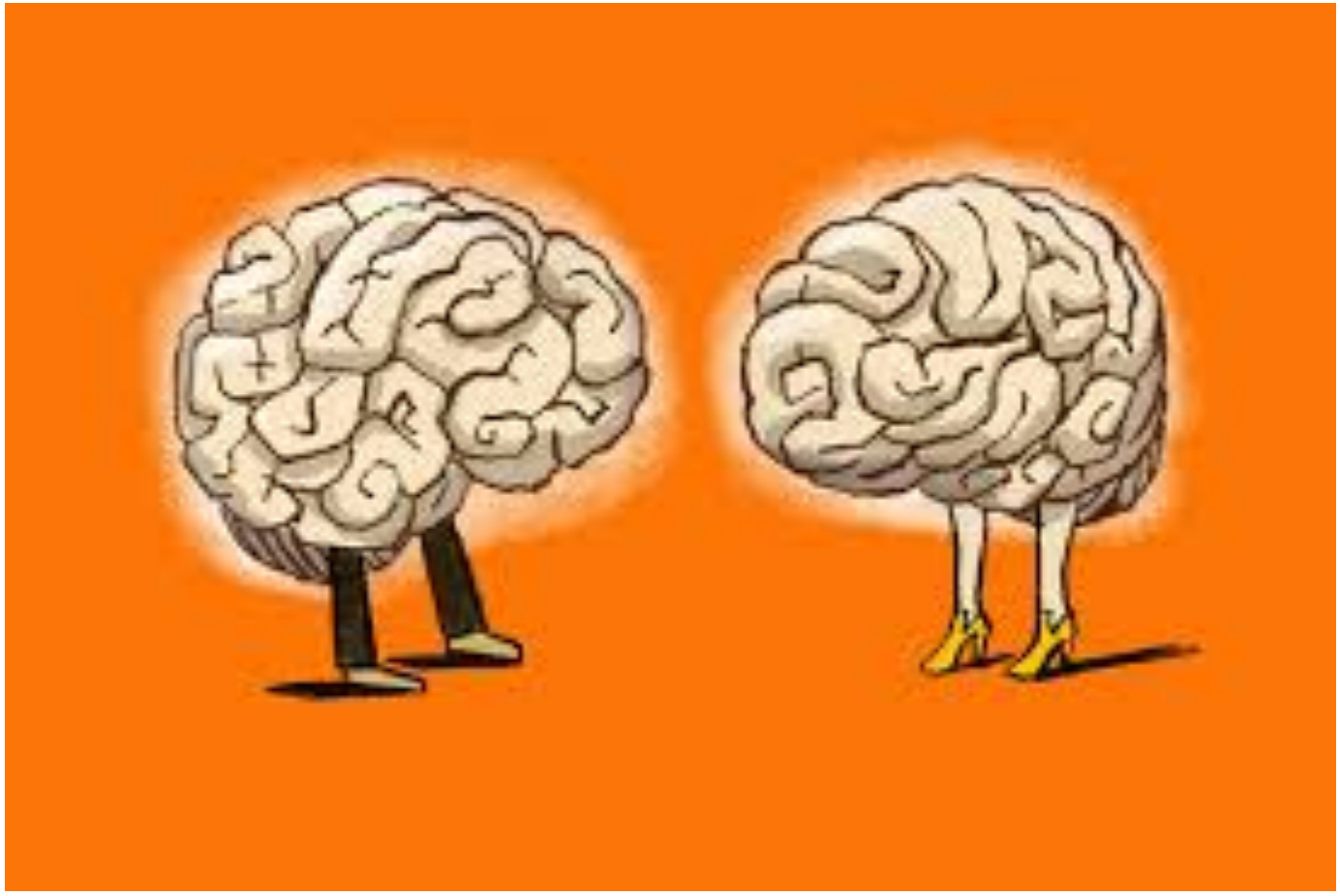
MENTAL SUNDHEDSDIMENSION



1. Vores biologiske ramme er forskellig

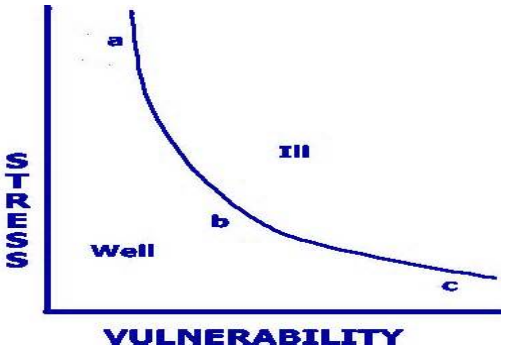


2.Mennesker er sociale væsner



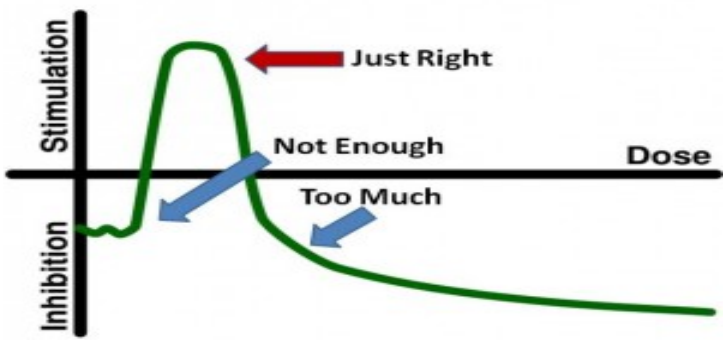
3. Langvarig stress er usundt?

Stress sårbarhedsmodellen

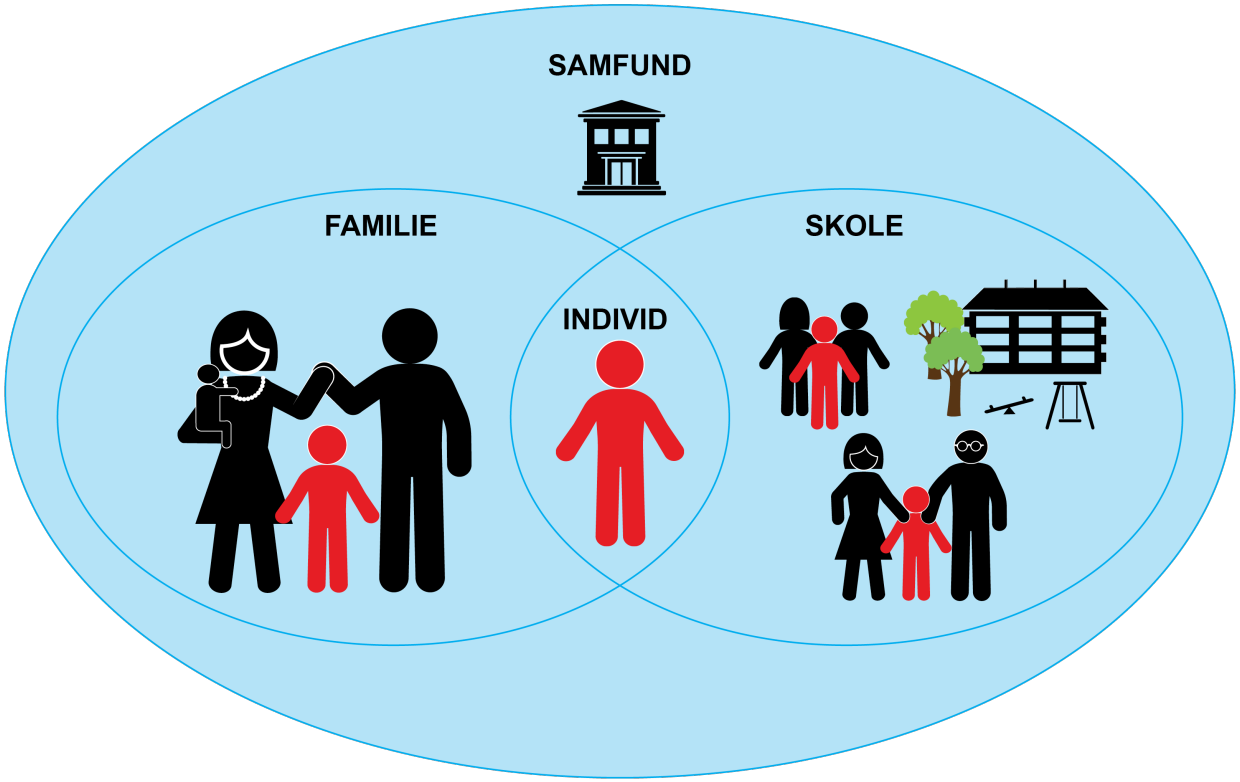


4.Positiv stress er sundt?

Stimulation udviklingsmodellen



FINDES DER EN SÆRLIG DANSK MODEL FOR SOCIAL RESILIENS?



FÆLLES FORSTÅELSE?

HVORDAN FREMMER VI TRIVSEL?

RAPPORT FOR SUNDHEDSSTYRELSEN

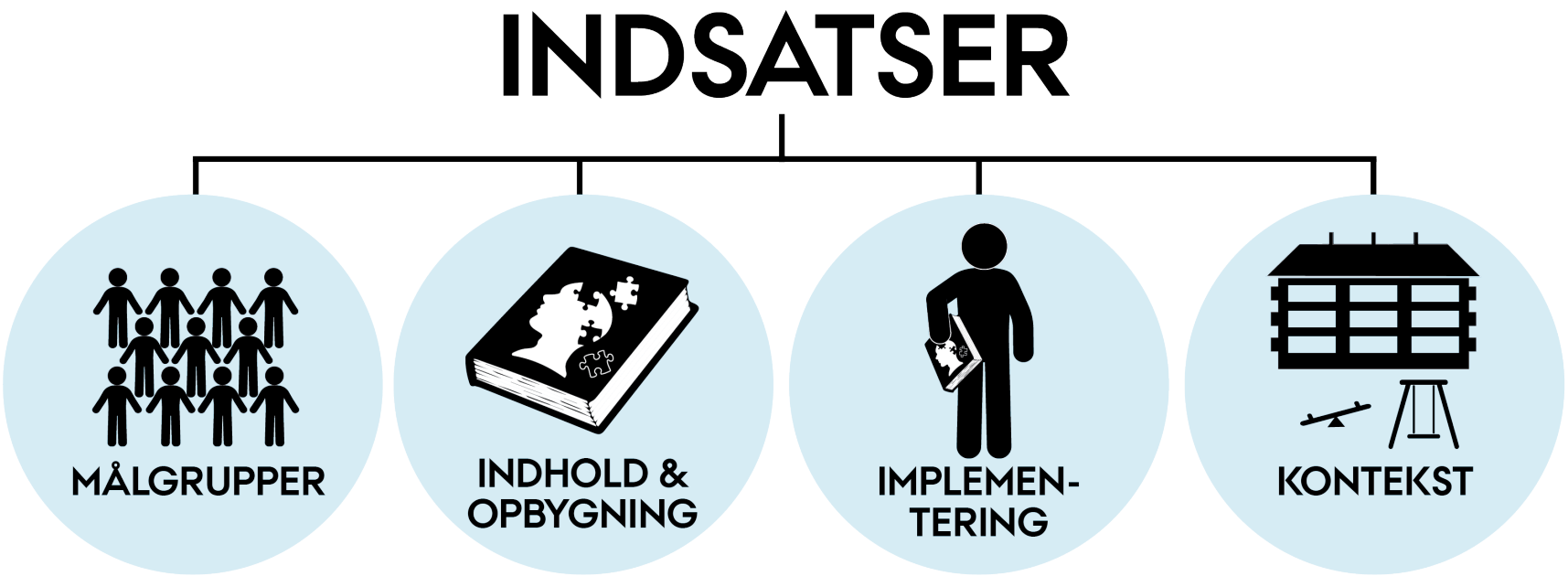
- Tusindevis af indsatser
- Metode
  - Systematisk søgning
  - Klyngesøgning og metaanalyser
- 4810 studier identificeret
- Kvalitetsvurdering
- 126 af god eller middel kvalitet
  - Effektmåling af 93 indsatser

TYPER AF INDSATSER

SKOLE INDSATSER

- Universelle
  - Børns Vilkårs Trivselsforløb
  - Ung hjerne
  - Læringsmiljø og Pædagogisk analyse (LP)
  - Reach Out
  - Destination Trivsel
  - STÆRKE SAMMEN
  - Perspekt
  - Kærlig Talt
  - Zippys Venner
  - Min Glade Bog i Skolen
  - Min Styrkebog i Skolen
  - Styrkespillet
  - Du bli'r hvad du tænker
  - LIVSPARAT
  - Fri for Mobberi
  - De Utrolig År – Dino
  - Stor Gruppe
  - ABC for mental sundhed
- Målrettede
  - Aggression Replacement Training (ART)
  - Åben og Rolig for Unge
  - Back2School
- Kombinerede
  - Diamantforløbene
  - Projekt Optur
  - SPILLERUM
  - Positiv Adfærd i Læring og Samspil (PALS)

Gennemgående tendenser



- motivation
- alder
- behov

- teoretisk forankring
- forældreinddragelse
- aktiviteter

- overholdelse af indsatsen
- deltagelse
- fagpersonalets viden og erfaring

- kultur
- behov
- udfordringer

Viden til praksis forslag

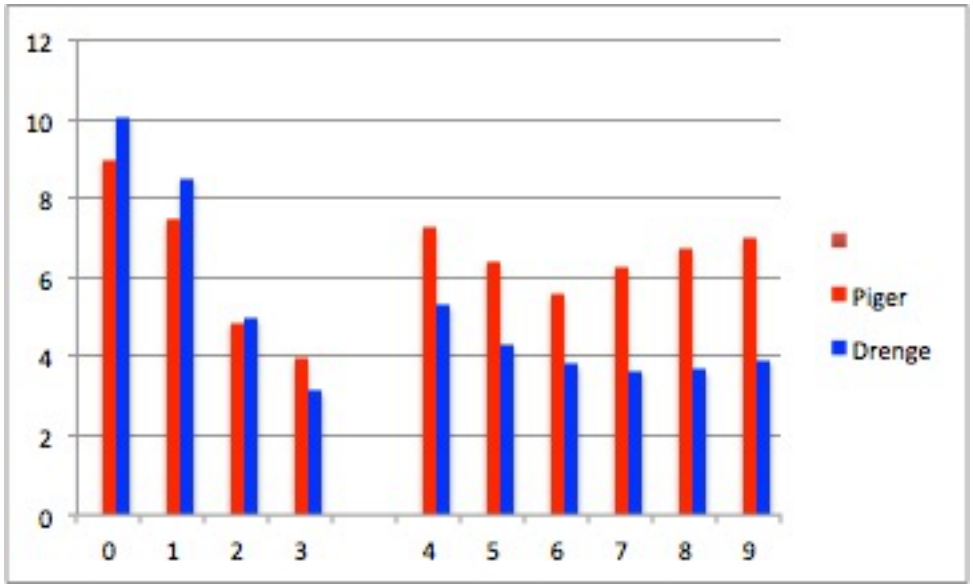
- Tilpasning af indsatser til skolens profil
- Fokus på teoretisk forankrede og gennemgående indsatser
- Prioritere implementering via viden, ejerskab og motivation
- Etablere systematisk opfølgning og evaluering af indsatsernes effekt. Det bør udnyttes at vi i Danmark måler mental sundhed til en systematisk måling af effekt
- Indsatser kan med fordel kombinere universelle og mere målrettede da nogen børn har brug for mere intensive indsatser (Stepped care)
- Indsatser bør starte tidligt og på tværs af faglighed

Hvad bør vi undersøge nærmere

- Tilpasning til individuelle behov bør udvikles
- Indsatsers effekt på reduktion af social ulighed bør undersøges bedre
- Indsatser med inddragelse af teknologiske løsninger bør udvikles og undersøges
- **Indsatser bør sammentænke læring, mental og fysisk sundhed**
- **Kan vi bruge de fælles læringsmål i skolen om sundhed og trivsel som en ramme for at fremme mental sundhed**

DANSKE POTENTIALER

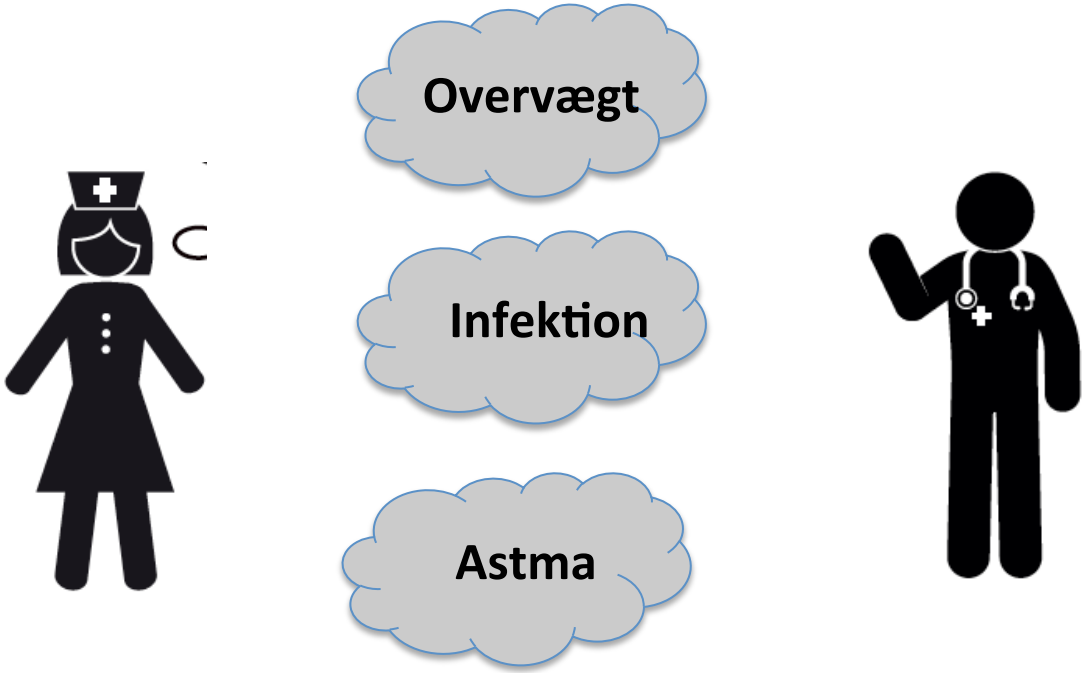
- 98 kommuner
- Årlige mål for mental sundhed
  - UVM trivselsmål
  - Børns Sundhed
  - Skolesundhed.dk
  - Ungeprofilen.dk



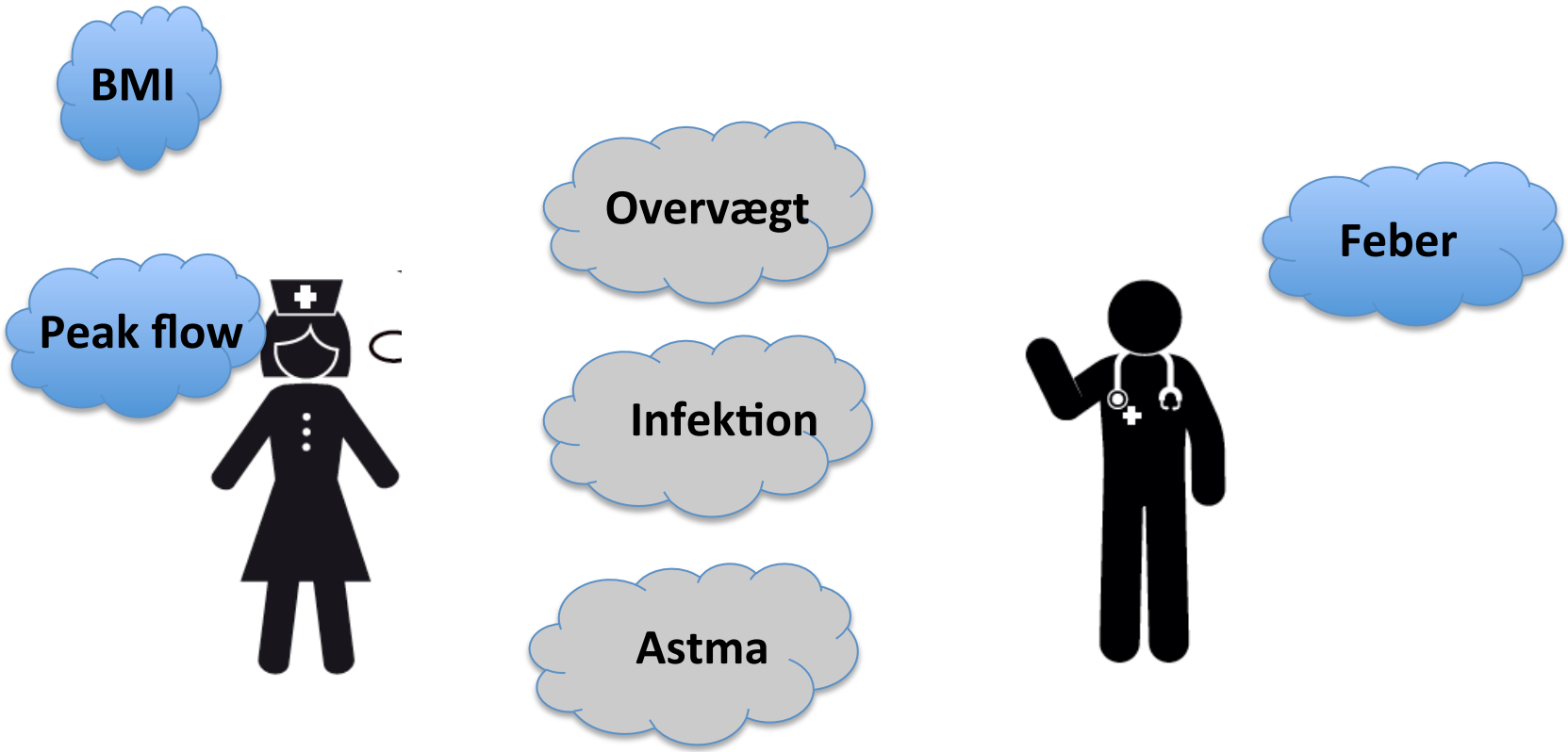
YOUNGHOOD
You Only Have One anOther
"YOHOO..."
Barack Obama
"YOHOO..."
Dalai Lama
"YOHOO..."
Helle Thorning
"YOHOO..."
Lars Løkke
"YOHOO..."
Nelson Mandela
"YOHOO..."
Kofi Annan

Fælles forståelse

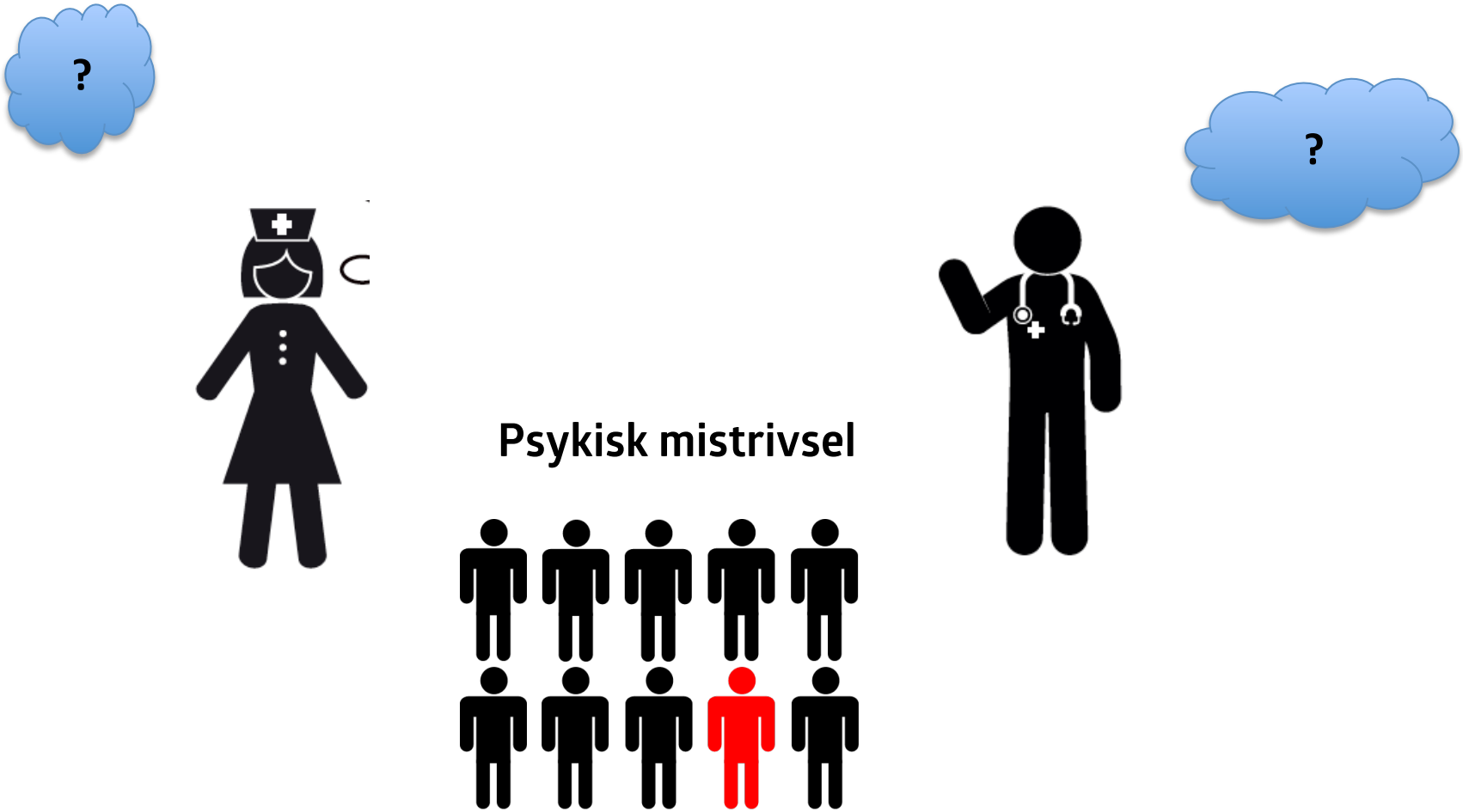
Fælles forståelse



Fælles forståelse



Fælles forståelse



Den sorte svane