

Annonce

Trivselskommissionens 35 anbefalinger er både stilet mod børn, forældre, politikere og lokalsamfund.

Overblik: Her er Trivselskommissionens anbefalinger

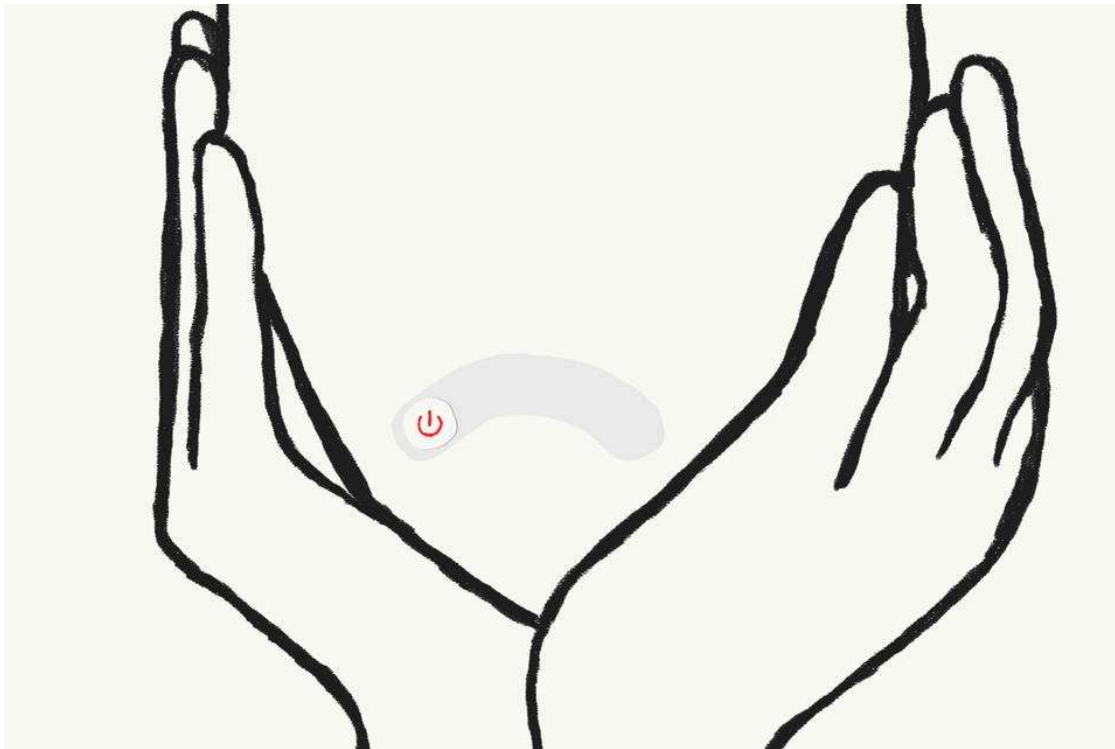


Illustration: Rasmus Vendrup

DANMARK
25. FEBRUAR 2025, 09.31

LYT TIL ARTIKLEN

🔖 GEM ARTIKLEN
07:47

PERNILLE MAINZ
Journalist



CECILIE LUND KRISTIANSEN
Uddannelsesredaktør



Forældre skal være mindre overbeskyttende, karakterskalaen skal ændres, og børn bør først få en smartphone, når de er 13 år gamle.

Trivselskommissionen er efter halvandet års arbejde klar med anbefalinger, der alt i alt skal hjælpe med til, at børn og unge trives bedre og kan have et godt liv.

Trivselskommissionens 35 anbefalinger er inddelt i 8 temaer, og anbefalingerne har meget forskellig karakter. Nogle er tilkendegivelser og

oplæg til debat, mens andre er mere konkrete anbefalinger rettet mod myndigheder.

Politiken giver dig her et overblik.

1. Nyt sprog for trivsel

Kommissionen anbefaler, at alle gør sig umage med at ændre den måde, der tales om trivsel og mistrivsel på, så almenmennesskelige forhold ikke beskrives med sundhedsfaglige begreber.

Det gælder, uanset om man er politiker, forsker, debattør, journalist, forælder eller ung.

Hvis vi ikke bliver mere nuancerede i vores sprog, er der risiko for, at vi skaber urealistiske forventninger til tilværelsen, og at vi ikke formår at skelne mellem mistrivsel og sygdom.

Trivselskommissionen har udarbejdet en definition af trivsel, som den opfordrer til, at de nationale trivselsmålinger på uddannelsesområdet tager udgangspunkt i, ligesom der bør være færre målinger. Dog bør der på dagtilbudsområdet være flere kvalitetsundersøgelser og undersøgelser af børns trivsel.

Kommissionen anbefaler også, at kommunerne ændrer

retning, så de i højere grad har fokus på børns og unges behov frem for på diagnoser, når de vurderer, hvem der har brug for hjælp og støtte. Derudover opfordrer den til, at der nedsættes en ekspertgruppe, der skal se nærmere på det stigende antal diagnoser på børne- og ungeområdet.



Egenskaber som selvregulering, vedholdenhed, tro på egne evner og ansvarsfølelse skal styrkes

DEFINITION

Hvad er trivsel?

Med sin definition af trivsel forsøger Trivselskommissionen at give børn og unge en mere retvisende og nuanceret forståelse af, hvad det vil sige at trives.

Ifølge kommissionen efterlades man alt for tit med det indtryk, at børn og unge enten kan være i trivsel eller mistrivsel, ligesom der også er brug for at skelne mellem mistrivsel og sygdom.

Man trives, når man overordnet set er glad for sit liv. Man trives, når man kan udvikle sig, udfolde sine evner samt indgå i og bidrage til fællesskaber. Man kan trives, selv om man oplever perioder med modgang og udfordringer. Det afgørende er, at man kan håndtere sådanne perioder.

2. Et afbalanceret digitalt liv

Kommissionen konstaterer, at der er brug for en stærkere beskyttelse af børns og unges digitale liv.

Den anbefaler derfor, at børns smartphonedebut udskydes, til de er 13 år. På alle grundskoler og i sfo og fritidshjem skal smartphones helt forbydes, mens alle ungdomsuddannelser skal have en skærmpolitik. Derudover skal der på skoler og ungdomsuddannelser være firewalls, der blokerer for hjemmesider, der ikke er relevante i undervisningen.

Derhjemme skal de voksne være gode digitale rollemodeller og gå foran med det gode eksempel. Derfor skal familiers skærmaftaler også gælde de voksne.

Kommissionen anbefaler desuden, at regeringen lægger pres på EU for en strengere regulering af techgiganterne, og påpeger, at det kommende danske EU-formandskab er en oplagt anledning. Derudover lyder den anbefaling, at børns og unges idrætsaktiviteter ikke livestreames.

3. Karakterdannelse og myndiggørelse

En styrkelse af børns og unges karakterdannelse er ifølge kommissionen et afgørende element i at fremme trivsel.

Egenskaber som selvregulering, vedholdenhed, tro på egne evner og ansvarsfølelse skal styrkes og være en højere prioritering for dagtilbud og folkeskole. Konkret skal det være en del af institutionernes formål og en del af uddannelserne til pædagog og lærer.

Karakterdannelsen er også centrum for flere andre anbefalinger, der går på, at flere unge skal på efterskole, på højskole, have et fritidsjob og opnå erfaring med frivillighed.

Kommissionen anbefaler også mere kunst og kultur til unge, fordi det kan vække deres nysgerrighed og gøre dem optaget af noget, der ligger uden for dem selv.

4. En tidssvarende pædagogisk praksis

Pædagogikken er ifølge kommissionen en central komponent i forebyggelse af mistrivsel.

Kommissionen anbefaler derfor en »tidssvarende pædagogisk praksis« i dagtilbud, på skoler, på ungdomsuddannelser og på videregående uddannelser. Det skal kaste lys på de pædagogiske principper, der kan reducere mistrivslens og skabe stærke fællesskaber. Derudover skal kommunerne prioritere almenområdet, så flere kan trives her.

Kommissionen anbefaler også, at karakterskalaen ændres, og at prøvetrykket i folkeskolen justeres, så elevers og læreres fokus fjernes fra prøver og rettes mod elevernes generelle læring og udvikling.

På gymnasieområdet skal det ifølge kommissionen undersøges, hvordan karakterer kan bruges mere hensigtsmæssigt, og så skal der være færre klaseskift i gymnasiernes grundforløb.

5. Fællesskaber i fritiden

Børn og unge er i dag sjældnere sammen med deres venner, end det var tilfældet for 15 år siden, men deltagelse i fællesskaber

har afgørende betydning for børns og unges trivsel, skriver kommissionen.

Derfor anbefales det, at forældre sørger for, at alle børn og unge har en fritidsaktivitet sammen med andre, der opleves som meningsfuld. Og at alle



Kommissionen ønsker også at starte en debat om det moderne forældreskab

kommuner har en fritidspasordning, så forældre kan få økonomisk støtte til kontingenter og udstyr.

Kommissionen opfordrer også ungdomsuddannelserne til at fremme sunde fællesskaber, blandt andet ved at have en alkoholfri studiestart og en alkoholpolitik. I grundskolen opfordrer kommissionen til, at forældrene laver alkoholaftaler, senest når børnene går i 7. klasse.

6. Krop og bevægelse

Fysisk aktivitet, leg, motorik og bevægelse skal prioriteres både for at styrke børnenes og de unges fysiske helbred og deres mentale trivsel. Det skal derfor prioriteres i både dagtilbud og folkeskole.

Derudover skal børn og unge have en realistisk kropsopfattelse, og det kan ifølge kommissionen blandt andet styrkes ved, at omklædningsrum i grundskolen, på ungdomsuddannelser og i foreningslivet gøres til smartphonefrie rum.

7. Tidlig og rettidig indsats

Hvis børn eller unge har trivselsrelaterede udfordringer, skal der sættes tidligt ind.

Kommissionen opfordrer kommunerne til at have et fortsat fokus på systematisk at spotte de børn og unge, hvor der skal sættes ind med en forebyggende indsats. Det skal ske på tværs af forvaltninger.

Derudover skal flere tiltag, der skal sikre en tidlig indsats, fortsat prioriteres.

8. Forældreskab anno 2025

Kommissionen ønsker også at starte en debat om det moderne forældreskab.

Forældre er tiltagende optaget af deres børns velbefindende, og det er ifølge kommissionen grundlæggende godt. Men det kan også føre til en overbeskyttende, overvågende og forhandlende opdragelse, der stik mod hensigten risikerer at medføre dårligere trivsel og et svækket blik for barnets fællesskaber.

Kommissionen kommer derfor med syv opfordringer til forældre, der blandt andet skal stille »alderssvarende og kærlige krav« og være tydelige om rammer og værdier. Forældre skal også begrænse overvågningen af deres børn og



Foto: Philip Ytournal/POLITIKEN

KÆRE FORÆLDRE

Del jeres historie

Velmenende forældre lader deres børn i stikken, når de overbeskytter og møder dem med for få krav, lyder det blandt andet fra Trivselskommissionen.

På Politiken vil vi gerne invitere forældre til at deltage i debatten og ikke mindst dele erfaringer med det moderne forældreskab. Hvornår følte du sidst, at det hele bare kørte på skinner? Og hvornår faldt korthuset totalt sammen?

have tillid til, at de selv kan håndtere konflikter og udfordringer.

Hvis du har lyst til at dele dine erfaringer med os og andre forældre, så skriv til: minhistorie@pol.dk

I sin sidste anbefaling ser kommissionen gerne, at udsatte forældregrupper får mere hjælp, for eksempel gennem familiekurser.

CECILIE LUND KRISTIANSEN

FORTSÆT MED AT LÆSE



Kommission: Der er ingen trivselskrise blandt børn og unge



19-årig om 'diagnosesprog':
»Det er ligesom, når unge søger på, hvad deres stjerne tegn betyder«

Trivselskommissionen: Vi gør børn en bjørnetjeneste ved at overbekymre os

Trivselskommissionen: Her er syv opfordringer til at blive bedre forældre

MEST LÆSTE

1 Der går rygter om, at flere danske håndværkere sagde op i skræk: Nu bliver området kaldt spøgelsesbyen	2 Hun stod i den lokale brugs, da en skelsættende besked landede i e-Boks	3 Regering og Folketing gik i aktion: Nu fratages 28-årig kvinde dansk statsborgerskab
4 Elisabet Svane: De tør ikke sige det højt, men sådan ser regeringen på Trump	5 Soldater vil have mere i løn, men stor undersøgelse har vist, at de får en my for meget	6 Mand, du skal aldrig fortælle om dine tidligere kærester

Indholdet fortsætter efter annoncen