

MISTRIVSLEN HAR ALDRIG VÆRET VÆRRE – ELLER HVA´?

- FORSKNING, PÆDAGOGIK, MEDIER OG POLITIK

Lars Qvortrup

Professor emeritus

DPU, Aarhus Universitet

UNGDOMSSKOLEFORENINGEN



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS QVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS



DISPOSITION

- Offentlige myter om trivsel og mistrivsel
- Hvordan opstod disse myter: Mistrivsels-tsunamien
- Hvad ved vi? Trivsel og mistrivsel ifølge forskningen
- De "store" undersøgelser
- "Skærme" og mistrivsel
- Hvad kan vi gøre?



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS QVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS



OFFENTLIGE MYTER OM TRIVSEL OG MISTRIVSEL



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS ØVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS



OFFENTLIGE MYTER OM TRIVSEL, MISTRIVSEL OG SKÆRME

“Ifølge Mia Amalie Holstein var det (...) ikke en borgelig krise, der fik stifterkredsen (...) til at etablere den nye højskole. Ifølge hende var det snarere den omfattende mistrivselsskrise, der har ramt tusindvis af danske unge.” Artikel i Jyllandsposten d. 12/11/23 om nystiftet højskole.

“Efter årene med fri skærm og iPad i børnehaven er de voksne nu bekymrede over, hvad flimrende skærme gør ved vores børn.” Ditte Giese, Politiken d. 10/11/23

“Det er jo ikke trafikken, der er det farligste for børn nu. Det er den her”. Sådan sagde statsminister Mette Frederiksen (S) fra Folketingets talerstol i foråret 2023, imens hun holdt sin mobiltelefon op i luften



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS ØVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS



HVORDAN OPSTOD DISSE MYTER: MISTRIVSELS-TSUNAMIEN



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS OVORTRUP
PROFESSOR EHERITUS



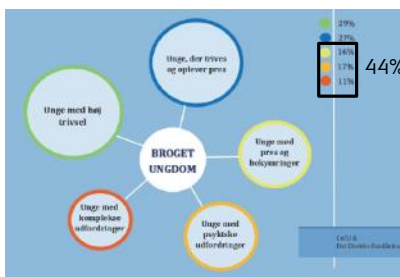
10. oktober 2022

Datagrundlag: 37 unge som alle som udgangspunkt "kæmper med stress, angst, depressivitet, ensomhed, præstationspres m.m...."

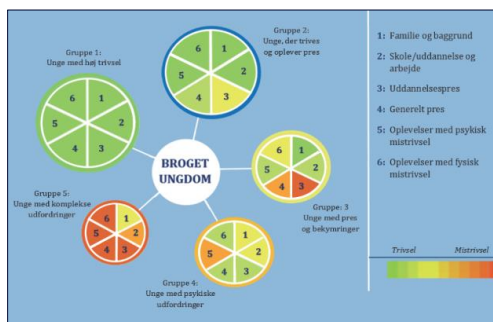
Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering

Om ny udsathed i ungdomslivet

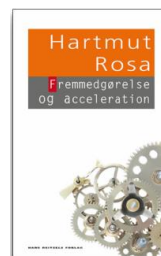
Noemi Katznelson
Mette Pless
Anne Görlich



"Analysen bekræfter (...) billedet af et senmoderne ungdomsliv præget af et højt præstations- og accelerations-pres og nye udsathedformer."



- Acceleration
- Præstationskrav
- Psykologisering



Forskning: Vigtig – og vanskelig

9. oktober 2022

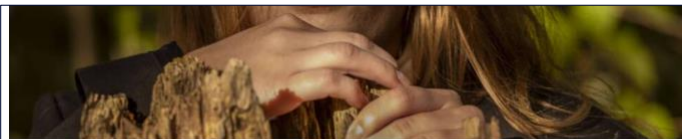
DR.DK DRTV DR LYD

DR FOLKETINGSVALG VALGRESULTATER DET NYE FOLKETING KANDIDATTESTEN LOG IND

FOLKETINGSVALG 2022

Hårtab, angst og søvnmangel: Højt tempo i samfundet skaber øget mistrivsel blandt unge

Nyt studie viser, at næsten hveranden ung er ramt af mistrivsel. Forsker advarer om, at mistrivsel vil stige, hvis ikke politikerne handler nu.



UN er blandt de unge, der kæmper med pres og mistrivsel i hverdagen. Hun fortæller, at hun i perioder har tabt håret af stress og fået angstanfald

11. oktober 2022

JP Vejle

KØB

JP LOKAL / JP VEJLE

11/10/2022 KL. 05:30 | FOR ABONNENTER

Halvdelen mistrives: Tre unge vejleensere har et bud på, hvordan vi løser det

44 procent af de unge har det skidt, viser ny undersøgelse. Politikerne kan hjælpe mere, mener de gymnasieelever, vi har talt med.

13. oktober 2022



The screenshot shows the TV2 news website. At the top is the TV2 logo. Below it is a navigation bar with categories: Nyheder, Seneste, Krigen i Ukraine, Politik, Krimi, Samfund, and Udland. A red banner for 'Sundhedshjælp Husstand' features the text 'En pakke. En hel husstand. Masser af fordele.' and the Falck logo. Below the banner is a section titled 'Danske stemmer' with the main headline 'Flere og flere unge mistrives: - Jeg brød fuldstændig sammen'. At the bottom left, it says '13. okt 2022 kl. 07:19' and has social media icons for Facebook, Twitter, and Email.

Brød fuldstændig sammen

For **NN** udviklede de mange nætter med meget lidt eller slet ingen søvn sig til, at han en dag, hvor han var alene hjemme, fik et angstanfald.

- Jeg brød fuldstændig sammen. Jeg var svimmel og kunne ikke bevæge mig. Vejrtrækningen var helt gal og hjertet kørte bare derudaf, fortæller han om episoden.

Med hjælp fra gode bekendte blev han kørt til psykiatrisk skadestue i Esbjerg, hvor han fik hjælp.

13. oktober 2022



The screenshot shows the Berlingske news website. At the top is the Berlingske logo and a navigation bar with categories: NYHEDER, OPINION, BUSINESS, and AOK. Below the navigation bar is a green banner with the text 'PRØV DET SIMPLE LIV' and an image of a car. The main headline is 'Hårtab, angst og søvnmangel: Højt tempo skaber øget mistrivsel blandt unge'. Below the headline is a sub-headline 'SAMPUND' and a short paragraph: 'Problemerne er så alvorlige, at politikerne bør gribe ind, mener forskere bag ny omfattende kortlægning af unges mistrivsel.'

26. oktober 2022

Skolemonitor **SEKTIONER** > NYHEDER | DEBAT | NAVNE | SKOLEUDVIKLING | JOB



TRIVSEL

Skole og Forældre inviterede politikere til mistrivselsdebat: »Ved siden af klima- og energikrisen er det her en af de største kriser i vores samfund«

Skolemonitor 26/10/22

Hvad er årsagen?

- Acceleration (Center for Ungdomsforskning)
- Præstationskrav (Center for Ungdomsforskning)
- Psykologisering (Center for Ungdomsforskning)
- Svigtende børnefællesskaber (Rasmus Alenkær)
- Inklusionsloven af 2012 (Rasmus Alenkær)
- Øget skærmtid (mange...)
- Bedre og mere præcis diagnosticering

”Kausalitets-tilskrivning”

Hvad gør vi?



DR.DK DRTV DR LYD

DR FOLKETINGSVALG VALGRESULTATER DET NYE FOLKETING KANDIDATTESTEN

FOLKETINGSVALG 2022

Karakterloft, færre test og kortere skoledage: Sådan vil partierne øge unges trivsel

Mistrivsel rammer op mod hveranden ung i Danmark, viser nyt studie. 11 partier vil sænke pres på uddannelser for at forebygge mistrivsel.

DR 10/10/22

Hvad gør vi?

Et nationalt kompromis om børn og unge er løsningen på mistrivselsskrisen, mener Lotte Rod (R), mens SF vil sætte 35 milliarder kroner af til mistrivsel. Søndag inviterede Skole og Forældre til politisk debat på Langelinieskolen i København om et af valgets store temaer: Mistrivsel.

NYHEDER 26. OKT. 2022 KL. 04.00

Skolemonitor 26/10/22

»Trivselsskrisen skal løses med pædagogik, ikke med psykologi. Derfor er pædagogers faglighed vigtig. Vi kan være med til at skabe rammerne for at give børnene en følelse af at høre til, en følelse af at have betydning.« siger Elisa Rimpler.

Skolemonitor 24/11/22

Hvad gør vi?

Ansvar for Danmark

Det politiske grundlag for Danmarks regering

DECEMBER 2022

Regeringen vil:

- Nedsætte en kommission for det gode børne- og ungdomsliv, der skal foreslå anbefalinger til, hvordan mistriksel og sårbarhed kan forebygges og afhjælpes, samt hvordan robusthed og myndiggørelse styrkes. Kommissionen skal også se på indflydelsen fra sociale medier og andre større samfundstendenser.

HVAD VED VI? TRIVSEL OG MISTRIVSEL IFØLGE FORSKNINGEN



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS OVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS



Hvad siger forskerne?

Vi spurgte syv førende danske forskere på en konference på DPU/AU d. 23. marts 2023

- Hvad ved vi om udviklingen i trivsel og mistrivsel blandt danske børn og unge?
- Hvad ved vi om årsagerne til de aktuelle trivselsproblemer: Samfund, skole, sociale medier?
- Hvad kan vi gøre ved problemerne?



HVAD VED VI OM UDVIKLINGEN I TRIVSEL OG MISTRIVSEL BLANDT DANSKE BØRN OG UNGE?

- Professor emeritus Bjørn Holstein, Statens Institut for Folkesundhed, SDU:
 - De fleste børn og unge er glade, trives og udvikles
 - De fleste er glade for at gå i skole (78%)
 - Høj forekomst af psykisk mistrivsel (16-20% har mentale helbredsproblemer)
 - Der findes mange, velkendte indsatser og gode forebyggelsesmuligheder
- Seniorforsker Mai Heide Ottosen, VIVE: Hvad ved vi om udviklingen?
 - Færre er glade for at gå i skole (63% i 2021, 82% i 2009-7-årige)
 - Stigning mht. selvrapporeret psykisk lidelse blandt 15-19 årige

Pas på
begrebsinflation

Tallene understøtter ikke
udsagn om generel og
udbredt trivselskrise
blandt børn og unge



DE "STORE" UNDERSØGELSER



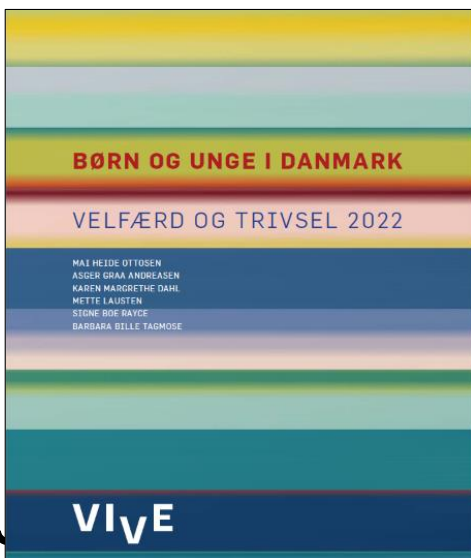
DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS ØVORTRUP
PROFESSOR EHERITUS



DE "STORE" TRIVSELSUNDERSØGELSER



1. NOVEMBER 2023

LARS ØVORTRUP
PROFESSOR EHERITUS



SIF: SKOLEBØRNSUNDERSØGELSEN 2022

Spørgeskema indsamlet hvert 4. år siden 1982

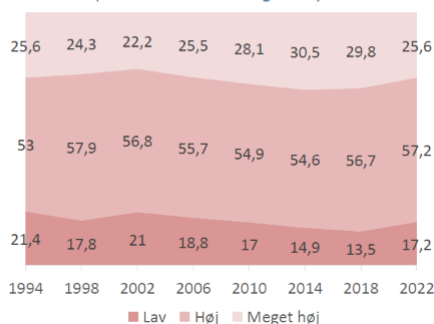
Tre aldersgrupper: 11 år, 13 år og 15 år

International undersøgelse: Over 50 lande

Trivsel i skolen:

Skoletrivsel blandt elever i femte, syvende og niende klasse 1994-2022

(Skolebørnsundersøgelsen)



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

SIF: SKOLEBØRNSUNDERSØGELSEN 2022

Subjektiv trivsel:

- Andelen af piger i 9. klasse med hovedpine ugentligt eller hyppigere:
 - 2010: 33%
 - 2022: 54%
- Emotionelle symptomer (ugentligt eller hyppigere):
 - Piger: 50% "ked af det", 62% "dårligt humør", 52% "nervøs", 33% "svimmel"
 - Drengene: 17% "ked af det", 39% "dårligt humør", 27% "nervøs", 16% "svimmel"



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

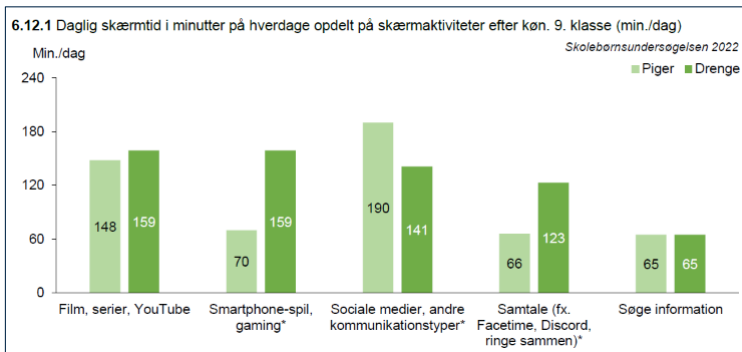
21. NOVEMBER 2023

LARS ØVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS

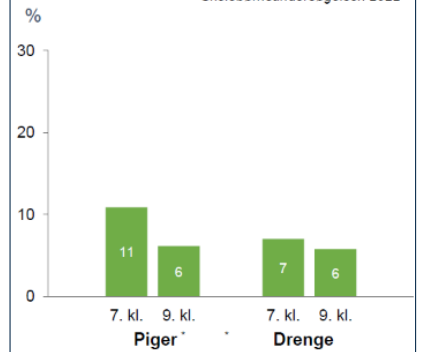


SIF: SKOLEBØRNSUNDERSØGELSEN 2022

Brug af sociale medier:



Figur 6.12.11 Andel med problematisk brug af sociale medier efter køn og klassetrin (%)
Skolebørnsundersøgelsen 2022



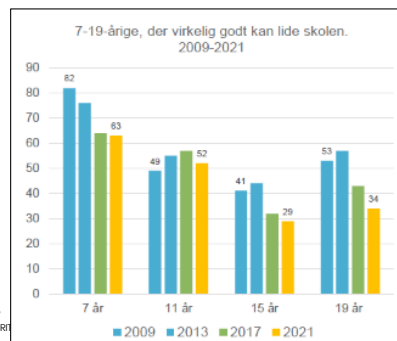
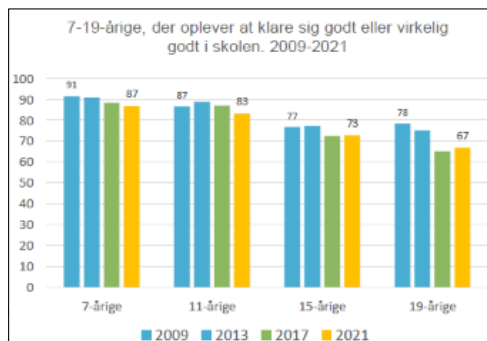
Def. HBSC: 9 udsagn om sociale medier (ofte undgået andre aktiviteter, haft konflikter, tænker ikke på andet...); >6 = "problematisk brug"

VIVE: BØRN OG UNGE I DANMARK

Spørgeskema indsamlet i 2009, 2013, 2017, 2021

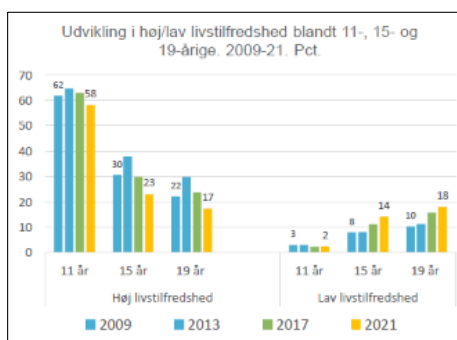
Fem aldersgrupper: 3, 7, 11, 15 og 19 år

Trivsel i skolen:



VIVE: BØRN OG UNGE I DA

Subjektiv trivsel:



VIVE VIVE – Det Nationale Forsknings-...
50,642 followers
1w · 📍

Mai Heide Ottosen har svært ved at genkende proportionerne i debatten om mistrivsel fra sit eget arbejde med at undersøge børn og unges liv.

"Ud fra de datagrundlag vi har, er der ikke noget, der tyder på, at der kan tales om mistrivsel blandt børn," siger hun til [Kristeligt Dagblad](#) (bag betalingsmur)

"Blandt unge kan vi se en stigning i mistrivsel, men hvor stor en stigning, der er tale om, afhænger helt af den måde, man kigger på det."

Der er nogle indikatorer, som viser en ret voldsom udvikling, særligt når forskere spørger de unge selv, om de har haft en psykisk lidelse. Men når man vurderer ud fra andre mål, som livstilfredshed, er udviklingen ikke så dramatisk.

Det kan have en selvforstærkende effekt, når man taler meget om dem, der har det skidt, når langt de fleste faktisk har det godt, siger Mai Heide Ottosen.

"Det er en refleksion, vi har haft i alle de år, vi har målt børns og unges trivsel," siger Mai Heide Ottosen.

"I det øjeblik, man begynder at tale om, at nogle har det vanskeligt, så øger det tolerancen for, at andre også kan tale om, at de har det svært. Det kan selvfølgelig være fint nok, at dem, der før syntes, at det var tabuiseret, har nemmere ved at stå frem med deres vanskeligheder, Men man kan heller ikke udelukke, at nogle tror, at de har det værre, end de faktisk har det."



"SKÆRME" OG MISTRIVSEL



”SKÆRME” OG MISTRIVSEL: STOP ALARMISMEN

The screenshot shows a news article header from the website 'Uddannelse'. The date is 17. november 2023 kl. 05:00. The author is Lars Qvortrup, identified as a Professor Emeritus. The title of the article is 'Nyt fra skærmfronten skyder katastrofetankerne om børns brug af skærme til højre'.



”SKÆRME” OG MISTRIVSEL: STOP ALARMISMEN

The screenshot shows a presentation slide titled 'News and events' with a sub-heading 'Screen time: Impacts on education and wellbeing'. The slide features an image of several microphones. At the bottom, it credits 'By Sonia Livingstone, Professor of Social Psychology at the London School of Economics and Political Science and Co-Lead on the DIGRA project, part of the Digital Youth Programme.' and includes social media icons for Facebook, Twitter, LinkedIn, and Email.

Hovedpointer:

1. "Skærmtid" er et u hensigtsmæssigt begreb. Det blander positive muligheder og negative onlineoplevelser sammen og kan ikke bruges til at lave pålidelige målinger.
2. Det er usandsynligt, at forbud mod mobiler i skolerne forbedrer uddannelsesresultaterne.
3. Sociale medier og andre skærmbaserede aktiviteter rummer både fordele og risici i forhold til børns trivsel og mentale sundhed

Anbefaling:

"Eleverne skal lære de risici og muligheder, der følger med teknologi. De skal udvikle kritiske færdigheder og forstå, hvordan man lever med og uden teknologi. At skærme eleverne mod ny og innovativ teknologi kan stille dem ringere." (UNESCO's [2023 Global Education Monitoring Report](#) s. 157)



”SKÆRME” OG MISTRIVSEL: STOP ALARMISMEN

 NTNU

Tidlig trygg i Trondheim



Tidlig trygg i Trondheim har samlet inn informasjon fra tusen barn og deres foreldre annethvert år fra deltagerne var 4 til 16 år.

Åttende runde i undersøkelsen startet i februar 2022 og planlegges avsluttet sommeren 2023. Deltagerne er nå 18-19 år gamle. Vi vil følge opp deltagerne hvert annet år også etter at de er blitt voksne, og håper at så mange som mulig blir med. Jo flere som deltar, desto mer solid forskning!

”Børn og unge kan utvilsomt have dårlige opplevelser på sociale medier, men forskningen gir ingen støtte til at dette fører til psykisk sykdom. Desuden påvirker sociale medier ikke alle på samme måte. Det afhænger af, hvem man er, hvordan man bruger sociale medier, hvad man oplever på sociale medier og hvordan man ellers har det i livet”.



”SKÆRME” OG MISTRIVSEL: STOP ALARMISMEN



1. Skærme og skærmtid er tomme begreber. De giver ingen mening, hvis man ikke samtidig taler om brugerne, konteksten og indholdet.
2. Skærme – hvis man overhovedet kan bruge begrebet – betyder generelt set mindre for børn og unges trivsel, end hvad man hører i medierne og den offentlige debat.
3. Der er brug for en voksen, dvs. en person med autoritet, der kan snakke med børn og unge om sociale medier, aftale regler for brug og sætte grænser: Læreren i skolen, forældrene derhjemme.



”SKÆRME” OG MISTRIVSEL: MIN KONKLUSION

1. Drop diskussionen for eller imod skærme. Begrebet er alt for upræcist. Se i stedet på brug, kontekst og indhold.
2. Drop alarmismen: Sociale medier betyder på godt og ondt meget i børns og unges liv, men vi står ikke på tærsklen til en katastrofe.
3. Meld jer ind som voksne: Ikke med forbud eller katastrofeblink, men med en autoritet, der viser interesse for det, børn og unge har gang i, styrker deres viden og kompetencer, og sætter grænser når det er nødvendigt og relevant.



HVAD KAN VI GØRE?



PAS PÅ "OFFERGØRELSE"

Pas på "offergørelse"

- Coronabølgen 2020-2021:
 - "Børn og unge gjordes til ofre for pandemisk smitte – de voksne måtte redde dem"
- Mistrivselbølgen efteråret 2022-forår/sommer 2023:
 - "Mistrivselkrisen er skabt af de voksne og må derfor løses af de voksne"
- Skærmbølgen foråret 2023-:
 - "Skærmen er 'giftig'. Den forgifter alle, der bruger den, men er især en trussel mod forsvarsløse og inkompetente børn. Vi, de voksne, må redde ofrene – med forbud"
- NB: Det er vigtigt, at vi ikke benægter mistrivsel. De, der oplever mistrivsel, skal mødes med respekt



PAS PÅ "OFFERGØRELSE"

Styrk "kompetencegørelse"

Jesper Juul: *Dit kompetente barn*, 1996:

- Børn, som behandles med respekt, svarer med respekt.
- Børn, der støttes i at udvikle deres egen-ansvarlighed, udvikler næsten af sig selv en høj grad af social ansvarlighed.
- Børn og unge, der gøres kompetente, bliver alt andet lige kompetente.



PAS PÅ "OFFERGØRELSE"

THE JOURNAL OF PEDIATRICS • www.jpeds.com

Volume 260 • September 2023



Decline in Independent Activity as a Cause of Decline in Children's Mental Well-being: Summary of the Evidence

Peter Gray, PhD¹, David F. Lancy, PhD², and David F. Bjorklund, PhD³

Tese: "En primær årsag til væksten i psykiske lidelser er et fald over flere årtier af børns og teenagers muligheder for at lege, roame og deltage i andre aktiviteter uafhængigt af et direkte tilsyn og kontrol fra voksne. Sådanne uafhængige aktiviteter kan fremme mentalt velvære både umiddelbart og langsigtet, nemlig dels som en direkte kilde til tilfredsstillelse, og ved at opbygge mentale egenskaber der giver et grundlag for at håndtere livets stress på en effektiv måde."



DPU - DANMARKS INSTITUT FOR PÆDAGOGIK OG UDDANNELSE
AARHUS UNIVERSITET

21. NOVEMBER 2023

LARS QVORTRUP
PROFESSOR EMERITUS



HVAD KAN VI GØRE, NÅR VI STÅR MED PROBLEMET?

Professor mso Karen Wistoft, DPU, AU

- Afklar trivselsforventningerne
- Undgå udskamning
- Undgå alarmisme
- Gør diskursen konkret
- Vær kompetenceorienteret



