



Trivselskommissionens anbefalinger

Hvordan kan vi oversætte dem lokalt?



Om Trivselskommissionen

- Nedsat af regeringen i august 2023. Kommissionen lancerede sin afrapportering den 25. februar 2025.
- Skulle belyse trivselsudfordringerne og komme med anbefalinger til, hvordan mistrivsel og sårbarhed kan forebygges og afhjælpes, samt hvordan robusthed og myndiggørelse kan styrkes.
- Målgruppen er den brede, almene gruppe af børn og unge mellem 0-25 år.
- Kommissionen bestod af 11 medlemmer med bred viden om børn og unges trivsel. Højskoleforstander Rasmus Meyer var formand.

Seks samfundstendenser er med til at skabe udfordringer for børn og unge i dag



KL



Individualisering og rådvildhed



Et digitaliseret børne- og ungeliv



En tilværelse i højt tempo



Nye idealer



Et forandret forældreskab



Patologisering og en ny optagethed af trivsel

Trivselskommissionens forståelse af trivsel

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, selvom man oplever perioder med modgang og
udfordringer. Det afgørende er, at man kan håndtere
sådanne perioder.



Hvad karakteriserer børn og unge i dag – helt overordnet?

De fleste børn og unge trives. Selvom billedet er overvejende positivt, er der dog trivselsudfordringer. Der er et – for stort – mindretal af børn og unge, som oplever trivselsudfordringer. Samtidig er denne gruppe af børn og unge vokset over de seneste 10-15 år.

Den stigende mistriivsel ses primært blandt de ældste børn og unge (op til 25 år), ligesom den i særlig grad kommer til udtryk blandt piger og unge kvinder.

Samtidig er der en betydelig social ulighed, idet børn og unge med lav socioøkonomisk baggrund i højere grad oplever at være i mistriivsel end andre børn og unge.

Den udvikling, vi oplever i Danmark, er en del af et vestligt mønster. De strømninger, der former og farver børn og unges liv, er en del af internationale tendenser, der blandt andet knytter an til kultur, teknologi, frisættelse, sekularisering, meningstab og et nyt børnesyn.

Trivselskommissionen, 2025



Beskyttelses- og risikofaktorer, som er særligt vigtige for børn og unges trivsel og mistrivsel i dag

1. Selvværd
2. Tro på egne evner
3. Socioøkonomisk baggrund
4. Evner til at håndtere belastninger og udfordringer
5. Tilknytning til forældre eller andre primære omsorgspersoner
6. Venskaber og fællesskaber
7. Relationer til voksne, fx i dagtilbud, skole, uddannelse og fritid
8. Søvn
9. Fysisk aktivitet
10. Oplevelse af mening
11. Mobning og diskrimination
12. Vedvarende og alvorlige stressbelastninger

Anbefalinger

8 temaer

35 anbefalinger

1. Nyt sprog for trivsel
2. Et balanceret digitalt liv
3. Karakterdannelse og myndiggørelse
4. En tidssvarende pædagogisk praksis
5. Fællesskaber i fritiden
6. Krop og bevægelse
7. Tidlig og rettidig indsats
8. Forældreskab anno 2025



Udvalgte anbefalinger, som er
særligt relevante for kommunerne

Nyt sprog for trivsel

Anbefaling 1: En ny måde at tale om trivsel på

- Alle skal gøre sig umage med at nuancere sproget om trivsel og mistrivsel
- Trivselsforståelse til debat
- Tydelig definition af trivsel, når trivsel anvendes i fx lovgivning

Anbefaling 3: Børn og unges behov i centrum for indsatser og støtte i skolen

Et balanceret digitalt liv

Anbefaling 7: Voksne som digitale rollemodeller

- Voksne som digitale rollemodeller:
- Voksne skal gå foran som det gode eksempel
- Forældreaftaler om børns brug af digitale tjenester
- Aftaler om skærmbrug i hjemmet
- Fritids- og foreningslivet skal understøtte, at børns debut på sociale medier udskydes

Anbefaling 8: Smartphonefrie grundskoler og ungdomsuddannelser:

- Grundskoler skal gøres smartphonefrie – også i SFO og fritidshjem
- Ungdomsuddannelsesinstitutioner skal have en skærmpolitik
- Børn og unge skal klædes på til at anvende digitale teknologier

Anbefaling 9: Firewalls i alle grundskoler, på efterskoler, FGU og ungdomsuddannelser

Anbefaling 10: Stop livestreaming af børn og unges idrætsaktiviteter

Karakterdannelse og myndiggørelse



Anbefaling 14: Flere unge i fritidsjob

- Flere unge i fritidsjob
- Øget samarbejde mellem kommunale ungdomsskoler og det lokale erhvervsliv om flere unge i fritidsjob
- Et godt første møde med arbejdsmarkedet
- Undervisning på skoler og kommunale ungdomsskoler med henblik på, at unge får et fritidsjob
- Implementere initiativerne fra regeringsudspillet Flere unge skal have et fritidsjob

Anbefaling 15: Flere børn og unge med erfaring med frivillighed

- Brug de lokale valgfag til blandt andet at undervise i frivillighed
- Fokus på at bruge den obligatoriske erhvervspraktik i frivillige foreninger og organisationer
- Forsøg med frivillighedspraktik
- Lettere at kombinere ungdomsuddannelser og videregående uddannelser med frivilligt engagement

Anbefaling 16: Kunst og kultur for flere børn og unge

- Fremme børn og unges læseglæde via kommunale bibliotekstilbud
- Kommunal prioritering af kulturtilbud for børn og unge
- Opbakning til forsøg med kulturpas til unge

En tidssvarende pædagogisk praksis

KL

**Anbefaling 17: En tidssvarende
pædagogisk praksis i dagtilbud,
grundskoler og på
ungdomsuddannelser**

**Anbefaling 18: En tidssvarende
pædagogisk praksis på videregående
uddannelser**

**Anbefaling 19: Et stærkere
almenområde, der understøtter bedre
trivsel for flere**

Fællesskaber i fritiden

Anbefaling 24: Alle børn og unge bør have en fritidsaktivitet sammen med andre

Anbefaling 25: Alle kommuner bør have en fritidspasordning

Anbefaling 26: Flere børn og unge i fritids- og foreningslivet

- Kommunal prioritering af samarbejdet med fritids- og foreningslivet
- En selvstændig formålsparagraf for SFO
- Nye modeller for fritids- og foreningslivets samarbejde med de fritidspædagogiske tilbud

Anbefaling 27: Trygge og inkluderende fællesskaber i fritids- og foreningslivet

- Trygge og inkluderende fællesskaber i fritids- og foreningslivet
- Mindre bureaukrati for foreninger og civilsamfund
- Opbakning til civilsamfundets sociale indsatser for børn og unge

Anbefaling 28: Trygge ungefællesskaber og en sund alkoholkultur

- Trygge ungefællesskaber på ungdomsuddannelserne
- Alkoholfri studiestart på ungdomsuddannelser, FGU og videregående uddannelser
- Alkoholpolitik på efterskoler, ungdomsuddannelser, FGU og videregående uddannelser
- Forældre aftaler om indtag af alkohol og brug af tobak og nikotinprodukter
- Justering af procentgrænsen for salg af alkohol

Krop og bevægelse

Anbefaling 29: Mere fysisk aktivitet og bevægelsesglæde i børn og unges liv

- Øget fokus på krop og bevægelse i dagtilbud
- Mere leg i hverdagen
- Bevægelse i folkeskolen bør prioriteres og følges
- Unges tilknytning til fritids- og foreningslivet bør styrkes

Anbefaling 30: Tilbyde børn og unge realistiske og sunde kropsopfattelser:

- Fortsat prioritering af undervisning i krop og identitet
- Trygge omklædningsfaciliteter i grundskolen og på ungdomsuddannelserne
- Smartphonefrie omklædningsfaciliteter i fritids- og foreningslivet

Tidlig og rettidig indsats



Anbefaling 31: Fortsat fokus på systematisk opsporing af børn og unge i risiko for mistrivsel

- Fortsat fokus på systematisk at identificere børn og unge i mistrivsel og sætte tidligere ind i kommunerne
- Allerede igangværende indsatser om tidlig opsporing på sundhedsområdet fastholdes

Anbefaling 32: Pædagogiske og socialfaglige trivselsindsatser som en del af lettilgængelige behandlingstilbud

Anbefaling 33: Fremme lavtærskeltilbud

- Fortsat prioritering af økonomisk støtte til lavtærskeltilbud
- Øge kendskabet til lavtærskeltilbud
- Evaluering af lavtærskeltilbud

Forældreskab anno 2025

**Anbefaling 34: Forældreskab anno
2025 til debat med afsæt i syv
opfordringer til forældreskabet**

**Anbefaling 35: Støtte til udsatte
forældregrupper og forældre til børn og
unge med særlige behov**

Spørgsmål til drøftelse

Kommissionens anbefalinger



- Hvordan ser billedet ud i forhold til trivsel blandt børn og unge i vores kommune, og kan vi genkende de mønstre, som Trivselskommissionen peger på?
- Hvordan kan anbefalingerne være afsæt for drøftelser hos os – både i kommunalbestyrelsen, i fagudvalgene og på institutionsniveau?
- Er der nogle af de otte temaer, der er særligt relevante at lyse på i vores kommune?
- Giver anbefalingerne anledning til at revurdere vores politikker og strategier på børne- og ungeområdet?

Spørgsmål til drøftelse

En tidssvarende pædagogik



- Hvad forstår vi ved *en tidssvarende pædagogik* i vores dagtilbud, skoler og fritidstilbud?
- Hvordan understøtter vi, at ledere og medarbejdere løbende reflekterer over den pædagogiske praksis og justerer praksis på den baggrund?

Spørgsmål til drøftelse

Tidlig indsats



- Hvordan understøtter vi, at alle børn og unge er del af stærke fællesskaber i dagtilbud, skole og fritidstilbud?
- Hvordan styrker vi samarbejdet mellem fagligheder omkring børn og unge?
- Hvordan kan vi fokusere mere på børn og unges behov og kontekst og mindre på diagnoser?

Spørgsmål til drøftelse

Børn og unges fritid



- Hvordan understøtter vi, at flere børn og unge er aktive og en del af trygge fællesskaber i fritiden?
- Hvordan understøtter vi, at flere børn og unge får erfaringer med frivillighed, fritidsjob og kulturliv?
- Hvordan styrker vi samarbejdet med civilsamfundet om børn og unges trivsel i både dagtilbud, skole og fritid?

Spørgsmål til drøftelse

Forældresamarbejde



- Hvordan samarbejder vi – særligt i forhold til familier i udsatte positioner – med forældre om deres børns læring, trivsel og deltagelse i fællesskaber?
- Hvordan kommunikerer vi til forældre om vores forventninger til dem, når de har børn i dagtilbud, skole og fritidstilbud?
- Hvordan understøtter vi via egne skærmpolitikker og i samarbejdet med forældre, at børn og unge har et balanceret digitalt liv?

Læs mere om Trivselskommissionen her:

www.uvm.dk/aktuelt/i-fokus/trivselskommissionen