



# Fremtiden er ung

*Sammen om unges sundhed og trivsel*

August 2022

Dansk Arbejdsgiverforening  
Ledernes Hovedorganisation

På baggrund af Det Nationale Forsknings- og Analysecenter, VIVE:  
[Unge på vej på arbejdsmarkedet - Betydningen af fysisk og mental sundhed](#)  
(VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022)  
Udarbejdet for Dansk Arbejdsgiverforening og Ledernes Hovedorganisation

Billeder: Fotograf Anders Reinholdt og [www.gettyimages.dk](http://www.gettyimages.dk)

[www.da.dk/](http://www.da.dk/)  
[www.lederne.dk/](http://www.lederne.dk/)

# Fremtiden er ung

Størstedelen af de danske børn og unge har det godt. De lever sundt og trives. Sådan skal det også være, for unges sundhed og trivsel hænger tæt sammen med, hvordan de klarer sig senere i livet.

Men desværre går det den forkerte vej. Den seneste nationale sundhedsprofil fra foråret 2022 slår fast, at det går tilbage med trivsel hos mange unge. Alt for mange kæmper i dag med ensomhed, stress og dalende fysisk sundhed. Det er et alvorligt problem. Ikke mindst for de unge selv, men også for de virksomheder og ledere, som skal modtage de unge som kommende medarbejdere.

Det nationale forsknings- og analysecenter for velfærd, VIVE, har udarbejdet en analyserapport for Lederne og DA, der som noget nyt slår fast, hvordan sundhed og trivsel blandt unge hænger sammen med deres tilknytning til uddannelse og arbejde senere i livet. I rapporten giver en række eksperter og praktikere deres bud på initiativer, som kan bidrage til, at flere unge får et sundt og godt liv.

Lederne og DA ønsker med dette udspil at skabe grundlag for initiativer, der kan være med til at give endnu flere unge et sundt og godt liv. Og der er brug for handling. For det har konsekvenser, når de unge mistrives. For eksempel er 15-årige, som ofte føler sig ensomme, i markant større risiko for at stå uden uddannelse eller job som 25-årige. Det er ikke godt nok for de unge og de liv, de skal til at leve. Og det er ikke godt for samfundet som helhed.

Vores fremtid afhænger af de unge. Det er dem, der skal forme den. Udvikle den og forbedre den. Og derfor er der brug for, at vi får flere unge med på vognen. Ingen må blive efterladt på perronen eller overladt til sig selv. Alle fortjener muligheden for et godt liv og muligheden for at udleve deres fulde potentiale.

Det er DA og Ledernes ønske at skabe opmærksomhed om, hvor vigtig sundhed og trivsel er for at få en god start på voksenlivet.



Vi står med et komplekst problem uden lette løsninger. Det kræver ny viden, og at alle trækker i samme retning – politikere, virksomheder, ledere, kommuner, skoler, lærere, foreninger og forældre. Alle skal understøtte, at de unge får en god start, så de kan skabe meningsfulde liv for sig selv og er rustet til at bidrage til vores fælles samfund.

For fremtiden tilhører de unge. Fremtiden er ung.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Bodil Nordestgaard Ismiris'.

Bodil Nordestgaard Ismiris  
Adm. direktør, Ledernes Hovedorganisation

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Pernille Knudsen'.

Pernille Knudsen  
Viceadm. direktør, Dansk Arbejdsgiverforening

# Unge sundhed og trivsel er afgørende for deres fremtid – og for *Danmarks*

Langt de fleste danske børn og unge har det heldigvis godt. Der er dog en voksende andel, som oplever mental mistrivsel, og på en række områder går det også den forkerte vej med de unges fysiske sundhed.

En ny analyse, som VIVE har lavet for DA og Lederne viser, at unges sundhed og trivsel kan få konsekvenser for deres videre liv.

For det første viser analysen, at 15-åriges fysiske og mentale sundhed har en tydelig sammenhæng med uddannelses- og beskæftigelsesudfald som 25-årige.

For det andet viser analysen, at der er en tydelig sammenhæng mellem ikke at være i uddannelse eller i arbejde som 25-årige og efterfølgende lavere erhvervsindkomst og afhængighed af offentlig forsørgelse som 40- og 50-årige.

Det betyder, at fysisk og mental sundhed hænger sammen med de unges livskvalitet på den korte bane. På mellemlangt sigt vil unge med lav fysisk sundhed eller lav mental trivsel have større sandsynlighed for ikke at være i arbejde eller i uddannelse som 25-årige, og der er større sandsynlighed for, at de ikke har gennemført en ungdomsuddannelse som 25-årige.

På den lange bane bliver det en udfordring for vores samfund, idet 25-årige, som ikke er i uddannelse eller arbejde, har en markant lavere erhvervsindkomst resten af livet og i langt højere grad er afhængige af offentlig forsørgelse. Og samtidig betyder det, at virksomheder og ledere ikke kan rekruttere den kvalificerede arbejdskraft, som de har brug for.


**Ca. 5 ud af 10 unge kvinder (16-24-årige) og ca. 3 ud af 10 unge mænd har en høj stress-score.**

Danskernes Sundhed, Den Nationale Sundhedsprofil 2021 (SST, 2022)

**Ca. 90% af 15-årige opfylder ikke Sundhedsstyrelsens anbefaling om fysisk aktivitet**

Fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd blandt 11-15-årige (SST, 2019)





**“Det særlige ved Danmark er,  
at der ikke synes at være social  
ulighed i skoletrivsel, det er der i  
næsten alle andre lande.”**



*Bjørn Holstein,  
Professor emeritus,  
Statens Institut for Folkesundhed  
Syddansk Universitet*

Fremtiden *er ung*



**Jeg føler mig  
allermest sund, når jeg**  
*dyrker motion, drikker nok vand, spiser grønt og frugt, får søvn*

**Lederne**  
- en verden til forskel

**DA** DANSK  
ARBEJDSGIVERFORENING  
*Lola SAM*

Fremtiden *er ung*



**Jeg føler mig  
allermest glad, når jeg**

når jeg dyrker min sport med mine venner

**Lederne**  
- en verden til forskel

**DA** DANSK  
ARBEJDSGIVERFØRENING



## Unge trivsel og helbred har økonomiske konsekvenser for dem selv, arbejdsmarkedet og Danmark

Mental mistrivsel og lav fysisk sundhed blandt unge har store personlige økonomiske konsekvenser for de unges videre liv.

VIVEs analyse viser, at en ung voksen, som var i uddannelse eller arbejde som 25-årig, allerede som 30-årig tjener over 180.000 kr. mere på ét år sammenlignet med en person, som ikke var i uddannelse eller arbejde som 25-årig. Og efter 20 år på arbejdsmarkedet er forskellen i erhvervsindkomsten for et enkelt år vokset til mere end 220.000 kr.

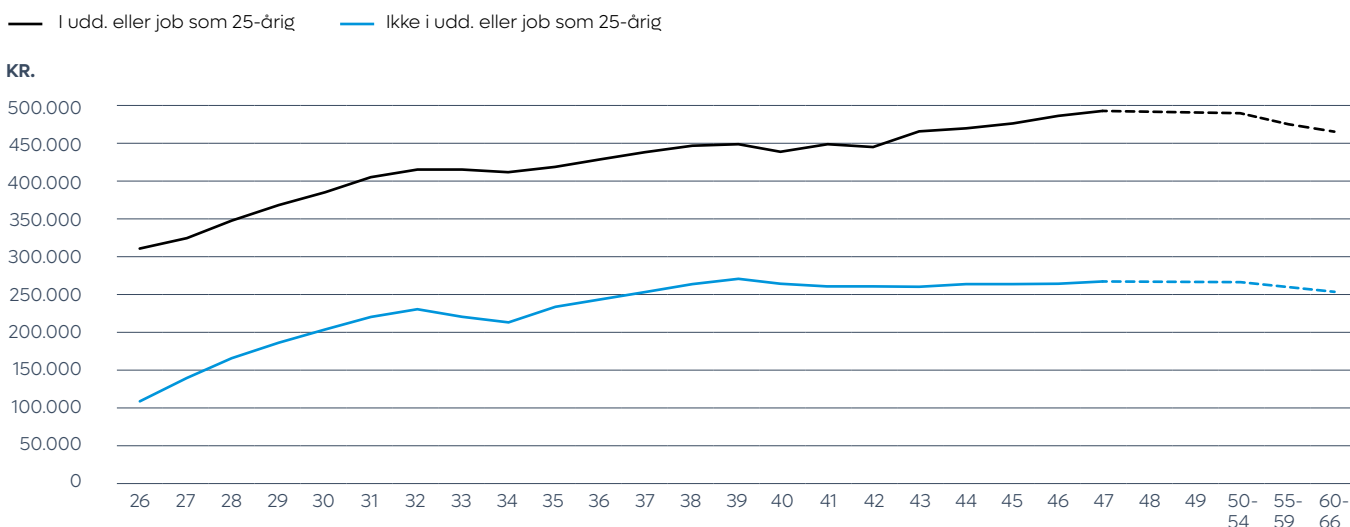
I 2019 var ca. 3 ud af 20 af de unge på 25 år ikke i uddannelse eller arbejde (15,7 pct). Det svarer til, at lidt over 12.000 personer af én årgang står overfor at få en markant lavere erhvervsindkomst livet igennem. Når de om mange år vil kunne trække sig tilbage fra ar-

bejdsmarkedet, vil de hver have tjent 8,3 mio. kr. mindre i løbet af deres arbejdsliv sammenlignet med deres jævnaldrende, der var i uddannelse eller job som 25-årige<sup>1</sup>.

**25-årige, som ikke er i uddannelse eller arbejde, tjener 8,3 mio. kr. mindre i løbet af et arbejdsliv**

### Figur 1. Unge, som får en dårlig start, tjener mindre livet igennem

Årlig erhvervsindkomst for personer (født i 1969) opdelt efter deres alder og om de var i uddannelse eller arbejde som 25-årige (2021-lønninger pba. Nationalregnskabet)



Anm.: Erhvervsindkomst omfatter løn, overskud af selvstændig virksomhed og arbejdsmarkedsbidragspligtige honorarer.  
Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet samt egne beregninger.

<sup>1</sup>Opgjort som summen af forskellen i erhvervsindkomster årligt fra 26-66 år (erhvervsindkomstforskellen for 48-66 år er baseret på en fremskrivning). Se under afsnittet Metode for mere.

De store indkomstforskelle hænger også sammen med, at næsten halvdelen af dem, som ikke var i uddannelse eller arbejde som 25-årige, var på offentlig forsørgelse, da de fyldte 40 år. Og i årene efter, at de var 25 år, og indtil de var 40 år, var de i gennemsnit på offentlig forsørgelse i 7,3 år. Altså godt halvdelen af en periode i voksenlivet hvor der er brug for, at så mange som muligt bidrager til vores fælles velstand ved at være i job.

Set fra et virksomheds- og lederperspektiv betyder det, at man ikke har adgang til den arbejdskraft, der er brug for. Men det betyder også meget for den enkelte. På arbejdspladsen kan der nemlig skabes vigtige fællesskaber, som de unge bliver en del af. Et job i en virksomhed kan give identitet og indhold i livet, så de unge får noget at stå op til hver dag.

Det har også stor betydning for dansk økonomi og dermed samfundet i det hele taget, om de unge får den rigtige start på livet. Vores erhvervsindkomst er nemlig en indikator for det bidrag, som vi skaber til vores fælles samfund og velstand.

**Bedre sundhed og trivsel  
blandt unge kan styrke  
Danmarks velstand med  
13,7 mia. kr. om året**

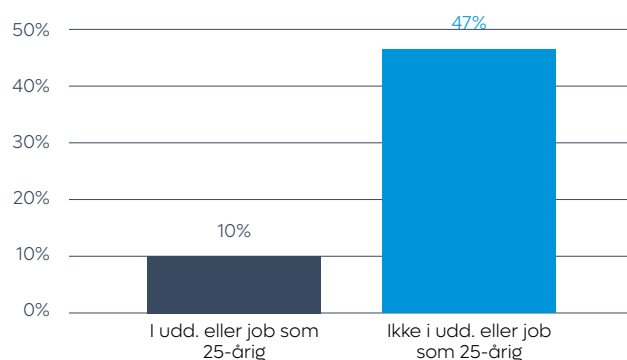
Hvis bedre sundhed og trivsel blandt 15-årige kan gøre, at blot 1 pct. flere i hver kommende generation kommer i uddannelse eller arbejde som 25-årige, ville det styrke Danmarks velstand med 13,7 mia. kr. om året målt ved BNP<sup>2</sup>.

Måske lyder 1 pct. ikke af så meget. Men i virkelighedens verden svarer det hvert år til ca. 700 ud af de godt 70.000 unge mennesker, som fejrer deres 15-års fødselsdag.

<sup>2</sup> Opgjort som effekten af højere erhvervsindkomster iht. figur 1 omregnet til BNP-bidrag (2021-priser). Se afsnittet Metode for en nærmere beskrivelse af beregningerne.

**Figur 2. Halvdelen af dem, som ikke var i uddannelse eller job som 25-årige, var på offentlig forsørgelse som 40-årige**

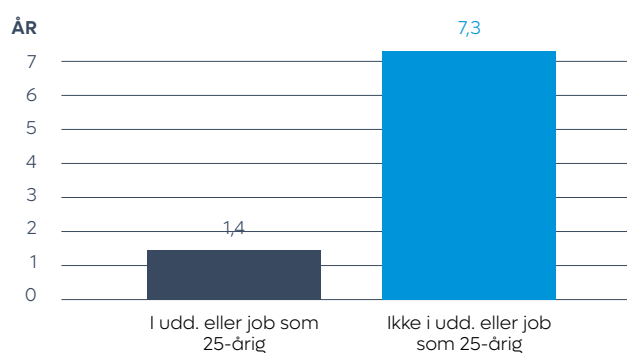
Andel af 40-årige på offentlig forsørgelse opdelt efter om de var i uddannelse eller arbejde som 25-årige



Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet

**Figur 3. Personer, som ikke var i uddannelse eller job som 25 årige, har været på offentlig forsørgelse halvdelen af deres arbejdsliv, når de bliver 40 år.**

Antal år på offentlig forsørgelse fra 26-40 år opdelt efter om man var i uddannelse eller arbejde som 25-årig



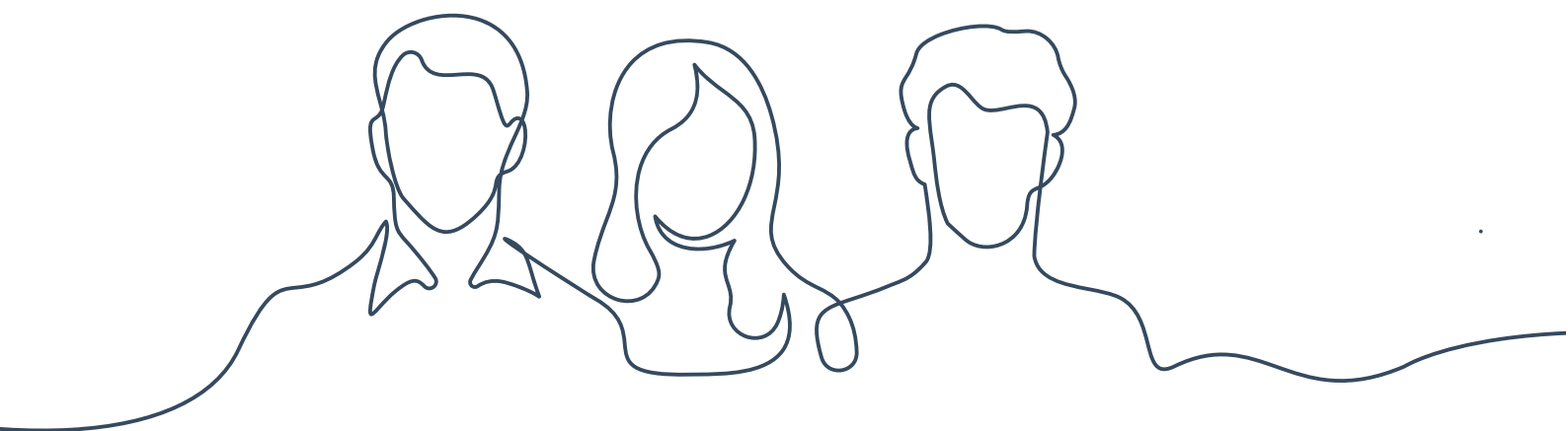
Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet

---

**“Jeg tænker ikke så meget på enkeltindsatser. Det er bedre, at det hæves op og bliver strukturelle indsatser.”**

---

***Tine Curtis,  
Forskningschef, Center for Forebyggelse***



## Trivsel og sundhed i udskolingen *sætter spor allerede ved 25-årsalderen*

Det har - som vi har set - store økonomiske konsekvenser for den enkelte, virksomhederne og samfundet, hvis de unge starter voksenlivet uden at være i uddannelse eller arbejde.

VIVE har undersøgt betydningen af en række indikatorer for fysisk og mental sundhed, og i hvilket omfang de hænger sammen med, om unge gennemfører en ungdomsuddannelse, kommer i uddannelse eller arbejde, samt i hvilket omfang de unge har været på offentlig forsørgelse som 25-årige.

VIVE peger på, at der er en tæt kobling mellem unges fysiske og mentale sundhed - og at begge forhold har betydning for de unges videre færd i livet. Det er særligt de unges selvvalgte helbred, rygevaner, motionsvaner, oplevelse af ensomhed og deres livstilfredshed, der hænger sammen med negative uddannelses- og beskæftigelsesudfald.

## Mental og fysisk sundhed er vigtig for at få en ungdomsuddannelse

I Danmark har vi en politisk målsætning om, at mindst 90 pct. af de 25-årige skal have gennemført en ungdomsuddannelse<sup>3</sup> i 2030<sup>4</sup>.

I dag har omkring 3 ud af 4 gennemført en ungdomsuddannelse, når de er 25 år<sup>5</sup>. Men for de 25-årige, der som 15-årige oplevede at have dårlig sundhed og trivsel, er der endnu længere vej til at indfri målsætningen.

Der er en række konkrete faktorer vedrørende unges sundhed og trivsel, som kan stå i vejen for, om de unge gennemfører en ungdomsuddannelse. VIVEs analyse viser, at ensomhed, motionsvaner, søvn m.v. har stor betydning for, om man som 15-årig er i øget risiko for at stå uden en ungdomsuddannelse den dag, man fylder 25 år.

I 2019 havde 23 pct. af alle 25-årige endnu ikke gennemført en ungdomsuddannelse. Blandt de unge voksne, der havde oplevet dårlig mental trivsel og fysisk sundhed som 15-årige, var der dog tale om markant flere, jf. figur 4 og 5.

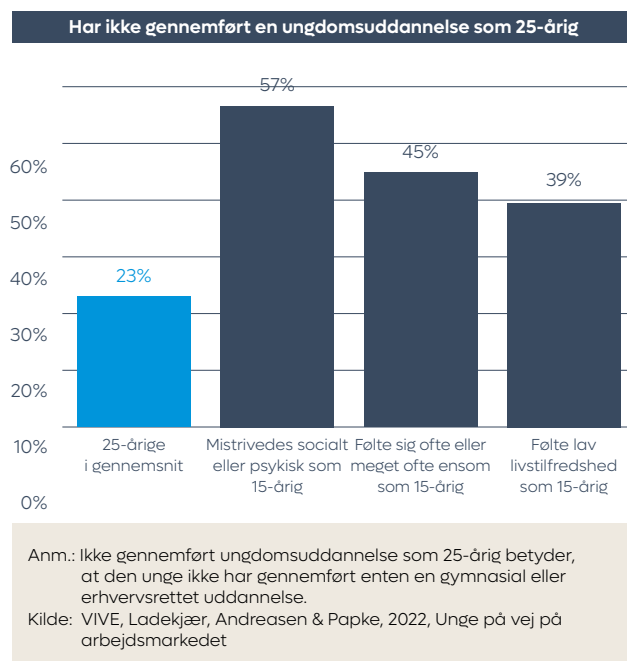
Hvis vi zoomer ind på mental trivsel, viser VIVEs analyse, at 57 pct. af de unge, der mistrivedes socialt eller psykisk som 15-årige<sup>6</sup>, ikke havde gennemført en ungdomsuddannelse, da de var 25 år. For de unge, som ofte følte sig ensomme, gjaldt det 45 pct., mens 39 pct. af unge, som følte lav livskvalitet, ikke havde gennemført en ungdomsuddannelse som 25-årige, jf. figur 4<sup>7</sup>

Hvis vi retter os imod fysisk sundhed, viser VIVEs analyse, at 35 pct. af de unge, der vurderede deres helbred som dårligt eller meget dårligt som 15-årige, ikke havde gennemført en ungdomsuddannelse, da de var 25 år. Det samme gjorde sig gældende for unge, som aldrig eller meget sjældent dyrkede motion. For unge, som havde dagligt søvnbesvær som 15-årige, gjaldt det, at 32 pct. ikke havde gennemført en ungdomsuddannelse som 25-årige, jf. figur 5.

Faktorer som f.eks. regelmæssig rygning og usunde alkoholvaner har også en stor betydning. Rygning er dog ikke nødvendigvis årsagen til, at unge risikerer at få en svær start på voksenlivet. Ofte er det snarere et synligt tegn på, at de unge har en række andre udfordringer, som kan komme til at stå i vejen for, om de f.eks. får en ungdomsuddannelse.

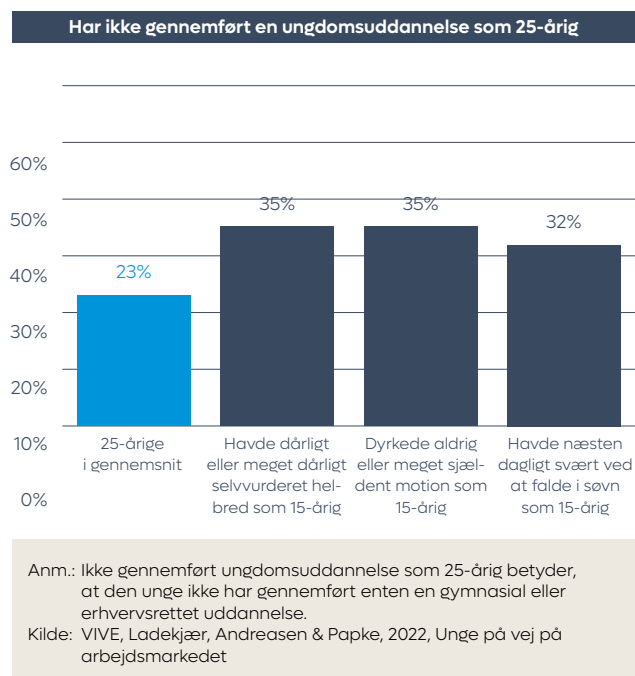
## Figur 4. 15-åriges trivsel er vigtig for, om de har en ungdomsuddannelse, inden de bliver 25 år

Andel af 25-årige i 2021 som ikke har gennemført en ungdomsuddannelse opgjort efter indikatorer for deres trivsel som 15-årige i 2011



## Figur 5. 15-åriges sundhed er vigtig for, om de har en ungdomsuddannelse, inden de bliver 25 år

Andel af 25-årige i 2021 som ikke har gennemført en ungdomsuddannelse opgjort efter indikatorer for deres sundhed som 15-årige i 2011



<sup>3</sup> Gymnasiale eller erhvervsrettede uddannelser.

<sup>4</sup> BUVM, 2020: Den uddannelsespolitiske målsætning

<sup>5</sup> 77 pct. fra Årgang-95 undersøgelsen.

<sup>6</sup> Opgjort efter Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), et spørgebatteri på 25 spørgsmål, som er egnet til at spore unges sociale og psykiske trivsel. jf. VIVE, 2022.

<sup>7</sup> Se variabler for mental mistrivsel i metodeafsnittet på side 22.

## Mental og fysisk sundhed er vigtig for at komme i uddannelse eller arbejde

I 2020 var ca. 45.000 af de unge under 25 år hverken i uddannelse<sup>8</sup> eller job<sup>9</sup>. Det svarer til lige knap 1 ud af 10. Den politiske målsætning er, at antallet af unge uden job eller uddannelse skal halveres inden 2030<sup>10</sup>. Og det er en vigtig ambition. For som vi indledningsvist har set, så har det store økonomiske konsekvenser – både for de unges videre liv men også for vores samfund – hvis de unge starter voksenlivet uden at være i uddannelse eller arbejde.

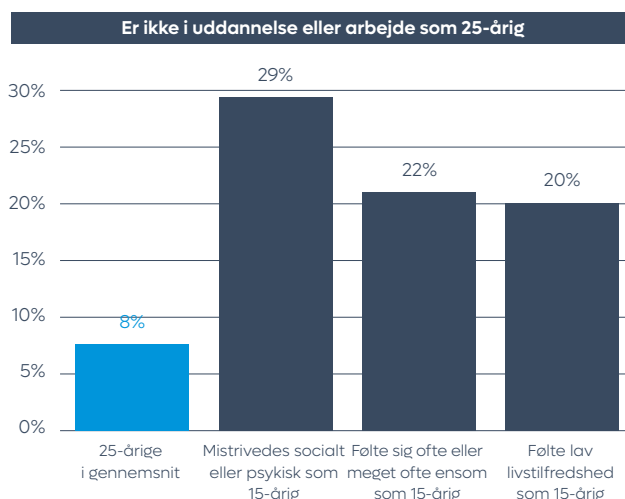
Hvis antallet af unge uden job eller uddannelse skal halveres, så er det vigtigt at sætte fokus på dårlig sundhed og mistrivsel, da dette er risikofaktorer i forhold til at være i uddannelse eller arbejde, jf. figur 6 og 7.

VIVEs analyse viser, at der blandt de unge, som mistrivedes socialt eller psykisk som 15-årige<sup>11</sup>, var næsten 3 ud af 10, som ikke var i uddannelse eller arbejde, da de blev 25 år (29 pct.). Det samme gjorde sig gældende for 22 pct. af de unge, som ofte følte sig ensomme. For unge, der følte lav livstilfredshed som 15-årige, var 20 pct. ikke i uddannelse eller arbejde som 25-årige, jf. figur 6.

Ift. unges fysiske sundhed viser VIVEs analyse, at risikoen for ikke at være i uddannelse eller arbejde som 25-årig er over dobbelt så stor for unge, som havde dårligt eller meget dårligt selv vurderet helbred som 15-årige (17 pct.) sammenlignet med gennemsnittet (8 pct.). Det samme gjorde sig gældende for lidt flere af de unge, som dyrkede motion mindre end 1 gang om ugen (18 pct.), jf. figur 7.

**Figur 6. 15-åriges trivsel er vigtig for, om de er i uddannelse eller arbejde, når de er 25 år**

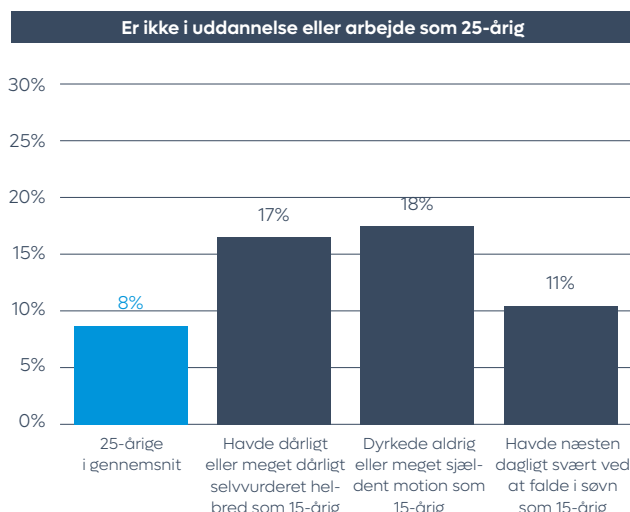
Andel af 25-årige i 2021 som ikke var i uddannelse eller arbejde opgjort efter indikatorer for deres trivsel som 15-årige i 2011.



Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet

**Figur 7. 15-åriges sundhed er vigtig for, om de er i uddannelse eller arbejde, når de er 25 år**

Andel af 25-årige i 2021 som ikke var i uddannelse eller arbejde opgjort efter indikatorer for deres sundhed som 15-årige i 2011.




Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet

<sup>8</sup> Omfatter al igangværende uddannelse, herunder ungdomsuddannelser. Datadokumentation af andel af unge uden tilknytning til uddannelse eller arbejdsmarkedet (uddannelsesstatistik.dk)

<sup>9</sup> BUVM, 2022, Trods fremgang står næsten 45.000 unge uden uddannelse eller job | Børne- og Undervisningsministeriet (uvvm.dk)

<sup>10</sup> BUVM, 2020, Den uddannelsespolitiske målsætning.

<sup>11</sup> Opgjort efter Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), et spørgebatteri på 25 spørgsmål, som er egnet til at spore unges sociale og psykiske trivsel. jf. VIVE, 2022.



**“Alle undersøgelser viser, at andelen af unge, der mistrives, stiger. Vi ved, at der er mange forskellige faktorer, som spiller ind, og at der ikke findes et entydigt svar på, hvorfor flere børn og unge mistrives”**



*Jens Kristoffersen,  
Specialkonsulent, Forebyggelse og Ulighed,  
Sundhedsstyrelsen*



—

**“De unge mærker ikke nødvendigvis konsekvenserne af, at de ikke er fysisk aktive [...]. Det er først senere, problemerne opstår.”**

—

*Jens Meldgaard Bruun,  
Professor og leder af Nationalt Center for Overvægt*



## Dårlig mental og fysisk sundhed blandt unge øger risikoen for at komme på offentlig forsørgelse

I Danmark har vi en politisk målsætning om, at unge 25-årige i højere grad skal være rustet til at være herrer i eget liv og indgå på arbejdsmarkedet og i samfundslivet<sup>12</sup>. Blandt de 20-24-årige var der i 2020 lige over 58.000 personer, som modtog offentlig forsørgelse (uden SU-modtagere). Det svarer til ca. 3 ud af 20 af alle 20-24-årige.<sup>13</sup>

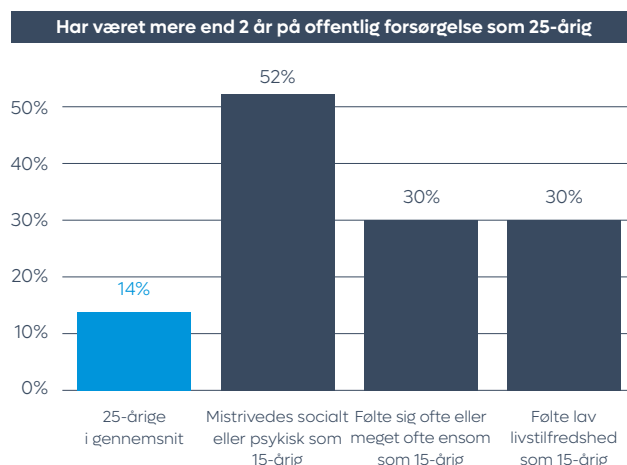
I 2019 havde 14 pct. af alle 25-årige været på offentlig forsørgelse i mere end 2 år, da de var 25 år. Men unge, som oplever mistrivsel og dårlig sundhed som 15-årige, er i væsentligt større risiko for at have været på offentlig forsørgelse i mere end 2 år som 25-årige, jf. figur 8 og 9.

Hvis vi zoomer ind på mental trivsel, så ser vi, at ud af de unge, der mistrivedes socialt og psykisk<sup>14</sup> som 15-årige, havde mere end halvdelen været på offentlig forsørgelse i over 2 år, da de var 25 år (52 pct.). For de unge, som ofte følte sig ensomme eller havde lav livstilfredshed, gjaldt det 3 ud af 10, jf. figur 8.

Hvis vi vender blikket mod fysisk sundhed, viser VIVES analyse, at 28 pct. af de unge, der vurderede deres helbred som dårligt eller meget dårligt som 15-årige, havde været mere end 2 år på offentlig forsørgelse, da de var 25 år. Det samme gjorde sig gældende for 29 pct. af de unge, som aldrig eller meget sjældent dyrkede motion. Blandt unge, som næsten dagligt havde søvnbesvær som 15-årige, havde 1 ud af 5 (20 pct.) været mere end 2 år på offentlig forsørgelse, da de var 25 år, jf. figur 9.

**Figur 8. 15-åriges trivsel kan forudsige, om de har været mere end 2 år på offentlig forsørgelse som 25-årige**

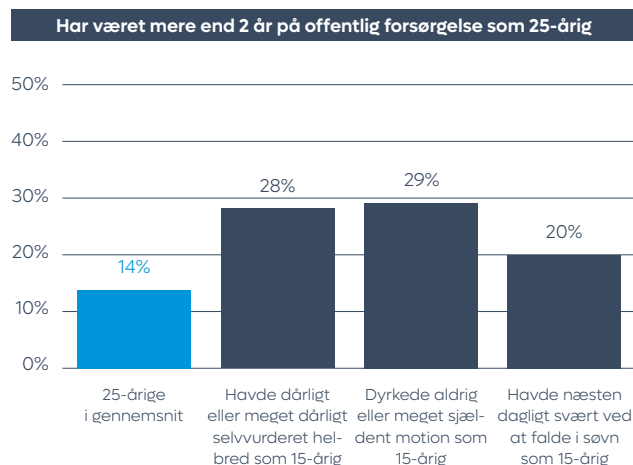
Andel af 25-årige i 2021 som har været mere end 2 år på offentlig forsørgelse opgjort efter indikatorer for deres trivsel som 15-årige i 2011.



Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet

**Figur 9. 15-åriges sundhed kan forudsige, om de har været mere end 2 år på offentlig forsørgelse som 25-årige**

Andel af 25-årige i 2021, som har været mere end 2 år på offentlig forsørgelse opgjort efter indikatorer for deres sundhed som 15-årige i 2011.



Kilde: VIVE, Ladekjær, Andreasen & Papke, 2022, Unge på vej på arbejdsmarkedet

<sup>12</sup> BUVM, 2020, Den uddannelsespolitiske målsætning.

<sup>13</sup> Årgang-95 undersøgelsen.

<sup>14</sup> Opgjort efter Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), et spørgebatteri på 25 spørgsmål, som er egnet til at spore unges sociale og psykiske trivsel. jf. VIVE, 2022.

# Anbefalinger

## – sammen om unges sundhed og trivsel

Mange unge har det heldigvis godt både fysisk og mentalt. Men det går den forkerte vej, og på tværs af vores samfund er der desværre alt for mange, hvor sundhed og trivsel bliver et unødigt benspænd på en vej fra ung til voksen.

En af de helt store udfordringer er, at vi ved meget lidt om, hvad årsagerne er til, at stadig flere unge har det svært. Vi står med andre ord overfor et alvorligt men også umodent og komplekst problem uden nogle lette løsninger.

Men det, vi ved på baggrund af VIVEs analyse, er, at der er behov for helhedsorienterede, strukturelle og forebyggende indsatser.

Lederne og DA mener, at der er brug for et politisk ambitiøst fokus på unges sundhed og trivsel, så flest muligt får et godt afsæt til deres videre liv. Det er vigtigt for, at så mange som muligt kan bidrage til det samfund, vi skaber sammen.

Der er brug for helhedsorienterede indsatser med stærk forankring i kommunerne. Det er dem, der har de bedste forudsætninger for at bringe alle relevante aktører sammen.

Det danske skolesystem er der, hvor man er i tættest kontakt med flest af de unge. Derfor er det vigtigt, at netop folkeskolen arbejder fokuseret med unges mentale og fysiske sundhed. Det kræver, at lærerne er klædt fagligt på til at arbejde med trivsel og sundhed.

Endelig er der brug for mere og bedre viden om, hvad der er årsag til, at der i dag er flere unge, der mistrives end nogensinde før – og den viden, vi allerede har, skal udbredes til flere, så vi kan handle på den.

Lederne og DA har på den baggrund fire overordnede anbefalinger. Samtidig deler vi de lovende indsatser, som eksperter og praktikere peger på i VIVEs rapport.

## DA og Lederne anbefalinger

### 1) Nationale måltal for unges sundhed og trivsel

Der skal sættes en positiv retning for børn og unges sundhed og trivsel. Vi skal være ambitiøse på vegne af alles fremtid. FN's Verdensmål 3 handler om at sikre et sundt liv for alle og fremme trivsel for alle aldersgrupper. Men verdensmålet angiver ikke nogle konkrete indikatorer.

Der er brug for at sætte et fælles mål for børn og unges sundhed og trivsel, som alle aktører kan pejle efter. Et sundt skoleliv vil give bedre sundhed og trivsel for alle aldersgrupper på sigt. Måltallene skal bygge på allerede eksisterende målinger.

**DA og Lederne foreslår**, at Danmark fastsætter konkrete, politiske mål for børn og unges fysiske og mentale sundhed.

## 2) 360 graders indsats i kommunerne

Kommunerne har en unik mulighed for at påvirke børn og unges sundhed og trivsel via de mange kontakter, der er både i skolen, sundhedsplejen, tandplejen og evt. på det sociale område. Kommunerne er via sundhedslovens § 119 forpligtede til skabe rammer for sund levevis og etablere forebyggende og sundhedsfremmende tilbud til borgerne.

Der er brug for en 360 graders indsats, hvor der arbejdes på tværs af alle områder, så børn og unge støttes bedst muligt. Kommunerne skal sikre, at der igangsættes helhedsorienterede, forebyggende indsatser, og at der koordineres på tværs af de områder, der har kontakt til børn og unge.

Et eksempel på en 360 graders indsats kunne være Ungegarantien i Hjørring, som har fokus på at få alle unge i uddannelse eller job.

**DA og Lederne foreslår**, at kommunerne forpligtes til at sikre en 360 graders indsats i forhold til børn og unges sundhed og trivsel. Der skal igangsættes konkrete, forebyggende indsatser for børn og unges sundhed og trivsel. Og der skal sikres koordinering på tværs af alle områder.

- Indsatserne kan være partnerskaber eller samarbejde på tværs af offentlige instanser, civilsamfundet og private instanser.
- Indsatserne skal være helhedsorienterede og operere på alle niveauer, hhv. strukturelt, socialt og individniveau, og med samtidigt fokus på både fysisk og mental sundhed.

## 3) Bedre rammer for sundhed og trivsel i folkeskolen

Folkeskolen er i daglig kontakt med vores børn og unge og er derfor en helt afgørende arena for at fremme de unges fysiske og mentale sundhed. Folkeskolen arbejder allerede med sundhed og trivsel, men der er brug for et stærkere, fælles fokus.

Rammerne for folkeskolen skal understøtte det gode arbejde, der allerede foregår mange steder. Og vi skal sikre, at fagpersoner, som arbejder med børn og unge, får de redskaber, de har brug for, ift. at kunne integrere sundhed og trivsel i skoledagen.

**DA og Lederne foreslår**, at skolernes fokus på børn og unges sundhed og trivsel styrkes.

- Det skal sikres, at folkeskolen arbejder fokuseret med elevernes sundhed og trivsel.
- Læreruddannelserne skal give alle nye lærere konkrete redskaber til at styrke børn og unges fysiske og mentale sundhed.

## 4) Videntcenter for unges trivsel

Unge livstilfredshed er faldet siden starten af årtusindeskiftet. Flere eksperter og aktører påpeger, at der mangler viden og oplysning om, hvorfor så mange unge har det svært – og hvad der skal til, for at flere kan få det bedre.

Der er brug for et stærkt forankret center med forskere og myndigheder til at stå i spidsen for en national og helhedsorienteret trivselsindsats i tæt samarbejde med alle relevante aktører (skoler, foreninger, forældre, m.v.). Centret skal opbygge og indsamle evidens og skal sikre, at indsigter bliver udbredt og omsat til konkrete, skalerbare indsatser, som løbende kan implementeres.

**DA og Lederne foreslår**, at der etableres et nationalt videntcenter for børn og unges trivsel, herunder digitale vaner.

# Bud på *mulige indsatser*

VIVE har i sin rapport interviewet en række danske eksperter, interessenter og aktører på området og spurgt dem om hvilke indsatser, der ifølge dem kunne have et potentiale i forhold til at fremme børn og unges mentale trivsel og fysiske sundhed. Samtidig har VIVE gennemført en mindre desk research. Disse indsatser er ikke en del af DA og Ledernes anbefalinger men indgår i den brede debat om, hvad man kan gøre for at styrke unges sundhed og trivsel.

## *Bud på indsatser - fysisk sundhed*

**Kost** fremhæves som et centralt indsatsområde ift. at fremme børn og unges sundhed både i deres nuværende liv og ift. at grundlægge sunde kostvaner, der får betydning for deres fremtidige liv. Kost kobles ofte direkte med overvægtsproblematikker, men en sund kost handler ligeledes om trivsel og f.eks. læringsparathed.

### **Mulige indsatser:**

- Gratis frokostordninger på skolerne.
- Tilbud om sund morgenmad på skolerne.

**Bevægelse, fysisk aktivitet eller motion** fremhæves som et afgørende område for børn og unges fysiske sundhed. Bevægelse hænger også sammen med trivsel. Manglende motoriske evner eller børn som 'bevægelses-uvante' fremhæves som et problem i enkelte interview.

### **Mulige indsatser:**

- Svendborg-projektet - koncept for idrætsskoler, som sikrer bevægelse for alle - også børn og unge, som ikke går til idræt i fritiden.
- Udbredelse af SundSkole - en mere aktiv og varierende skoledag.
- Konkurrencefri fritidsindsatser.
- 'Fritidspas' som kan sikre, at alle børn og unge har økonomisk adgang til fritidsinteresser.

**Alkohol, rygning og tobaksprodukter:** Unge som ryger har ofte en række andre fysiske og psykiske helbredsproblemer, f.eks. dårligere oplevet helbred, søvnløshed, hovedpine osv., og der er en klar sammenhæng mellem unges rygevaner, alkoholvaner og brug af illegale stoffer.<sup>15</sup> Unge, der begynder at ryge tidligt, har højere risiko for at være hyppige rygere som voksne og udvikle sygdomme, som er relateret til rygning.

En stor del af forebyggelsesindsatserne på disse områder er rykket til erhvervsskoler og ungdomsuddannelser som følge af ændringer i lovgivningen. VIVEs analyser viser, at især rygning kan være vigtig at sætte ind overfor tidlige, da der er en tydelig sammenhæng mellem rygning og negative uddannelsesudfald.

### **Mulige indsatser:**

- Den islandske model - en multikomponent indsats med fokus på at reducere forbrug af alkohol, tobak og cannabis.
- Udbredelse af programmet X:It. Et velafprøvet, forebyggende program, som opererer på socialt og individuelt niveau samt hænger sammen med lovgivning på tobaksområdet.

<sup>15</sup> Sundhedsstyrelsen, 2019

## Bud på indsatser - mental sundhed

Overordnet set peger VIVE på, at børn og unges mentale sundhed har været under tiltagende negativ udvikling. Med dette forstås, at et voksende antal af danske børn og unge oplever et dårligt mentalt helbred. Eksperterne peger på, at både de 'hårde' mentale sundhedsproblemer såsom psykiatriske diagnoser og de blødere aspekter såsom trivsel og mentale helbredsproblemer er forværret de sidste 20 år.

For mental sundhed er vores viden om indsatserne i Danmark ikke så udbygget sammenlignet med fysisk sundhed, hverken når det gælder børn og unge og helt generelt. Det afspejler sig i indsatsområderne eller i de mulige indsatser. Og dokumentation af udfordringer og virkningsfulde indsatser er derfor ligeledes på et andet niveau sammenlignet med f.eks. KRAM (kost, rygning, alkohol og motion) for fysisk sundhed.

### Mere oplysning:

- Oplysningsindsatser med fokus på hvad mental sundhed er, og hvad der er risikofaktorer ift. mental sundhed.
- ABC for mental sundhed - forskningsbaseret indsats med positivt og handlingsorienteret fokus på mental sundhed. Giver fælles retning og fælles sprog.
- Online platforme som [www.mindhjælper.dk](http://www.mindhjælper.dk) der giver børn og unge en direkte og nem adgang til viden om mental sundhed på flere niveauer.

### Udskolingsamtaler i skolesundhedsplejen:

- Fremrykning af sundhedsplejens udskolingsamtaler fra 9. til 7. eller 8. klasse. Ved samtalerne opspores unge, der har en eller flere mentale udfordringer.



### Indsatser i klasser:

- Trinvise indsatser som Åben og Rolig, der opererer på flere niveauer og indeholder både oplysning, gruppebaserede indsatser, individuelle indsatser og opkvalificering af undervisere.
- Målrettede indsatser med fokus på trivsel og mental sundhed direkte ind i klasserne, der kan støtte lærere og skoler i deres daglige arbejde.

### Søvn:

- Oplysningsindsatser med fokus på søvnbehov blandt børn og unge. Særligt fokus på forældrenes ansvar for de unges søvn.
- Mobiltelefoner og øvrige elektroniske devices ud af de værelser, som børn og unge sover i.
- Senere mødetid for udskolingslever.

# Metode

## *Sådan har VIVE gjort*

VIVE har krydset data fra Årgang 95-undersøgelsen med registerdata for at undersøge betydningen af unges fysiske og mentale sundhed for deres uddannelse og beskæftigelse over en 10-årig periode, fra de er 15 år, til de er 25 år. Derudover har VIVE undersøgt, hvordan uddannelse og beskæftigelse blandt 25-årige hænger sammen med deres situation indtil 40- og 50-års alderen. Endelig peger VIVE på en række indsatser, som potentielt kan styrke unges sundhed og trivsel.

Årgang 95 er en forløbsundersøgelse, hvor VIVE har fulgt og fortsat følger de samme ca. 6.000 børn og deres familier, siden børnene blev født i 1995. Det er en af de få forløbsundersøgelser i Danmark, som følger et repræsentativt udsnit af en generation fra fødslen frem til ungdoms- og voksenlivet. Deltagerne i Årgang 95 kommer fra hele landet og fra alle sociale lag. Tilsammen giver de vigtige svar på, hvordan forhold i opvæksten påvirker deres livsforløb.

I den kvalitative hovedundersøgelse har VIVE gennemført en mindre desk research og en interviewundersøgelse blandt danske eksperter og samfundsaktører fra stat, region og kommuner. Endvidere er undersøgelsens fund blevet valideret gennem interview med deltagelse af danske eksperter og samfundsaktører.

VIVE har undersøgt følgende mentale sundhedsudfordringer, som unge kan opleve ved 15-års alderen:

- Ensomhed
- Søvnproblemer
- Livstilfredshed
- Mental sundhed målt ved Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ).

Indenfor fysisk sundhed har VIVE undersøgt følgende sundhedsudfordringer, som unge kan opleve ved 15-års alderen:

- Kost og BMI
- Rygning
- Alkohol
- Motion
- Selvvurderet helbred

## *Kontrol for baggrundsfaktorer*

VIVEs resultater bygger på Årgang 95 undersøgelsen og er kontrolleret for baggrundsfaktorer (køn, psykiatrisk diagnose, mors socioøkonomiske klassifikation, mors højeste gennemførte uddannelse). Det betyder at de sammenhænge, der angives, ikke skyldes f.eks. forskelle i socioøkonomisk status hos de unge.

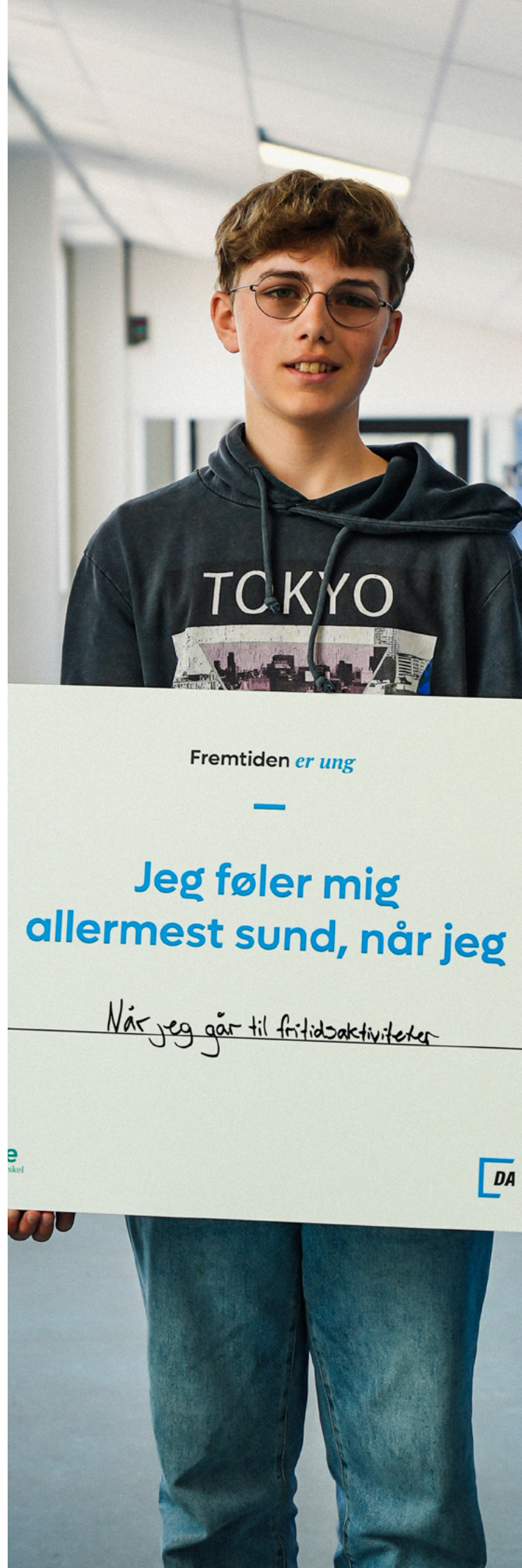
## Sådan har vi gjort

### Hvad koster det de unge selv livet igennem?

Beregningerne tager udgangspunkt i forskellen i erhvervsindkomst over tid for en årgang, der som 25-årige enten var eller ikke var i uddannelse eller arbejde. Udviklingen i deres erhvervsindkomst over tid er observeret fra de var 26 år i 1995, til de var 47 år i 2016. Erhvervsindkomst består af løn, overskud af selvstændig virksomhed og arbejdsmarkedsbidragspligtige honorarer (Danmarks Statistik, ERHVERVSINDK\_13). Deres erhvervsindkomst, fra de er 48 år og indtil pensionsalderen (66 år), er fremskrevet ud fra Danmarks Statistiks lønstatistik fordelt på alder. Konkret anvendes udviklingen i den standardberegnete løn for en almindelig lønmodtager på 5-årsalderstrin til at fremskrive erhvervsindkomsten for de 47-årige og frem til folkepensionsalderen. Det antages i beregningen, at den relative forskel mellem de to grupper er konstant for de 47-årige og frem. Den samlede forskel i erhvervsindkomst over et arbejdsliv er summen af forskellene for hvert enkelt år fra 26-års alderen til 66-års alderen.

### Hvad koster det for samfundet?

Beregningerne tager udgangspunkt i forskelle i erhvervsindkomst pr. år for personer i aldersgruppen 26-66 år. Forskellene i erhvervsindkomst for hver enkelt årgang er ganget med antallet af personer, som for hver af de tilsvarende årgange vurderes at kunne have haft en højere indkomst. Dette antal er taget som 1 pct. af alle årgange, der kunne have været i uddannelse eller arbejde som 25-årige, hvis de havde fået en bedre start på voksenlivet. Det samlede erhvervsindkomsttab er summen af forskelle i erhvervsindkomsten for 1 pct. af hver enkelt årgang fra 26-års alderen til 66-års alderen. Erhvervsindkomsttabet er omregnet til en velstandseffekt (målt ved BNP) ved at gange erhvervsindkomsten med bruttoværditilvækst over lønsummen i den private sektor. Velstandseffekten er opgjort i markedspriser. Antagelserne i beregningen af velstandstabet ligger på linje med de regneprincipper, som anvendes i de økonomiske ministerier.



Lederne  
- en verden til forskel

