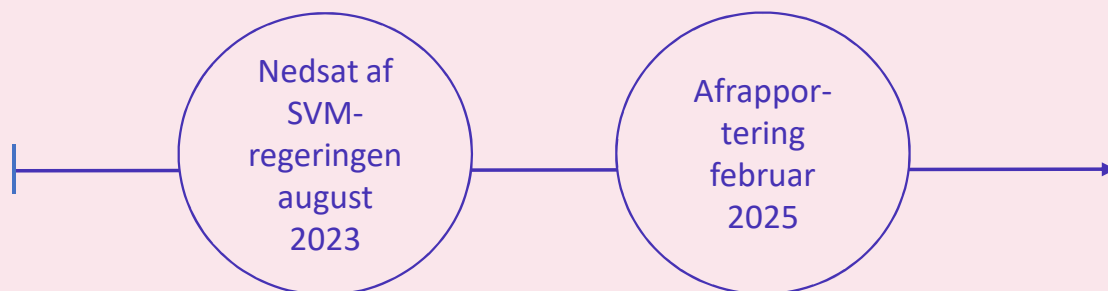




Trivselskommissionen

**Fælles om det betydningsfulde
forældresamarbejde**

Om Trivselskommissionen



- Opgaven var, *"at belyse trivselsudfordringerne og komme med anbefalinger til, hvordan mistrivsel og sårbarhed kan forebygges og afhjælpes, samt hvordan robusthed og myndiggørelse kan styrkes."*
- Fokus på den brede, almene gruppe af børn og unge mellem 0-25 år
- Blik for forskellige arenaer i børn og unges liv, fx familien, dagtilbud, skole og uddannelse, fritidslivet, den digitale verden



Trivselskommissionens medlemmer



FORMAND

Rasmus Meyer



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Andreas Rasch Christensen



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Christine Ravn Lund



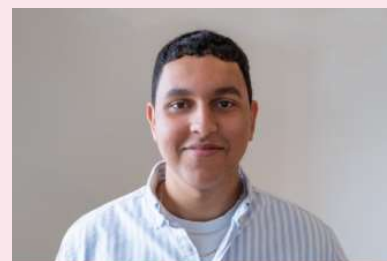
MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Hanne Kirk



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Karin Ingemann



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Khalil Abdeddaim



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Lene Tanggaard



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Marie Holt Hermansen



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Mie Oehlenschläger



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Simon Calmar Andersen



MEDLEM AF TRIVSELSKOMMISSIONEN

Vibeke Jenny Koushede

Tilgang og vidensgrundlag

En bred vifte af videnskilder og en åben, inddragende proces



14 kommissionsmøder



Børne- og ungepanel
med børn og unge
i alderen 6-25 år



Eksisterende forskning og undersøgelser af børn og unges trivsel og hverdag



+ 80 interessentmøder
for organisationer og
videnspersoners perspektiver



Folkehøring - 763 bidrag
for befolkningens
perspektiver



Nye kvantitative og kvalitative undersøgelser
iværksat af kommissionen



Vidensworkshops
for eksperter input



Turneer rundt i landet
til institutioner,
organisationer, foreninger
mv.



Oplæg og debatter ved
forskellige arrangementer

Fire faser i kommissionens arbejde

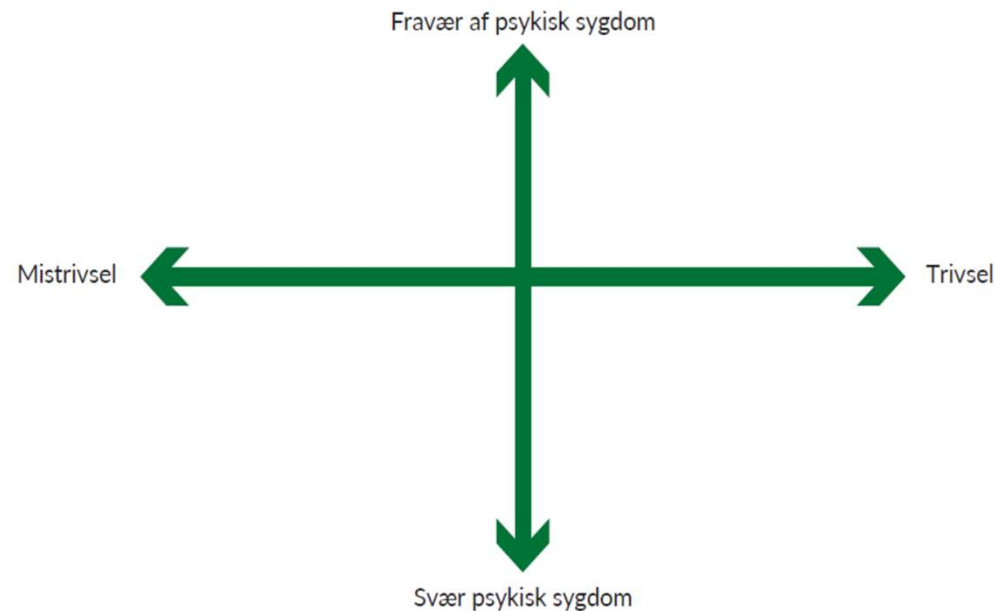


Fasemodellen kan også anvendes i det lokale arbejde med børn og unges trivsel

Fase 1: Trivselsforståelse

Ambition med en ny forståelse af trivsel

- Behov for begrebsafklaring
- Inspireret af WHO's definition af trivsel
- Ikke lighedstegn mellem trivsel og velvære
- Mistrivsel og psykisk sygdom må ikke forstås under ét
- Trivsel og mistrivsel som et kontinuum
- Trivsel som en forventningskategori
- Trivsel som evnen til at håndtere de svære perioder, alle uundgåeligt vil gå igennem
- Både et individuelt ansvar og et fælles anliggende at etablere gode forudsætninger for børn og unges trivsel

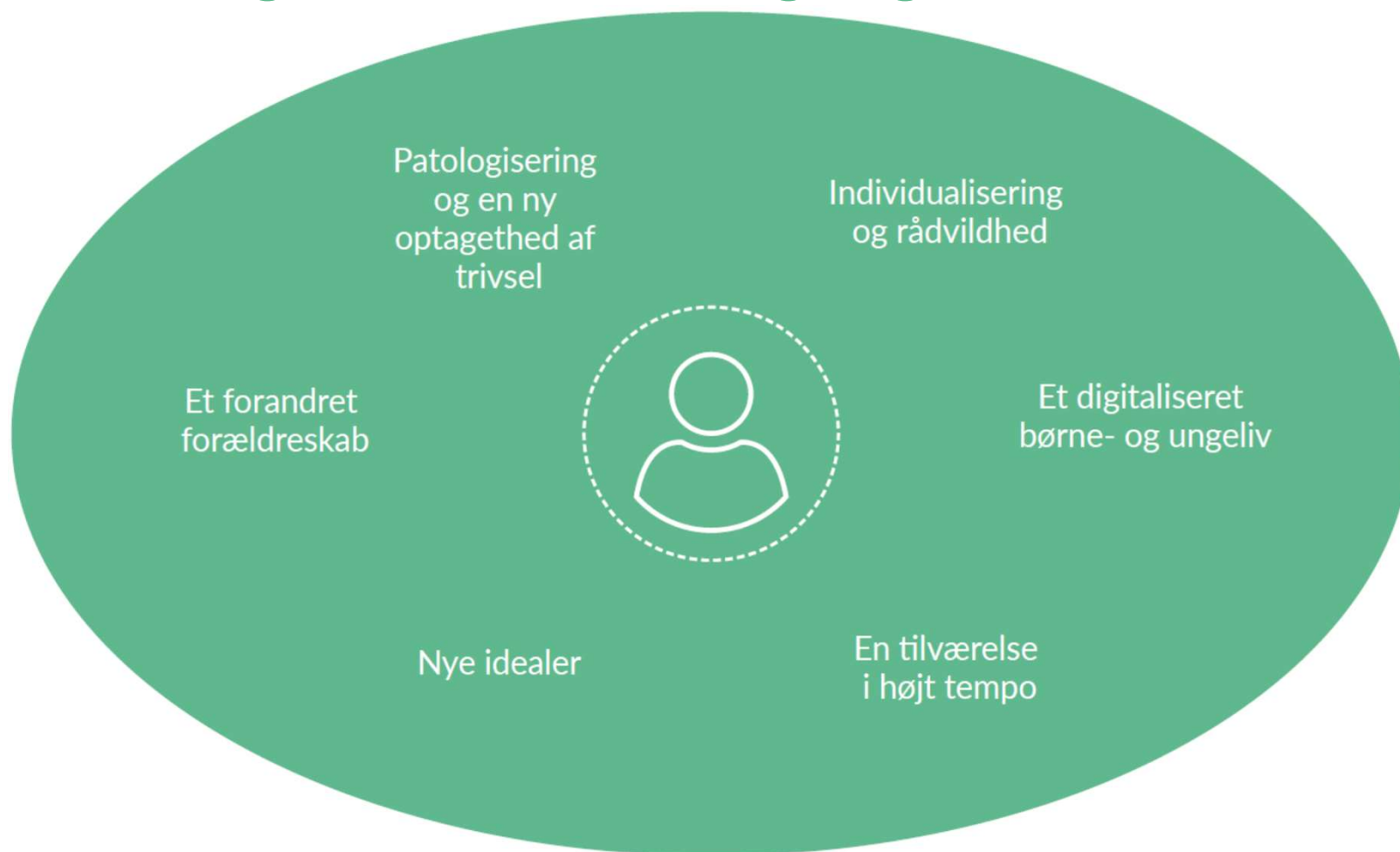


Kommissionens trivselsforståelse

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.

Samfundstendenser med betydning for trivselsudfordringerne blandt børn og unge

Samfundstendenser med betydning for trivselsudfordringerne blandt børn og unge



Fase 4: Trivselskommissionens anbefalinger

*"Det er kommissionens overbevisning, at vi har **gode forudsætninger** for at løse trivselsudfordringerne og skabe et samfund, hvor **børn og unge lever gode liv**. Det **kræver** dog, at **vi alle tager ansvaret** på os. Der er ikke brug for, at vi peger fingre ad hinanden, men at vi hver især spørger: **Hvad kan jeg bidrage med?**"*



Behov for et sporskifte - et dansk svar på en vestlig udfordring



Ambition om **et dansk svar** på de trivselsudfordringer, mange vestlige samfund er stillet over for.



Udgangspunkt i det, vi er gode til herhjemme: **Pædagogik, dannelse, demokrati, livsoplysning, karakterdannelse, fællesskaber** og et **stærkt civilsamfund**.



Trivselsudfordringerne er komplekse og lader sig **ikke løse med et quick fix** eller oppefra og ned. Der er behov for en **kombination** af forskellige initiativer. Og – vigtigst – **at vi alle bidrager** og **tager ansvar**.



Samlet set adresserer anbefalingerne de **forskellige arenaer** i børn og unges liv, børn og unge i **forskellige aldre** (0-25 år) og **både den brede gruppe** af børn og unge og mere specifikke **undergrupper**.



35 anbefalinger inddelt i **otte** temaer.

Otte temaer for anbefalingerne

- Nyt sprog for trivsel
- Et balanceret digitalt liv
- Karakterdannelse og myndiggørelse
- En tidssvarende pædagogisk praksis
- Fællesskaber i fritiden
- Krop og bevægelse
- Tidlig og rettidig indsats
- Forældreskabet anno 2025

Syv anbefalinger til forældre

1. Stil alderssvarende og kærlige krav til dit barn, og vær tydelig om rammer og værdier.
2. Begræns overvågningen af dit barn – børn kan langt mere, end vi tror.
3. Hav tillid til, at dit barn i takt med sin udvikling selv vil kunne overvinde mange udfordringer og håndtere konflikter på dets vej.
4. Inddrag og lyt til dit barn ud fra dets alder og forudsætninger – husk dog, at inddragelsen ikke må ske på bekostning af kærlige krav og tydelighed.
5. Lær og vis dit barn, hvordan alle – voksne som børn og unge – skal have blik for og tage ansvar for andre mennesker og de fællesskaber, som vi indgår i.
6. Hav fokus på selvregulering, vedholdenhed, tro på egne evner og ansvarsfølelse i opdragelsen – og lær dit barn, at det vil opleve perioder med nedtrykthed, uden at det er hverken farligt eller sygeligt.
7. Husk, at du kender dit eget barn bedst, sænk skuldrene, og vid, at der ikke findes en perfekt forælder, og at kærlighed, nærvær og omsorg er det vigtigste, du kan give dit barn, for at det trives.

Forældreskabet – resultater fra vores undersøgelse

- Følelsesmæssigt presset – og tilfredsstillende
- Engageret og intensiveret
- Forældredeterminisme – oplevelsen af at være altafgørende for børnenes fremtid
- Børnecenteret forældreskab, mange aktiviteter med børn i centrum, men stor opmærksomhed på at give plads til barnets egne initiativer
- En beskyttet og kontrolleret barndom (overvågning digitalt), men forældrene oplever det ikke selv (dem vi har spurgt)
- Forældrene siger, at de prioriterer tydelige rammer og struktur, med plads til følelser



Fortsat

- Ressourcer hos familien og forældrene er altafgørende, især fra skolen opleves store forventninger
- Ændret relation til institutionerne – især skoler og (skoleledelse, rektorer) fortæller om et ændret forældreengagement, flere krav og mere kritik, lavere engagement i klassefællesskabet
- Børn og unge vil gerne have hjælp til at begrænse eget skærmbrug.
- Skærmbrug påvirker forældreskabet og familielivet (Intensiveret information, inspiration, sammenligning, konkurrence på SoMe og Aula)



Udsagn fra en forælder og en lærer fra vores undersøgelse

- "Vi forældre er meget inde over – da jeg var barn, løb jeg ud på gaden og spurgte, om nogen kunne lege. Nu sms'er jeg med forældre, og jeg ved hele tiden, hvor de er.
- "Jeg synes, at forældrene er gået fra at være fælles om at være forældre i børnegruppen til, at "Det er mit eneste barn her i hele verden!" [...] Det er ikke "Jeg har hørt, at der er sket det og det – kan vi hjælpes ad med at løfte og gøre et eller andet?", men "Det er mit lille barn, som har været udsat for noget!"



Giv ikke forældrene skylden

- Børns eventuelle problemer, både store og små, vil ofte opstå i en kombination af mange biologiske, psykiske og sociale forhold, og de kan sjældent alene tilskrives moderens eller faderens egenskaber. En række strukturelle forhold har også betydning.
- Der er al mulig grund til ikke at lade forældrene bære ansvaret for mistrivsel. Det er ikke den intense relation, der er altafgørende for børns liv. Og en af løsningerne er at skabe stærkere fællesskaber om vores børns liv.



Indsatser

- Individuelt
- Institutionelt
- Strukturelt

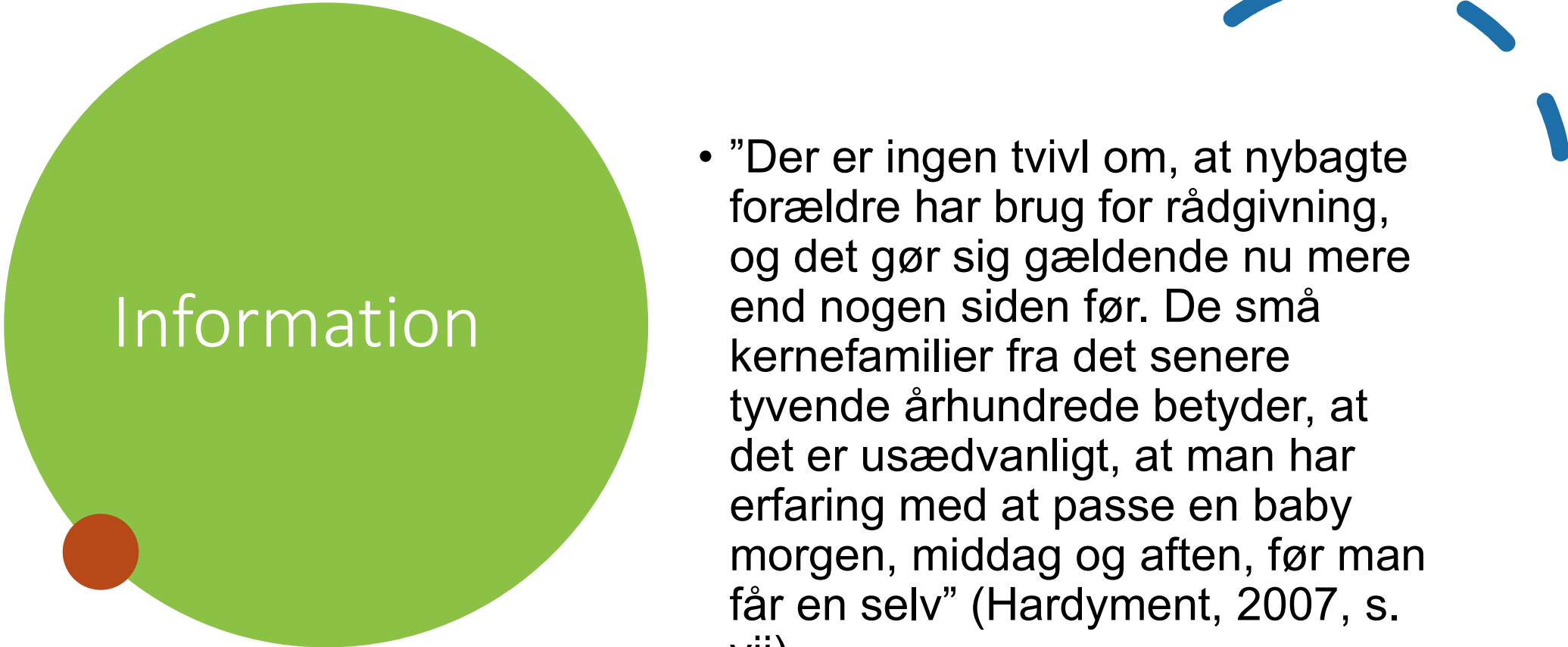


Tre
modeller
for
samarbejde

Information

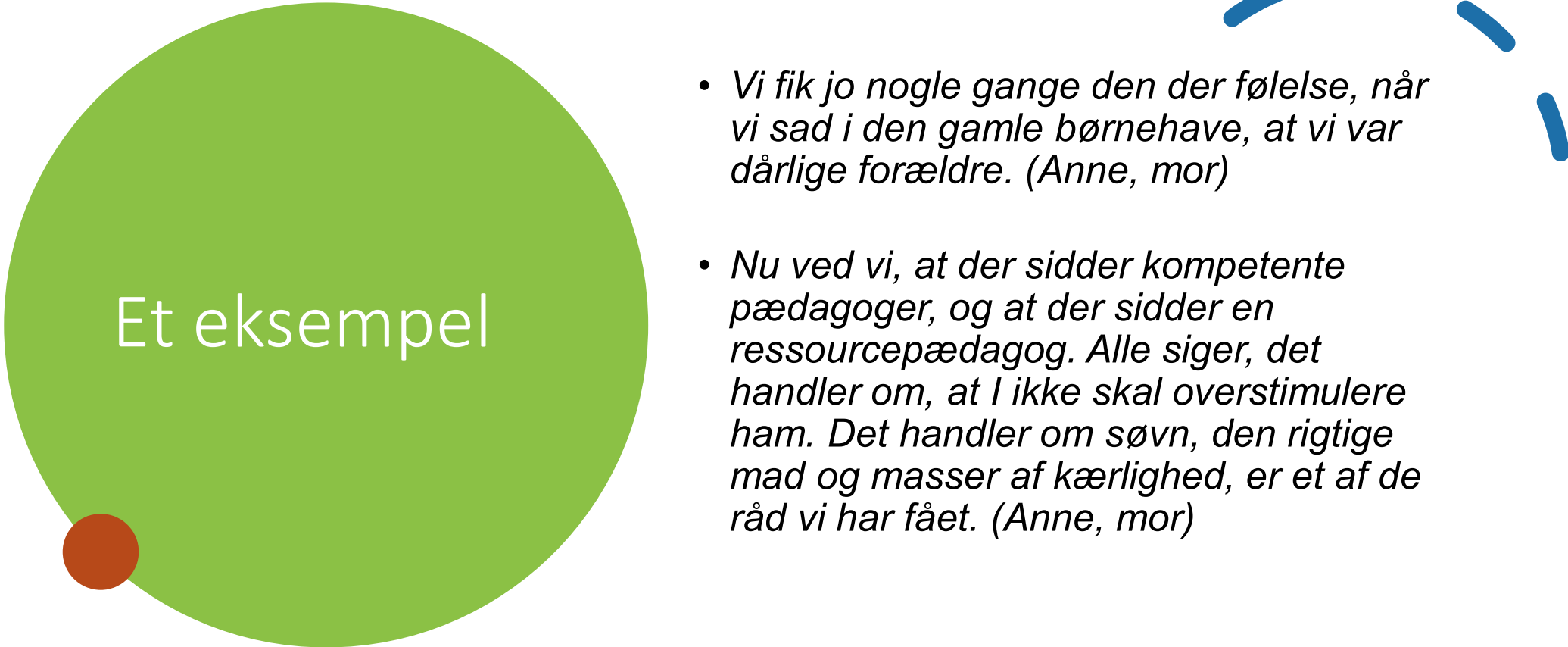
Rådgivning

Samskabelse



Information

- "Der er ingen tvivl om, at nybagte forældre har brug for rådgivning, og det gør sig gældende nu mere end nogen siden før. De små kernefamilier fra det senere tyvende århundrede betyder, at det er usædvanligt, at man har erfaring med at passe en baby morgen, middag og aften, før man får en selv" (Hardyment, 2007, s. vii).



Et eksempel

- *Vi fik jo nogle gange den der følelse, når vi sad i den gamle børnehave, at vi var dårlige forældre. (Anne, mor)*
- *Nu ved vi, at der sidder kompetente pædagoger, og at der sidder en ressourcepædagog. Alle siger, det handler om, at I ikke skal overstimulere ham. Det handler om søvn, den rigtige mad og masser af kærlighed, er et af de råd vi har fået. (Anne, mor)*



Rådgivning

- Hvis man insisterer på, at forældrene følger rådene, bliver det oplevet som en mistillidserklæring på kompetencedimensionen og som et indgreb ind i hjemmet, som forældrene ikke nødvendigvis tilskriver mening. Hvis man derimod mener, at problemet er af en sådan art, at man *skal* handle på det i både hjemmet og i dagtilbuddet, så må man vælge en samskabende samarbejdstilgang, hvor man i fællesskab finder løsninger, som forældrene og pædagoger/dagplejere tilskriver mening og forpligter sig på. Digteren Søren Ulrik Thomsen (2016) skriver om råd:
 - *... men gode råd må være noget, man med en vis lethed kaster op i luften og lader være op til den anden at gribe eller lade falde og gå forbi og overhovedet afgøre, om de nu også er så gode. (2016: 114)*



Samskabelse

- Samskabelsen vil bestræbe sig på at skabe nye deltagelsesmuligheder for de voksne omkring barnet og for barnet selv. Dog vil den ekspansive samskabelse ikke insistere på, at deres initiativer skal være ens (eller at deres forståelser af udfordringen skal være ens), da praksissens betingelser er forskellig. Samskabelse er ikke ens-skabelse, men fastholder muligheden for forskellighed og dynamisk bevægelse.



Stor tillid

- Det kræver stor tillid at åbne for uenigheder og bekymringer og anerkende modsigelserne. Det er tillidens paradoks, at man forsøger at værne om den ved at skjule eller sløre uenighederne, men det er samtidig netop åbenheden og ærligheden, som er en betingelse for tilliden. En nysgerrig undersøgelse af uenighederne og modsætningerne fordrer tillid og er samtidig en forudsætning for tilliden. Og netop denne undersøgelse af uenighederne kan åbne op for nye forhandlede stier, der tilbyder nye deltagelsesmuligheder både for børn og voksne.

Læs mere



Du kan læse mere om Trivselskommissionens arbejde, analyse og resultater i Trivselskommissionens afrapportering, baggrundsrapport og pixi. Det kan hentes på www.trivselskommissionen.dk.

Læs mere også her:

- Tanggaard, L., Rømer, T. & Brinkmann, S. (2025). *Trivsel tur-retur*. Klim.
- Matthiesen, N., Tanggaard, L. & Cavada-Hrepich (2021). *Skal vi vinke? – Tillid, kommunikation og pædagogik i forældresamarbejdet i dagtilbud*. København: Akademisk forlag.
- Tanggaard, L. (2023). *En lille bog om, hvorfor de fleste forældre skal gøre langt mindre, end de tror*. København: Gyldendal.

