

Ny indsats på vej til unge med angst og depression

Psykelige problemer er årsag til, at mange unge dropper ud af deres uddannelse eller aldrig kommer i gang med en uddannelse. Derfor har Den A.P. Møllerske Støttefond bevilget 8,3 mio. kr. til udbredelse af et kursus, som kan hjælpe unge mellem 15 og 25 år, der har symptomer på angst eller depression. Projektet gennemføres af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med 25 kommuner og uddannelsesinstitutioner for unge samt andre steder, hvor målgruppen færdes.

4 ud af 10 danske unge har ikke afsluttet en ungdomsuddannelse, når de fylder 21¹, og op imod 60% af frafaldet på uddannelserne skyldes mental mistrivsel². Det store frafald koster ikke alene samfundet dyrt. Manglende uddannelse og psykiske problemer kan også få store negative konsekvenser for de unge.

Efterspurgt af kommunerne

Bevillingen fra Den A.P. Møllerske Støttefond sikrer, at det evidensbaserede peer-kursus *LÆR AT TACKLE angst og depression*³ kan testes på en ny og yngre målgruppe – nemlig de 15-25-årige – blandt andet ved at afprøve en ny organisationsstruktur og benytte nye rekrutteringsstrategier.

LÆR AT TACKLE angst og depression har tidligere vist at kunne reducere angst og depression blandt voksne. En mindre undersøgelse indikerer, at samme indsats fungerer for unge og potentielt forebygger frafald på ungeuddannelserne⁴. På et testkursus fik de unge fx redskaber til at tackle deres angst og depression, så de kom ud af social isolation eller fik mod på at søge en læreplads eller fortsætte deres uddannelse. En ung pige fra en jysk kommune siger om sit udbytte af kurset:

”Nu ved jeg, hvad jeg skal gøre, når jeg er ved at få det dårligt psykisk, og det hele bare er skræmmende.”

Positive erfaringer og store forventninger

Programmet vil give kommunerne et efterspurgt redskab til unge med psykiske udfordringer, så de får det bedre og forbliver i uddannelse eller job. 49 kommuner har allerede positive erfaringer med *LÆR AT TACKLE angst og depression* for voksne, og mange udtrykker glæde over det kommende tilbud til de helt unge. Anne Birkedal Nielsen, der er sundhedskonsulent i Køge Kommune, siger om den nye indsats:

”Flere og flere unge oplever angst og depression, og tidlig indsats er vigtigt. Men vi har manglet en indsats. Derfor falder det nye ungekursus på et virkeligt tørt sted, hvilket direktøren for velfærdsforvaltningen i Køge Kommune, Svend Tabor, også støtter op om.”

Ungeprojektet pilotafprøves i løbet af 2017 i 25 kommuner og vil være færdigevalueret og klar til national udbredelse i 2019.

LÆR AT TACKLE angst og depression bygger på kognitiv indlæringspsykologi. Programmet er udviklet på Stanford Universitet på baggrund af erfaringer med sygdomsspecifikke kurser for patienter med kronisk sygdom⁵. I Danmark er Komiteen for Sundhedsoplysning ansvarlig for kurserne.

Teksten kan frit benyttes redaktionelt under henvisning til Komiteen for Sundhedsoplysning.

For projektspørgsmål kontakt chefkonsulent i Komiteen Nicolaj Holm Faber, 22 67 10 12/nhf@sundkom.dk
For pressehenvendelser kontakt presseansvarlig i Komiteen Birgitte Sabra, 51 42 42 02/bs@sundkom.dk

¹ <http://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:852123/FULLTEXT01.pdf>

² http://www.kl.dk/ImageVaultFiles/id_76199/cf_202/De_udsatte_b-rn_-_n-gletal.PDF

³ <https://www.sst.dk/da/udgivelses/2016/evaluering-af-satspuljeprojektet-laer-at-tackle-angst-og-depression>

⁴ http://www.patientuddannelse.info/media/117568/l_r_at_tackle_angst_og_depression_-_erfaringer_med_unge_kfs_2016.pdf

⁵ <http://patienteducation.stanford.edu/programs/cdsmp.html>

