

Resume af

Pilotevaluering af Basal – sammen om trivsel

RESUME

En klassebaseret, forebyggende trivselsindsats

Basal er en klassebaseret trivsels- og mestningsindsats målrettet elever i udskolingen (7.-10.klasse) og deres lærere. *Basal* har til formål at forebygge udvikling af mistro og dårlig mental sundhed blandt eleverne. Dette gøres ved at træne redskaber, der øger self-efficacy og evnen til at forstå sig selv og andre. *Basal – sammen om trivsel* omfatter:

- Et elevforløb bestående af klassebaseret undervisning á otte moduler á to lektioner fordelt på otte uger.
- Et kompetenceudviklingsforløb for undervisere.

Formål og metode

Pilotevalueringen er gennemført af Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet og omfatter en spørgeskemaundersøgelse med en før- og en eftermåling blandt elever og lærere samt interviews. I alt indgår 16 elevforløb fordelt på seks skoler i seks forskellige kommuner i pilotevalueringen.

Pilotevalueringen har til formål at bidrage med viden om elevernes og undervisernes udbytte, tilfredshed og erfaringer med henblik på justering af indsatsen og undervisningsmaterialer til udbredelsesfasen. Det er desuden formålet at afprøve og kvalificere evalueringdesignet samt spørgeskemaer til den videre udbredelse af *Basal – sammen om trivsel* med start i skoleåret 2023/2024.

Øget positiv mental sundhed og self-efficacy for eleverne med lavt niveau inden forløbet

Analyserne fra pilotevalueringen viser en statistisk signifikant forbedring af elevernes mentale sundhed sammenlignet med før elevforløbet. Der ses ikke en forandring i deres self-efficacy i elevgruppen som helhed.

For begge primære udfaldsmål gælder det, at der ses en positiv forandring blandt elever med lav mental sundhed og lav self-efficacy før elevforløbet, mens det omvendte mønster ses for elever med høj mental sundhed og høj self-efficacy. Dette er foreløbige resultater. *Basal* evalueres i stor skala i 2023-2025.

Analyserne af de kvalitative interviews peger på, at både lærere og elever generelt set er tilfredse med selve elevforløbet og materialerne. Eleverne oplever det især som givtigt, at de har fået et bedre indblik i deres tanker og hjernens funktion, og flere fremhæver vejtrækningsøvelserne til stresshåndtering samt kommunikationsredskaberne.

Flere elever fortæller, at de er blevet mere reflekteret om, hvordan deres handlinger og kommunikation påvirker andre, og hvordan man kan undgå eller håndtere konflikter.

Samlet set viser evalueringen, at lærerne har implementeret elevforløbet i klasserne uden de store problemer.

Den samlede evaluering af pilottesten kan læses [HER](#)

Baggrund

Basal – sammen om trivsel er baseret på det evidensbaserede program LÆR AT TACKLE og MentaliseringsProgrammet, der begge er forankret i Komiteen for Sundhedsoplysning. Basal bygger dermed på anerkendt viden og mange års erfaringer med henholdsvis den mentaliseringsbaserede tilgang og mestring i praksis.

Læs mere om indsatsen på www.sammenomtrivsel.com.