

Aarhus, den 28.5.2021

## Høringsvar - *Ståsted for arbejdet med mental sundhed - Børn og Unge*

Kræftens Bekæmpelse i Aarhus er glade for, at der sættes fokus på børn og unges mentale sundhed og trivsel i Aarhus. Vi takker for, at vi får mulighed for at bidrage via vores høringsvar, og vi stiller os til rådighed for den videre proces.

Mental sundhed, trivsel og livsmestring er vigtige og store emner, som kræver viden og ekspertise fra mange forskellige områder for at finde de gode løsninger og indsatser. Hos Kræftens Bekæmpelse ved vi rigtig meget om sygdom og sorg, som har stor effekt på mental sundhed, trivsel og livsmestring. Forskning<sup>1</sup> viser at børn, der mister har:

- Sværere ved at starte og gennemføre en uddannelse
  - Folkeskolen op til 5 % lavere succes end andre børn.
  - Ungdoms- og erhvervsfaglige uddannelser op til 23 % lavere.
  - Korte videregående uddannelser op til 26 % lavere.
  - Mellemlange og lange videregående uddannelser 23 % lavere.
- 33% forøget risiko for at blive indlagt med depression.
- 20 % forøget risiko for at blive medicineret mod depression.
- Større risiko for uhensigtsmæssige mestringsstrategier i pressede situationer, som fx forbrug af alkohol, rusmidler og trøstespisning.

De langsigtede konsekvenser er skræmmende, ligesom der ses store konsekvenser på den korte bane. Mange af disse børn føler sig alene og anderledes. De trives dårligere end deres jævnaldrende og har mere fravær i skolen. Dette kan være svært at opdage, da mange børn skjuler sorgen og mangler personer, de trygt kan tale med.

- 41 procent skjuler deres sorg for forældrene, for at undgå at gøre dem kede af det.
- 37 procent af børn og unge, der har oplevet sorg, føler ikke at deres klasselærer har været god til at tale med dem.
- 19 procent af børn og unge, der har oplevet sorg, har ingen eller få voksne eller venner, de kan tale med om det, der er svært<sup>2</sup>.

Der er tale om rigtig mange børn, da 2.101 børn i Aarhus hvert år oplever, at deres far eller mor indlægges med en kritisk sygdom. Hvert år mister 100 børn en forældre, og 756 børn lever uden en far eller en mor.

Derfor anbefaler Kræftens Bekæmpelse i Aarhus, at sorg får en mere fremtrædende rolle i *Ståstedet for børn og unges mentale helbred*. På side to kommer vi med et konkret forslag til hvordan sorgen kan håndteres.

---

<sup>1</sup> Populationsbaseret registerundersøgelse. Data er indhentet fra alle danskere født mellem 1970 og 1990, som har oplevet at miste en forælder før de fyldte 30 år. Ca. 1.225.000 personer har indgået i undersøgelsen og ca. 138.000 af dem har mistet en forælder. På grundlag af de genererede data har forskerne herefter foretaget en særkørsel, der kun inkluderer børn (0-17 år). Kræftens Bekæmpelse, 2019

<sup>2</sup> Omsorgsmåling "Når sorgen rammer", Egmont Fonden og ugebrevet Mandag morgen, 2013. Omkring 2700 besvarelser fra børn og unge, forældre, lærer og pædagoger.

## Forslag til håndtering af sorg hos børn og unge

Vi er enige i at trivsel bør fremmes i de fællesskaber, som børnene og de unge allerede indgår i. Derfor er skolerne helt essentielle når der skal tages hånd om børn og unges sorg. I skolerne bruger børn og unge meget af deres tid, og derfor har man i skolerne en særlig god mulighed for på en systematisk og hurtig måde at identificere børn og unge, som kan være udsat for sorg. Samtidig er skolens medarbejdere velkendte og fortrolige voksne. Så børn og unge ville kunne hjælpes markant bedre ved at enkelte medarbejdere bliver uddannet til at håndtere sorgen. Derfor vil vi foreslå, at sorggrupper på skoler indgår i oversigten over idéer til handlinger.

En sorggruppe er et rum, hvor børn og unge i sorg kan dele deres erfaringer med hinanden. I sorggrupper i skoler deltager både børn, der lever med livstruende sygdom i den nærmeste familie og børn, der har mistet en nærtstående.

I de fleste sorggrupper er der to gruppeledere, der guider børnene i samtalerne. Hensigten med sorggruppen er at hjælpe barnet med at genfinde livsglæden, så det tillidsfuldt kan gå den forandrede fremtid i møde. Sorggruppen giver mulighed for at være sammen med andre jævnaldrende børn, som har mistet eller har udsigt til at miste. Barnet oplever at det ikke er alene eller anderledes og at der er andre, som har det på samme måde.

Vi ved fra børn, der deltager i en sorggruppe, at de ofte oplever et stort fællesskab med de andre i gruppen. Mange af børnene siger: "Jeg fandt ud af, at jeg ikke var den eneste i verden". De fortæller, at der i sorggruppen er er nogle, der har tid til at lytte til dem, og at de kan sige de ting, der kan være svære at fortælle andre steder. I nogle sorggrupper fylder samtalerne meget, i andre laver man flere kreative aktiviteter – for eksempel mindebøger.

Sorggruppen mødes ofte i skoletiden, som regel et par timer hver 14. dag.

Barnet kan tilmeldes sorggruppen, når de er klar til det. Nogle børn kan have brug for at starte i sorggruppeforløb når en forælder er uhelbredeligt syg, andre starter kort tid efter forælders dødsfald, mens andre først oplever behovet efter flere måneder eller år.

Kræftens Bekæmpelse uddanner sorggruppeledere blandt skoleansatte. Det kan være lærere, pædagogisk personale, AKT eller sundhedsplejersker.

Skoler med et lille elevantal kan eventuelt være fælles med naboskolen om en gruppe.

Sorggrupperne er i udgangspunkt målrettet børn der oplever dødsfald eller livstruende sygdom i den nære familie.

Vores erfaring er, at nogle skoler efter sorggruppelederuddannelsen ligeledes opretter grupper for andre målgrupper, ofte skilsmissebørn.

Kræftens Bekæmpelse, har mangeårig erfaring med samarbejde med skoler og kommuner omkring etablering af sorggrupper tæt på børnenes hverdagsliv, forankret i skolerne. Kræftens Bekæmpelse har samarbejde om sorggrupper med 12 kommuner og har stor erfaring i at tilpasse indsatsen til lokale forhold. Læs mere på <https://www.cancer.dk/omsorg/>

