

Interkommunal tandplejedag 2022

Det svære ungeliv



Lisbeth Zornig Andersen

Hvem jeg er

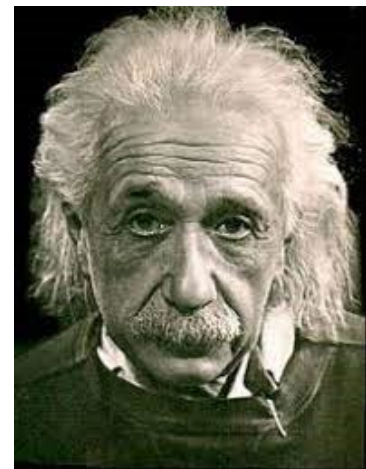
- Lisbeth Zornig Andersen
- Økonom fra Københavns Universitet
- Konsulent, forfatter, foredragsholder, **TV-vært**, debattør, m.m.
- Tidl. Børnerådsformand, adm. dir. Specialisterne, it-programmør
- Børnehjemsbarn
- Mor til fem, bedstemor til to



Hvem er de unge, der bøvler i dag?

“Everybody is a genius. But if you judge a fish by its ability to climb a tree, it will live its whole life believing that it is stupid.”

Albert Einstein



BØRN&UNGE

Stigende mistrivsel blandt unge: Vi er nødt til at gøre noget markant anderledes

Hver tredje unge kvinde og hver femte unge mand har dårligt mentalt helbred, viser ny undersøgelse. Årsagerne til mistrivlsen er blandt andet præstationspres, individualisering og psykologisering, mener eksperter. Fritidslivet og -pædagogikken kan være med til at øge trivlsen.

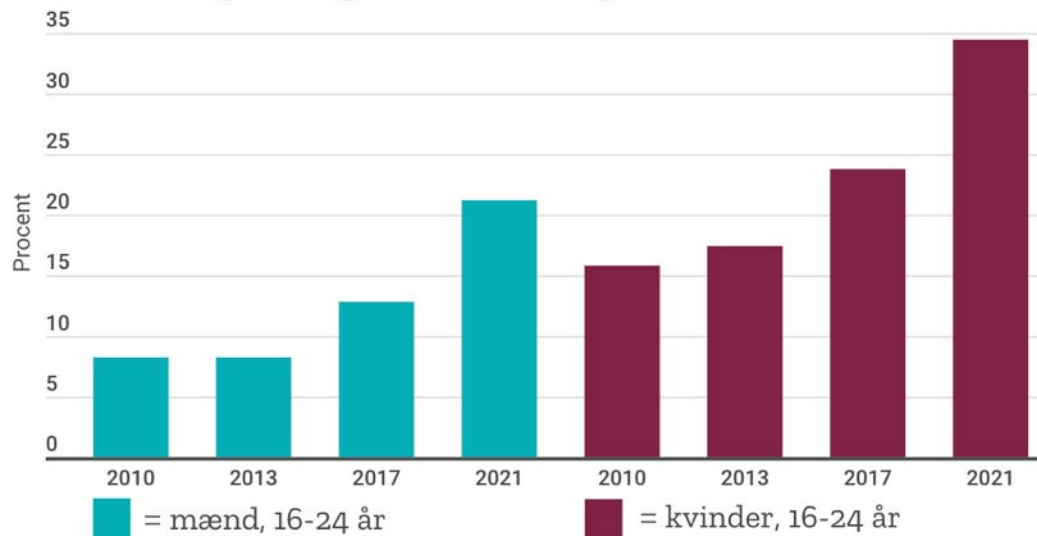
OPDATERET D. 17. MARTS 2022

Af: Steffen Hagemann, journalist / Foto: Colourbox,

Flere og flere unge mistrives. Det er den triste kendsgerning. Den Nationale Sundhedsprofil 2021, der har spurgt knap 200.000 danskere fra 16 år og opefter om deres psykiske og fysiske velbefindende, viser, at det fortsat går den forkerte vej med trivlsen blandt de 16-24-årige, som er den yngste aldersgruppe i undersøgelsen. En tredjedel af kvinderne og hver femte mand i alderen 16-24 år har et dårligt mentalt helbred. Lidt mere end hver anden unge kvinde føler sig stresset, og det samme gælder for hver tredje mand.

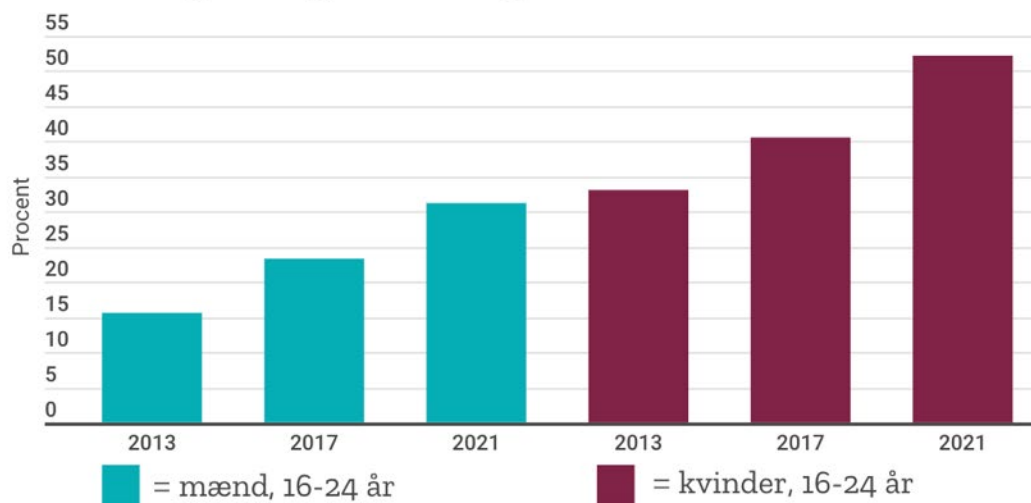
<https://bupl.dk/artikel/stigende-mistrivsel-blandt-unge-vi-er-noedt-til-at-goere-noget-markant-anderledes/>

Så mange unge har dårligt mentalt helbred



Lav score på den mentale helbredsskala, andel i procent

Så mange unge er meget stressede



Høj score på stressskalaen, andel i procent

Kilde: danskernessundhed.dk

Fra medierne de seneste 10 år

Omkring 20 procent af de 25 årige unge har ikke gennemført en ungdomsuddannelse og er uden job.

Færre mønsterbrydere på ti år

Børn, der vokser op i underklassen, har fået sværere ved at rykke sig. Det viser en ny analyse fra Arbejderbevægelsens Erhvervsråd.

**Statsministeren: Vi har
begået kollektivt
uddannelsessvigt - en del
unge bliver ramt af et
betonloft**

120.000 PÅ STØTTEN

**Voldsomt stigning i unge under 30 år,
der bliver forsørget af det offentlige**

**Danske unge sætter
rekord i selvskade**

**Gymnasieelever er lige så stressede som
de 20 pct. mest stressede voksne**

Zornig: Vi sender flere unge på kanten

Den klassiske udfordring er ikke blevet mindre

Mange unge har svært ved at bryde
den negative sociale arv....



https://www.youtube.com/watch?v=X6whem_l1eU

De nye udsatte unge fra middelklassen



Ikke kun unge fra socialt udsatte familier har udfordringer

- 25-30 % af alle unge kontanthjælpsmodtagere har forældre, som har en videregående uddannelse
- To ud af tre af de unge i en socialt marginaliseret position kommer fra familier, hvor forældrene overvejende har været i beskæftigelse



Kilde: Center for
Ungdomsforskning,
Aalborg



Hvad er forklaringen på de nye udsatte unge?

Ungdomskulturelle forklaringer

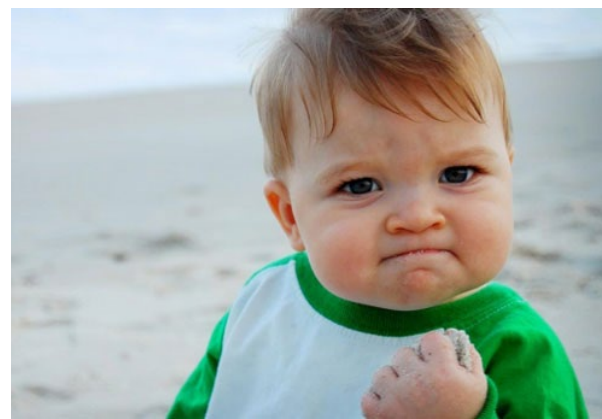
- Forventningsekspllosion blandt de unge – det perfekte er blevet normen og sårbarheden øges generelt
- Ændret form for forældre/unge relation blandt flertallet af de unge

Uddannelsessektorens begrænsninger

- Adgangskrav, øgede faglige krav og faglig fokusering
- Fra uddannelse til alle til kvalitet og konkurrencedygtighed
- Nedsikringer, som risikerer at ramme fastholdelsesindsatser
- Ingen koordinering til beskæftigelsespolitikken

Forsigtige svar fra professor Noemi Katznelson

- Brug for fokus på **nye udsathedformer**, som vi forskningsmæssigt ikke har greb om endnu
- Brug for en national ungevision
- Brug for ressourcer i skolen til udsatte og til et øget fagligt løft af udsatte
- Brug for visioner for *alle* unge
- Brug for at **inddrage de unge selv** for at forstå, hvordan uddannelse og fremtiden kan komme til at **give mening** for dem



Apropos mening...

Interessant samtaleguide med den unge

TAL SAMMEN OM STUDIEVALG

Fordi du kan hjælpe din søn eller datter til at træffe et studievalg baseret på personlighed og styrker.

SAMTALEGUIDE

Hvis du har 60 minutter

Vis >>

TAKE AWAY MENU

Hvis du har 10 minutter

Vis >>

QUICK GUIDE

Hvis du har 1 minut

Vis >>

FIND INSPIRATION

Se tre film om hvilke udfordringer andre har haft i samtalen om studievalg.

1 AT GØRE EN FORSKEL

Mange unge i dag lægger vægt på, at de gerne vil lave noget, som betyder noget for andre.

- Hvilke forbilleder har du?
- Hvem synes du gør en forskel og hvorfor?

2 RELATIONER

Støtte og gode relationer er vigtigt for vores trivsel. Men ikke alle har brug for den samme form for relationer og grader af nærhed.

- Elsker du at arbejde sammen med andre, eller kan du bedst lide at arbejde alene?
- I lyset af dette hvilke typer jobs vil tiltale dig og hvilke vil dræne dig for energi på den lange bane?

3 POSITIVE FØLELSER

Det er vigtigt, du kan lide det, du laver. Hvad gjorde dig glad, da du var 10 år yngre og 5 år yngre, i sidste uge?

- Lad din mor/far/ven byde ind – hvornår har hun/han oplevet dig mest glad, og hvilke 3 styrker ser hun/han som dine største (styrkerne må gerne relateres til din skolegang).
- Eks: Jeg har lagt mærke til, at du ofte hjælper dine veninder med deres lektier, og at du kan lide det. Jeg oplever, at du får mere energi, når du hjælper dine venner, end når du

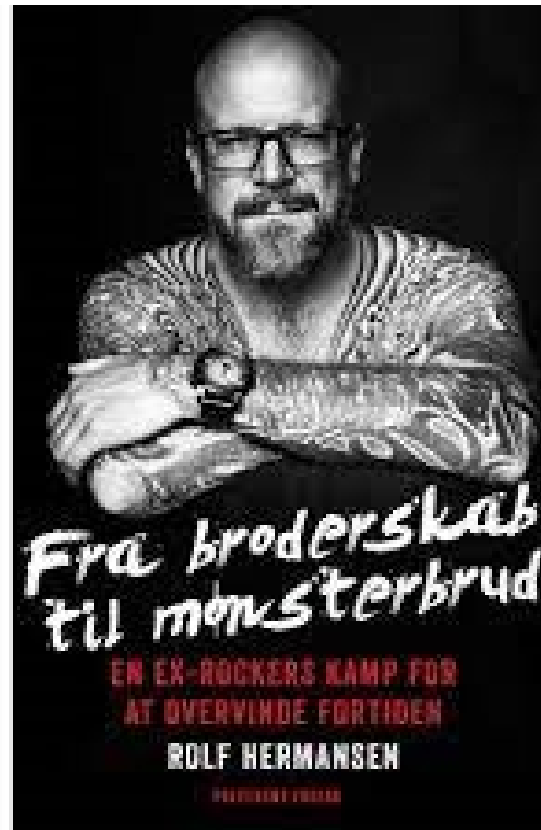
De unges egne svar - FoMO og SoMe



DET HURTIGE RESUMÉ

- Når du ikke er dig selv, siger du samtidig til dig selv, at du ikke er god nok som den, du er.
- Gør det, du har lyst til, selvom det måske bare er med dig selv.
- Bliv din egen bedste ven.
- Hvis du ønsker at modtage glæde, kærlighed og lykke i dit liv, kommer du ikke uden om at skulle være sårbar først og risikere en afvisning.
- Sårbarhed = MOD.
- Hvorfor imponere mennesker, du ikke engang selv kan lide?
- Du vil modtage flere gaver i dit liv, hvis du er villig til at risikere et nederlag eller begå fejl.

De umulige unge



Er Kundby-sagen bare forløberen?

I gamle dage fandt man det dårlige selskab på gaden – nu kan man finde det på nettet.

kronik

LISBETH ZORNIG ANDERSEN

18. april 2017 20:55

I dag begynder retssagen mod en nu 17-årig pige, Kundby-pigen, der er tiltalt for at planlægge terrorangreb mod to skoler. I dagens kronik fortæller en af hendes tidligere lærere om dengang, hun kom tæt på pigens liv og oplevede, hvordan pigen blev svigtet

 Facebook

 Twitter

 Print

 Send

■ ■ **Rummer vi ikke de vrede børn,** finder de andre fælleskaber – fælleskaber, der er formet i had mod os. Og som i sidste ende kan slå os ihjel

Lisbeth Zornig Andersen

Husker du pigen fra Kundby? Hun er 17 år og sidder varetægtsfængslet for terroranklager om at ville bombe flere skoler. Angiveligt kom hun i kontakt med militante muslimer og blev radikaliseret på blot en måned.

Måske sad du som jeg og spekulerede på, hvordan det kan ske. Har militante muslimer virkelig en hypnotisørs magt til på afstand at reprogrammere hjernen på en dansk pige? Kan det passe? Skal vi frygte en ekstremistisk religiøs bølge blandt dagens unge? Militante terroristtiltag? Hvad sker der?

Menneskesyn og selvværd

Det heliotropiske menneske



De syv dødssynder
som styrker?

- Hovmod
- Griskhed
- Nydelsessyge
- Misundelse
- Frådseri
- Vrede
- Ladhed



Otto Dix, 1933 – maleriet var en advarsel til tyskerne om, hvad der kan ske, hvis man lader hånt om de syv dødssynder

Lidt om de vrede børn med kontrol – og deres livsstrategier

- **Orientering.** Evnen til at 'læse' omgivelserne og spotte trusler i terrænet
- **Kontrol.** Evnen til at holde følelserne i skak, så de kan undgå uhensigtsmæssige, følelsesladede handlinger
- **Udholdenhed.** Evnen til at udskyde egne behov og overskride egne grænser, ofte i længere tid



De sårbare unge,
der ikke råber op
– zoom på de
unge med
spiseforstyrrelser,
selvskade og
angst



Definitioner på selvskade og spiseforstyrrelser

'Selvskade defineres som en bevidst, gentagende og socialt uacceptabel adfærd, som medfører direkte fysiske skader, uden intention om selvmord men for at lindre negative følelser'.

'En spiseforstyrrelse er en psykisk lidelse, som er præget af, at man har et usundt og tvangspræget forhold til mad. Man har en forstyrret opfattelse af kroppen og mad, hvilket kan komme til udtryk på forskellige måder fx fremprovokerede opkastninger (bulimi), overdreven motion eller at undlade at spise (anorexi)'.



Hvorfor?

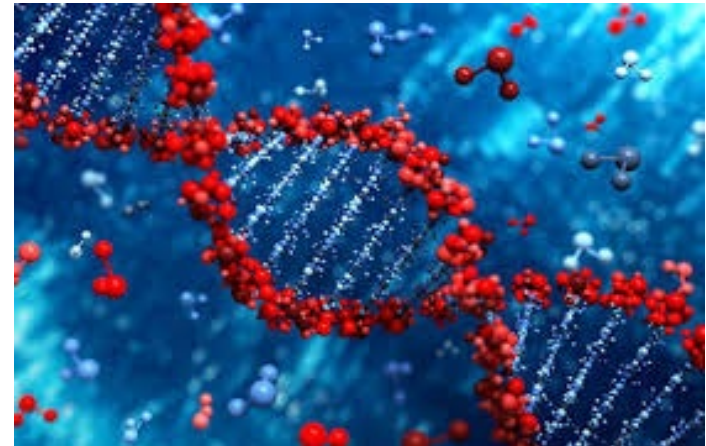
- **Den biologiske forklaring**
 - Kroppens morfin
 - Arv???
- **Den sociologiske forklaring**
 - Gruppen og smitte
 - Mobning
 - At blive set
- **Den psykiske forklaring**
 - Ret til livet? Anoreksi
 - Længslen efter livet
 - Barndomstraumer
 - Mangler ord
 - En ven og fjende – kan give kontrol



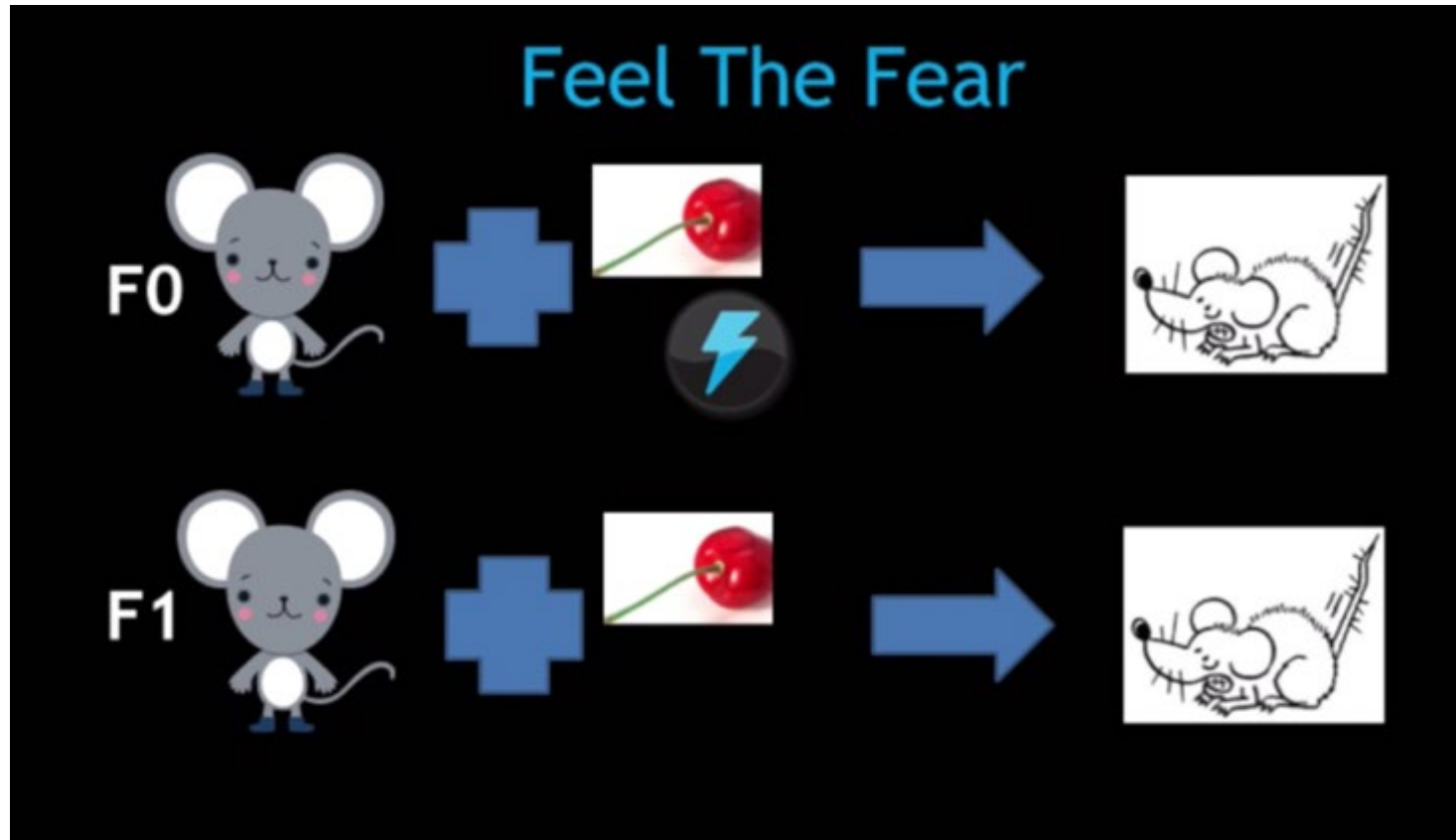
Hvad er egentlig arv og hvad er miljø?

Vi har anslået 20-25.000 gener – her er nogle få af dem:

- Levealdergener
- Døgnrytmegener
- Fedmegener
- Slanke- og sundhedsgener
- **Stressgener (fx FKBP5) –
styrer vores produktion af
stresshormon**



Mus med PTSD og epigenetisk arv af stress



"What is epigenetics": https://www.youtube.com/watch?v=9DAcJSAM_BA

Når forfædres traumer (PTSD) sidder i barnet

Min datter Frejas historie

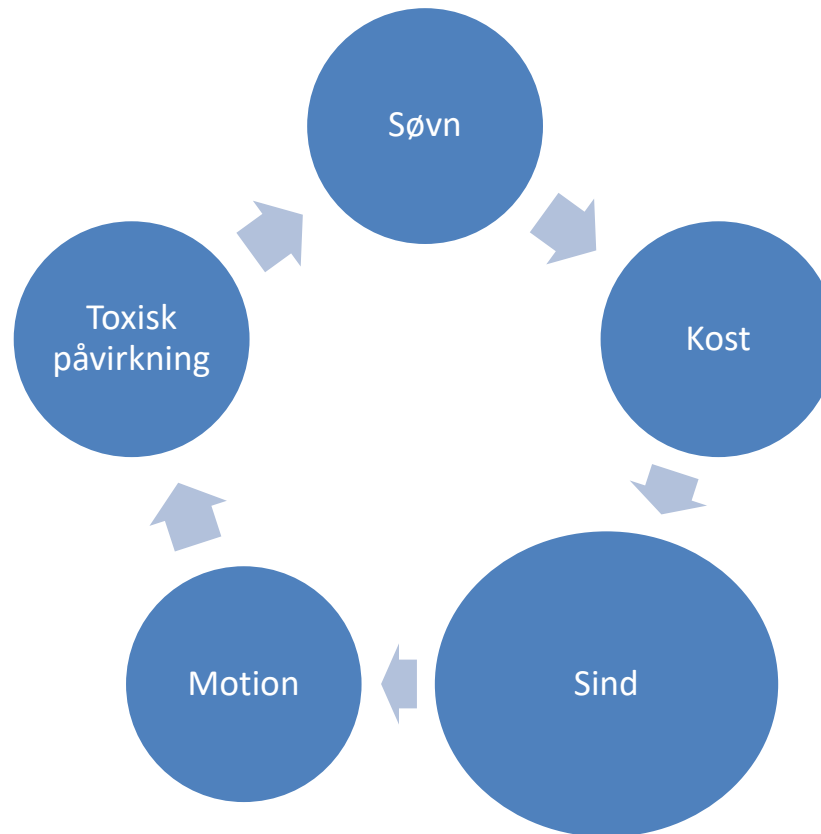


<http://www.bbc.com/future/story/20190326-what-is-epigenetics>

<http://www.bbc.com/future/story/20190326-what-is-epigenetics?fbclid=IwAR3poGQzYGpxVW76DDey85FvCnxscjQUCsAjXNidT3pFfmo0K2ZU1Ngg-8g>

Hvordan tænder vi for de gode gener og slukker for de dårlige?

Kroppen og sindet som genvej til kontrol over dit liv og din arv



Psykobiotika – kost og tarmbakterier, der virker som lykkepiller

Et studie har vist bakterier med egenskaber, som forskerne kalder **psykobiotika**, der er magen til hjernens mest centrale signalmolekyler, som eksempelvis serotonin, dopamin, endorfiner, og adrenalin.

Ved en biokemisk brobygning fra tarmbakterierne til hjernen, kan psykobiotika ændre hjernecellernes aktivitet, signaloverførsel, hormonregulering og humør.

<https://www.naturli.dk/artikel/psykobiotika-en-sund-sjael-i-en-sund-tarm/>



Følelser og tanker kan ændre den epigenetiske regulering

Følelser er efter min bedste overbevisning 'blot' kemi. Det er kroppens måde at få os til at reagere/handle på.

Inflammation kan måles via cytokinet IL-6 i blodet. Højt indhold giver øget inflammation – psykologiprofessor Jennifer Stellar fra University of Toronto har påvist, at følelser som glæde, lykke, ærefrygt, taknemmelighed osv. kan få IL-6 til at falde.

Ærefrygt er den **stærkeste** følelse, når det kommer til at påvirke inflammation i kroppen.



Vagus-nerven

Berøring som genvej

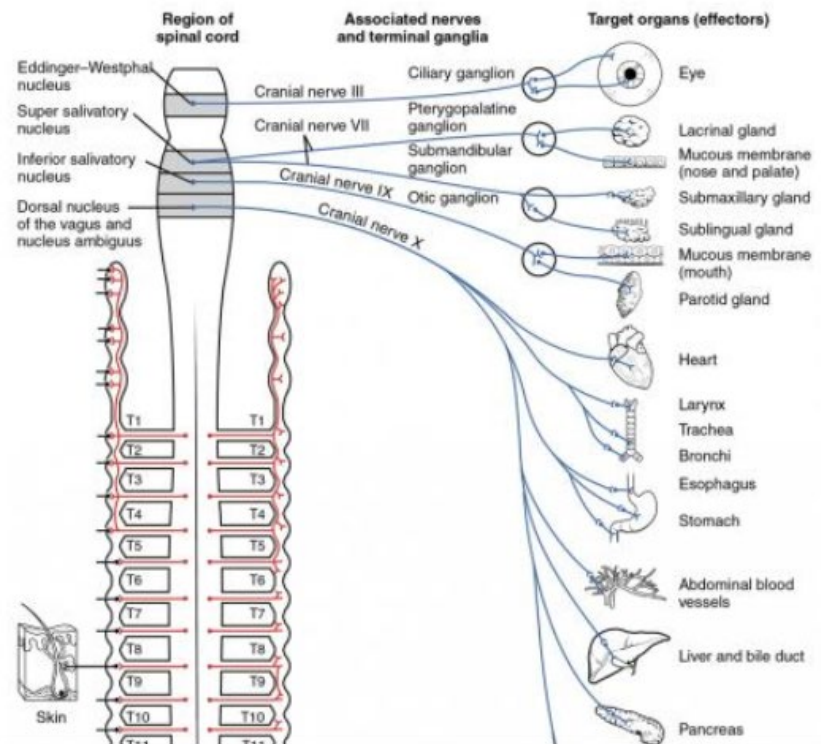
Vagusnervens effekt på helbred og psyke

Hvad ligger bag dette tilsyneladende boost?

Én teori er, at den psykologiske gavn, som yogaen leverer, er forbundet med **vagusnervens funktion**.

Nervus vagus (vagusnerven) er den 10. hjernenerve, den 'omstrefende' eller 'vandrende' nerve, der forsyner især indvoldene i bryst- og bughulen med nervetråde.

Vagusnerven er den længste i det autonome nervesystem, som er ansvarlig for kroppens ubevidste funktion, som eksempelvis vejrtrækning, cirkulation og fordøjelse.



Hvad meditation kan

- Stimulerer vagusnerven
- Giver god søvn
- Motionerer hjernen, så den vokser/bliver mere tæt
- Renser formodentlig hjernen på samme måde som søvn gør det (hjerneforsker Majken Nederggard)



Et studie fra [2013](#) i Journal of Traumatic Stress viste en markant reduktion i PTSD-symptomer hos congolesiske flygtninge sammenlignet med en kontrolgruppe af flygtninge. I meditationsgruppen faldt flygtningenes PTSD-score så meget efter 90 dage med meditation, at de stort set var symptomfrie. Til sammenligning havde kontrolgruppen fået det værre.

Tandplejernes rolle

I kan opdage
cirka 60 % af
omsorgssvigt
hos et barn

Vold kan ses på hoved og hals

Tandlægerne har gode muligheder for at opdage det, hvis et barn er udsat for vold. Det siger overlæge Hanne N. Christensen fra Aarhus Universitetshospital. Hun arbejder på hospitalets Center for Børn udsat for Overgreb.

Hanne N. Christensen siger, at 60 procent af alle fysiske overgreb kan ses i hovedet eller på halsen.

- Det tyder for eksempel på vold, hvis et barn har et blåt mærke inde i brusken i øret, men ikke på yderkanten af øret. Så er barnet ikke faldet eller væltet på cyklen. For det er det yderste af øret, der bliver blå, når man falder, siger hun.

Seksuelle overgreb afsløres

Tandlægerne ser også efter tegn på seksuelle overgreb. For eksempel kan et misbrugt barn udvikle en særlig skræk for at få genstande ind i munden.

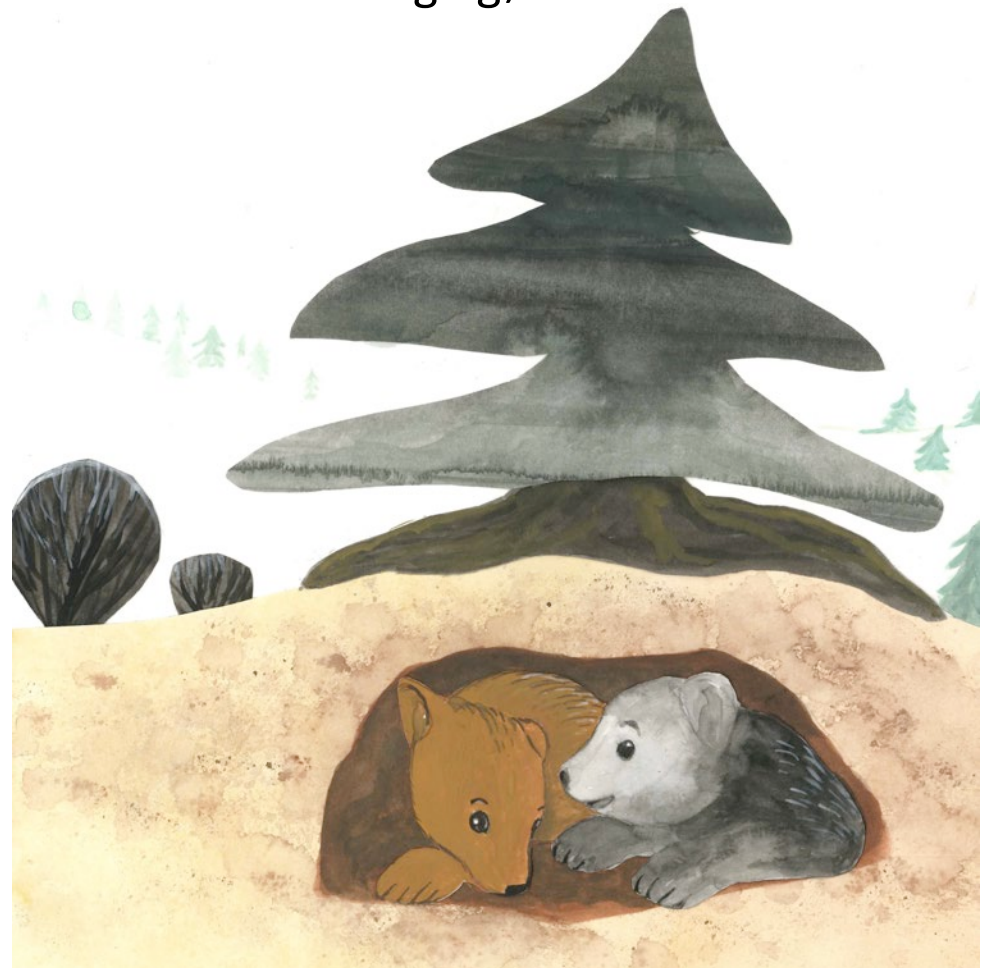
- Det betyder ikke, at alle børn med tandlæge-skræk har været udsat for seksuelle overgreb. Men deres reaktion kan være så aparte, at man som sundheds-person skal træde tættere på, siger Hanne N. Christensen til Politiken.

Når et barn fortæller en hemmelighed – og ikke bliver troet på

vis det ikke til andre,
hej Betina. ☺ ☺ ☺
for det første skriver jeg ✕
for at fortælle dig min
hemmelighed, det er sådanne
at jeg er brukt på ✕
sexuelt ^(forhold) ~~forhold~~ af min
faders ven, og som du vel
ved i ^(forvejen) ~~for~~ har børn ikke
serlig gjort af det, de ✕

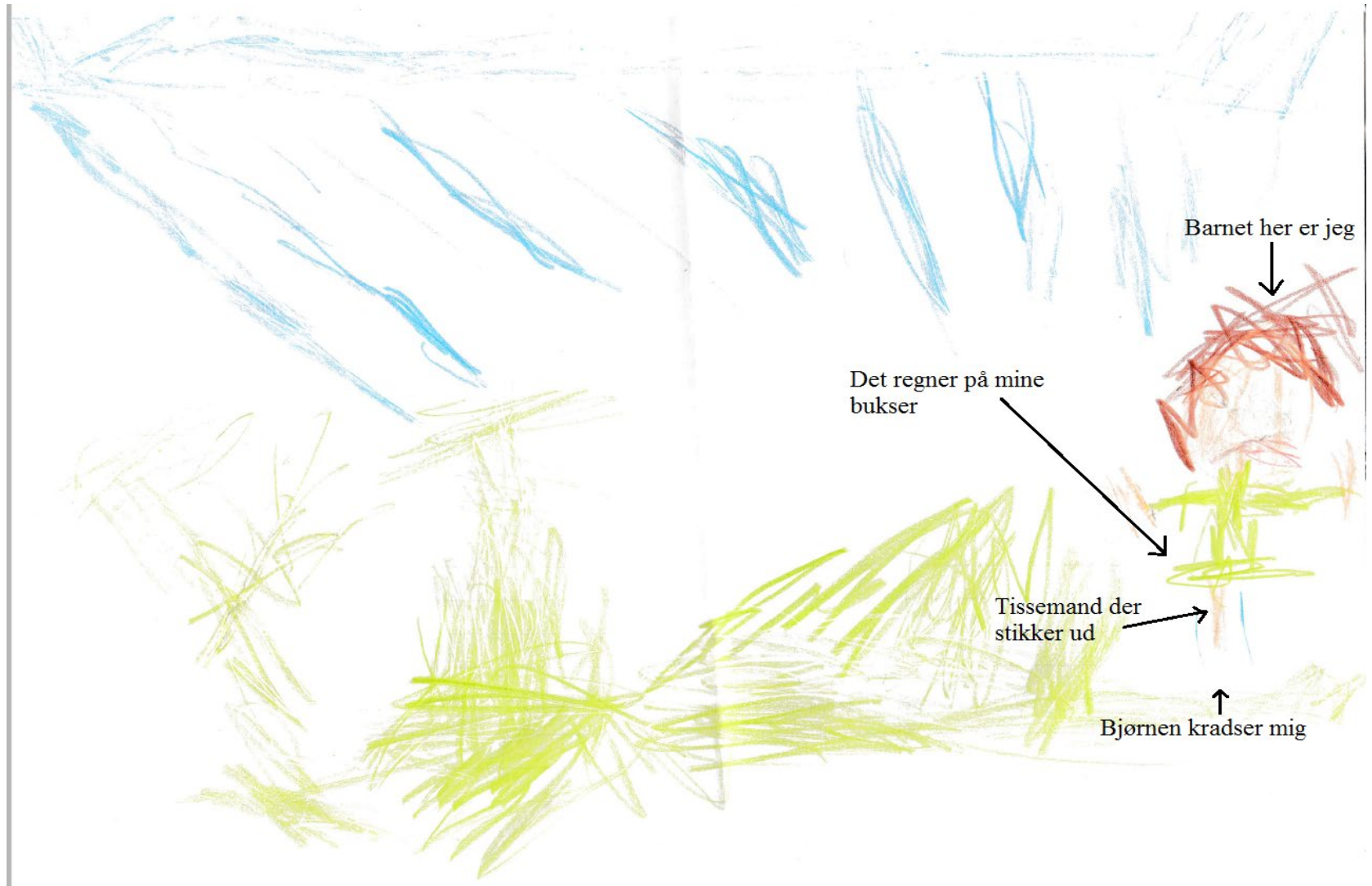
”Hemmeligheder” – en børnebog til børnehaven af Lisbeth Zornig Andersen og Freja Palsgaard Andersen

Gode hemmeligheder kilder i maven – dårlige gør ondt



En fireårig dreng tegner





Hvilken rolle kan tandplejere spille?

Opsummering

- Kom tæt på og skab fortrolighed
- Spørg ind – hav god tid
- Tænk højt – fortæl gerne en historie om noget, du ikke er lykkes med
- Stol på alt – også bag en evt. løgn er der en sandhed
- Lav gode og insisterende underretninger
- Rør, rør, rør – det går lige i vagusnerven
- Husk, hvad de unge fortæller fra gang til gang (tag noter)
- Skab tryghed – også hos forældrene



Den skærpede underretningspligt - §153

<https://vimeo.com/80374024>

Som fagperson har du en særlig underretningspligt, der går forud for din tavshedspligt

Der stilles **ikke** krav til, at du som fagperson har et kendskab til barnets eller den unges forhold. Den skærpede underretningspligt betyder, at du har pligt til at reagere, alene på baggrund af forhold, der giver formodning om, at et barn eller en ung har behov for særligt støtte.

Din særlige underretningspligt er **ikke** opfyldt ved, at du opfordrer din nærmeste leder til at underrette kommunen.

Du kan også underrette direkte til Ankestyrelsen.

<https://ast.dk/born-familie/underretninger/fagpersoners-saerlige-underretningspligt>

BØRN

Mit hjerte elsker alle de umulige børn,
de som ingen holder af og ingen kan forstå.
Lyvebørn og stjælebørn og løftebryderbørn,
de børn som alle voksne folk er meget vrede på.
Mit hjerte ynder ikke disse pyntehavebørn,
der står i bed og intet ved om synd og bittert savn.
De børn som voksne holder af og klipper pænt i form,
og som med ren samvittighed tør nævne Gud ved navn.
Den kender mest til kærlighed, som aldrig mødte den.
Om dyden ved den lastefulde mere end nogen tror.
Mit hjerte hader pæne voksnes hækkeklippesaks.
Det er på vilde buske verdens sjældne blomster gror.

Tove Ditlevsen





Tak for nu!

Se mere på
www.zoul.dk

skriv til
lisbeth@softtalk.dk