

Ungdomskaffe om barn och unga mentala hälsa 29 juni 2021

Arrangerat av barnkonventionspiloterna 2021.

4-hörnövnig

Ett påstående läses upp och sedan får deltagarna ställa sig i det hörn som har det svar de vill ge:

JA, NEJ, ANNAT, VILL INTE SÄGA

Efter ett inledande påstående om "glass är gott" där alla var rungande överens så fortsatte övningen.

Påstående: Det är lätt att söka hjälp

Ja: 6st

- Lätt att prata med någon som man litar på först, de kan hjälpa en att ta det vidare
- Alla har fått info om hur man ska ta kontakt med skolpsykolog
- Mn kan söka hjälp för allt som är tyngre, om jag känner mig omotiverad, deprimerad etc.

Nej: 0st

Annat: 4st

- Vet inte riktigt om det är lätt att söka hjälp. Har ingen direkt erfarenhet.
- Jag tror att det beror på vad man tänker på vad man menar. Lätt att hitta ett nummer eller rent psykisk? Psykiskt sätt så tror jag det finns ett stigma, så då blir det svårt att söka hjälp, men rent praktiskt går det nog att hitta ett nummer.
- Har inte försökt, men har föreställer mig att det är ganska lätt.
- Beror på vilket problem du har.

Diskussion:

- Behöver man hjälp och vill ha hjälp så finns föräldrarna, skolan, vänner osv.
- Svårt p g a stigma.

Påstående: Barn på Åland får den hjälp de behöver för att må bra

Ja: 1st

- Det finns olika aktörer som kan hjälpa barn på Åland, t.ex. Rädda Barnen

Nej: 4st

- Man får hjälp om man behöver men det finns många barn som inte får hjälp.
- Man har hört att det inte är bra.
- Om man är utomstående kan det vara svårt att se vem som har det svårt.
- Svårt att fråga om hjälp.
- Alla känner alla och det kan bli ett problem.

Annat: 5st

- Jag vet inte så mycket.
- Det kanske är några som behöver få men får inte hjälp.
- Tror ni att det skiljer sig mellan han/hon/hen? Ja, det är lättare att prata mellan tjejer. Det är mer accepterat att prata om mentala problem om man är tjej.

Påstående: Vuxna frågar hur jag vill ha det för att må bra**Ja: 2st**

- Föräldrar frågar ganska bra!

Nej: 5st

- Inga kommentarer

Annat: 3st

- Ibland. Lärarna frågar. Sedan finns elevråd och grejor.
- Vuxna (lärare) frågar om man mår bra. De frågar inte hur vill du ha det för att må bra. Om jag svarar ja på frågan om jag mår bra så blir det inte att vi pratar vidare om vad jag behöver för att må bra.

Påstående: Corona har påverkat mitt liv negativt.**Ja: 6st**

- distansskola var väldigt jobbigt, det var dåligt teknik i början
- Corona har hindrat oss att ha idrotturneringar, att ha ordentliga skolavslutningar, vi hade ingen prao, Lia platser har varit svårt att hitta.
- Vi missade karonkan i skolan

Nej: 2st

- Det har inte påverkat mycket, det största var distans i skolan och att man inte kan vara med kompisar, annars påverkar det inte.
- Det största är att man inte kan resa till Sverige.

Annat: 4st

- Grejen är att jag vet inte.

- Både och. Vissa saker har varit positivt som att mer vara hemma ensam om man tycker om det. Då kan jag svara "nej det är corona- nej jag kan inte komma." Men om man vill träffa någon så är det synd. Mer tid att tänka. Många hittat nytt intresse som att måla eller fixa i trädgård.
- Mådde sämre i början. Vande mig och då blev det bättre. Pratade med kurator. Jag hade kontakt redan innan och den kontakten fortsatte även under pandemin.
- Hemskt för vi har inte fått spela fotboll i Sverige, men det har varit bra för att man har varit hemma och pluggat till prov.

Påstående: Ungdomar är oroliga för sin framtid

Ja: 2st

-jag personligen oroar

-vi är nära att bli vuxna, det oroar en. När man var yngre var man mindre orolig

-Är glad att jag har två år kvar i Lusse, lycklig att det finns tid att fundera vad man vill göra i framtiden.

-Ledsen att alla vänner flyttar härifrån

Nej: 1st

- "Vad jag har märkt har det inte varit nånting"

Annat: 7st

- Ibland. Beror på om jag tänker mycket på det.
- Klimatets framtid med alla gasutsläpp och så vidare.
- Många är rädda för klimatets förstörelse. Men teknologin stiger. Några kommer att göra business.... Men AI kommer och kanske tar över.
- Många funderar på vilka yrken/utbildning de ska välja för att ha ett arbete i framtiden. Ex sjöman, restaurang har ändrats förutsättningar för. IT har det gått bra för.
- Min ekonomi oroar mig.
- Överbefolkning, övergödning.

Påstående: Unga blir nedvärderade på grund av sin ålder

Ja: 6 st

- Baserad på egen erfarenhet. Vuxna har alltid kallat mig vuxen för min ålder, men sedan får jag höra att nej, din åsikt betyder ingenting du är bara ett barn.
- Vuxna har ändå förväntningar på att jag ska förstå ekonomi, moraliskt osv. Favoritlärare på högstadiet som alltid tog en på allvar...
- speciellt när man söker jobb
- "du har ingen erfarenhet, du kommer att förstå när du bli äldre"
- Speciellt när jag var yngre fick jag höra att jag var lillgammal
- I skolan hade rektorn svårt att lyssna på eleverna och vad de hade att säga, vad de vill

Nej: 3st

- "Ur vårt perspektiv har vi aldrig varit med om det eller sätt så mycket"

Tvärtommetoden

Det frågas en fråga som grupperna ska snabbt komma på så många svar som möjligt till:

3 minuter: "Vad är det värsta beslut som vuxna skulle kunna fatta för barns välmående?"

3 minuter —> vänd på påståendet och se hur ni kan vända det till positiva förslag.

—

Påstående: Unga blir nedvärderade på grund av sin ålder

- Många känner att deras åsikter inte blir hörda, att de inte har ett värde.
- Man får ofta som tonåring höra att "vad vet du, du som är tonåring." Det är inte så bra att fråga om en åsikt när den ändå inte tas på allvar.

Politiker: I vilka sammanhang upplever ni detta?

Ungdom: Ofta i seriösa frågor om beroenden, samhällsfrågor, relationer.

Ungdom: Exempel från när unga ska söka sommarjobb. Är man under 15 år så är det svårt även fast en yngre person skulle kunna utföra uppgiften. Typ klippa gräs.

Ungdom: Jag stod på "nej" för jag har aldrig blivit nedvärderad på grund av din ålder. Det är viktigt att lära upp oss unga om sådant som vi inte kan. Vi är nästa relation.

Politiker: I barnens rapport lyftes fram att barn önskar få mer info och bli lyssnade på när föräldrar separerar. Är det någon annan situation när barns åsikter är viktig?

Ungdom: Ja, i politik. Om deras barn har en annan åsikt så vill många inte prata om det, det är lätt att bli osams. Även religion är det lätt att ta in barnens ålder som en orsak till att inte respektera deras åsikt eller önskan.

Påstående: Ungdomar är oroliga för sin framtid

- Många kan känna sig stressade med tanke på hur brett samhället är. Många stod på "annat".
- Vissa är rädda för framtiden när det gäller global uppvärmning men vi ser även möjligheter inom teknologin.
- Ja-sidan pratade mer om sådant som ligger närmare (än stora globala frågor). En oro är att en är snart inget barn längre. Det oroar, kanske mer än de stora sakerna. Mer oro kring de saker som ligger en närmare.

Påstående: Corona har påverkat mitt liv negativt.

- Saknade möjligheten att resa med fotbollslaget till Sverige. Samtidigt bra med att kunna plugga mer på prov.
- Har påverkat så mycket med skolan. Kaos, oro för betygen, distans och den distraktion den innebär.

Diskussion:

- Både och. Dåliga med inställda aktiviteter. Husbil. Bra är att jag har hittat mig själv. Har kunnat fokusera på musiken mycket mera. Hunnit göra sådan som jag inte hann. Andra satt inne men jag började gå ut och gå.

Påstående: Vuxna frågar hur jag vill ha det för att må bra

Ingen diskussion i storgrupp

Påstående: Barn på Åland får den hjälp de behöver för att må bra

Ingen diskussion i storgrupp

Påstående: Det är lätt att söka hjälp

Ingen diskussion i storgrupp

—

Presentation av "tvärtemot-övningen"

Grupp 1

- Alla föräldralösa barn ska adopteras
- Mer lekparker
- Större budget till skolorna -> ställen att leka, träffas och t.ex. spela instrument (platser där unga kan utföra deras intressen)
- Göra att unga kan ta del av sporter eller saker som intresserar dem utan att det ska kosta mycket
- Billigare gymnasium

Gruppen 2

- Att psykologer skulle vara tillgängliga för alla och att det skulle vara lätt att söka hjälp. Samt att det skulle finnas en låg tröskel för att söka hjälp. Just nu är det ganska mycket stigma kring att söka hjälp. Hos vissa kan det även uppstå frågor som "Mår jag *tillräckligt* dåligt för att kunna söka hjälp?".

- Att inte skoldagarna skulle bli för långa. Många lärare, speciellt i matematiken, säger att man måste läsa på allt man gjort hemma för att kunna förstå. Det innebär att när man är klar med skolan så ska man hem, för att fortsätta med skolan. Speciellt i lusse när man kan gå 8-16, kan det innebära att man gör skolarbete i 10 timmar. Man vill ju ha tid för vänner och fritidsaktiviteter också.
- Inte har lika många läxor, utan istället färre mer effektiva läxor. Många ser läxor som en uppgift och gör dem hastigt och lustigt för att inte få en prick på vilma, som elev ser man inte alltid att de ska vara till för att lära sig. Att då istället ha färre läxor kan fler elever göra de med ordning. De borde också vara mindre press på prov och betyg då den pressen som finns nu leder till skolstress. Många råpluggar kvällen före ett prov så man skriver så bra som möjligt och glömmer sedan bort allt efter provet. Här är även lärarens attityd till lärandet en stor påverkningsfaktor då det är läraren som kan avgöra elevens attityd till ämnet.

Grupp 3

- Att fritidsaktiviteter skall vara billigare och mer tillgängliga för alla och att man ska få ha kul och spela när man är yngre istället för att oroa sig om hur mycket speltid man kommer få.
- Flera sommarjobb för yngre och att det inte skall finnas lika höga krav på sommarjobb för det är bra för alla ungdomar att testa på att komma in i arbetsbranschen
- Att skolan skulle få börja lite senare på morgonen så att man kan komma dit med en utvilad hjärna så att man kan lära sig så mycket som möjligt
- Alla skolor skulle behöva ett schema för prov för hela terminen så att man kan förbereda sig och planera ordentligt

Gruppen 4

- Fler psykologer och pedagoger för att hjälpa och stödja barn bland annat i minoritetsfrågor som exempelvis de som söker stöd gällande könsidentitet. Men också ta bort stigma och att problemen inte behöver vara jätte stora för att kunna söka sig till någon. För att ta bort frågan "är det tillräckligt allvarligt?"
- Grattis sjukvård finns, men mer personal inom vårddyrket. Inte tillräckligt många som söker till yrken inom sjukvården. Satsa på att fler skulle vilja utbilda sig inom vården.
- Mera barnbidrag och mera studiebidrag. Flera unga har inte så jättebra finansiellt stöd från sina föräldrar. Det är svårt att hitta deltidsjobb under skollåret. Kanske istället för bidrag mer möjligheter att skaffa jobb. Idé om att rikta delar av bidraget så att de som verkligen behöver får, så att det inte blir att vissa föräldrar bara sätter undan det medan andra behöver varje cent för att klara sig.

Politiker frågor:

Vad skulle ni göra för bidragen? Flera unga har inte så jättebra finansiellt stöd från sina föräldrar. Det är svårt att hitta deltidsjobb under skollåret. Kanske istället för bidrag mer möjligheter att skaffa jobb.

Ungdom: Om en bara lägger till 10 € till alla blir det mycket pengar totalt.

Politiker: Behovspröva barnbidraget. Men enligt förvaltningen på LR innebär det mycket byråkrati och kostar mer än det ger.

Politiker:

Ungdom: Kanske det är omöjligt med mer bidrag generellt så istället ge till de som behöver. Vissa kan lägga undan sitt barnbidrag med för vissa räcker det inte till. Därför är det viktigt att barnen ska få jobba, även om det inte är så jättebra att deltids jobba för barn när de ska gå i skolan

Politiker: Förra gruppen pratade om kraven. Svårt att få till allt —> både jobba och studera.

Är det fortfarande så att ekonomisk stress är stor?

Ungdom: Ja, för en del familjer.

Politiker:

Ungdom: Kanske det är omöjligt med mer bidrag generellt så istället ge till de som behöver. Vissa kan lägga undan sitt barnbidrag med för vissa räcker det inte till. Därför är det viktigt att barnen ska få jobba, även om det inte är så jättebra att deltidsjobba för barn när de ska gå i skolan.

Politiker: Är det svårt att hitta sommarjobb.

Ungdom: Ja, det är svårt.

Ungdom: Ja, nu fick jag till slut på Trobergshemmet. Ex sökte 50 platser.

Politiker: Gällande behovet av psykologer - håller helt med. Alla tjänster är inte tillsatta. Bara när det händer något så ska det finnas någon. Det behöver inte vara psykolog, de som är lätta att ta kontakt med så kan de slussas vidare beroende på behov.

Politiker: Känner ni att det är nyttigt, effektivt att prata med en psykolog? Kurator?

Ungdom: Började med en skolkurator, hon såg att det var för stort för henne, men då behövde jag ta det vidare till mina föräldrar för att godkänna det och de visste inte om att jag pratade med kuratorn och de var en del av problemet.

Ungdom: Det beror på. Yrkestiteln är inte den viktiga utan att det är en trygg person med kompetens.

Helgrupp:

Frågor från politiker:

Får man tillräckligt stöd från skolan, speciellt när det varit på distans.

- Nja, för de som hade det kämpigt med distans så är det svårt. I KHS t.ex. så får man endast komma till skolan om man varit med om en utredning (psykisk hälsa).

Finns ett forum? Elevrådet?

- Elevråden finns, men sedan tar det stopp hos lärarna.
- Vi har klagat på lärare fler gånger men inget händer.
- Lärarna har inte tillräckligt med engagemang eller ork till att göra nånting.

Vad är det som gör att det som elevrådet lyfter upp stoppar hos lärarna?

- Lärarna håller inte med så då stoppar det där. De är nöjda med månadslönen.
- Det kan kopplas till åldern. Lite det som vi diskuterade tidigare om att bli tagen på allvar.

Politiker: Ni borde ge lärarbetyg.

Politiker: Borde få en återkoppling på den frågan som elevrådet har lyft. Begär att få ett svar med en motivering där det framgår varför en idé inte genomförts.

Ungdom: Bra idé med feedback i slutet av veckan, månaden, termin.

Ungdom: I slutet av varje kurs frågar läraren om det var bra eller inte (anonymt) så det är bra. Det är en bra lärare.

Ungdom: Man kan ha bra argument till lärare, men då kallar man eleven för uppkäftig.

Ungdom: I utvärderingssamtalen borde det även finnas utrymme för feedback till lärare som känns tryggt. Viktigt att det är med är en lärare, rektor som man känner sig trygg med.

Avslutande samtal - säg ett ord om hur du tryckte att det har varit (politikernas svar visas med initialer):

Nöjd

Viktig

Intressant

Intressant

Tankeväckande (AB)

Roligt

En bit på väg (TS)

Kloka ungdomar (GH)

Jätteintressant PS

Framåsyftande (JE)

Läraktigt (PE)

Stressigt

Kul

Trevligt

Dialog

Produktivt

Informativt

Mazarin

Arrangören avslutar: Tack för att ni kom. Ni har gjort ett bra jobb. Vi är stolta över er.

Politikerna: Kul att vi fick komma. TACK!
