

RSV Trivselsfabrikkens drøm om at være med til at sætte mental trivsel & livsduelighed "på skoleskemaet"/den offentlige dagsorden for ALLE som et fælles ansvar er ved at blive realiseret lokalt i samarbejde med en række ildsjæle i og udenfor skoleverden - og nu rækker vi og nogle af dem vi samarbejder med ud til jer, for at gøre opmærksom på mulighederne for universel forebyggelse og trivselsfremme regionalt og/eller nationalt... allerede i det nye skoleår - for der ER noget VI som samfund kan gøre, imens vi venter... både ift. behandling og forebyggelse... (OBS: understreget tekst i dokumentet = links)

Samtidig med at vi arbejder for universel forebyggelse af mental trivsel, mener vi også at der hvor udfordringer har ført til at børn og unge havner udenfor skolen/fællesskabet, der kunne den økonomiske støtte til såvel psykiatrien, privatpraktiserende psykologer og senest de kommende kommunale tilbud til børn og unge med fordel udvides til at dække familiers udgifter til psykoterapeuter for at nedbringe ventetiderne OG at familierne bør kunne få lønkomensation for den forældre der må gå hjemme for at være hos barnet/den unge. Således bør man sidestille børn og unge der går ned med stress i skolen mv med voksne der går ned med stress på arbejdet – dvs. sygemeldinger, hjælp hos en psykolog/psykoterapeut, sygedagpenge og gradvis tilbagevenden – uden nødvendigvis at skulle igennem udredning i første omgang.

Udover de 3 snart 4 skoler som har taget FRIENDS Resilience© til sig, heraf 2 som helskoleindsats fra børnehave - udskoling med inddragelse af PPR og UU og en der kommer til at være præget af stor lokal og forhåbentlig kommunal forankring, har vi indgået samarbejder med hhv. Holbæk Bibliotekerne og Mia Kristina Hansen, Formand for SIND-Landsforeningen for psykisk sundhed og Foreningen Børn med Angst med henblik på udbredelse af kendskab hertil.

Når det er sagt, er det vi brænder for universel forebyggelse. Der findes en tilgang/metode, FRIENDS Resilience© (FRIENDS i dagligt tale), som er udviklet til formålet og som ligger i tråd med kendte modeller for sygdomsforebyggelse og sundhedsfremme (USI, PST & Social determinanter) samt ationale og internationale anbefalinger; det som Trivselskommissionen ville undersøge ; Børne- og Undervisningsministeriets vejledning til forebyggelse og håndtering af vold og trusler; det kommende inspirationsmateriale det nye Nationale Karakterdannelsesprojekt samt Karakterdannelsecenter skal i gang med at udvikle til lærere, pædagoger og skoleledere. Vi er endvidere blevet bekræftet i relevansen af FRIENDS, når vi de senere år bl.a. har fulgt Louise Klinge (vigtigheden af fagprofessionelles relationelle kompetencer samt rammer for læring), Helle Rabøl Hansen (mobning og ny didaktik), Gro Emmertsen Lund (Fravær og forældresamarbejde), Rikke Alice Bille (skole-hjem samarbejde; børn, unge og forældres stemmer), Laura Drachmann Poulsen og Silke E. S. Arbo (elev og unge perspektiver); Claus Drejer (stop vold) og hele Skole i morgen græsrodsbevægelsen.

FRIENDS Resilience© er et evidensbaserede universelt (primært forebyggende) holistisk, inkluderende, afstigmatiserende, resiliens- og trivselsfremmende program vi hentede hjem til Danmark fra Australien. Det gjorde vi med ovenstående formål for øje som reaktion på de allerede dengang (2017) store trivselsudfordringer vi oplevede på nært hold. Programmet er udviklet til brug der hvor børn og unge samt voksne samles – med inddragelse af forældre og de lokale omgivelser. Gennem FRIENDS får børn, unge samt deres voksne netop adgang til og indsigt i nogle fælles resiliens-, livsdueligheds- og læringsfremmende og brugbare redskaber, strategier og færdigheder. Vi er sikker på at dette kan bidrage til at VI som samfund, sikrer at alle får kendskab til, samt øvelse i brugen af, denne vigtige værktøjskasse, på samme måde som vi bevidst lærer SAMTLIGE børn og unge at læse, skrive og regne – og at uligheden i sundhed og trivsel formindskes.

Fakta om FRIENDS:

Udviklet af Dr. Paula Barrett i Australien, det af WHO blåstemplet FRIENDS Resilience© program har eksisteret i mere end 30 år og bliver løbende opdateret og videreudviklet i tråd med den nyeste forskning. FRIENDS er forankret i kognitiv adfærdsterapien (senest dennes 3je bølge) og bygger desuden på positiv psykologi, mindfulness, konfliktløsning, samt nyere forskning omkring selvværd, empati, taknemmelighed o.a. FRIENDS er i dag at finde i 33 lande verden over, hvor det udover at blive anvendt i behandlingsregi, bliver brugt forebyggende som en integreret del af undervisningen på almenområdet og i mange andre kontekster. Det i 4 alderstilpasset udgaver med dertilhørende facilitatormanualer med teoretisk afsæt, gennemgang af didaktiske og pædagogiske virkemidler, detaljerede vejledninger og forslag til aktiviteter; aktivitetsbøger til deltagerne; og et online univers med ekstra ressourcer og materialer. Tilsammen giver dette børnehaver, klasser, skoler, lokale foreninger, uddannelser og erhvervsliv med flere, mulighed for at gå sammen, børn, unge og voksne, om at tilegne sig fælles viden og værktøjer, strategier og kompetencer til at kunne være i og håndtere svære følelser samt livets store som små udfordringer/opgaver/overgange; at kunne benytte sig af de muligheder der løbende dukker op, samt at kunne finde på proaktive, positive/hjælpsomme løsninger, for derved at komme styrket videre i livet. Efter endt forløb fungerer FRIENDS Resilience© og FRIENDS akronymet som et fælles sprog og fundament lige til at bruge i hverdagen.