

Unge råd til unge - om mental sundhed og corona

Kære skoler/lærere

Vi har udviklet et samtale-oplæg om mental sundhed og klassens trivsel til perioder med coronanedlukning og online undervisning. Oplægget kan bruges til at understøtte, at jeres klasser får talt om trivsel, og at I bliver enige om en række konkrete tiltag, som I vil følge under nedlukningen. Så kan I forhåbentlig sikre, at I alle kommer godt igennem perioden.

Målgruppen er elever/klasser i udskolingen i folkeskolen og på ungdomsuddannelser.

I kan finde oplægget som digital folder her: [Unge råd til unge om corona og mental sundhed](http://givedeungeordet.dk/unges-raad-til-unge/)
Eller på vores hjemmeside (mobilvenlig): <http://givedeungeordet.dk/unges-raad-til-unge/>

Materialet er udarbejdet i forbindelse med forskningsprojektet "[Giv de unge ordet](#)" på Aarhus Universitet, hvor vi bl.a. har haft fokus på mental sundhed under nedlukningerne. Ved en workshop i foråret 2021 udviklede 70 unge en række råd til andre unge om, hvordan man kan komme godt igennem hverdagen under en nedlukning. De foreslog samtidigt, at I sætter fokus på dette i skolerne gennem dialog i klasserne.

Rådgivningsklasser søges

Vi søger lige nu "rådgivningsklasser", der har lyst til at prøve samtale-oplægget af og give os feedback. Det drejer sig om, at I deler de råd I bliver enige om i klassen med os (klassens trivselsliste). Vi deler derefter jeres råd på vores hjemmeside, så andre kan lade sig inspirere af dem. Samtidigt vil vi kontakte jer efter et stykke tid og bede jer udfylde et spørgeskema om, hvordan det er gået med rådene.

Hvis din klasse har lyst til at være rådgivningsklasse så udfyld [klassens trivselsliste](#) på hjemmesiden eller send en mail til Signe H. Poulsen på signe.h.poulsen@ph.au.dk.

Med venlig hilsen

Carsten Obel, Professor i mental sundhed hos børn og unge
Institut for Folkesundhed ved Aarhus Universitet
E-mail: co@ph.au.dk

Giv De Unge Ordet

