

Hvor mange flere børn og unge skal blive ensomme, før vi handler?

Corona har tydeliggjort behovet for at sætte ind over for den voksende ensomhed blandt børn og unge. En ensomhed, som gennem det sidste halve år er forøget på grund af nedlukning og isolation, og som har vidtrækkende konsekvenser for både vores børn, unge og for samfundets sammenhængskraft og økonomi. Der er brug for at anerkende ensomhed som en central samfundsudfordring og sætte ind med politisk handling omgående.

Af organisationer under Partnerskabet for udsatte børn og unge under COVID-19: Røde Kors, Børns Vilkår, Red Barnet, Mødrehjælpen, KL, Ventilen, Dansk Erhverv, Dansk Socialrådgiverforening, Socialpædagogernes Landsforbund, Anbragte Børns Vilkår, Maryfonden, DGI, DIF, DUF, Danske Regioner, Boligselskabernes Landsforening, Ungdommens Røde Kors, Det Sociale netværk/headspace, Kirkens Korshær, KFUMs sociale arbejde, TUBA, Dansk Skoleskak, Psykiatrifonden, Red Barnet Ungdom, Frivilligrådet, Børnesagens Fællesråd, Blå Kors, Danmarks Biblioteksforening, FADD, Selveje Danmark, LOS, Skoletjenesten, SUS

Den 16. marts 2020 lukkede danske folkeskoler, daginstitutioner, skolefritidsordninger, foreningslivet, biblioteker, ungdomsuddannelser og videregående uddannelser ned. Børn og unges daglige fællesskaber med jævnaldrende blev suspenderet på ubestemt tid. Nedlukningen har haft store konsekvenser for børn og unges sociale liv, og vi ved, at mange børn og unge har følt sig ensomme.

For mange børn og unge har den gradvise genåbning efter sommerferien betydet, at relationer er blevet genoptaget, og at ensomhedsfølelsen er mindsket eller forsvundet. Men for nogle børn og unge vil ensomheden trække længere spor. Med opblomstringen af COVID-19 i Danmark i efteråret 2020 ser vi nye hjemsendelser, lokale nedlukninger og begrænsede sociale arenaer. Ensomhed er igen højaktuelt for en række børn, unge og deres familier.

Markant større ensomhed under COVID-19

Som partnerskab for udsatte børn og unge under COVID-19, nedsat af regeringen og Folketingets partier i april, har vi fulgt børn og unges trivsel tæt igennem det seneste halve år. Vores – og rapporternes – vurdering er klar: Ensomheden blandt børn og unge er steget markant under nedlukningen med COVID-19.

Ensomheden har i høj grad ramt dem, der i forvejen følte sig ensomme eller var på kanten af fællesskabet. Børn og unge, som har haft svært ved at få de fortrolige snakke med deres lærer, fodboldtræneren eller den frivillige i familienetværket, der gør, at de normalt kan holde sig oven vande. Og hvis familier ofte har meget begrænsede netværk, hvilket for alvor har vist sig under en periode med isolation. En isolation, der for nogle børn og unge har været rigtig længe, fordi forældrene pga. angst eller fysisk sygdom har været bange for at sende børnene hjemmefra. Samtidig har de støttende fællesskaber som f.eks. ungeklubber, familienetværk og idrætsforeninger har været lukket ned for fysisk fremmøde.

Ensomhed under COVID-19

6 pct. af de 11-20-årige har ikke været i kontakt med deres klassekammerater under nedlukningen.

12 pct. oplever, at de ikke har nogen at snakke med om hvordan de har det.

20-32 pct. af de 16-24-årige har følt sig ensomme under nedlukningen, mod normalvis 10-14 pct.

Blandt de 16-17-årige var det 32 pct., der følte sig ensomme under nedlukningen.

Kilder: Børns Vilkår (2020): *Om unges bekymringer, savn og skolegang under lockdown*; Københavns Universitet (2020): <https://coronamins.dk/resultater/hvem-af-de-unge-har-foelt-sig-mest-ensomme-i-den-tredje-uge-af-nedlukningen/>

Unge er den gruppe, som blev hårdest ramt af ensomhed under corona. Nedlukkede studier og uddannelser, isolation i lejeboliger og – for anbragte børn og unge – perioder, hvor besøgsrestriktioner betød, at det var svært at se familie, venner og andre betydningsfulde voksne. Også fysisk og psykisk syge børn og unge, hjemløse unge og unge i fængsler har været særligt mærket af ensomhed og manglende mulighed for social kontakt under nedlukningen.

Store konsekvenser for menneske og økonomi

Allerede før pandemien var ensomhed en voksende samfundsudfordring. Unge var - også inden COVID-19 - den mest ensomme aldersgruppe i samfundet, og ensomheden blandt unge er steget betydeligt over de senere år. Seneste Sundhedsprofil fra 2017 viste, at hver tiende ung mellem 16 og 24 år føler sig ofte eller altid ensom. Helt nye tal fra august 2020 (Center for Ungdomsstudier) viser, at næsten 18 pct. af 7-9. klasseeleverne føler sig ensomme. Konsekvenserne af ensomhed er store - både menneskeligt og samfundsøkonomisk. Ensomhed er f.eks. forbundet med depression, angst, dårlig søvn, helbredsproblemer og dårlig faglig og social skoletrivsel. Vi ved også, at ensomhed er relateret til skolefrafald, spiseforstyrrelse, selvskade og selvmord.

Ensomhed er ofte svært at slippe af med. Har man følt sig som ensom som barn, har man større risiko end andre for også at gøre det som voksen. Og følger ensomheden med ind i voksenlivet, er den en væsentlig risikofaktor i forhold til en for tidlig død.

Det er på tide, at vi handler på ensomhed som den store samfundsudfordring, det reelt er. Og prioriterer vores børn og unges ret til udvikling og trivsel ved at forebygge og afhjælpe deres ensomhed.

De livsvigtige fællesskaber

I vores arbejde med og for udsatte børn og unge oplever vi, hvordan fællesskaber får mennesker til at trives og sikrer, at korthuset ikke vælter, når vi møder modgang, smerte og sorg. Forskning understøtter den oplevelse: Positive fællesskaber og aktiviteter øger vores mentale sundhed og mindsker risikoen for social isolation og ensomhed.

Derfor skal vi styrke de positive fællesskaber og adgangen til dem. Og de børn og unge, der ikke er en del af fællesskabet, skal hjælpes på vej. Lige nu handler det om at få genstartet børn og unges relationer og fællesskaber i daginstitutioner, skoler, uddannelsesinstitutioner og fritidslivet. Og de aktiviteter, der allerede er opstartet, skal fastholdes, så ingen lades tilbage alene.

Med ambitionen om at nedbringe ensomheden blandt børn og unge i Danmark, har vi formuleret 7 anbefalinger til regeringen og Folketingets partier:

1. Vi skal skabe flere og stærkere inkluderende fællesskaber for børn og unge
2. Vi skal styrke kompetencerne til at skabe inkluderende fællesskaber
3. Vi skal anerkende børn og unges ensomhed som en folkesundhedsudfordring
4. Vi skal nedbryde tabu og afstigmatisere ensomhed
5. Vi skal have mere viden om ensomhed og om, hvad der virker
6. Vi skal samarbejde lokalt for at forebygge og afhjælpe ensomhed
7. Vi skal have en national ensomhedsstrategi i Danmark

Brug for et nyt syn på ensomhed – og for handling

Skal vi realisere de syv anbefalinger, kræver det, at vi begynder at tænke anderledes om ensomhed og løsningerne på problemet end i dag. Ensomhed er ikke en privat sag eller 'bare' et socialt problem. Ensomhed handler om, hvordan vi opbygger vores samfund og systemer, vores uddannelser og skoler, vores byer, sundhedssystem, lovgivning osv. Og ikke mindst, hvordan vi skaber – og inkluderer alle – i vores fællesskaber. Det bør vi se nærmere på i en national ensomhedsstrategi, ligesom man har gjort det i England, Wales, Skotland og senest Norge.

Ensomhed blandt børn og unge har længe været et problem, og begge grupper har været hårdt ramt af coronakrisens mange restriktioner og nedlukninger. Derfor spørger vi: Hvor mange flere børn og unge skal blive ensomme, før vi handler?

Partnerskabet for udsatte børn og unge under Covid-19 er nedsat af regeringen og Folketinget i april 2020 for at sikre trivsel og modvirke ensomhed blandt udsatte børn og unge i tiden med corona. Partnerskabet består af 34 deltagere på tværs af sektorer, som alle arbejder for eller med udsatte børn og unge. Røde Kors, Børns Vilkår og Red Barnet faciliterer partnerskabet, som bl.a. til opgave at udarbejde en ensomhedsstrategi for børn og unge som følge af COVID-19. Ensomhedsstrategien er udarbejdet på tværs af 18 organisationer i partnerskabet og er ikke nødvendigvis udtryk for alle partnerskabets 34 organisationers individuelle holdninger én til én.