

## Tværfaglig stressforskning, uddannelsesreform, "Stresslinjen" mm. En række øvrige forslag fra psykologerne

Blandt psykologernes bidrag til Stresspanelet var en række andre forslag, bl.a.

- Et fornyet fokus på tværfaglig stressforskning, hvor aktørerne; forskere, universiteter og arbejdsmedicinske klinikker, afdækker dels årsagerne til den øgede forekomst af stress og psykiske problemer hos især unge, herunder bl.a. socialt stress, negativt kropsfokus, selvskade, ængstelighed og følelsesmæssig mistro og stressrelaterede belastningstilstande og dels foretager decideret interventionsforskning ift. disse vanskeligheder.
- Et forslag om en uddannelsesreform som skal forebygge stress hos unge og samtidig frisætte gymnasierne som dannelsesrum, ved at erstatte karaktergennemsnittet som adgangskrav til videregående uddannelser med en optagelsessamtale.
- Oprettelse af "Stresslinjen" - en sundheds- og psykologfaglig rådgivningslinje (evt. efter modellen fra SmerteLinjen eller Livlinjen med uddannede, superviserede frivillige rådgivere) der kan vejlede og rådgive borgere både før, under og efter stress.
- Forebyggende undervisning i folkeskolen, bl.a. med fokus på god trivsel, skelnen mellem sund travlhed og usund stress og evt. med fokus på stressforebyggende metoder (såsom mindfulness)
- En landsdækkende kampagne med fokus på ledelsesopgaven i samfundet, med henblik på forebyggelse og tidlig indsats ift. stress. Kampagnen skal dels bidrage til at de enkelte virksomheder afdækker og registrerer hvilke ledelsestiltag der fremmer trivsel, og dels kan resultater og initiativer offentliggøres og derved sætte stress og ledelse på dagsordenen på en konstruktiv måde. Kampagnen foreslås markedsført som et fælles fremstød med deltagelse af arbejdsmarkedets relevante parter, udvalgte topledere fra hhv. det offentlige og private erhvervsliv samt relevant politisk deltagelse og bevågenhed.
- Forskning i resiliensfremmende initiativer indenfor IGLO-modellen (Individ, Gruppe, Ledelse, Organisation)
- En opdatering af Sundhedsstyrelsens vejledning til læger vedrørende stress (2007). Her anbefales en så kort sygemelding som muligt, hvilket fører til at flere læger kun sygemelder to uger ad gangen og det kan presse især den alvorligt stressramte.