



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

## Borgerforslag - støtterblanket

Du kan bruge denne blanket til at støtte et borgerforslag, hvis du ikke kan bruge den digitale løsning på [borgerforslag.dk](http://borgerforslag.dk).

Der er ingen forpligtelser forbundet med at være støtter af et forslag.

Dine personoplysninger bliver ikke offentliggjort, når du er støtter af forslaget. Vi henviser i øvrigt til politikken for, hvordan vi behandler personoplysninger, på [borgerforslag.dk](http://borgerforslag.dk). Du kan se et uddrag af persondatapolitikken med de relevante afsnit for støttere nedenfor.

### Sådan støtter du ikkedigitalt et borgerforslag

1. Når du har udfyldt blanketten og underskrevet den, skal du sende den som fysisk post til Folketinget, Christiansborg, 1240 København K, att.: Borgerforslag.
2. Når Folketingets Administration har modtaget blanketten, kontrollerer administrationen ved at slå op i Det Centrale Personregister (CPR), at du har stemmeret til folketingsvalg. Herefter registrerer vi din støtte i systemet, og du modtager en bekræftelse pr. brev eller e-mail på, at din støtte er registreret.

### Titel

Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

Id: FT-17191

### Forslag

Integrering af sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolen.

Hvordan får vi læringen og forståelsen, af vores følelsers betydning og dens konsekvens, som følelserne har/får i vores dagligdag! Følelsesforståelse er så afgørende for vores trivsel og personlig udvikling. Og det er på højeste tid, at dette bliver en naturlig del af skolegangen for danske børn og unge. Mit forslag er at integrere et fokus på følelsesmæssig intelligens og åbenhed omkring følelser i skoleundervisningen. Dette kan bidrage til at skabe et sundere miljø for eleverne og forberede dem bedre på at håndtere livets udfordringer.

Konkrete forslag til implementering:

1. Etablering af et tværfagligt curriculum:

Integrer følelsesmæssig intelligens i eksisterende fag som dansk, samfundsfag og idræt.

2. Undervisning i mindfulness og stresshåndtering:

Indfør redskaber til at håndtere stress og fremme mental velvære.

3. Konfliktløsningskurser

Tilbyd kurser i konstruktiv konfliktløsning og kommunikation.

4. Følelsesmæssig refleksion i læseplanen:

Skab rum til elevernes refleksion over deres egne følelser i forbindelse med litteratur og kunst.

5. Etablering af mentorordninger:

Implementer mentorordninger, hvor ældre elever kan støtte yngre i følelsesmæssig udvikling.



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

6. Inkludering af følelsesmæssige emner i projektarbejde:

Lad eleverne arbejde med emner som identitet, empati og følelsesmæssig sundhed i deres projekter.

7. Kunst og kreativ udfoldelse:

Skab muligheder for udtryksformer som maleri, musik og teater, der fremmer følelsesmæssigt udtryk.

8. Følelsesmæssig evaluering og feedback:

Implementer regelmæssige evalueringer af elevernes følelsesmæssige trivsel og tilbyd støttende feedback.

9. Forældreinvolvering i den sociale og følelsesmæssige læring:

Inkluder forældre i undervisningen om følelsesmæssig intelligens og opfordre dem til at støtte dette arbejde hjemme.

10. Etablér følelsesmæssige supportteams:

Udpeg personale med ekspertise i følelsesmæssig trivsel til at støtte elever, der har brug for ekstra hjælp.

## Bemærkninger til forslaget

Indledning:

Som borger i Danmark, - er født i 1958. Har jeg helt fra barnsben lært, at følelser, ikke er noget man snakker om. Basta! Det vedkommer ikke andre, det er en privat sag. Man skal ikke blotte sine følelser for andre, da det er et tegn på svaghed, at vise sin sårbarhed! I dag ved jeg, at det gælder for de fleste mennesker. Dengang var jeg overbevist om, at jeg var den eneste, der havde så mange følelser, som forvirrede mig i den grad, da man i min familie, IKKE snakkede om følelser! Det gjorde man heller ikke på børnehjemmet, ej heller i skolen, eller iblandt venner! Så jeg voksede op - Uden, at få forståelse! - Hvorfor føler jeg og tænker, som jeg gør?

Det kan være udfordrende at vokse op i et miljø, hvor man ikke lærer at forstå og håndtere sine egne følelser. Manglende følelsesforståelse kan føre til, at man ikke er i stand til at udtrykke sig selv, forstå egne behov eller forholde sig til andres følelser. Det kan også føre til en følelse af isolation og en tendens til at undgå eller undertrykke følelser. Manglende kendskab til ens følelser, kan have dybdegående konsekvenser for ens mentale, som følelsesmæssige velbefindende. Når jeg tænker over, hvad den manglende følelsesforståelse har betydet i mit liv. At jeg endte med at være på flugt! Væk fra min sande kerne og mine følelser, med en grundlæggende mangel på forståelse for mine følelsers betydning i mit, såvel som andres liv.

Og ikke mindst den adfærd, der fulgte i kølvandet på de usagte og fortrængte følelser. - Det tankesæt har reageret, Alt for længe!

Har set og oplevet, hvordan samfundsnormerne og synet på opdragelse er først og fremmest præget, af vores tilgang arbejdsmarked, uden hensyntagen til vores følelser. Resultat er det vi ser, som har præget samfundet i mange år. Vi ved i dag, det påvirker vores mentale sundhed – Skaber en manglende empati – Det påvirker de sociale relationer – Påvirker arbejdsmiljøet – Begrænser udviklingen af individet - Samfundets generelle trivsel.

Det er på tide, at vi anerkender vigtigheden af følelsesmæssig intelligens og åbenhed i uddannelsessystemet. I dagens samfund er der stadig en tendens til at betragte følelser som private og ikke relevante i det offentlige rum. Denne tilgang kan have negative konsekvenser for individets mentale sundhed og sociale relationer.

Forslagspunkter:

1. Inkludering af Følelsesmæssig Intelligens i uddannelsessystemet:

Integrer undervisning i følelsesmæssig intelligens som en obligatorisk del af skoleundervisningen på alle niveauer. Dette vil hjælpe med at styrke elevernes evne til at forstå og håndtere deres egne følelser samt forståelse for andres følelser.



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

2. Følelsesmæssig velvære på arbejdspladsen:

Fremme et sundt og støttende arbejdsmiljø ved at implementere programmer, der styrker medarbejdernes følelsesmæssige intelligens og trivsel. Dette kan omfatte kurser, workshops og støttegrupper.

3. Følelsesmæssig sundhed i sundhedssystemet:

Øge opmærksomheden på sammenhængen mellem følelsesmæssig og fysisk sundhed i sundhedssektoren. Implementere træning og ressourcer til sundhedspersonale for at hjælpe patienter med at forstå og håndtere deres følelser i forbindelse med helbredsmæssige udfordringer.

4. Folkelig bevidsthed og oplysning:

Igangsætte kampagner og initiativer, der oplyser offentligheden om vigtigheden af følelsesmæssig sundhed. Dette kan omfatte workshops, seminarer og informationskampagner.

5. Forskning og vidensdeling:

Støtte forskning inden for følelsesmæssig intelligens og sundhed for at udvikle bedre metoder til at forstå og styrke vores følelsesmæssige velbefindende.

Begrundelse: Styrkelse af følelsesmæssig intelligens og velvære i samfundet

1. Skabe bedre livskvalitet:

Ved at integrere følelsesmæssig intelligens og velvære i uddannelsessystemet og arbejdsmarkedet, kan vi hjælpe mennesker med at opnå en højere grad af livstilfredshed og velbefindende.

2. Forebyggelse af fysiske og psykiske problemer:

Ved at forstå og håndtere vores følelser bedre, kan vi forebygge og reducere forekomsten af fysiske og psykiske problemer forårsaget af ubearbejdede følelser og traumer.

3. Styrkelse af samfundsrelationer:

Bedre følelsesmæssig forståelse og intelligens vil bidrage til at skabe mere støttende og harmoniske relationer både i familier, på arbejdspladser og i samfundet som helhed.

4. Fremme af personlig vækst og udvikling:

En stærk følelsesmæssig intelligens er afgørende for personlig vækst og udvikling. Det hjælper os med at navigere i livets udfordringer med større selvtillid og ro.

Hvorfor arbejde med følelser? Følelser er en kropslig aktivering med et psykisk udtryk. Følelserne fortæller os hvad der giver os glæde og hvad der forårsager følelsesmæssig smerte. De mobiliserer os til at handle på egne vegne, for bedst muligt at overleve og tilpasse os den verden vi lever i, både i de nære forhold og på samfundsplan.

Hvorfor er følelser vigtigt? Følelser er en del af vores biologiske udrustning. Følelser giver os livskraft og er den ubevidste driver bag alle vores handlinger. Følelser er vigtige både ift. at kunne forstå dig selv og for at kunne begå sig blandt andre. Lad os uddybe og begrund dette:

Hvordan påvirker følelser kroppen?

1. Psykiske konflikter, negative følelser, traumer eller forskellige oplevelser kan sætte sig som fysiske blokeringer i kroppen eller i vores organer og muskler: Følelser er ikke kun en abstrakt mental tilstand, de manifesterer sig også fysisk i vores krop. Uafklarede følelser eller traumatiske oplevelser kan skabe spændinger og blokeringer i kroppen. Dette sker, fordi vores krop og sind er tæt sammenkoblet, og følelser har en direkte indvirkning på vores fysiske tilstand.

2. Kroppens forskellige dele påvirkes og i værste tilfælde begynder at give smerte og psykiske udfordringer: Følelsesmæssige belastninger kan føre til fysiske symptomer. For eksempel kan uafklarede konflikter eller



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

traumer resultere i muskelspændinger, fordøjelsesproblemer eller andre sundhedsmæssige udfordringer. Disse fysiske symptomer kan i sidste ende påvirke den generelle livskvalitet og arbejdsevne hos individer.

Hvad betyder dette for politikere?

1. Sundhedsomkostninger og belastning på sundhedssystemet: For politikere er det vigtigt at forstå, at ubehandlede følelsesmæssige udfordringer kan føre til øgede sundhedsomkostninger og en øget belastning på sundhedssystemet. Ved at investere i forebyggende foranstaltninger og adgang til mental sundhedspleje kan politikere reducere denne byrde og skabe et sundere samfund.

2. Produktivitetsnedgang på arbejdspladser:

Fysiske symptomer forårsaget af uafklarede følelsesmæssige problemer kan resultere i nedsat produktivitet og øget fravær på arbejdspladserne. Politikere bør overveje politikker, der støtter trivsel og mental sundhed på arbejdspladserne, da det både gavner den enkelte og samfundet som helhed.

3. Behov for en helhedsorienteret tilgang til sundhed:

At forstå forbindelsen mellem følelser og fysisk sundhed kræver en helhedsorienteret tilgang til sundhedssystemet. Dette indebærer at integrere mental sundhed i den generelle sundhedspleje, så borgere kan få den nødvendige støtte til at håndtere både fysiske og følelsesmæssige udfordringer.

Ved at anerkende den dybe forbindelse mellem følelser og krop, kan politikere skabe politikker, der støtter borgernes helbred på en holistisk måde. Dette vil ikke kun forbedre den enkeltes livskvalitet, men også styrke samfundets overordnede sundhed og trivsel. Ved at anerkende og tage højde for betydningen af følelser i politiske beslutningsprocesser, kan politikere skabe politikker, der er mere nuancerede og afstemt med de faktiske behov og oplevelser hos borgerne. Dette vil styrke samfundet som helhed og fremme en dybere forståelse og respekt for den menneskelige oplevelse.

Velbegrundede betragtninger:

1. Vital rolle af følelser:

Følelser er fundamentale for vores overlevelse og tilpasning til omverdenen. De guider vores handlinger og hjælper os med at forstå os selv og andre.

2. Følelsers indvirkning på trivsel:

Negative følelser kan manifestere sig fysisk og have en negativ indvirkning på både mentalt og fysisk velvære. Integrering af følelsesmæssig forståelse kan forebygge og håndtere disse udfordringer.

3. Sociale kompetencer:

At forstå og udtrykke følelser er afgørende for at opbygge sunde relationer, konfliktløsning og samarbejde. Dette vil styrke både det personlige og sociale liv af eleverne.

4. Forebyggelse af psykisk udfordringer:

Tidlig læring om følelser kan bidrage til at reducere risikoen for udvikling af psykiske lidelser senere i livet. Dette er en investering i den mentale sundhed hos kommende generationer.

Evidens og forskningsgrundlag:

Talrige internationale studier viser, at inkludering af følelsesmæssig intelligens i skoleundervisningen har positive effekter på elevernes trivsel, akademiske præstationer og sociale kompetencer. Ifølge Durlak (2011) øger undervisning i socio-emotionelle færdigheder elevernes akademiske præstationer og reducerer risikoen for adfærdsmæssige problemer. Undervisning i følelsesmæssig intelligens har også vist sig at styrke elevernes evne til at håndtere stress og fremme mental sundhed

Afsluttende Bemærkninger:



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

At implementere et skema, der fokuserer på følelsesforståelse og socio-emotionelle kompetencer i folkeskolen, er afgørende for at ruste vores børn til en kompleks og følelsesmæssig verden. Dette initiativ vil bidrage til at skabe en sundere og mere velafbalanceret generation, der er bedre rustet til at håndtere livets udfordringer.

Dette forslag opfordrer politikerne i det danske folketing til at tage ansvar for vores børns mentale sundhed og velbefindende ved at indarbejde følelsesmæssig intelligens som en grundlæggende del af skoleundervisningen. Lad os sammen investere i fremtiden for vores børn og unge.

---

#### Forslag stillet af

Stefan Christopher Enoch  
Danmark Halsnæs

#### Kontaktoplysninger

stchrisdk@msn.com  
20873176

---

#### Medstillere

Jeanie Eltong  
Norrdjurs

Marianne Kierkegaard  
Halsnæs

Anne Charlotte Møller Sørensen  
København

Jack Jan Olsen  
Albertslund

Lea Tina Olesen  
Herlev

#### Kontaktoplysninger

jeanieeltong@gmail.com  
93922062

mariannekir@msn.com

Lotte@milife.dk  
20402052

jack@sportshund.dk  
42715840

tigerpiqen@yahoo.dk  
21391125

---



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

## Støtteerklæring

For borgere der ikke kan bruge den digitale løsning på borgerforslag.dk.

Jeg ønsker at være støtter for det borgerforslag, der fremgår af denne blanket.

**Fulde navn (skal udfyldes)**

**Adresse (skal udfyldes)**

**Postnummer (skal udfyldes)**

**By (skal udfyldes)**

**Cpr-nummer (skal udfyldes)**

**E-mail (hvis du ønsker en kvittering for registreringen af din støtte pr. e-mail)**

**Dato**

**Underskrift**

Med min underskrift bekræfter jeg, at jeg har læst forslaget, og at jeg har læst og accepteret samtykkeerklæringen nedenfor.

## Erklæring om samtykke for støttere

Jeg har læst og er indforstået med Politikken for behandling af personoplysninger i ordningen om borgerforslag. Du kan læse et uddrag af politikken på følgende side.

Jeg er indforstået med

- at personoplysninger om mig behandles som beskrevet, når jeg benytter ordningen,
- at jeg som støtter af et borgerforslag ikke kan trække min støtte tilbage, når jeg har givet den, og
- at jeg kun kan støtte det samme borgerforslag én gang.



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

## Sådan behandler vi dine personoplysninger på borgerforslag.dk

Når du anvender hjemmesiden borgerforslag.dk som hovedstiller af et borgerforslag, medstiller af et borgerforslag eller støtter af et borgerforslag, behandler vi nogle oplysninger om dig. Dette er nærmere beskrevet i det følgende.

## Derfor behandler vi dine personoplysninger

Vores formål med at behandle dine personoplysninger på borgerforslag.dk er at varetage de opgaver, der følger af:

- Lov nr. 1672 af 26. december 2017 om en ordning for borgerforslag med henblik på behandling i Folketinget. Loven er ændret ved lov nr. af 698 af 24. maj 2022.
- Bekendtgørelse nr. 843 af 8. juni 2022 om en ordning for borgerforslag med henblik på behandling i Folketinget.

De oplysninger, vi indsamler i forbindelse med borgerforslagsordningen, bruger vi ikke til andre formål, og vi videregiver dem ikke til andre.

## Særligt for ikkedigitale borgere

Borgere, som ikke benytter den digitale løsning på borgerforslag.dk, og som vi herefter kalder ikkedigitale borgere, kan i stedet benytte en papirbaseret løsning. De kan tilkendegive, at de ønsker at være hovedstiller, medstiller eller støtter af et borgerforslag, ved at indsende en blanket med de relevante oplysninger til Folketingets Administration med fysisk post.

Når vi modtager en blanket fra en ikkedigital borger, undersøger vi ved at slå op i Det Centrale Personregister, om borgeren har stemmeret til folketingsvalg. Det er en betingelse for at benytte borgerforslagsordningen, at man har stemmeret til folketingsvalg, og oplysningerne om stemmeret bruger vi til at sikre, at borgeren opfylder denne betingelse.

Det Centrale Personregister indeholder ikke oplysninger om valgret for personer med fast bopæl på Færøerne. Disse skal derfor afgive en erklæring om, at de har stemmeret til Folketinget. Erklæringen træder i stedet for Folketingets Administrations opslag af, at den pågældende har valgret, ved at slå personen op i Det Centrale Personregister. Hvis de ikke har et cpr-nummer, skal de i stedet oplyse deres færøske p-tal.

Hvis betingelsen om stemmeret er opfyldt, indtaster Folketingets Administration oplysningerne fra blanketten i systemet. Vi behandler de indtastede oplysninger på samme måde som de tilsvarende oplysninger om borgere, der har brugt den digitale løsning.

Læg mærke til, at vi gemmer korrespondance pr. post eller e-mail mellem Folketingets Administration og ikkedigitale borgere i Folketingets Administrations almindelige journal- og sagsbehandlingssystemer. Formålet er navnlig at sikre dokumentation af sagsbehandlingen, f.eks. for at kunne rekonstruere hændelsesforløb, hvis der skulle opstå uenighed mellem Folketingets Administration og borgere om administrationen af ordningen.

De blanketter, vi modtager fysisk, gemmer vi i et afgrænset tidsrum. Vi opbevarer dem bag lås, og de er kun tilgængelige for medarbejdere i Folketingets Administration, som har brug for at få adgang til oplysningerne i blanketterne for at varetage arbejdsopgaver i relation til borgerforslagsordningen.

## Sikkerhed og logning i den digitale løsning på borgerforslag.dk

Kommunikation mellem brugerne og systemet foregår via en krypteret og sikker forbindelse.

Systemet er hostet eksternt, og Folketingets Administration har indgået en databehandleraftale, som vi løbende kontrollerer.

Vi opbevarer data, som vi behandler i systemet, på servere, der fysisk befinder sig i EU.



FT-17191 - Formålet er at indføre og integrere arbejdet med sociale og følelsesmæssige kompetencer i folkeskolens undervisning fra 0 til 10 klasse.

---

## Dataansvarlig myndighed og kontakt

Folketinget er den dataansvarlige myndighed for borgerforslagsordningen.

Du kan kontakte Folketingets Administration med spørgsmål om, hvordan vi i Folketingets Administration behandler personoplysninger i forbindelse med borgerforslagsordningen. Du kan sende en e-mail til os på [borgerforslag@ft.dk](mailto:borgerforslag@ft.dk), eller du kan ringe til os på telefon 3337 5500.

Du kan også sende et brev til os:

Folketinget  
Att.: Borgerforslag  
Christiansborg  
1240 København K

Du kan også kontakte Folketingets Administrations databeskyttelsesrådgiver på e-mail [dpo@ft.dk](mailto:dpo@ft.dk) eller på telefon 3337 5500 eller ved at sende et brev att. databeskyttelsesrådgiveren.