

Slutrapport

"Projekt Hjerterum"

Frivilligcenter Langeland



Indholdsfortegnelse

Indledning	3
Baggrund og formål med projektet	4
Gennemførsel af aktiviteter—aktiviteter på brugerniveau	5
Gennemførsel af aktiviteter—organisatorisk arbejde	9
Resultater og effekter	16
Forankring af aktiviteter	33
Konklusion	34

Indledning

Projekt Hjerterum er gennemført i perioden 1. marts 2016 – 28. februar 2019.

Projektet blev i perioden 1.3.16 – 28.2.17 støttet af TRYG fonden og i perioden 1.3.17 – 28.2.19 støttet af OAK FOUNDATION DENMARK.

Denne rapport har til formål at samle op på Frivilligcenter Langelands erfaringer i arbejdet med gennemførslen af Projekt Hjerterum. Derudover er det intentionen at vise, hvordan og i hvilken udstrækning det lykkedes Frivilligcenter Langeland at indfri de mål, der er opstillet for projektet og herunder vurdere virkningen af indsatsen ift. de opstillede mål på brugerniveau.

Vi arbejder i evalueringen ikke med at bevise virkninger (sikker videnskabelig viden) men med at tydeliggøre sammenhænge og sandsynliggøre bestemte virkninger af projektets aktiviteter ud fra den indsamlede data undervejs i projektet.



TrygFonden

Baggrund og formål med projektet

Baggrunden for projektet var et ønske om at etablere frivilligbaserede aktiviteter målrettet børn og unge, som kunne bidrage til at skabe forbedret trivsel for målgruppen. I projektbeskrivelsen var disse aktiviteter i høj grad tænkt som "klassiske" samtalegruppe- og selvhjælpstilbud – en model som Frivilligcenter Langeland på forhånd havde kendskab til som et tilbud for voksne. Ønsket om at etablere disse aktiviteter var i høj grad baseret på, at der ikke fandtes lignende tilbud til målgruppen i kommunen. Og yderligere at frivilligcenteret i 2015 oplevede flere henvendelser vedr. støttetilbud til børn og unge. Det blev på den baggrund antaget, at der var et behov for en indsats omkring etablering af frivilligbaserede tilbud, som kunne udgøre støttemuligheder for målgruppen uden for deres eget netværk. Et sted hvor man kunne møde "en åben dør" og ligesindede, der i fællesskab med kvalificerede frivillige, var villige til at lytte, dele erfaringer samt skabe nye handlemuligheder.

Formålet med projektet blev formuleret som følger:

At give børn og unge på Langeland, som oplever sorg og kriser i livet, mulighed for at indgå i samtale- og selvhjælpsgrupper med ligestillede børn og unge og kvalificerede frivillige.

Selvhjælpsmetoden bygger på den værdi, der findes i at få talt ud om en problemstilling/følelse i en gruppe af ligesindede, som derfor kan relatere til ens situation og være kvalificerede sparringspartnere. Brugerne er således i høj grad aktive i forhold til deres egne og andre deltagers restitution. En person, som oplever en uoverskuelig livssituation, kan således, i stedet for at opleve krisen som katalysator for mistrivsel og marginalisering, ved hjælp af selvhjælp opbygge handlekraft og positive livsforandringer. (Se "Selvhjælpsgrupper i Danmark – dokumentation af deltagernes udbytte", udgivet af Fri-Se 2008)

Grupperne kan også centreres om interessefællesskaber. Det kan fx være en gruppe af børn/unge, som oplever længe-revarende ensomhed og derfor samles til spilaftener e.l. – eventuelt kombineret med møder med samtale i fokus.

Gennemførsel af aktiviteter—aktiviteter op brugerniveau

Aktiviteter for målgruppen

Projektet har gennemgående i projektperioden haft fokus på etableringen af selvhjælpsgrupper for børn – denne type grupper fik undervejs i projektet navnet ”trivselsgrupper”.

Der er i projektperioden blevet arbejdet med at oprette trivselsgrupper med følgende temaer:

- Sorg (ca. 8-12 år)
- Skilsmisse (ca. 8 – 12 år)
- Selvværd /sociale usikkerheder (ca. 8 – 12 år)
- Pårørende til en syg (ca. 8 – 12 år)
- Samtalegruppe for unge (7. – 10. kl.)
- Sociale færdigheder/en god kammerat (ca. 8 – 12 år)

Derudover er der i projektperioden blevet arbejdet med etableringen af følgende netværksaktiviteter:

- Klub Nexus: Et mødested for unge som savner netværk med jævnaldrende (aldersgruppe 7. – 10. klasse)
- Pigegruppe for flygtninge: En netværksgruppe for unge piger med flygtningebaggrund i Langeland Kommune (13 – 18 år)
- Drengegruppe for flygtninge: En netværksgruppe for unge drenge med flygtningebaggrund i Langeland Kommune (13 – 18 år)
- Onsdagscafé VUC+ HF Langeland: En samlande aktivitet med fællesskab i fokus for kursister på VUC+HF Langeland (18+)
- Fællesspisning for VUC+HF Langeland: En samlande aktivitet med fællesskab i fokus for kursister på VUC+HF Langeland (18+)



Hvad er en trivselsgruppe:

Trivselsgrupper er samtalegrupper for børn, som ledes af to voksne frivillige gruppeledere tilknyttet Frivilligcenter Lange-land.

Fokus i gruppen er på børnenes fællesskab. Når de lytter opmærksomt til hinanden, når de spejler sig i hinandens historier, når de udveksler gode råd og når de opdager, at andre har lignende tanker og følelser, så giver de hinanden den bedste hjælp, de kan få.

Målgruppen er børn, hvis forældre er skilt. Det kan være børn der umiddelbart er velfungerende, men som alligevel går med eksistentielle tanker og overvejelser, de kan have stor glæde af at dele med andre i samme situation.

Samtalerne tager udgangspunkt i korte oplæg, øvelser, lege, kortfilm m.v. Der er fokus på TRIVSEL, hvorfor hver gang bliver en blanding af alvor og sjov.

Gruppen er et fortroligt frirum

Alt, hvad der bliver sagt i samtalegruppen, er naturligvis fortroligt og alle har pligt til at overholde dette. Men børnene behøver ikke dele mere om dem selv, end de har lyst til.

Med i gruppen er der tre voksne frivillige. De har ikke nødvendigvis svarene på alle børnenes spørgsmål eller problemer, men de vil lytte til dem, om det de har på hjertet og støtte gruppen i at blive et trygt fællesskab. På bagsiden af denne folder kan man læse mere om de frivillige i gruppen.

Hvorfor vælge en trivselsgruppe:

Når børn møder udfordringer i livet, kan det være en stor hjælp for dem at opleve et frirum, hvor de kan tale frit om tanker og følelser, de tumler med. De fleste kender til den lettelse, det er at få sagt tingene højt til nogen, der lytter. Når børnene oplever, at der er andre, der har det ligesom dem, kan de føle sig hørt, set og forstået.

Hvor og hvornår:

Gruppeforløbene finder sted på Ørstedskolen onsdage klokken 14:30-15:45

Der er løbende tilmelding til gruppen

Kender du også det....:

Er jeg god nok?
Hvad tænker de andre?

Tankemylder, som fylder for meget

**Alle kan slås med noget, som er svært
- men det hjælper at tale om det**

Et positivt fællesskab

Samtalegruppe for børn og unge på Kassebølle Friskole er et forløb af 8 mødegange, hvor en gruppe af seks-otte deltagere mødes med det formål, at tale om det, der kan være svært. Det kan fx være det at føle sig udenfor eller at være usikker på sig selv, når man skal tale med nye mennesker.

Samtalerne kan tage udgangspunkt i korte oplæg, øvelser, kortfilm m.v. Der er fokus på fællesskab, hvorfor hver gang bliver en blanding af alvor og sjov.

Fokus er på gruppens fællesskab. Når I lytter til hinanden, hører hinandens historier, udveksler gode råd og når I opdager, at andre har lignende tanker og følelser - så giver I hinanden den bedste hjælp, I kan få.

Formålet med samtalegruppen er at give dig tro på dig selv, mod til at prøve nye ting og oplevelsen af et positivt fællesskab.

Gruppen er et fortroligt frirum

Alt, hvad der bliver sagt i samtalegruppen, er naturligvis fortroligt og alle har pligt til at overholde dette. Men du behøver ikke dele mere om dig selv, end du har lyst til.

Med i gruppen er der to voksne frivillige. De har ikke nødvendigvis svarene på alle dine spørgsmål eller problemer, men de vil lytte til dig, om det du har på hjertet og støtte gruppen i at blive et trygt fællesskab. På bagsiden af denne folder kan du læse mere om de frivillige i gruppen.

Hvor: Gruppen mødes på Kassebølle Friskole

Hvem: Børn og unge fra 3. klasse og op efter

Hvornår: Gruppen mødes første gang mandag d. 8. oktober
Efterfølgende mødedatoer er:

22.10, 5.11., 19.11., 26.11, 10.12., 17.12. og 7.1.

Gruppen mødes altid kl. 14.50 - 15:55

Tilmelding skal ske til:

Nina Andersen, Frivilligcenter Langeland.

Tlf.: 20 80 45 33

Mail: nina@frivilligcenterlangeland.dk

Ved henvendelse vil der være en gensidig forventningsafstemning, for at afklare om børnenes behov og ønsker stemmer overens med gruppens indhold og rammer.

Informationspjece vedr. netværkstilbuddet "Klub Nexus"

Er du mellem 14 og 18 år gammel?

Og vil du gerne lære nye mennesker at kende? Men kan det nogen gange være svært for dig?

Så er Klub Nexus måske noget for dig

Det er nemlig et sted, du kan komme og møde andre, der har det på samme måde. Og hvor I kan lære hinanden at kende i hyggelige rammer.

Klub Nexus har åbent hver onsdag kl. 16–18

(Opstart onsdag d. 8. februar)

Hvad laver vi?

I Klub Nexus laver vi forskellige hyggelige aktiviteter sammen, som f.eks. at spille spil, bage, se en film eller tage en tur ud af huset. Og så kan man altid få en kop varmt eller koldt og snakke med de andre i klubben og selvfølgelig de frivillige.

Hvem kan du møde i Klub Nexus?

Ud over andre unge, kan du altid møde frivillige, der tager godt imod alle nye, som kommer i klubben. De frivillige sørger også for, at planlægge det I skal lave - gerne i fællesskab med dig og de andre unge som kommer i Nexus

Hvor finder du Klub Nexus

Vi holder til i

Frivilligcenter Langeland,
Fredensvej 1, Rudkøbing

Det koster ikke noget at komme, og du må selv bestemme, hvor længe du bliver, og om du vil komme hver onsdag.

Du behøver ikke at melde, at du kommer i forvejen, men du er selvfølgelig velkommen til at ringe eller skrive, hvis du har nogen spørgsmål, inden du kommer.

Du kan kontakte Frivilligcenter Langeland på:

Tlf.: 20 80 45 33

Mail: nina@frivilligcenterlangeland.dk

Eller finde os på

[facebook/frivilligcenterlangeland](https://facebook.com/frivilligcenterlangeland)

www.frivilligcenterlangeland.dk

Vi **glæder** os til at se dig i Klub Nexus!



Gennemførelse af aktiviteter—organisatorisk arbejde

Arbejdet med rekruttering af frivillige

Strategien ift. rekruttering af frivillige har været at gå efter en målgruppe, som har erfaring – eller er under uddannelse – inden for fag, hvor arbejdet med mennesker er centralt. Denne målgruppe blev valgt, da det formodedes at disse mennesker ville have en interesse og engagement omkring indsatsen qua deres faglige virke.

For at rekruttere studerende indenfor faggruppen er der særligt annonceret via:

Frivilligjob.dk

UCL Svendborg (intranet for studerende)

For at rekruttere personer generelt indenfor faggruppen er der særligt annonceret via:

Seniorklubber i udvalgte fagforeninger (fag som arbejder med mennesker)

Oplæg for lokale loger

Netværk for pensionerede lærere på Langeland

Langeland Kommunes intranet for medarbejdere

Derudover er der blevet arbejdet med en bred rekruttering via:

Facebook

Langeland Kommunes hjemmeside

Annoncer i lokale aviser

Redaktionelt indhold i lokale aviser

Netværk:

Frivilligcenterets bestyrelse

Frivilligcenterets medlemsforeninger

Frivilligcenter Svendborg

I Projekt Hjerterum har særligt rekruttering gennem lokale medier, Facebook og netværk været effektive metoder.

Den lokale ugeavis, Øboen, bliver læst af en stor del af kommunens indbyggere, og er derfor en effektiv kommunikationskanal. Facebook er ligeledes en kanal til at nå mange mennesker. Her har vi især kommunikeret gennem etablerede grupper særligt for borgere på Langeland (200 og 4000 medlemmer)

Rekruttering gennem netværk (frivilligcentrets kontakter i form af medlemmer, samarbejdspartnere mv. og også allerede rekrutterede frivilliges netværk) giver den fordel, at man kan kontakte potentielle frivillige og give en personlig opfordring, hvilket, undersøgelser viser, er den mest effektive rekrutteringsmetode.

LANGELANDS BØRN OG UNGE HAR BRUG FOR DIG!

BLIV FRIVILLIG

Projekt Hjerterum
- et trivselsprojekt for børn og unge på Langeland

FRIVILLIGCENTER LANGELAND

FRIVILLIGE GRUPPELEDERE TIL TRIVSELSGRUPPER FOR BØRN SØGES

HVAD ER EN TRIVSELSGRUPPE?

Trivselsgrupper er et tilbud til børn på Langeland, som oplever udfordringer i livet som fx skilsmisse, ensomhed, selvværdsproblemer eller sygdom i den nærmeste familie.

DIN OPGAVE SOM GRUPPELEDER

I hver trivselsgruppe er der tilknyttet to frivillige gruppeledere, som er ansvarlige for at facilitere samtaler, lege og øvelser i gruppen.

Som frivillig gruppeleder er man ikke behandler, men et menneske som i kraft af personlige egenskaber, vil bidrage til at opbygge et meningsfuldt fællesskab for børn.

ANTAL TIMER

Du skal forpligte dig til at følge og støtte gruppen i minimum 8 uger/1,5 timer ugentligt.

HVOR MØDES GRUPPERNE

Trivselsgrupperne mødes på Ørstedskolen eller i Frivilligcenter Langeland, Fredensvej 1, Rudkøbing

OM DIG

Du har en god forståelse for børn, er nærværende og rummelig. Du har eventuelt en faglig baggrund som pædagog, lærer, socialrådgiver eller lignende – dette er dog ikke et krav

DET SIGER DE FRIVILLIGE:

"Det er en kæmpe gave at være med til at gøre en forskel for de børn, som kommer i trivselsgruppen, og har brug for at mødes med ligesindede. Det at lytte til og forstå den enkelte, er hvad jeg som frivillig kan tilbyde, og jeg ser frem til min dag med de dejlige børn – man giver og får meget igen. Som frivillig står jeg ikke alene, da der er kompetente ansatte, som bærer en stor del af projektet". Lisbeth, frivillig gruppeleder

Du får grundig
introduktion til opgaven
samt løbende
supervision, oplæg og
kurser

Kontakt projektkoordinator, Nina Andersen
tlf.: 20 80 45 33
mail: nina@frivilligcenterlangeland.dk
www.frivilligcenterlangeland.dk

Du kan få dækket
transportomkostninger



Gennemførsel af aktiviteter—organisatorisk arbejde

Arbejdet med opkvalificering af frivillige:

Frivillige i projektet har ikke skulle besidde særlige faglige kvalifikationer for at blive tilknyttet projektet. Profilen af frivillige har lagt sig op ad den frivilligprofil, som Frise har udarbejdet ift. selvhjælp.

Her ligges der vægt på, at frivillige besidder de rette menneskelige kompetencer, da relationen mellem frivillig og bruger først og fremmest betragtes som en mellemmenneskelig relation (og ikke en patient/ekspert relation)

- Alle frivillige har deltaget i en afklarende samtale med projektkoordinator. Det er på baggrund af denne samtale blevet besluttet om samarbejdet skulle fortsætte.
- Alle frivillige har skrevet under på en erklæring om tavshedspligt og er blevet oplyst om underretningspligt.
- Alle frivillige har givet samtykke til indhentning af børneattest, som herefter er blevet rekvireret af projektkoordinator.
- Alle frivillige har fået udleveret et introduktionshæfte til frivillige i Projekt Hjerterum. (Dette materiale er blevet udviklet i løbet af projektperioden)

Særligt for frivillige i trivselsgrupper:

- Alle frivillige har deltaget på et introduktionskursus, som har til formål at klæde den frivillige på til arbejdet som gruppeleder. Kurserne er foregået i Frivilligcenter Langeland med eksterne undervisere eller i andre frivilligcentre, som også tilbyder trivselsgrupper.



"Humørbolde" som bruges til samtaleværktøj i trivselsgrupperne

KOM TIL OPLÆG I FRIVILLIGCENTERET

OM FLYGTNINGEBØRN - OG UNGE,
KULTURMØDER OG DEN FRIVILLIGE INDSATS



MANDAG D. 16. APRIL KL. 17 - 20 FÅR VI
BESØG AF OPLÆGSHOLDER, MADS TED
DRUD-JENSEN, SOM ER KONSULENT I DANSK
FLYGTNINGEHJÆLP

MADS VIL HOLDE ET OPLÆG OM
BØRN OG
UNGE PÅ FLUGT, KULTURMØDER OG ROLLEN
SOM FRIVILLIG I RELATION TIL UNGE
FLYGTNINGE

DET ER GRATIS AT DELTAGE, OG DER VIL
VÆRE EN PAUSE MED LET FORPLEJNING

VI SES I FRIVILLIGCENTER LANGELAND,
FREDENSVEJ 1, RUDKØBING

Tilmelding efter først til mølle princippet
senest torsdag d. 12. april til
nina@frivilligcenterlangeland.dk
20 80 45 33

Trivselsgrupper – hvad og hvorfor

Teori:

- Empowerment
- Fortællinger og identitet
- Fællesskab
- Selvhjælp er ikke for alle:
Man skal kunne lytte, kunne rumme andres fortællinger og selv kunne give udtryk for sine tanker

*Udsnit af PowerPoint brugt i opkvalificeringen af
frivillige til trivselsgrupper*

Gennemførsel af aktiviteter— organisatorisk arbejde

Arbejdet med rekruttering af brugere

Rekruttering af målgruppen under 18 år har været baseret på at formidle projektets aktiviteter til fagpersoner i kommunen og forældre. Denne strategi blev valgt, da det blev vurderet, at børn under 18 skulle vejledes/opfordres af en tryk voksenrelation for at ville deltage i en "ny aktivitet", som tilmeld omhandler en sårbarhed.

Projektkoordinator har derfor gennem projektperioden være meget opsøgende i forhold til samarbejde med fagpersoner inden for børn- og ungeområdet i kommunen. Samarbejdet med kommunen har bestået i:

- Vidensdeling med henblik på videreformidling af projektets tilbud. Projektkoordinator har deltaget i møder med forskellige faggrupper og fået mulighed for at fortælle om projektets tilbud ansigt til ansigt med medarbejderne. Hensigten med dette har været, at medarbejderne i deres daglige arbejde med børn/unge kunne spotte de enkelte børn med behov for at deltage i projektets aktiviteter og videregive oplysninger/opfordre dem til at deltage i en aktivitet; Enten til forældre eller til børnene direkte.

- Vidensdeling med henblik på fælles udvikling af aktiviteter/temaer for trivselsgrupper. Formålet har været at oprette tilbud som modsvarer de specifikke behov, målgruppen har, samt skabe ejerskab/engagement omkring tilbuddet for de kommunale medarbejdere.

Der er arbejdet med at kommunikere direkte til forældre til børn i målgruppen ved at:

- Formidle informationsmateriale om aktiviteter på skollernes forældre-intra
- Deltage i forældremøder med oplæg om aktiviteter
- Afholdelse af åbne foredrag om børn/unges trivsel
- Formidle aktiviteterne i lokale medier og sociale medier

Det viste sig i løbet af projektets første år, at logistik og transport var en særlig barriere for at rekruttere brugere til trivselsgrupperne. Der blev derfor indgået en aftale med folkeskolerne om at låne lokaler til afholdelse af gruppemøderne.

INVITATION TIL

dialogbaseret foredrag om

TRIVSEL OG PSYKISK SUNDHED HOS UNGE

med Louise Anker Munck
psykolog i Børne- og ungdomspsykiatrien



Frivilligcenter Langeland inviterer
forældre og øvrige interesserede til
dialogbaseret foredrag
torsdag d. 23. august kl. 19 – 21:15

Forebyggelse af psykisk sygdom hos unge er med til at sikre
fravær af [angst](#), [depression](#) og [OCD](#).
Hvordan er man som forældre med til at skabe betingelser for et
helt liv; med venner, med følelsen af at have betydning, at du til
noget og at lære sig selv at kende, så man kan dyrke det man er
god til og finde strategier for det, man ikke er så god til.

Det er gratis at deltage og tilmelding skal senest d. 21.8. ske til:
Frivilligcenter Langeland, Nina Andersen
tlf.: 20 80 45 33
mail: nina@frivilligcenterlangeland.dk
(Efter først-til-mølle princippet)
Foredraget finder sted i frivilligcenteret, fredensvej 1, Rudkøbing

*Foredrag målrettet forældre i forbindelse med
opstarten af en trivselsgruppe for unge*

*Artikel i Fyns Amts Avis om trivselsgrup-
pe for børn i skilsmissec familier*

■ FYNs AMTS AVIS

Det hjælper at tale sammen om skilsmisse

AF: MIA EVA DERNORFF, MIEDE@JFMEDIER.DK
Publiceret 28. august 2017 kl. 10:00



Matilde Nikoline Søgaard og Isabella Victoria Pilegaard har begge deltaget i samtalegrupper. En gang om ugen har de mødes efter skoletid med en gruppe andre børn for at snakke om skilsmisse, og det har hjulpet, synes de. Foto: Mia Dernoff

Rudkøbing: Børn har siden februar i år haft mulighed for at mødes og tale om skilsmisse med andre børn og voksne i et selvhjælpsprojekt, som Frivilligcenter Langeland har sat i gang. Konceptet hedder 'Projekt Hjerterum' og er samtalegrupper,

Gennemførsel af aktiviteter—organisatorisk arbejde

Arbejdet med samarbejdsrelationer

Som beskrevet ovenfor er der i projektet gennemgående blevet arbejdet med opsøgende arbejde ift. samarbejdspartnere inden for kommunen, da dette er blevet betragtet som essentielt både ift. vidensdeling vedrørende målgruppens behov og ift. formidling til målgruppen. I projektet har der løbende været dialog og samarbejde med følgende aktører:

- Folkeskoler/friskoler (Skoleledere, mellemledere, skolepædagoger og skolebestyrelser)
- PPR (Psykologisk Pædagogisk Rådgivning)
- Ungdomsskolen
- Ung i Fokus
- Kompetencecenter (kommunal enhed med unge uden for uddannelse/arbejdsmarkedet)
- Familiekonsulenter (rådgivning til familier med flygtningebaggrund)
- Sagsbehandlere i kommunens Familieafdeling
- HF+VUC Langeland

Udover samarbejdet med kommunale aktører har frivilligcentret samarbejdet med andre organisationer med det formål at vidensdele og skabe tilbud til målgruppen i fællesskab.

I projektperioden har der været samarbejde med følgende organisationer:

- Frises netværk for trivselsgruppekoordinatorer
- Barnets Blå Hus i Svendborg
- Frivilligcenter Svendborg

Det er erfaringen, at et fagligt netværk med øvrige frivillig/selvhjælpscentre, som tilbyder lignende aktiviteter, har været meget givtigt for projektets udvikling. Her har projektkoordinator kunne sparre om alle facetter af projektet og særligt i forhold til den konkrete "trivselsgruppemodel". Barnets Blå Hus og Frivilligcenter Svendborg er begge organisationer i Langelands nabokommune, som også arbejder med gruppetilbud for børn. Dialogen har omhandlet muligheder for at lave grupper på tværs af kommunerne, for at imødekomme udfordringer ift. at rekruttere nok deltagere til en gruppe med et specifikt emne.

Resultater og effekter

Arbejdet med dokumentation:

Aktiviteter i projektet – såvel organisatoriske aktiviteter/ opgaver som aktiviteter for målgruppen – er dokumenteret i en logbog, der redegør for hver måned i projektperioden. Logbogen indeholder en beskrivelse af månedens aktiviteter og et skema, hvor antal frivillige, brugere og grupper angives.

For at indsamle kvalitative data om projektets effekt på brugerniveau er der blevet udarbejdet og indsamlet spørgeskemaer til brugerne i:

- Trivselsgrupper
- Netværksaktiviteter på VUC+HF

Derudover er der gennemført interview med frivillige tilknyttet netværksgrupper for hhv. unge piger og drenge med flygtningebaggrund.

Resultater og effekter

Kvantitative data:

Antal frivillige:

I projektperioden er følgende antal frivillige rekrutteret til projektet:

10 til trivselsgrupper

9 til netværksgrupper

Ved endt projektperiode er 8 frivillige tilknyttet projektets aktiviteter

Antal brugere:

I projektperioden er følgende antal brugere rekrutteret til aktiviteter:

Trivselsgrupper børn under 18 år: 34 unikke brugere

Netværksaktiviteter børn under 18 år: 19 unikke brugere

Netværksaktiviteter unge over 18 år: ca. 20 unikke brugere

En del af brugerne i trivselsgrupperne har deltaget i mere end et gruppeforløb.

Antal trivselsgrupper (alle til målgruppen børn under 18 år):

Der er i projektperioden kørt 11 trivselsgruppeforløb. Derudover er der planlagt et gruppeforløb i projektperioden som har opstart i marts 2019.

Forløbene har bestået af minimum 8 mødegange, og grupperne har mødtes med 1 – 2 ugers mellemrum.

- 8 af forløbene har haft temaet skilsmisse.
- 1 gruppe har haft temaet sorg
- 2 grupper har haft temaet selvværd/social usikkerhed
- 1 gruppe er planlagt med temaet sociale kompetencer/"en god kammerat"

Derudover er der blevet arbejdet på at opstarte en gruppe med følgende emner:

- Pårørende til en syg
- Samtalegruppe for unge (udskoling), særligt målrettet unge med sociale usikkerheder

Trods tæt samarbejde med fagpersoner og formidling til personale på skoler og forældre lykkedes det ikke at rekruttere brugere nok til at starte grupper med de to ovennævnte temaer.

Resultater og effekter

Kvantitative data:

Antal netværksgrupper/aktiviteter unge under 18

Der er i projektperioden etableret 3 netværkstilbud til unge under 18 år.

- Klub Nexus: et netværkstilbud for unge i alderen 13 – 18 som føler sig ensomme eller savner netværk
- Netværksgruppe for unge drenge med flygtningebaggrund
- Netværksgruppe for unge piger med flygtningebaggrund

Netværksaktiviteter for unge over 18

Der er i projektperioden etableret 2 netværkstilbud til unge over 18 år

- Fællescafé for kursister på VUC+HF Langeland
- Fællesspisning for kursister og ansatte på VUC+HF Langeland



Fællesspisning for kursister og ansatte ved HF+VUC Langeland



Resultater og effekter

Kvalitative data

I projektbeskrivelsen er følgende ønskede effekt på brugerniveau opstillet:



Kausalmodellen er beskrevet ud fra de kendte virkninger af at deltage i klassiske selvhjælpsgrupper, og det er derfor trivselsgruppernes effekt, der vil blive målt ift. modellen.

Resultater og effekter

Trivselsgrupper

For at belyse den kvalitative effekt af trivselsgrupperne er hvert forløb blevet afsluttet med en evaluering sammen med børnene. Her har børnene fået udleveret et spørgeskema af gruppelederne, som har forklaret børnene at besvarelsen er anonyme, og hvad besvarelsen skulle bruges til.

Nogle børn har haft behov for hjælp til at udfylde skemaet pga. læsevanskeligheder eller forståelsesproblemer. Her har gruppelederne forsøgt at hjælpe på en måde, så børnene har haft mulighed for at besvare så reelt som muligt.

Med udgangspunkt i projektets størrelsesorden og de afsatte ressourcer til evaluering har vi vurderet, at denne metode kunne give en god indikation på den kvalitative effekt af trivselsgruppeforløbene.

Til hvert spørgsmål i skemaet har der været mulighed for at afkrydse den smiley, som børnene synes svarede bedst til deres oplevelse af at deltage i gruppen.

Spørgeskemaerne er blevet behandlet af projektkoordinator.

Svarmulighederne er som følger:

			
Meget enig	Enig	Uenig	Meget uenig

Dato: _____

Hvordan har du oplevet at være med i samtalegruppen?

 = meget enig  = enig  = uenig  = meget uenig

1) Jeg har været glad for at komme i gruppen:

2) Hvad har været godt ved at være med i gruppen?

a) At der er andre, der har det ligesom mig, sæt kryds:

b) Jeg kan sige ting, som jeg ikke har lyst til at sige til andre, sæt kryds:

c) Jeg kan godt lide at være sammen med de voksne gruppeledere, sæt kryds:

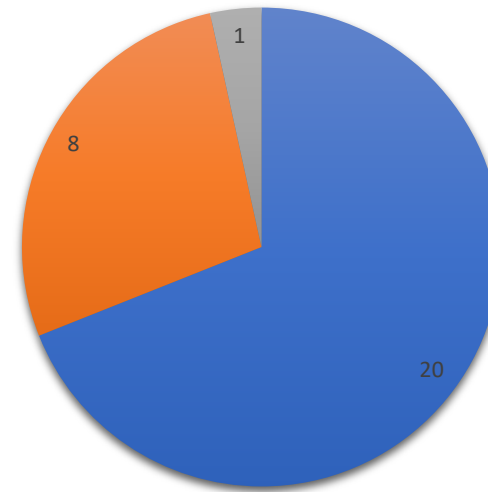
d) Jeg kan fortælle, hvordan jeg har det, sæt kryds:

I alt 29 besvarelser. (Spørgsmål 2d og 2e har dog færre besvarelser, da spørgsmålene er tilføjet til skemaerne sidst i projektperioden)

Spørgsmål 1.

Jeg har været glad for at komme her:

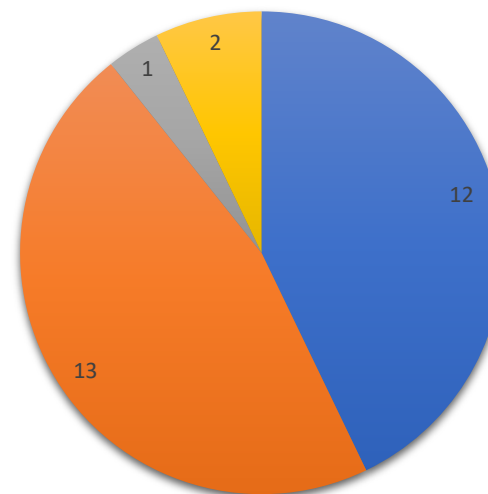


■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

Spørgsmål 2.

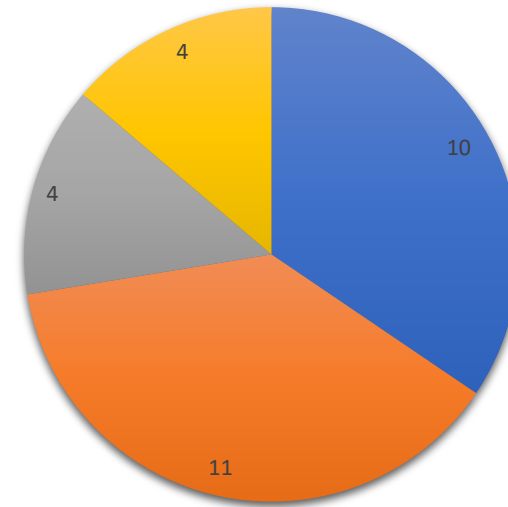
Hvad har været godt ved at være med i gruppen:

a) At der er andre, der har det ligesom mig:



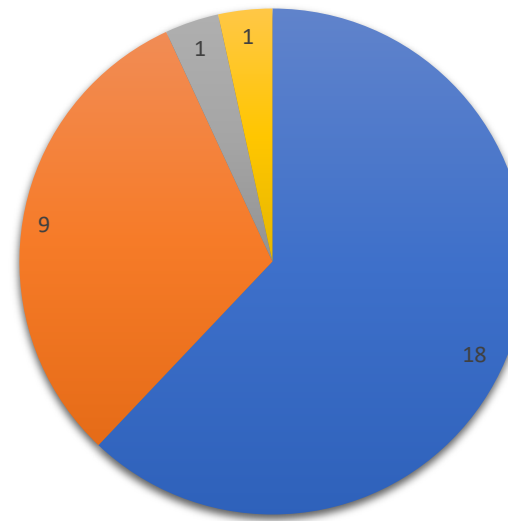
■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

b) Jeg kan sige ting, jeg ikke har lyst til at sige til andre:



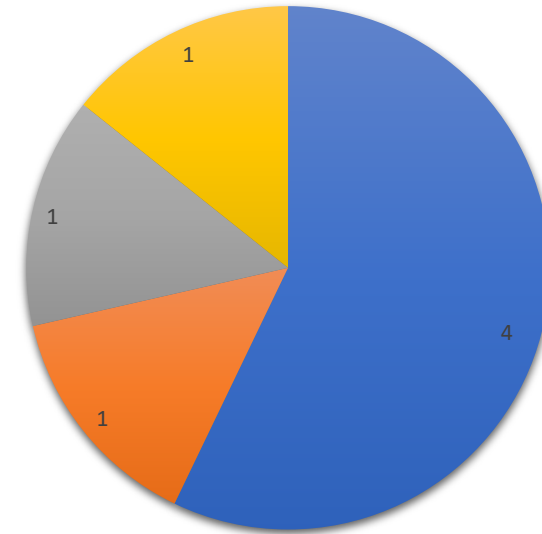
■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

c) Jeg kan godt lide at være sammen med de voksne gruppeledere:



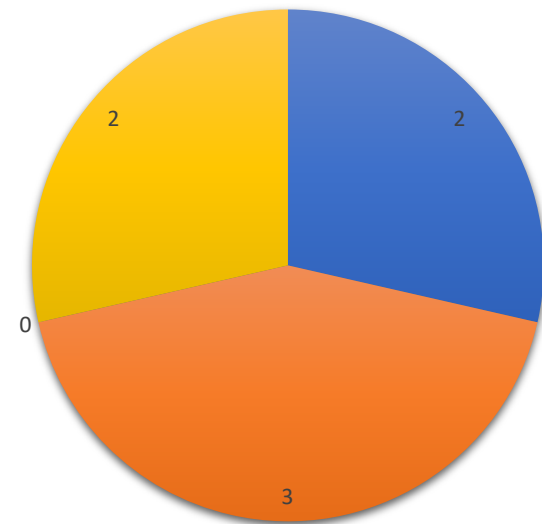
■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

d) Jeg kan fortælle hvordan jeg har det:



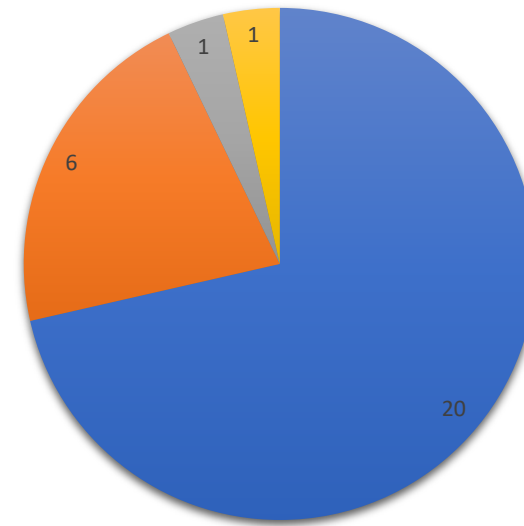
■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

e) Jeg har fået idéer til, hvad jeg kan sige eller gøre, når jeg bliver ked af det eller har det svært:



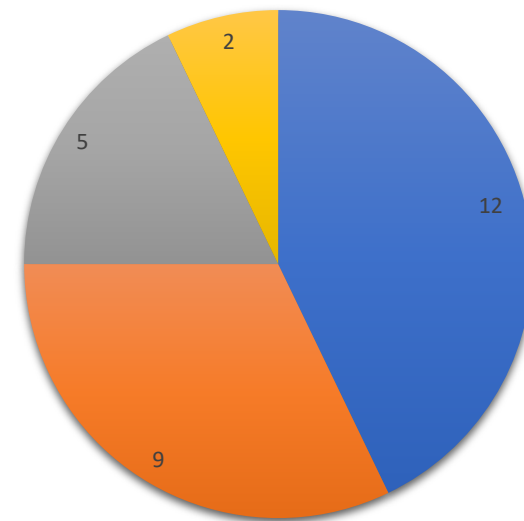
■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

f) Det har været sjovt, trygt og hyggeligt:



■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

Spørgsmål 3.
Jeg kan mærke, at jeg har fået det bedre:



■ Meget enig ■ Enig ■ Uenig ■ Meget uenig

Resultater og effekter

Spørgsmål 4.

Sådan kan jeg mærke jeg har fået det bedre:

At jeg kan udtale mig mere

Glad

Det har hjulpet mig med at tale med andre

Jeg er blevet bedre til at sige fra og være ligeglad med hvad de andre synes om mig

Ved at snakke med nogen jeg ikke kendte og som ikke kendte mig

At jeg kunne sige en bestemt ting til en lærer fra skolen

Lidt måske. Her oppe kunne man komme ud med det

Jeg er glad for at være med

At være her

Jeg er glad når jeg kommer

Spørgsmål 5.

Hvad kan du bedst lide at lave, når du er i gruppen:

Jeg kan bedst lide at hygge og snakke

Det har været dejligt at kunne snakke med nogen

Ind imellem snakke med en voksen uden de andre

At lege nogle lege

Snakke og lege

At vi hyggede os og at lave lege og at vi snakker om tingene

At jeg har talt meget om mine problemer

At vi har det sjovt sammen

Jeg synes det har været godt at møde nogen som har det næsten ligesom mig

Når vi snakker om ting som kan være svære

Det har bare været sjovt og hyggeligt

Det hele

Spørgsmål 6:

Er der noget, du ikke så godt kan lide at lave i gruppen:

Nej

Alt

Nej, det har bare været en super oplevelse

Nej, det er der ikke

Resultater og effekter

Svarene i spørgeskemaerne giver en indikation på aktiviteternes kortsigtede og mellemsigtede effekt.

Den ønskede effekt (jf. kausalmodel)	Den målte effekt
• Møde mennesker i samme situation • Mindske følelse af anderledeshed • Spejle sig i andre mennesker	• At der andre, der har det ligesom mig (89 % er enig eller meget enig) • Jeg kan sige ting, jeg ikke har lyst til at sige til andre (72% er enig eller meget enig)
• Indgå i positive sociale sammenhænge	• Jeg har været glad for at komme her (97% er enig eller meget enig) • Det har været sjovt, trygt og hyggeligt (92% er enig eller meget enig) • Jeg kan godt lide at være sammen med de voksne gruppeledere (93% er enig eller meget enig)
• Sætte ord på hvordan man har det	• Jeg kan fortælle hvordan jeg har det (72% er enig eller meget enig)
• Mindre tristhed	• Jeg kan mærke, jeg har fået det bedre (75% er enig eller meget enig)
• Få råd og vejledning af ligesindede • Erfaringsudveksle	• Jeg har fået ideer til, hvad jeg kan sige eller gøre, når jeg bliver ked af det eller har det svært (71% er enig eller meget enig)

På baggrund af spørgeskemaet kan konkluderes at trivselsgrupperne overvejende har den ønskede kortsigtede og mellemsigtede effekt. Det har ikke været muligt at måle den langsigtede effekt, men det er sandsynligt ud fra ovennævnte resultater, at trivselsgrupperne kan være et bidrag til den ønskede langsigtede effekt for brugerne (som naturligvis påvirkes af mange faktorer i brugernes tilværelse).

Resultater og effekter

Netværksaktiviteter

Klub Nexus

Klub Nexus var det første netværkstilbud, som blev etableret i projektet. Tilbuddet, som havde til formål at skabe netværk for ensomme unge, oplevede meget store vanskeligheder med at rekruttere brugere nok.

Der blev arbejdet med tilbuddet i omkring 7 måneder, og i denne periode blev kun fire unge rekrutteret til tilbuddet. Dette på trods af samarbejde med relevante aktører omkring viderefremstilling og et tæt samarbejde med pædagoger i udskoling, som havde en tæt kontakt med målgruppen. Tilbuddet blev derfor nedlagt og havde ikke en effekt på brugerniveau.

Tilbuddet blev evalueret internt i frivilligcentret, og det blev vurderet, at udfordringerne bl.a. kunne skyldes, at ensomhed er et meget tabuiseret emne især for unge i den valgte målgruppe. Da Langeland samtidig er et lille samfund, kan det være meget svært at deltage anonymt.

Netværksgrupper for unge piger og drenge med flygtningebaggrund

Netværksgrupperne blev udviklet i samarbejde med familiekonsulenter fra Langeland Kommune. Grupperne mødtes 1–2 gange om måneden og havde fokus på at skabe et socialt fællesskab, hvor de unge kunne dele oplevelser ift. deres situation samt få råd og vejledning af frivillige – herunder forbedre

danskkundskaber samt få viden om dansk kultur/samfund. Grupperne mødtes over en periode på 8 måneder og lavede aktiviteter både ude og "hjemme". Det var en gennemgående udfordring, at de unge ikke overholdt de indgåede aftaler om mødetidspunkter. Samtidig forsvandt frivilligcentrets samarbejdspartnere i kommunen, da familiekonsulenternes stillinger undervejs blev nedlagt. Uden det kommunale "mellemed" mellem de unge/deres forældre og frivilligcentret/de frivillige, var det svært at finde en løsning på mødestabiliteten. Dertil kom, at kommunikationen med de unge kunne være vanskelig, grundet at deres danskfærdigheder endnu var under udvikling.

Grupperne blev derfor afsluttet, da interessen fra de unges side begyndte at glide ud.

Der blev efterfølgende evalueret med de frivillige, som vurderede, at de unge havde et positivt socialt fællesskab i grupperne, selvom der ikke kom den ønskede relation mellem de frivillige og de unge.

På baggrund af erfaringerne i ovennævnte netværksaktiviteter blev det besluttet, at det fremover skulle prioriteres højere at inddrage repræsentanter fra målgruppen i udviklingen af netværksaktiviteter for unge. Dette lykkedes bl.a. i udviklingen af netværksaktiviteter på VUC+HF, hvor der blev nedsat en blandedt styregruppe.

Resultater og effekter

Onsdagscafé VUC+ HF Langeland

Fællesspisning for VUC+HF Langeland

Formålet med aktiviteterne er overordnet at bidrage til at skabe trivsel blandt unge på Langeland.

VUC+HF er Langelands eneste uddannelsesinstitution over folkeskoleniveau og dermed et sted, en del af Projekt Hjerterums målgruppe, unge over 18 år, befinder sig.

Til at udvikle aktiviteter blev der nedsat en styregruppe bestående af VUC+HF' daglige leder, kursister, frivillige og projektkoordinator.

Det blev i styregruppen besluttet at arbejde med aktiviteter under overskriften "styrket netværk og fællesskab".

Baggrunden for dette tema var:

- Fællesskabet på skolen er udfordret, fordi kursisterne deltager i enkeltfag, og man derfor ikke har tilhørsforhold til en klasse.
- Der er en opdeling mellem kursister på AVU (9. og 10. klasse) og HF.

Samtidig var der en formodning om, at et styrket fællesskab og netværk ville modvirke fravær og frafald på uddannelserne.

På denne baggrund blev der etableret en "onsdagscafé" på skolen. Her har kursisterne mulighed for at smøre en sandwich i skolens fællesrum, hvilket skaber et "fælles tredje", som kursisterne kan mødes om. Frivillige står for en del af det praktiske og skaber relationen til og imellem kursisterne.

Der blev også etableret en månedlig fællesspisning for alle tilknyttet VUC+HF Langeland. Frivillige og kursister hjælpes ad om det praktiske og varierende underholdning/ sociale aktiviteter.

"Aktiviteterne er sat i verden for at skabe mere fællesskab, end vi får over skolebøgerne til daglig. Vi er vildt glade for samarbejdet med Frivilligcenter Langeland og de tre skønne frivillige, som trofast uge efter uge tager del i skolens liv."

Afdelingsleder ved VUC, Thomas Borum Reuss

Resultater og effekter

Til at evaluere på netværksaktiviteterne på VUC+HF Langeland er der blevet uddelt spørgeskemaer til alle skolens kursister. (ca. 40 kursister)

Kursisterne har besvaret udsagnene i spørgeskemaet ved at krydse af på en skala fra 1 – 10.

I diagramoversigt på de følgende sider er skalaen fra 1 – 10 konverteret til følgende intervaller:

1-3	4-5	6-8	9-10
I ringe grad	Hverken eller	I nogen grad	I høj grad

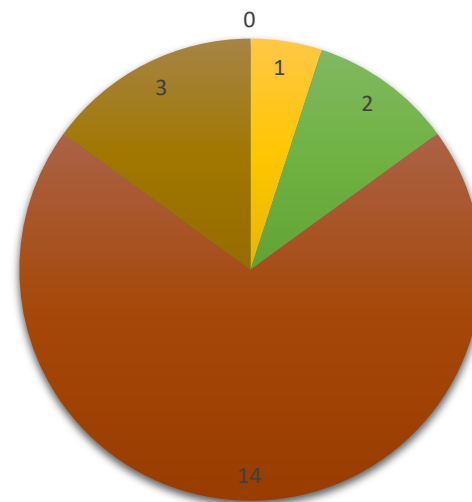


Frivillige og kursister på VUC+HF Langeland i onsdagscaféen

I alt 21 besvarelser.

Spørgsmål 1.

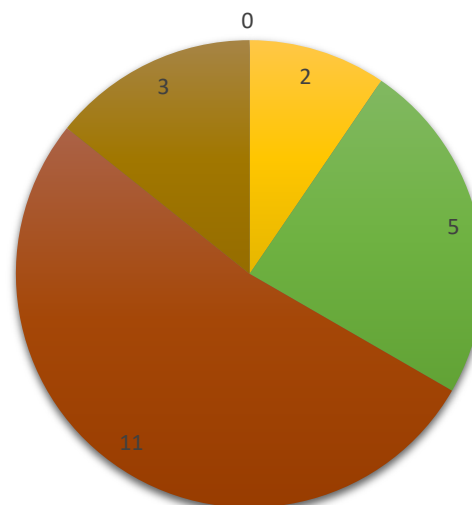
Jeg sætter pris på at kunne smøre en sandwich på skolen



I ringe grad Hverken eller I nogen grad I høj grad ved ikke

Spørgsmål 2.

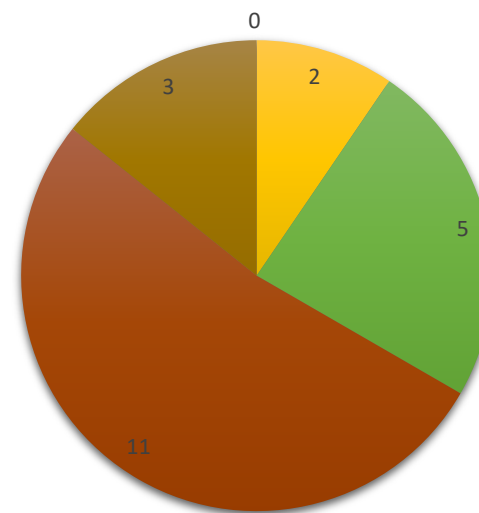
Jeg sætter pris på at få en snak med de frivillige i onsdagscaféen



I ringe grad Hverken eller I nogen grad I høj grad ved ikke

Spørgsmål 3.

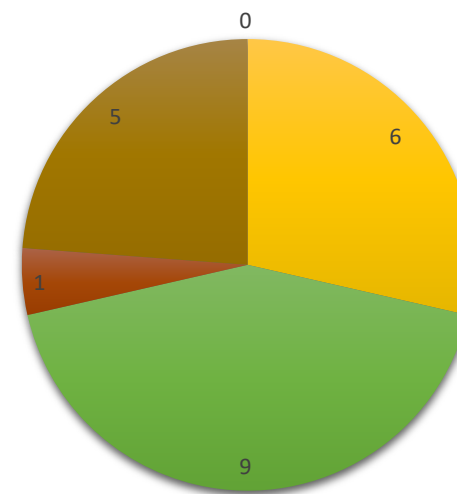
Jeg oplever at onsdagscaféen giver bedre mulighed for at skabe fællesskab blandt skolens kursister



I ringe grad Hverken eller I nogen grad I høj grad ved ikke

Spørgsmål 4.

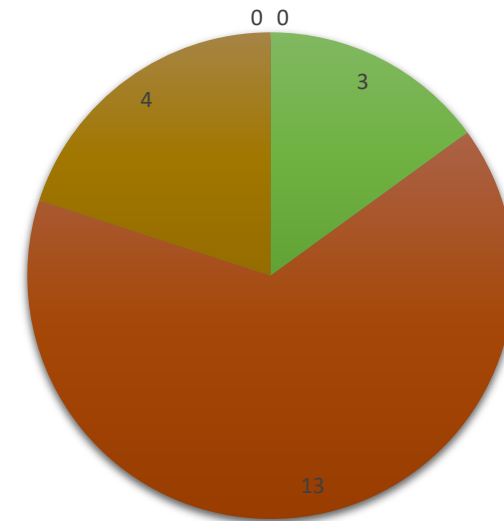
Jeg ønsker flere sociale aktiviteter i onsdagscaféen



I ringe grad Hverken eller I nogen grad I høj grad ved ikke

Spørgsmål 5.

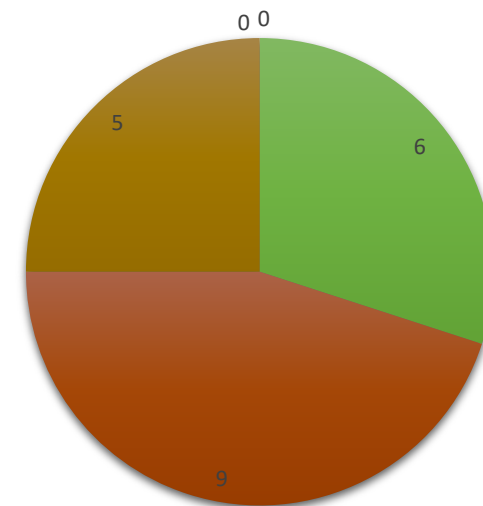
Jeg sætter pris at kunne købe et godt måltid mad til fællesspisning



I ringe grad Hverken eller I nogen grad I høj grad ved ikke

Spørgsmål 6.

Jeg oplever at fællesspisning giver bedre mulighed for at skabe fællesskab blandt skolens kursister



I ringe grad Hverken eller I nogen grad I høj grad ved ikke

Forankring

Frivilligt arbejde som et bærende element:

Gennem projektet har det været en afgørende præmis for de aktiviteter som er blevet etableret, at frivilligt arbejde skulle indgå som et bærende element i aktiviteten. Projektkoordinator måtte således udelukkende have en koordinerende - og ikke udførende - rolle ift. aktiviteter.

I denne forbindelse har det været vigtigt i projektperioden at udvikle enkle koncepter for aktiviteterne og skabe tydelige og afgrænsende opgaver for de frivillige. Enkle koncepter og klar rolle/opgavefordeling gør det nemmere at videreføre aktiviteterne efter endt projektperiode, hvor der vil være færre ressourcer til en lønnet koordinator.

Opbygge netværk og samarbejdsrelationer

Der er i projektperioden blevet brugt mange ressourcer på at opspøge samarbejdspartnere og skabe vidensdeling, aftaler og arbejdsgange ift. roller/opgaver omkring en aktivitet. I denne proces har det været væsentligt at skabe ejerskab for aktiviteterne blandt de involverede parter, hvorfor vi ofte har inviteret fagpersoner og andre aktører med i udviklingen af aktiviteter. Det opbyggede netværk og etablerede "fremgangsmåder" er efter endt projektperiode stadig gældende og en vigtig del af forankringen af aktiviteterne.

Økonomi

Det er tilstræbt, at aktiviteterne skulle have et meget lavt driftsbudget. I projektperioden har der været afsat midler til aktiviteterne, men disse er blevet betragtet som "opstartskapital" til at få aktiviteterne i gang eller til at indkøbe materiale, som kan genbruges - fx materiale som gruppelederne anvender i trivselsgrupperne til at hjælpe samtalerne på

vej (bl.a. "humørbolde", samtalekort og bøger). Til fællesspisning og "onsdagscaféen" på VUC+HF er der fra start indtænkt en brugerbetaling, som kan dække udgifter til indkøb af råvarer. Således forsøges udgifter til drift af aktiviteterne at blive holdt på et niveau, hvor mindre bevillinger til materialer eller brugerbetaling på et rimelig niveau ift. målgruppen er tilstrækkeligt.

En integreret del af selvhjælp i frivilligcenteret

Frivilligcenter Langeland er medlem af hovedorganisationen FriSe (Frivilligcentre og Selvhjælp). Dette giver adgang til viden akkumuleret gennem mange år ift. driften af selvhjælpsgrupper og ikke mindst adgang til et netværk til ansatte i selvhjælpsenheder på nationalt plan. I Frivilligcenter Langeland har vi i flere år arbejdet på permanent at kunne tilbyde selvhjælpsgrupper til voksne. Derfor har vi organiseret en selvhjælpsenhed, hvor en medarbejder særligt tager sig af de opgaver, som knytter sig til driften af et selvhjælpstilbud (rekruttering af frivillige, opkvalificering og løbende support, rekruttering af brugere og afklarende samtaler, synlighedsarbejde, igangsætning af grupper mm.) Da trivselsgrupper og netværk for børn og unge grundlæggende er baseret på selvhjælpsmetoden, vil de forankres som aktiviteter under selvhjælpsenheden i Frivilligcenter Langeland. Driften og koordineringen af selvhjælpstilbud kræver en lønnet medarbejder, og der vil fortsat være brug for løbende at fundraise midler til at drive selvhjælp for børn og voksne på Langeland. Da Frivilligcenter Langeland modtager en grundbevilling fra stat/kommune, vil der altid være en medarbejder til varetage fundraising til projekter/lønkroner.

Konklusion

Udfordringer

Frivilligcentret havde forud for Projekt Hjerterum meget lille erfaring med målgruppen "børn og unge". Derfor tog det en stor del af det første projektår at udvikle og iværksætte en succesfuld strategi.

I forbindelse med rekruttering mærkede vi særligt, at der generelt var en lettere skepsis omkring brugen af frivillige og "ikke-professionelle" trivselstilbud til børn. En del af strategien var derfor at skabe meget klare præmisser og rammer om aktiviteterne, således at det tydeligt kunne kommunikeres, hvad en trivselsgruppe er—og hvad den *ikke* er. Det var her vigtigt at kommunikere styrkerne og de særegne kvaliteter i et frivilligbaseret tilbud som noget andet end et fagprofessionelt tilbud og ikke en "billig kopi". Dernæst var det en essentiel del af strategien at nå målgruppen ved at kommunikere til kommunale aktører og forældre. Her oplevede vi til dels den udfordring, at selvom vi umiddelbart mødte interesse og opbakning til projektet, så er kommunalt ansattes tid sparsom. Dertil kan der opstå omstruktureringer eller andre begivenheder, som ændrer betingelserne for et samarbejde. Disse erfaringer har skærpet vores opmærksomhed på at indgå samarbejdsrelationer meget tidligt i etableringen af nye aktiviteter og i fremtidige projekter skabe partnerskaber allerede i projektudviklingen.

Succeser

I projektets første år, hvor vi oplevede udfordringer ift. rekrutteringen af brugere, gav det anledning til at se på vores koncept for de udbudte selvhjælpsgrupper. Projektkoordinatoren blev en del af et nationalt netværk for trivselsgruppekoordinatorer og kunne derigennem hente inspiration og udvikle et koncept, som var tilpasset forholdene på Langeland. Udviklingen af konceptet til afgrænsede forløb, der finder sted på kommunens skoler, viste sig at være en succes. Dette krævede også en forudgående opsøgning af fagpersoner på børneområdet, som bidrog med inputs til trivselsgruppekonceptet, og ikke mindst krævede det samarbejdsaftaler med skolerne vedr. formidling og lån af lokaler.

Samarbejdet med andre aktører herunder det nationale netværk med trivselsgruppekoordinatorer har på mange måder været en vigtig faktor for projektet, idet koordinatoren her har kunnet få specifik sparring på udfordringer og udvikling af tilbud.

I projektet har det naturligvis været afgørende for succes, at der kunne rekrutteres frivillige med de rette egenskaber til aktiviteterne. Dette er lykkedes godt igennem hele projektperioden.

Konklusion

Synlighed omkring projektets aktiviteter har været en kontinuerlig opgave, som hele tiden skulle holdes ved lige. Gennem projektperioden har vi haft succes med at få omtale i de lokale medier og via netværk i kommunen fået mulighed for at præsentere projektet ved diverse møder og arrangementer.

Det afgørende parameter for projektets succes ses i antallet af brugere, som er rekrutteret til aktiviteterne og ikke mindst effekten på brugerniveau. De indsamlede data indikerer, at trivselsgrupperne overvejende har haft den ønskede effekt. Ligeledes indikerer den indsamlede data, at netværksaktiviteterne på VUC+HF Langeland overvejende har haft den ønskede effekt.

Her skitseres overordnet hvad frivilligcentret har erfaret som afgørende faktorer for projektets succes:

Samarbejde med fagpersoner/kommunale aktører:

- vidensdeling og udvikling
- formidling af aktiviteter til målgruppen

Troværdighed:

- klare præmisser og rammer for aktiviteterne

Fleksibilitet:

- mulighed for at handle på idéer/behov når de opstår (fx på baggrund af borgerhenvendelser eller samarbejde med fagpersoner)

Stabile frivillige:

- tydelig profil/opgave beskrivelse
- professionel håndtering af frivilligledelse (indledende samtaler, opkvalificering, supervision mm.)

Samarbejde med skoler:

- lokale lån, formidling på forældre-intra mm.

Kollegialt netværk:

- Kvalificeret sparring