

”Når man fordyber sig i en aktivitet, glemmer man at tænke på, hvad de andre tænker”



Modelfoto: Ricky John Molloy

Det kan styrke sårbare unges trivsel, hvis de bliver en del af frivillige fællesskaber, men det kræver, at både frivillige foreninger og kommunale aktører er åbne for at samarbejde på nye måder. Sådan lyder de første erfaringer fra et nyt partnerskab om unges trivsel i Hillerød Kommune.

Af Nina Aagaard

Unge, der sidder alene på deres værelser efter skole. Frivillige foreninger, der gerne vil gøre en forskel for de unge, men ikke ved, hvordan de skal gribe det an. Det var afsættet for et nyt projekt, hvor Frivilligcenter Hillerød undersøger, hvordan sårbare unge kan blive en del af lokale frivillige fællesskaber. Håbet er, at det kan hjælpe de unge med at få mere selvtillid og trives bedre, hvis de deltager i frivillige fællesskaber.

Maja Munch Nielsen, projektleder i Frivilligcenter Hillerød, ved dog godt, at det hverken er hurtigt eller nemt at få det til at ske.

”Vi har nogle unge, som mangler fællesskaber, og vi har nogle foreninger, som gerne vil have unge med. Dem skal vi have matchet. Men det kræver noget ekstra, fordi der er tale om sårbare unge. Det er ikke nok bare at dele flyers ud,” siger Maja Munch Nielsen.

Hun arbejder lige nu på projektet TUFF ”Trivsel, Unge, Fællesskaber og Foreningsliv – Sammen om unges trivsel i Hillerød”, hvor frivilligcenteret skal skabe partnerskaber mellem kommunale aktører og frivillige foreninger.

Anette Nielsen er daglig leder af Frivilligcenter Hillerød, og hun påpeger, at forskning viser en sammenhæng mellem at være en del af et fællesskab og at trives godt.

”Ved at være med i et meningsfuldt fællesskab får de unge mulighed for at tænke på noget andet end de problemer, som fylder. De får mulighed for at bruge nogle andre sider af sig selv og måske knytte venskaber. Men det tager tid at få de unge med.”

Frivilligcenter Hillerød samler trådene

Frivilligcenter Hillerød har fået en bevilling på 4,8 millioner kroner fra Socialstyrelsen til at gennemføre TUFF.

Frivilligcenteret har taget initiativet til projektet og samarbejder med Hillerød Kommune om det.

”Der har været meget stor opbakning til at gå sammen om at løse en kompleks udfordring. Der er jo stort fokus på unges trivsel, og det står nævnt i næsten alle kommunale politikker: på socialområdet, på børne- og ungdomsområdet og på fritids- og kulturområdet,” siger Anette Nielsen.

Arbejdet med TUFF gik i gang ved årsskiftet og løber over de næste fire år. Frivilligcenter Hillerød bygger bro til eksisterende fællesskaber og hjælper med at skabe nye aktiviteter for – og meget gerne sammen med – de unge. Det sker i samarbejde med lokale frivillige foreninger, kommunale institutioner og uddannelsesinstitutioner, hvor de unge kommer til daglig.

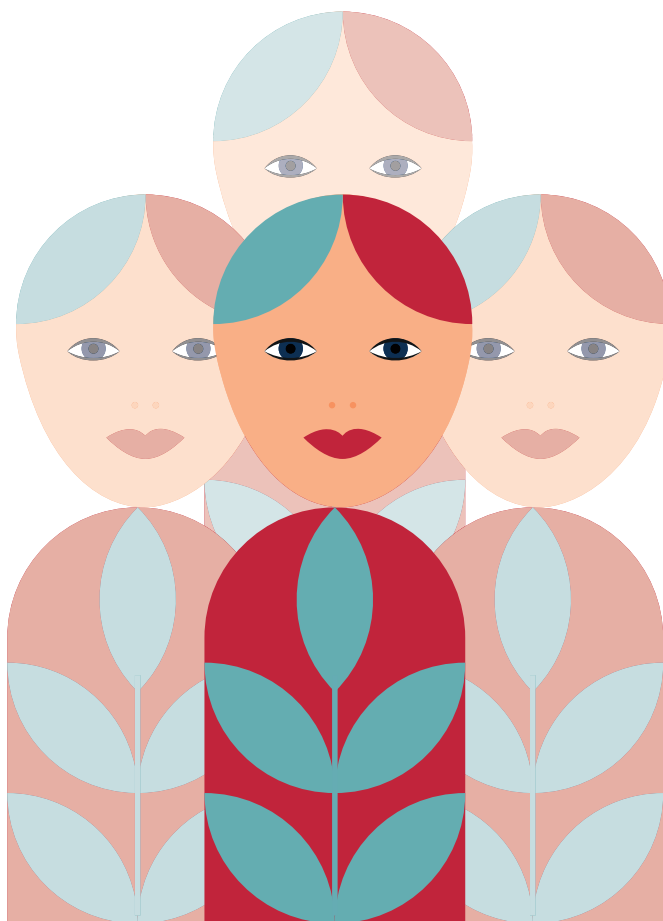
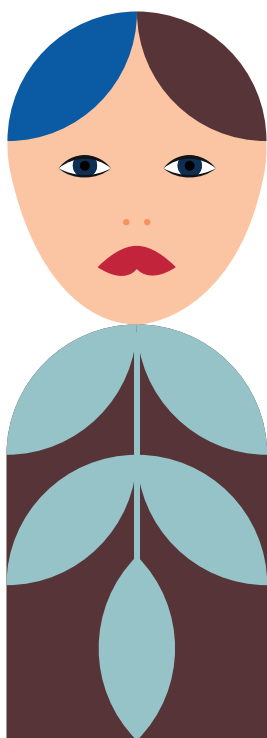
De frivillige foreninger tæller blandt andet den lokale skakklub, e-sportsklub, bordtennisklub og bueskyttelaug samt den lokale afdeling af ADHD-foreningen og foreningen Ligeværd, som arbejder for unge med særlige behov. De kommunale aktører tæller blandt andet flere lokale STU'er (særligt tilrettelagt ungdomsuddannelse), socialpsykiatrien, SSP (skole, socialforvaltning og politi) og jobcenterets ungeindsats.

”Vi er i en opstartsfasen, hvor der er stort behov for, at vi holder partnerne til ilden. Frivilligcenteret har en helt central rolle med at samle de løse tråde og holde alle på sporet,” siger Maja Munch Nielsen.

En stor del af bevillingen fra Social- og Boligstyrelsen skal gå til foreninger i projektet. De får et bidrag på 30.000 kroner for at engagere sig som partnere i projektet.

”For foreningerne er det langt nemmere med deltagere, der bare dukker op og er med. Det er vanskeligere at gøre en forskel for mennesker, der ikke lige passer ind. De har brug for mere struktur, klarere rammer og støtte til at finde vej ind i fællesskabet,” siger Anette Nielsen.

Et partnerskabsprojekt som TUFF kræver meget dialog og mange møder. Det kan være en udfordring for foreninger, der er drevet af frivillige, som også skal have tid til deres arbejde og familie. Også for kommunalt ansatte kan det være vanskeligt at afsætte tiden i en travl hverdag. Men det er nødvendigt at investere tiden, hvis projektet skal lykkes.





Modelfoto: Cathrine Ertmann

Fællesskaber fungerer som trædesten

Parterne bag TUFF fokuserer i første omgang på at skabe fællesskaber, hvor de unge kan møde andre, der ligner dem selv. Det er nemlig det, mange af de unge selv ønsker.

“Det er ret gennemgående for de unge, jeg har talt med,” siger Maja Munch Nielsen.

“Det er unge, som har følt sig anderledes det meste af deres ungdomsliv. De søger en tryk ramme, hvor de føler sig velkomne som dem, de er. Så det er det, vi arbejder på at skabe.”

Lige nu arbejder parterne i TUFF på aktiviteter som social skak, musikfællesskab, e-sport, bordtennis for unge tilknyttet jobcenteret og bueskydning for unge med særlige behov.

“Vi tænker på det som trædesten til fællesskaber, hvor de unge får mulighed for at prøve noget af i en tryk ramme,” siger Anette Nielsen.

Håbet er, at når de unge først har haft gode erfaringer i fællesskaber med andre sårbare unge, vil de få mod til at tage del i andre fællesskaber også. Det er afgørende, at de unge får mulighed for at deltage på deres egen måde, fortæller Anette Nielsen:

“Vi skal ikke overføre vores egne ambitioner til de unge. Man kunne måske tænke, at man skulle holde en stor festival for alle sårbare unge, så de kunne mødes og tale sammen. Men det ville ikke komme til at fungere for mange af de unge.”

Tryghed med tydelig ramme

Skak og e-sport er eksempler på aktiviteter, som tilbyder fællesskaber på de unges uddannelsesinstitutioner. For mange unge er det nemlig trygt, hvis aktiviteten foregår et sted, de kender. Selvom aktiviteterne foregår på en bestemt uddannelse, er de dog også åbne for unge, som kommer udefra.

Hvis aktiviteten foregår et ukendt sted, kan foreningerne udpege værter, der byder de unge velkomne og sørger for, at de får en god oplevelse. Det er vigtigt, at der er en tydelig ramme om aktiviteten, så de unge ved, hvad der skal ske, og hvad det kræver at være med.

“Ofte tager man det for givet, at man selv finder vej ind i fællesskabet. Men de fleste mennesker har faktisk gavn af at få italesat, hvad rammen er. Det bliver bare endnu mere nødvendigt, når vi taler om unge mennesker med for eksempel autisme eller ADHD,” siger Anette Nielsen.

TUFF arbejder blandt andet med det pædagogiske værktøj, som kaldes de ti h'er: hvad, hvordan, hvorfor, hvor, hvornår, hvor meget, hvor længe, hvem, hvad så og hvorhen? Ved at svare på de spørgsmål bliver der skabt en tydelig ramme, og det skaber tryghed for de unge. Aktiviteterne i TUFF bliver desuden tilrettelagt efter fire nøgleord: kendskab (at gøre unge opmærksomme på fællesskaberne), følgeskab (at motivere de unge til at være med, for eksempel ved at fjerne mentale, fysiske eller sociale barrierer), værtsskab (at klæde foreningerne på til at inkludere og motivere) og fællesskab (at skabe gode rammer for fællesskab mellem deltagerne). Frivillig-center Hillerød kalder de fire nøgleord for brobygningselementer, som alle parter arbejder med.



En af de unge i vores kreative værksted fortæller, at hun normalt slår sig selv i hovedet med alt det, hun gør forkert. Men når hun er kreativ, glemmer hun, at hun ikke selv synes, hun er god nok.

Maja Munch Nielsen, projektleder i Frivilligcenter Hillerød

Det er sårbart at give unge ansvar

I TUFF er der særligt fokus på at inddrage de unge selv, og målet er, at de unge skal kunne veksle mellem forskellige roller, hvis de har mod på det. De skal både kunne være deltagere i aktiviteterne, de skal kunne være med til at skabe aktiviteterne, og de skal kunne være frivillige med ansvar i foreningerne.

Aktiviteterne bliver dog sårbare, hvis et for stort ansvar hviler på enkelte unge. Derfor er det godt, hvis der er en forening, der kan tage over.

”Vi afprøver, hvilke veje vi kan gå. Vi vil gerne gøre unge til medskabere og frivillige. Men det er en rolle, som ikke alle vil tage,” siger Maja Munch Nielsen.

”For nogle vil det lykkes, for andre vil det ikke,” siger Anette Nielsen.

De seneste to år har Frivilligcenter Hillerød kørt et kreativt værksted for sårbare unge. Håbet er, at de unge på et tidspunkt selv vil være med til at tegne rammen for kreaværkstedet. Anette Nielsen fortæller:

”Det er ikke lykkedes endnu. Måske bliver det heller ikke en klassisk forening, men et fællesskab med lokale kunstnere, der kan inspirere de unge. Og det er også okay. Så skal vi undersøge, hvordan vi får skabt det.”

Glemmer at slå sig selv i hovedet

Til bueskydning for unge med særlige behov retter instruktøren ikke de unge, selvom han kan se, at de begår fejl. Det handler ikke om, at de unge nødvendigvis skal blive bedre bueskytter. De skal bare synes, at det er sjovt at være med og få nogle succesoplevelser. Derfor retter instruktøren kun de unge, hvis de selv spørger, hvad de kan gøre anderledes.

”Det er vigtigt, at de ikke får en fornemmelse af, at de ikke er gode nok,” siger Maja Munch Nielsen.

Generelt skal aktiviteterne ikke være præget af konkurrence.

”De unge har ikke behov for at blive presset,” siger Maja Munch Nielsen.

Bueskydning er en individuel sport, og de unge står på række uden at veksle mange ord.

”Men hvis en af de unge ikke er der en dag, spørger de andre alligevel, hvor han er. Selvom de ikke taler sammen, registrerer de alligevel, at der er en, der mangler,” siger Maja Munch Nielsen.

Når unge fordyber sig i aktiviteter som bueskydning, skak, fodbold eller krea, glemmer de sig selv og omverdenen et øjeblik.

”Vi er i en tid, hvor mange unge er optagede af sig selv og måler sig op mod andre. Når man fordyber sig i en aktivitet, glemmer man at tænke på, hvad de andre tænker, og om man passer ind,” siger Maja Munch Nielsen og tilføjer:

”En af de unge i vores kreative værksted fortæller, at hun normalt slår sig selv i hovedet med alt det, hun gør forkert. Men når hun er kreativ, glemmer hun, at hun ikke selv synes, hun er god nok.”

> Om TUFF

TUFF står for Trivsel, Unge, Fællesskaber og Foreningsliv. TUFF-samarbejdet arbejder på at skabe trivsel blandt sårbare unge ved at hjælpe dem ind i lokale fællesskaber.

Målet er, at der bliver indgået partnerskaber med 30 foreninger om at udvikle aktiviteter. Målgruppen er unge fra 16 til 35 år, som på grund af diagnoser eller sociale forhold befinder sig i en sårbar position. Projektet begyndte ved årsskiftet og slutter ved udgangen af 2026. Frivilligcentret har fået en bevilling på 4,8 millioner kroner fra Social- og Boligstyrelsen. I alt fem lokale partnerskaber vil få støtte til at styrke forskellige borgere i sårbare positioner i at deltage i frivillige fællesskaber. VIVE og RUC evaluerer partnerskaberne.