

Dokumentationsrapport 2011

"Ventilen er et frirum i hverdagen"



Resumé	3
Centrale resultater	3
Opmærksomhedspunkter	3
Indledning og baggrund	5
Bag om rapporten	5
Succesmål for forandring og tilfredshed	5
Succesmål for deltagelse i spørgeskemaundersøgelsen	7
Forbehold	7
1. del: Ventilen i tal	8
Hvem er de unge, der kommer i Ventilen?	8
Hvor mange unge besøgte mødestederne i 2011?	8
Køn	8
Alder	9
Beskæftigelse	10
Hvor længe kommer de unge i mødestederne?	10
Hvor tit kommer de unge i mødestederne?	10
De, der kun kommer én gang	11
Hvor har de unge hørt om Ventilen?	11
Opsamling	12
2. del: Hvordan hjælper Ventilen?	13
Hvilken forandring oplever de unge ved at komme i Ventilen?	13
Følelsen af ensomhed	13
Selvværd	15
Sociale kompetencer	16
Andet, de unge får ud af at komme i mødestederne	17
Opsamling på, hvilken forandring de unge oplever ved at komme i Ventilen	17
Hvordan oplever de unge at komme i mødestederne?	18
Generel tilfredshed	18
Tryghed	19
At tale om ensomhed	20
At være en del af et fællesskab	24
De unges egne ord om at komme i mødestederne	25
Opsamling på, hvordan de unge oplever at komme i Ventilen	25
Den første gang i mødestedet	26
Forventninger	26
Indledende samtale	27
Mødet med de andre unge	27
Vigtige pointer om den første gang i mødestedet	28
Opsamling og konklusion	29
Forandring	29
Tilfredshed	29
Metode	30
Løbende registrering i mødestederne	30
Spørgeskemaet	30
Hvad kan vi sige noget om på baggrund af spørgeskemaundersøgelsen?	31
Interviews	32
Ethiske overvejelser i forhold til retningslinjerne	32
Bilag 1: Mødestedsskema	33
Bilag 2: Spørgeskema	33
Bilag 3: Interviewguide	43

Resumé

Ventilen har siden 1999 drevet mødesteder for stille ensomme unge. I dag er vi en landsdækkende organisation, der i 2011 drev 14 mødesteder fordelt over hele Danmark.

Vi har aldrig været i tvivl om, at Ventilens mødesteder har gjort en positiv forskel for en lang række ensomme unge, men det præcise omfang af hjælpen og dens virkning, har vi ikke før dokumenteret. Derfor besluttede Ventilens bestyrelse i marts 2011 at igangsætte dokumentation af arbejdet med de unge, der kommer i mødestederne.

I denne rapport bliver de første resultater af dokumentationsarbejdet præsenteret.

Rapportens resultater bygger på tre forskellige dokumentationsformer:

1. En løbende registrering af de unge, der kommer i mødestederne (hvor mange kommer der, hvor tit kommer de, hvad karakteriserer dem – aldersmæssigt, kønsmæssigt, beskæftigelsesmæssigt?).
2. En større spørgeskemaundersøgelse blandt de unge, der kommer i mødestederne, hvor der blev spurgt til tilfredshed og oplevede forandringer.
3. Interviews med udvalgte unge, der fulgte op på resultaterne fra spørgeskemaerne.

Den løbende registrering er indsamlet fra marts til og med december 2011, og omfatter tal fra 11 af Ventilens 14 mødesteder¹. Både spørgeskemaundersøgelse og interviews har fundet sted i efteråret 2011.

Centrale resultater

- Der er kommet i alt **339** forskellige unge i mødestederne.
- **49 %** af dem er mænd, **51 %** er kvinder.
- Gennemsnitsalderen er **20,6 år**.
- **64,8 %** af de unge er under uddannelse.
- **87,7 %** føler sig mindre ensomme efter de er begyndt at komme i Ventilens mødesteder, og denne følelse opstår allerede efter en måned i mødestedet.
- **75,9 %** oplever, at de er blevet mere tilfredse med sig selv, efter de er begyndt i Ventilen. De oplever altså at have fået større selvværd.
- **79,3 %** oplever, at de er blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter de er begyndt i Ventilen. De oplever altså at have fået flere sociale kompetencer.
- **100 %** er generelt tilfredse med at komme i Ventilens mødesteder.
- **98,3 %** føler sig trygge i Ventilens mødesteder.
- **96,6 %** oplever, at de er en del af et fællesskab i mødestedet.
- **69,6 %** oplever, at de har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet. Og **35,1 %** synes, at det er vigtigt at kunne tale om ensomhed i mødestederne – af dem oplever alle, at de også har mulighed for at gøre det.

Opmærksomhedspunkter

Generelt er resultaterne fra dokumentationsarbejdet utrolig flotte. De unge, der kommer i Ventilens mødesteder, er meget glade for tilbuddet og oplever, at det gør en positiv forskel i deres liv. Ud over de punkter, vi på forhånd havde opstillet succesmål for, har både den

¹ Et mødested holdt lukket i perioden grundet mangel på frivillige, et mødested var helt nyåbnet og et mødested fik ikke sendt data ind inden tidsfristen.

kvantitative og den kvalitative undersøgelse derudover peget på nogle punkter, vi fremover skal være opmærksomme på.

De, der kun kommer én gang

Der er særligt et punkt, det springer i øjnene - nemlig at 40,2 % af de nye unge, der kommer i et mødested, kun kommer én gang. Dette er noget Ventilen Danmarks bestyrelse vil se nærmere på med det samme. De har nedsat en arbejdsgruppe, der undersøger, hvordan nye unge modtages i mødestederne. Undersøgelsen skal munde ud i Ventilens "best practice" på området.

At tale om ensomhed

Flere af de unge, der kommer i mødestederne, efterlyser flere aktiviteter, hvor der bliver åbnet op for at tale om de svære ting som f.eks. ensomhed, venskaber eller selvmordstanker. Nye frivillige bliver allerede nu undervist i, hvor vigtige aktiviteterne i mødestederne er for de unges udvikling, og det ser ud til, at vi skal skærpe opmærksomheden på, at der skal planlægges endnu flere aktiviteter, der åbner op for samtaler om svære emner.

Indledning og baggrund

Formålet med Ventilens mødesteder er at hjælpe unge ud af deres ensomhed. Det gør vi ved at give dem mulighed for at mødes med andre unge, der føler sig ensomme, og med unge frivillige, der fungerer som sociale rollemodeller.

Undersøgelser af ensomme unge viser, at de er kendetegnede ved især to ting – de har et lavt selvværd og de har mangelfulde sociale kompetencer. Det skaber en ond cirkel, der fastholder de unge i ensomheden.

Mødestederne skal fungere som et trygt rum, hvor de unge får nogle sociale succeser, og hvor de tør øve sig i nogle af de sociale situationer, som de ellers har så svært ved. De sociale succeser kan være, at de unge laver nogle hyggelige ting sammen med andre jævnaldrende og de sociale situationer, de øver sig i, kan være alt fra at indgå i en samtale, sige ja til en invitation, holde øjenkontakt, hilse på andre og tale foran fremmede.

Når de unge får opøvet deres sociale kompetencer og får nogle gode oplevelser sammen med jævnaldrende, stiger selvværdet langsomt, og en god cirkel kan tage sin begyndelse.

For at sikre, at mødestederne kan fungere som trygge øverum, har Ventilen brug for, at målgruppen er meget specifik. Det er vigtigt, at de unge kan spejle sig i hinanden, og derfor kan de ikke være alt for forskellige. Målgruppen er unge mellem 15 og 25 år, der føler sig ensomme. Ensomheden skal være deres primære problem, hvilket vil sige, at de ikke må have svære psykiske lidelser eller lide af svær mistrivsel som eksempelvis spiseforstyrrelser eller stofmisbrug. Alle unge, der opsøger Ventilen, kommer til en indledende samtale med to frivillige, der vurderer, om Ventilen er det rette tilbud for den enkelte unge. Viser det sig ikke at være det, bliver den unge henvist til et andet relevant tilbud.

Formålet med denne rapport er at se nærmere på, hvordan Ventilen hjælper de unge ud af deres ensomhed og hvad de unge får ud af at komme i Ventilens mødesteder.

Bag om rapporten

Rapporten bygger på en dokumentationsstrategi vedtaget af Ventilen Danmark. Strategien tager sit udspring i en forandringsteori om arbejdet med de unge i mødestederne (kontakt Ventilen, hvis du ønsker at se forandringsteorien).

En forandringsteori viser, hvilke antagelser, man har om sit arbejde. Ventilens antagelser er (blandt andet), at unge, der føler sig ensomme, får hjælp ved at mødes med andre unge, der har det på samme måde, og unge frivillige, der kan fungere som sociale rollemodeller.

Antagelsen bygger på, at de unge i mødestederne får et større selvværd og flere sociale kompetencer, og at de to faktorer er afgørende, for at de unge føler sig mindre ensomme på længere sigt. Forudsætningen for at kunne udvikle sit selvværd og de sociale kompetencer, antager vi, er, at man føler sig tryk, at man oplever sig som en del af et fællesskab og at man har mulighed for at tale om det, der er svært – her ensomheden.

Det er altså disse antagelser, vi sætter på spil i undersøgelsen af vores arbejde med de unge i mødestederne. Og det er disse antagelser, der er baggrunden for de mål, vi har sat op for arbejdet.

Succesmål for forandring og tilfredshed

Vi har opstillet mål for *forandringer* på tre givne områder: Følelsen af ensomhed, selvværd og sociale kompetencer. Med spørgeskemaet undersøger vi, om de unge *selv oplever* at have forandret deres situation på disse områder, ved at komme i mødestedet.

Vi har opstillet succesmål for *tilfredshed* på tre andre områder: Tryghed, at være en del af et fællesskab og mulighed for at kunne tale om deres følelse af ensomhed.

Uddybende om de opstillede succesmål:

Følelsen af ensomhed

Unge, der kommer i Ventilens mødesteder, kommer der for at føle sig mindre ensomme. Ensomhed er en subjektiv følelse, og derfor giver det rigtig god mening at spørge de unge, om de *føler* sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i Ventilen.

Selvværd

Ensomme unge er meget alene med deres tanker og følelser, og de oplever ikke, at andre er interesserede i dem. Efter noget tid begynder de også selv at føle, at de er uinteressante og at deres behov er mindre vigtige end andres. De har et lavt selvværd. I spørgeskemaerne spørges de unge ikke til selvværd, men om, "hvor tilfredse de er med sig selv".

Sociale kompetencer

Vi tænker de sociale kompetencer som færdigheder i forhold til at skabe sociale relationer og at kunne håndtere sociale situationer. De unge præsenteres ikke for begrebet "sociale kompetencer", men bliver spurgt til, hvordan de oplever at håndtere forskellige sociale situationer.

Tryghed

Vi vil meget gerne give de unge et frirum, hvor de ikke skal tænke (helt så meget) over, hvordan andre opfatter dem. I Ventilen skal de kunne slappe af og føle sig trygge.

At være en del af et fællesskab

Ventilens mødesteder skal udgøre et fællesskab for de unge, der kommer der. De skal opleve, at de "hører til" og at de "passer ind".

Mulighed for at tale om ensomhed

Ventilens mødesteder skal udgøre et frirum for de unge, hvor de kan hygge sig og føle sig som en del af et fællesskab, men mødestederne adskiller sig også fra væresteder eller fritidsklubber. I mødestederne kommer ensomme unge, der *ønsker* at *forandre* deres situation, og så skal de opleve, at de har muligheden for at tale om deres følelse af ensomhed – både med de andre unge, og også med de frivillige.

Vores forandrings- og tilfredshedsmål har vi valgt at dele op i minimumsmål og drømmemål. Minimumsmål er det mindste resultat, vi kan være tilfredse med, mens drømmemålene er, hvad vi godt kunne tænke os at nå på længere sigt. Som tidligere nævnt skal resultaterne af spørgeskemaet først og fremmest gøre os klogere på, hvordan vi kan blive bedre til at hjælpe ensomme unge i vores mødesteder, mens drømmemålene skal være med til at sikre, at vi konstant arbejder på at udvikle os i en positiv retning – til glæde for de unge i mødestederne.

Succesmålene knytter sig udelukkende til spørgeskemaundersøgelsen.

Succesmål i forhold til forandring:

- Minimumsmål: Mindst 50 % skal have oplevet en positiv forandring ved at komme i mødestedet.
- Drømmemål: Mindst 80 % skal have oplevet en positiv forandring ved at komme i mødestedet.

Dette måles ved at se på, om følgende delmål er opfyldt:

- Mindst 50/80 % skal føle sig "lidt mindre" eller "meget mindre" ensomme efter de er begyndt at komme i Ventilen. (spm. 22)

- Mindst 50/80 % skal opleve, at de er blevet "lidt mere" eller "meget mere" tilfredse med sig selv efter de er begyndt i Ventilen (spm. 18)
- Mindst 50/80 % skal opleve, at de er blevet "lidt bedre" eller "meget bedre" til at håndtere sociale situationer efter de er begyndt i Ventilen. (spm. 20)

Succesmål i forhold til tilfredshed:

- Minimumsmål: Mindst 50 % skal være tilfredse med at komme i mødestedet.
- Drømmemål: Mindst 80 % skal være tilfredse med at komme i mødestedet

Dette måles ved at se på, om følgende delmål er opfyldt:

- Mindst 50/80 % skal svare, at de enten "altid" eller "for det meste" føler sig trygge i mødestedet (spm. 9)
- Mindst 50/80 % skal svare, at de enten "altid" eller "for det meste" oplever, at de har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet. (spm. 12)
- Mindst 50/80 % skal svare, at de enten "altid" eller "for det meste" oplever, at de er en del af et fællesskab i mødestedet. (spm. 14)
- Mindst 50/80 % skal svare, at de generelt er "Tilfredse" eller "Meget tilfredse" med at komme i mødestedet. (spm. 15)

Når vi i resten af rapporten henviser til succesmål, er det kun minimumsmålene, vi mener, med mindre andet er angivet.

Succesmål for deltagelse i spørgeskemaundersøgelsen

Ud over succesmål i forhold til tilfredshed og forandring, har vi også opstillet et succesmål i forhold til deltagelse i undersøgelsen. Her er målet, at mindst 75 % af de unge, der besøgte mødestederne i de uger, hvor undersøgelsen blev foretaget, skulle besvare spørgeskemaet.

Forbehold

Datamaterialet i undersøgelsen er relativt lille, og derfor er det begrænset, hvor meget vi kan sige på baggrund af resultaterne deraf. Se mere i metoden bagerst i rapporten.

1. del: Ventilen i tal

Formålet med den løbende registrering er, at vi kan blive klogere på, hvilke typer unge, der kommer i Ventilen. Først og fremmest hvor mange, der kommer, men også hvordan de er fordelt på alder, køn og beskæftigelse, hvor længe de er kommet og hvor tit, de kommer.

Det skal indledningsvist bemærkes, at det kun er 11 ud af Ventilens 14 mødesteder, der løbende har registeret de unge i mødestedet. Et mødested har været lukket i perioden grundet mangel på frivillige, et mødested var helt nyåbnet og et tredje mødested nåede ikke at sende deres data ind.

Hvem er de unge, der kommer i Ventilen?

- Hvor mange unge kommer der?
- Køn
- Alder
- Beskæftigelse
- Hvor længe kommer de unge i mødestederne?
- Hvor tit kommer de unge i mødestederne?
- De, der kun kommer én gang
- Hvor har de hørt om Ventilen?

Hvor mange unge besøgte mødestederne i 2011?

Antal unge i de forskellige mødesteder i 2011:

Ventil	Åbningsdage	Antal besøg	Unikke	Nye i 2011	Besøg per gang
Aalborg	33	253	46	13	8
Århus	61	424	36	21	7
Esbjerg	44	120	30	12	3
Herning	37	77	16	9	2
Hillerød	39	296	28	15	8
Kolding	17	45	15	4	3
København	83	648	91	60	8
Odense	50	176	31	18	4
Roskilde	31	84	30	22	3
Sønderborg	25	5	4	4	0 (0,5>)
Viborg	18	49	12	6	3
Samlet	428	2177	339	184	5

Som det fremgår af tabellen, er der stor forskel på, hvor mange unge, der kommer i de forskellige mødesteder. Meget forventeligt kommer der generelt flere unge i mødestederne i de store byer (København, Aarhus og Aalborg) end i de mindre byer. Antallet af unge i mødestederne har for det meste også en direkte sammenhæng med ressourcerne i frivilligruppen – altså om de har mulighed for at prioritere informationsarbejdet højt, så målgruppen og andre ved, at tilbuddet findes.

Køn

Fordelingen mellem de mænd og kvinder, der kommer i Ventilens mødesteder, er meget lige. På landsplan er fordelingen **51 %** kvinder og **49 %** mænd.

I skemaet nedenunder fremgår kønsfordelingen i de lokale Ventiler

Hvordan er kønsfordelingen i mødestederne?

Ventil	Mænd	Kvinder
Aalborg	51 %	49 %
Aarhus	58 %	42 %
Esbjerg	45 %	55 %
Herning	63 %	37 %
Hillerød	43 %	57 %
Kolding	47 %	53 %
København	52 %	48 %
Odense	50 %	50 %
Roskilde	50 %	50 %
Sønderborg	25 %	75 %
Viborg	33 %	67 %
Samlet	49 %	51 %

Tallene svarer til, hvad undersøgelser af ensomme unge viser – at ensomhed ikke rammer det ene køn mere end det andet.

Der er typisk en overvægt af kvinder i "selvhjælpstilbud". At det ikke er tilfældet i Ventilen, kan forklares med, at Ventilens tilbud ikke på samme måde som andre selvhjælpstilbud fokuserer på *samtalen* om problemet. I stedet tilbyder vi et rum og nogle aktiviteter gennem hvilke, man kan øve sig i at løse sine problemer. Noget, som vi formoder tiltaler mænd.

Alder

Ventilens mødesteder henvender sig til unge i alderen 15-25 år. Der er mulighed for at dispensere, så de unge kan fortsætte i mødestedet til de fylder 27 år.

Gennemsnitsalderen for de unge i mødestederne er 20,6 år.

I tabellen nedenunder fremgår aldersfordelingen inden for tre intervaller – 15-18 år, 19-22 år og 23-26 år.

Hvilken alder har de unge i mødestederne?

Ventil	15-18 år	19-22 år	23-26 år	N
Aalborg	42,1 %	42,1 %	15,8 %	19
Aarhus	17,2 %	41,4 %	41,4 %	29
Esbjerg	34,5 %	48,3 %	17,2 %	29
Herning	30,8 %	46,2 %	23,0 %	13
Hillerød	21,1 %	42,1 %	36,8 %	19
Kolding	20 %	50 %	30 %	10
København	23,9 %	44,8 %	31,3 %	67
Odense	8,3 %	50 %	41,7 %	12
Roskilde	55,6 %	18,5 %	25,9 %	27
Sønderborg	25 %	50 %	25 %	4
Viborg	20 %	70 %	10 %	10
Samlet	27,9 %	42,2 %	27,9 %	244

Som tabellen viser, er de fleste unge mellem 19 og 22 år, og der er lige mange yngre og ældre. Ensomme unge vil rigtig gerne passe ind – de har ikke lyst til at skille sig ud, og når nye unge henvender sig til Ventilen for at høre mere om mødestedet, spørger de ofte til alderen på de andre unge, så de kan sikre sig, at de ikke er "forkerte" i forhold til de andre. (De er selvfølgelig også interesserede i at "få noget ud af det", og det oplever de, at de bedst kan, når de matcher hinanden aldersmæssigt). Det er derfor ikke overraskende for os, at de fleste unge i vores mødesteder ligger "midt i" aldersmæssigt, for på den måde sikrer de sig, at de ikke er meget yngre eller meget ældre end de andre, der kommer der.

Bemærk, at vi kun kender alderen for 244 ud af de 339, der blev registreret i mødestederne i løbet af 2011. En relativt stor gruppe står som uoplyst i statistikken. Vi ved ikke, om de

frivillige har glemt at spørge de unge om deres alder, om de har glemt at skrive det ned eller om det drejer sig om, at de unge ikke har lyst til at fortælle deres alder og de frivillige ikke har lyst til at spørge. I Ventilen kan alderen være en følsom sag, for den kan i sidste ende betyde, at man som ung ikke får lov at komme i Ventilen længere.

Beskæftigelse

Størstedelen af de unge der kommer i Ventilen er tilknyttet en uddannelse eller et arbejde (73,5 %). Det er altså unge mennesker, der til daglig føler sig ensomme blandt andre.

- 18,0 % går på en videregående uddannelse
- 18,0 % går på en gymnasial uddannelse (stx, hhx, hf, htx)
- 14,8 % tager en erhvervsuddannelse (Handelsskole, teknisk skole, etc.)
- 11,5 % arbejder
- 9,8 % går i 8., 9. eller 10. klasse
- 6,6 % er arbejdssøgende
- 3,3 % står uden for arbejdsmarkedet
- 1,6 % går på produktionsskole
- 16,4 % angiver andet

Hvor længe kommer de unge i mødestederne?

Det næste, vi ser på, er, hvor længe de unge er kommet i mødestederne. De unge starter ikke i egentlige forløb, men kommer i mødestederne så længe og så ofte, de føler behov for det. De behøver ikke sige på forhånd om de kommer – med mindre de skal ud af huset til en større aktivitet – og de behøver heller ikke melde afbud. Det gør det uforpligtende at komme i mødestederne.

- 3,4 % har svaret, at dagen, hvor de udfyldte spørgeskemaet var deres første dag i mødestedet
- 13,6 % har svaret, at de er kommet der i 1-2 måneder
- 20,3 % har svaret, at de er kommet der i 3-6 måneder
- 15,3 % har svaret, at de er kommet der i 7-12 måneder
- 39,0 % har svaret, at de er kommet der i 1-3 år
- 8,5 % har svaret, at de er kommet der i mere end 3 år

Som det ses på tallene, er den største gruppe af unge kommet i mødestedet 1-3 år. Det er dog meget naturligt, da det er den bredeste kategori rent tidsmæssigt.

Hvor tit kommer de unge i mødestederne?

Det skal bemærkes, at det svinger meget, hvor tit mødestederne holder åbent. I de store byer holder mødestedet typisk åbent to gange om ugen, mens det i nogle mindre byer kun holder åbent hver fjortende dag. I spørgeskemaet blev de unge spurgt, hvor ofte de kommer i mødestederne, og de svarede således:

- 70,0 % kommer hver gang eller næsten hver gang
- 21,7 % kommer mere end halvdelen af gangene
- 6,7 % kommer mindre end halvdelen af gangene
- 1,7 % kommer kun sjældent

Langt de fleste af de unge, der kommer i mødestederne, fortæller, at de kommer hver gang eller næsten hver gang, mødestedet har åbent.

De, der kun kommer én gang

I 2011 kom der 184 nye unge i Ventilens mødesteder. Af dem kom hele 40,2 % kun én gang. Og der er tale om unge, der, til den indledende samtale med to frivillige, er blevet vurderet til at passe ind i Ventilens målgruppe.

I tabellen nedenunder fremgår det, hvordan de éngangsbesøgende er fordelt på mødesteder. Ventilens bestyrelse har nedsat en arbejdsgruppe, der undersøger, hvad det kan skyldes, at så mange unge kun kommer én gang.

Hvor mange unge kommer kun i mødestederne én gang?

Ventil	Procentdel af nye unge i 2011	Antal
Aalborg	69 %	9
Aarhus	23,8 %	5
Esbjerg	41,7 %	5
Herning	55,6 %	5
Hillerød	40 %	6
Kolding	100 %	4
København	21,7 %	13
Odense	66,7 %	12
Roskilde	54,5 %	12
Viborg	50 %	3
Samlet	40,2 %	74

Tallene er opsamlet i perioden 1. marts til 31. oktober 2011

Ind imellem oplever vi, at der kan gå lang tid imellem, at de unge kommer i mødestederne. Det kan derfor godt tænkes, at unge, der er talt med i "kom kun én gang"-statistikken, faktisk kommer igen. Vi regner dog ikke med, at det sker i en grad, der påvirker tallene nævneværdigt.

På baggrund af dette resultat valgte vi i interviewene at spørge ind til den første gang i mødestedet, da vi forestiller os, at det er et forhold, der i høj grad påvirker de unges lyst til/mod på at komme igen. Og et forhold som vi i Ventilen faktisk har en mulighed for at ændre.

Hvor har de unge hørt om Ventilen?

Det er interessant at vide, hvor de unge har hørt om Ventilen. Den viden kan hjælpe mødestederne med at målrette eller styrke deres informationsindsats lokalt.

- 41,7 % hørte om det fra min mor/far/andet familiemedlem
- 18,3 % hørte om det fra min læge/psykolog/kontaktperson/andre
- 13,3 % fandt det selv på internettet
- 11,7 % hørte om det gennem venner/bekendte
- 8,3 % så noget om det i fjernsynet/i avisen/hørte noget i radioen
- 6,7 % hørte om det hos en anden organisation/forening
- 3,3 % så en plakat/folder i byen/på skolen
- 3,3 % hørte om det fra min lærer/pædagog
- 1,7 % mødte nogle frivillige på gaden eller andre steder, der fortalte om Ventilen
- 1,7 % hørte om det på frivilligcenteret/de frivilliges hus
- 0,0 % hørte et oplæg om det på min skole
- 10,0 % Angiver andet

Vi arbejder kontinuerligt på at holde professionelle voksne som læger, psykologer, lærere og pædagoger orienteret om tilbuddet, så de kan henvise unge dertil, og det skal vi blive ved

med. Tallene herover viser dog, at vi aldrig må glemme at oplyse bredt om ungdomsensomhed og Ventilens.

Opsamling

Vi har nu gennemgået en række kvantitative data om de unge, der kommer i Ventilens mødesteder. Opsamlende kan vi konkludere at:

- 339 forskellige unge besøgte Ventilens mødesteder i 2011
- Der kommer lige mange mænd og kvinder i mødestederne.
- De fleste unge i mødestederne er mellem 19 og 21 år og gennemsnitsalderen er 20,6 år.
- 189 havde ikke været i mødestedet før
- 40,2 % af de nye unge i mødestedet kom kun den ene gang
- 39 % er kommet i et mødested i mellem 1 og 3 år
- 70,0 % af de unge, der kommer Ventilens mødesteder, kommer hver gang eller næsten hver gang
- 73,5 % af de unge går enten i skole eller har et arbejde
- Langt de fleste unge har hørt om Ventilens gennem et familiemedlem

2. del: Hvordan hjælper Ventilen?

Ud over den løbende dokumentation i mødestederne, blev der i efteråret 2011 gennemført en spørgeskema- og en interviewundersøgelse i de lokale Ventiler. I det følgende afsnit bliver resultaterne af undersøgelserne præsenteret. Resultaterne bliver præsenteret samlet, da de belyser forskellige sider af samme tema.

Vi ser på tre forskellige temaer:

- 1. Hvilken forandring oplever de unge ved at komme i Ventilen?** Grundtanken med Ventilens mødesteder er, at de unge skal føle sig mindre ensomme, få mere selvværd og få flere sociale kompetencer. Vi ser nærmere på, hvordan de unge oplever at have forandret sig på de tre parametre, efter de er begyndt at komme i mødestedet.
- 2. Hvor tilfredse er de unge med mødestederne?** Lever mødestederne op til intentionerne om at skabe et trygt og inkluderende miljø?
- 3. Den første gang i mødestedet.** De unge har ofte gået i lang tid og samlet mod til at møde op i Ventilen, derfor har det meget stor betydning, hvordan de oplever den første gang i mødestedet.

De to første temaer henviser til de successmål, der blev opstillet i afsnittet *Successmål for forandring og tilfredshed*. Det sidste tema dukkede op på baggrund af spørgeskemaet og blev undersøgt nærmere i interviewene, og har derfor ikke tilknyttet successmål.

Hvilken forandring oplever de unge ved at komme i Ventilen?

Formålet med Ventilen er først og fremmest at hjælpe med at bryde den onde cirkel, de unge i mødestedet ofte er kommet ind i, hvor ensomheden medfører mangelfulde sociale kompetencer, der giver et dårligt selvværd, som gør de unge mere ensomme. Igennem et trygt miljø i mødestederne skal de unge få flere sociale kompetencer og et større selvværd, og processen skulle gerne ende med, at den unge danner sig en social omgangskreds uden for Ventilen. Målet er, at behovet for at komme i mødestedet skal blive mindre eller at mødestedet bliver reduceret fra at være den eneste sociale kontakt i den unges liv, til at være én af flere.

Ensomhed er en subjektiv følelse, så det er svært at måle en objektiv forandring hos de unge. I vores undersøgelse af, hvilken forandring de unge oplever ved at komme i Ventilen, tager vi derfor udgangspunkt i den enkeltes oplevelser og følelser.

Vi undersøger som sagt, om der er sket positive forandringer på følgende tre områder hos den unge:

- Følelsen af ensomhed – her har vi spurgt direkte og anvendt ordet "ensom", da det er en del af pointen med Ventilen, at vi sætter ord på ensomheden.
- Selvværdet – her har vi spurgt til "tilfredshed med sig selv"
- De sociale kompetencer – her har vi spurgt til "håndtering af sociale situationer"

Følelsen af ensomhed

Ventilens grundlæggende formål er at gøre de unge mindre ensomme. Derfor er det interessant at se på, om de unge faktisk oplever, at Ventilen hjælper dem ud af ensomheden.

Til spørgsmålet "**Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i Ventilen?**" fordelte svarene sig som følgende:

- 32,2 % Ja - Jeg føler mig meget mindre ensom

- 52,5 % Ja - Jeg føler mig lidt mindre ensom
- 13,6 % Det er uændret
- 1,7 % Nej - Jeg føler mig lidt mere ensom
- 0 % Nej - Jeg føler mig meget mere ensom

Som det ses her oplever hele 87,7 % at de er blevet mindre ensomme efter de er begyndt at komme i mødestedet. Både succes- og drømmemål er nået.

13,6 % oplever, at det er uændret, og det er nærliggende at se på, om ensomhedsfølelsen falder i takt med den tid, de unge er kommet i Ventilens mødesteder.

Spørgsmålet **"Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i Ventilen?"** i forhold til, hvor lang tid den unge er kommet i mødestedet.

	Første dag	1-2 mdr.	3-6 mdr.	7-12 mdr.	1-3 år	Mere end 3 år
Meget mindre	-	25 %	25 %	44,4 %	27,3 %	80 %
Lidt mindre	-	62,5 %	50 %	55,6 %	54,5 %	20 %
Uændret	100 %	12,5 %	25 %	-	13,6 %	-
Lidt mere	-	-	-	-	4,5 %	-
N	2	8	12	9	23	5

Det er helt oplagt, at de to, som havde deres første dag i mødestedet den dag spørgeskemaet blev udfyldt, oplever, at deres følelse af ensomhed er uændret. Mere interessant er det, at følelsen af ensomhed allerede mindskes efter den første måned i mødestedet – 87,5 % af de unge, der er kommet i et mødested i en-to måneder oplever, at de føler sig lidt eller meget mindre ensomme. Herfra kunne man formode, at følelsen af ensomhed ville falde proportionelt med tiden, de unge er kommet i mødestedet, men det gør den ikke. Der er ingen klar tendens for de unge, der kommet i mødestedet mere end to måneder.

En af de unge, der bliver interviewet, fortæller om, hvordan hendes følelse af ensomhed er blevet mindre efter hun begyndte at komme i Ventilen:

"Jeg er blevet meget mere udadvendt, jeg tror ikke jeg havde mødet min kæreste hvis jeg ikke havde haft Ventilen. Ham mødte jeg på en debatside på internettet. Hvis jeg ikke havde haft Ventilen havde jeg aldrig nogen sinde turdet deltage i den debat eller mødes til en kop kaffe i virkeligheden. Det er meget sådan nogle små ting, der så har ført til en hel masse andet. Det der med at turde tage det første lille spadestik af kontakt – hvor jeg før tænkte "ej, det går bare galt" og så fuldstændig har ladet være med at prøve. At svare på et debatindlæg er jo en lille bitte ting, men at komme dertil hvor man faktisk gør det..."

(Maria, 25 år - 10 år i mødestedet)

Maria herover fortæller, hvordan Ventilen har givet hende mod på at få en kæreste, hvilket gør hende mindre ensom. I Ventilen vil vi naturligvis gerne være med til at give de unge mod på at få kærester, men for os er det også vigtigt, at de får en omgangskreds. En omgangskreds, som de kan lave noget sammen med uden for mødestederne – i første omgang måske unge fra mødestederne som de mødes med udenfor, men på sigt, at de får en omgangskreds uden for mødestederne. Vi vender senere tilbage til, hvor mange, der giver udtryk for, at de har fået en omgangskreds ved at komme i Ventilen.

Selværd

Som tidligere beskrevet anvender vi terminologien "at være tilfreds med sig selv" i stedet for at spørge de unge til deres selvværd.

Til spørgsmålet "**Oplever du, at du alt i alt er mere tilfreds eller utilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?**" svarede de unge:

- 43,1 % Jeg er meget mere tilfreds med mig selv
- 32,8 % Jeg er lidt mere tilfreds med mig selv
- 20,7 % Det er uændret
- 3,4 % Jeg er lidt mere utilfreds med mig selv
- 0 % Jeg er meget mere utilfreds med mig selv

Som det ses her, er der en høj andel (75,9 %) af de unge, der oplever, at de er blevet mere tilfredse med sig selv. Succesmålet blev dermed opfyldt (mindst 50 % skulle opleve en positiv forandring), mens drømmemålet stadig står. Vi drømmer om, at 80 % skal opleve, at de bliver mere tilfredse med sig selv af at komme i Ventilens mødesteder.

Vi har undersøgt, om graden af tilfredshed stiger, jo længere tid de unge har været i mødestedet.

Spørgsmålet "**Oplever du, at du alt i alt er mere tilfreds eller utilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?**" er sammenholdt med hvor lang tid den unge er kommet i mødestedet.

	Første dag	1-2 mdr.	3-6 mdr.	7-12 mdr.	1-3 år	Mere end 3 år
Meget mere tilfreds	-	42,9 %	45,5 %	44,4 %	43,5 %	60 %
Lidt mere tilfreds	-	42,9 %	36,4 %	55,6 %	21,7 %	40 %
Uændret	100 %	14,2 %	18,2 %	-	26,1 %	-
Lidt mere utilfreds	-	-	-	-	8,7 %	-
N	2	8	12	9	23	5

Som det ses i tallene ovenfor er der en tendens til, at graden af personlig tilfredshed stiger i takt med, hvor længe den unge er kommet i Ventilens mødested. Der ser ud til at være et udsving i perioden på 1-3 år. Her falder graden af tilfredshed og 8,7 % angiver, at de er blevet "lidt mere utilfredse med sig selv". Da antallet af respondenter i undersøgelsen er relativt lavt (n=61), er det svært at udlede noget af "undtagelserne" – altså de respondenter, der mener noget andet end det store flertal. Her dækker de 8,7 % eksempelvis over to unge. Læs mere i metoden.

En af de unge fortælle følgende om den betydning Ventilen har haft for hans tilfredshed med sig selv (bemærk, at han anvender ordet "selvtillid" som udtryk for at være tilfreds med sig selv):

"Den tid jeg har været i Ventilen har givet mig – nu ved jeg ikke om jeg overdriver – tre gange mere selvtillid, end jeg havde før. Jeg tror, at hvis jeg ikke havde været i Ventilen, ville jeg ikke have kunnet sidde og snakke her med jer nu. Så havde jeg stået udenfor og kigget op i luften og tænkt "det bliver noget rod det her". Før turde jeg ikke snakke med nogen – især ikke piger. I dag kan jeg snakke med de fleste"

(Mads, 16 år - ½ år i mødestedet)

For mange af de unge handler "tilfredshed med sig selv" om, at de accepterer sig selv som de er. En ung fortæller:

"Det væsentligste er næsten accepten af, at jeg ikke har tyve slyngveninder, og at det er okay. At jeg har nogle få meget nære venner, og at det er vigtigere end en helt hær af venner, jeg kan gå ud og drikke med. Det ville jeg helt sikkert ikke have sagt som 16-årig, men altså heldigvis ændres prioriteringerne og nu er det de nære venner, der betyder noget. Ventilen har hjulpet mig med at give mig en større accept af, at jeg ikke er sådan en festabe, men mere en, man sidder og drikker kaffe og snakker med. Det har også gjort det nemmere at spotte dem, der er ligesom mig"

(Maria, 25 år -10 år i mødestedet)

Så vidt resultaterne af de unges selvværd, efter de er begyndt at komme i Ventilens mødesteder. I det følgende afsnit viser vi resultaterne af, hvorvidt de unge oplever at have fået flere sociale kompetencer.

Sociale kompetencer

For at undersøge, om de unge oplever, at de har fået flere sociale kompetencer, blev de spurgt: **"Oplever du, at du generelt er blevet bedre eller dårligere til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i Ventilen?"** Her fordeler svarene sig på følgende måde:

- 31,0 % er blevet meget bedre til det
- 48,3 % er blevet lidt bedre til det
- 19,0 % mener at det er uændret
- 1,7 % er blevet lidt dårligere til det
- 0 % er blevet meget dårligere til det

Der er en stor del af de unge (79,3 %), der oplever, at de er blevet bedre til at håndtere sociale situationer, altså, at de har fået flere sociale kompetencer. Det ser vi altså ud til at lykkes med, og vi når næsten drømmemålet på 80 %, der skal have oplevet en positiv forandring på området.

Igen er vi interesserede i at vide, om oplevelsen hænger sammen med, hvor længe man er kommet i mødestedet.

Spørgsmålet **"Oplever du, at du generelt er blevet bedre eller dårligere til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i Ventilen?"** sammenholdt med, hvor lang tid den unge er kommet i mødestedet.

	Første dag	1-2 mdr.	3-6 mdr.	7-12 mdr.	1-3 år	Mere end 3 år
Meget bedre	-	-	9,1 %	55,6 %	39,1 %	60 %
Lidt bedre	-	75 %	45,5 %	44,4 %	47,8 %	40 %
Uændret	100 %	12,5 %	45,5 %	-	13 %	-
Lidt dårligere	-	12,5 %	-	-	-	-
N	2	8	12	9	23	5

Som det ses i tabellen stiger de unges oplevelse af at være blevet bedre til at håndtere sociale situationer i forhold til den tid de er kommet i mødestedet. Det ser ud som om, at en relativt stor gruppe – 12,5 % – oplever, at de er blevet lidt dårligere til at håndtere sociale situationer

efter de er kommet 1-2 måneder i mødestedet, men da antallet af respondenter er relativt lavt, er det værd at bemærke, at tallet dækker over en enkelt respondent.

Andet, de unge får ud af at komme i mødestederne

For at komme omkring, hvad de unge ellers oplever at få ud af at komme i mødestederne, blev de præsenteret for en liste af forslag.

De svarede følgende:

- 86,7 % Jeg hygger mig med de frivillige og de andre unge
- 75,0 % Jeg får nogle gode oplevelser (caféture, biografture, sommertur etc.)
- 75,0 % Jeg har nogen at være sammen med
- 71,7 % Jeg er blevet gladere
- 63,3 % Jeg møder unge, jeg har noget til fælles med
- 58,3 % Jeg er blevet mere åben
- 48,3 % Jeg har fået en omgangskreds, som jeg laver noget sammen med – også uden for mødestedet.
- 45 % Jeg har nogen at tale med om min hverdag
- 43,3 % Jeg er blevet mere positiv i forhold til min fremtid
- 43,3 % Jeg har fået mere mod på at gøre noget ved min ensomhed
- 30 % Jeg har fået en ny omgangskreds uden for mødestedet.

Som tallene viser, får rigtig mange af de unge positive oplevelser af at komme i Ventilen. På førstepladsen, med hele 86,7 %, ligger, at de unge hygger sig i mødestedet. På de følgende pladser – og i samme kategori – finder vi, at de unge får nogle gode oplevelser og har nogen at være sammen med. De unge sætter altså stor pris på det sociale i mødestederne.

Som supplement til listen har de unge haft mulighed for at kommentere frit. Her fortæller de unge med deres egne ord:

"Jeg synes, at jeg har udviklet mig meget personligt. Jeg er blevet mere udadvendt og viljestærk. Jeg føler mig blandt gode venner, når jeg er i Ventilen." (Kommentar i spørgeskema)

"Jeg kommer uden for en dør mindst en gang om ugen" (Kommentar i spørgeskema)

I forhold til, hvilke andre forandringer, det at komme i mødestederne har skabt for de unge, viser listen, at 71,7 % af de unge føler sig gladere og 58,3 % føler sig mere åbne. 43,3 % af de unge oplyser, at de er blevet mere positive i forhold til deres fremtid og samme andel oplyser, at de har fået mere mod på at gøre noget ved deres ensomhed.

Endelig giver næsten halvdelen af de unge (48,3 %) udtryk for, at de ved at komme i mødestederne har fået en omgangskreds, som de laver noget sammen med *uden for* mødestedet. Og næsten hver tredje ung (30 %) har sat kryds ved, at vedkommende har fået en omgangskreds uden for mødestedet.

Opsamling på, hvilken forandring de unge oplever ved at komme i Ventilen

- 87,7 % føler sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i Ventilen.
- 75,9 % af de unge oplever, at de har fået større selvværd, efter de er begyndt at komme i mødestederne.

- Andelen af unge, der oplever at have fået mere selvværd bliver større, jo længere tid, de unge er kommet i Ventilen.
- 79,3 % oplever, at de har fået flere sociale kompetencer efter de er begyndt at komme i mødestedet.
- Andelen af unge, der oplever at have fået flere sociale kompetencer bliver større, jo længere tid, de unge er kommet i Ventilen.

Herudover oplever de unge at have udviklet sig i en positiv retning på flere områder – de er blevet gladere, mere positive i forhold til deres fremtid og næsten hver tredje oplever at have fået en omgangskreds uden for mødestedet.

Hvordan oplever de unge at komme i mødestederne?

Mødestedet skal være et sted, hvor de unge kan komme og hygge sig med andre unge. Alle de unge, der kommer i mødestederne, kender til at være stille, generte og ensomme, så det er vigtigt, at der er en tryk og afslappet stemning i mødestedet. Herudover skal det ikke være "pinligt" at tale om ensomhed, og de unge skal føle, at der er plads til at tage svære emner op, hvis de har behov for det.

I det følgende afsnit vil vi se nærmere på, hvordan de unge rent faktisk oplever at komme i Ventilens mødesteder.

Vi vil komme ind på følgende emner:

- Generel tilfredshed
- Tryghed
- At tale om ensomhed
- At være en del af et fællesskab
- De unges egne ord om at komme i mødestederne

Generel tilfredshed

Det er helt afgørende for at de unge udvikler sig i en positiv retning, af de unge føler sig tilfredse med det tilbud, Ventilen har til dem.

Til spørgsmålet "**Hvor tilfreds er du generelt med at komme i mødestedet?**" fordelte svarene sig således:

- 74,1 % Meget tilfreds
- 25,9 % Tilfreds
- 0 % Utilfreds
- 0 % Meget utilfreds

Alle de unge i Ventilens mødesteder er altså generelt tilfredse med at komme der. Tallene er flotte, men ikke umiddelbart overraskende. Man må gå ud fra, at den generelle tilfredshed med mødestederne er høj, for ellers ville de unge ikke komme.

Det skal dog bemærkes, at det nok ikke er ensbetydende med, at alle de unge er tilfredse med alt – og derfor dykker vi i det følgende ned i udvalgte områder, som vi vil høre de unges oplevelser af.

Først en undersøgelse af, om tilfredsheden hænger sammen med, hvor længe de unge kommet i mødestederne.

Spørgsmålet "**Hvor tilfreds er du generelt med at komme i mødestedet?**" i forhold til hvor lang tid den unge er kommet i mødestedet.

	Første dag	1-2 mdr.	3-6 mdr.	7-12	1-3 år	Mere end 3
--	------------	----------	----------	------	--------	------------

				mdr.		år
Meget tilfreds	100 %	50 %	54,5 %	66,7 %	87 %	100 %
Tilfreds	-	50 %	45,5 %	33,3 %	13 %	-
N	2	8	12	9	23	5

Som det fremgår af tabellen stiger tilfredsheden i takt med, hvor lang tid man er kommet i Ventilen. At de to unge, der har udfyldt spørgeskemaet den første dag, de er i mødestedet, svarer, at de er meget tilfredse, må betyde, at de har fået et rigtig godt første indtryk. Vi vender tilbage til "den første gang i mødestedet senere".

Tryghed

Det er meget vigtigt, at de unge føler sig trygge, når de kommer i mødestedet. Mødestedet skal danne rammerne for et sted, hvor de unge trygt kan øve sig i sociale kompetencer, altså være et slags "øverum" for de unge.

Med sådan et øverum mener vi, at de unge har et sted, hvor de kan øve sig i de ting, som de ikke er så gode til i forhold til social adfærd. Det kan blandt andet være at tage kontakt til andre, hvor det for nogen vil være træning i at søge øjenkontakt, og hvor det for andre kan være at invitere en anden ung til at lave noget socialt uden for mødestedet.

Det er ikke nødvendigvis sådan, at alle ved, hvad de andre øver sig i – det er heller ikke sikkert, at alle overhovedet øver sig – men de frivillige står i hvert tilfælde til rådighed og giver feedback til unge.

I det følgende ser vi nærmere på, om de unge føler sig trygge i mødestederne og hvad der skaber denne tryghed.

For at komme omkring spørgsmålet om tryghed på flere måder, blev de unge først præsenteret for en række udsagn, som vi mente, kunne være indikatorer på tryghed, og resultatet blev som følger:

"I mødestedet kan jeg":

- 83,6 % Hygge mig
- 65,6 % Være som jeg er
- 60,7 % Slappe af
- 45,9 % Lade være med at være bange for, hvad de andre tænker om mig
- 29,5 % "Sænke paraderne"
- 23,0 % Undgå at blive mobbet
- 16,4 % Droppe den "facade", jeg ellers har på
- 4,9 % Ingen af ovenstående
- 9,8 % Andet

Vi mener, at ovenstående indikerer, at de fleste unge føler sig trygge i mødestedet. Det skal bemærkes om resultaterne, at de unge ikke blev spurgt til, om de oplevede at kunne de forskellige ting eller ikke. Man kan således ikke udlede, at når 23 % af respondenterne angiver, at de i mødestedet kan "Undgå at blive mobbet", at det betyder, at 77 % *ikke* har den oplevelse.

Til det direkte spørgsmål "**Føler du dig tryk i Ventilens mødested?**" svarede de unge:

- 80,3 % Ja – altid
- 18 % Ja – for det meste.
- 1,7 % Nogle gange
- 0 % Nej – næsten aldrig
- 0 % Nej - aldrig

98,3 % svarer altså, at de føler sig trygge i mødestedet – for det meste eller altid. Drømmemålet på 80 % er nået. De 4,9 % af de unge, der ikke oplevede at kunne noget på listen over indikatorer på tryghed, må alligevel føle sig trygge, idet ingen har svaret, at de føler sig decideret utrygge i mødestedet.

Spørgsmålet **”Føler du dig tryk i mødestedet?”** i forhold til hvor lang tid den unge er kommet i mødestedet.

	Første dag	1-2 mdr.	3-6 mdr.	7-12 mdr.	1-3 år	Mere end 3 år
Ja – altid	100 %	50 %	75 %	77,8 %	87 %	100 %
Ja – for det meste	-	37,5 %	25 %	22,2 %	13 %	-
Nogle gange	-	12,5 %	-	-	-	-
N	2	16	24	18	46	5

Som det fremgår af tabellen, stiger følelsen af tryghed i takt med hvor lang tid man er kommet i Ventilen.

Hvad skaber trygheden?

Det har rigtig stor betydning for de unge, at de føler, at de bliver respekteret som de mennesker, de er. Flere af dem har en oplevelse af, at de er anderledes end andre unge – hvilket førhen har været med til at få dem til at falde uden for fællesskabet.

Mette fortæller om at være sig selv i mødestedet;

”De [de unge i Ventilen] er mere åbne for alle mennesker. Det er ikke ligesom i en klasse, hvor der er snobber og sportsidioter og sådan noget. Jeg har tit gået i klasser, hvor der var klike og folk der tror, de er meget bedre end andre mennesker. De er anderledes i Ventilen - er som individer [...] Så opfører de sig mere som individer. Der er forskellige typer, der er en, der interesserer sig for jazz og en, der godt kan lide at tegne og sådan.”

(Mette, 20 år – 2 år i mødestedet)

og Mads fortæller;

”Hvis de ikke accepterede mig som jeg er, ville de ikke snakke så meget med mig som de gør. F.eks. udenfor Ventilen, de få gange jeg snakker med andre, er det altid om fester eller kærester. Her kan vi snakke om alt fra fodbold til dans. Alle lytter til ens interesser [...] Der er ikke så mange, der snakker til mig i skolen og sådan. Jeg snakker selvfølgelig med folk, men det er kun sådan fem minutter. Hernede kan man sidde og snakke i længere tid, fordi vi respekterer hinanden.”

(Mads, 16 år - ½ år i mødestedet)

At tale om ensomhed

Det er ekstremt tabubelagt at være ensom – især for unge mennesker – og det er med til at gøre ensomheden ekstra svær at bære rundt på. Det er derfor vigtigt, at de unge ikke også oplever et tabu omkring ensomhed i Ventilens mødesteder. Her skal de opleve, at ensomhed er noget, man kan tale om – at det ikke er flovt.

I det følgende afsnit ser vi nærmere på de unges behov for at tale om ensomhed og deres oplevelse af mulighederne for at tale om ensomhed i mødestedet.

Muligheden for at tale om ensomhed i mødestederne

Til spørgsmålet **"Oplever du at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet?"** fordeler besvarelserne sig som følger:

- 33,9 % Ja – altid
- 35,7 % Ja – for det meste
- 23,2 % Nogle gange
- 5,4 % Nej – næsten aldrig
- 1,8 % Nej – aldrig

69,6 % af de unge svarer, at de enten "altid" eller "for det meste" oplever, at de har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet. Succesmålet er nået.

Hvor vigtigt er det at kunne tale om ensomhed?

Til spørgsmålet **"Hvor vigtigt er det for dig at kunne tale om din oplevelse af ensomhed?"** fordeler besvarelserne sig som følger:

- 15,8 % Det er meget vigtigt
- 19,3 % Det er lidt vigtigt
- 49,1 % Det tænker jeg ikke på
- 5,3 % Det er ikke særlig vigtigt
- 10,5 % Det er slet ikke vigtigt

De to spørgsmål er mest interessante, når de krydses med hinanden, og her har vi valgt at se på, hvor mange af de, der oplever, at det er vigtigt at kunne tale om ensomhed også oplever, at det er en mulighed i mødestederne:

Krydstabel mellem behovet for at tale om ensomhed og oplevelsen af mulighed for det:

Oplever du at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet?	Hvor vigtigt er det for dig at kunne tale om din oplevelse af ensomhed?				
	Det er meget vigtigt	Det er lidt vigtigt	Det tænker jeg ikke på	Det er ikke særlig vigtigt	Det er slet ikke vigtigt
Ja – altid	44,4 %	27,3 %	37 %	33,3 %	20 %
Ja – for det meste	44,4 %	18,2 %	37 %	0	60 %
Nogle gange	11,2 %	54,5 %	22,3 %	0	0
Nej – næsten aldrig	0	0	3,7 %	66,7 %	0
Nej – aldrig	0	0	0	0	20 %
N	9	11	27	3	5

Som det ses i tabellen, er der en god sammenhæng mellem behovet for at tale om ensomhed og oplevelsen af muligheden for at kunne tale om ensomhed i mødestedet.

Som supplement til det direkte spørgsmål om muligheden for at tale om ensomhed i mødestederne har vi en liste udsagn om muligheden for at tale om ensomhed, som de unge forholder sig til ved at sætte kryds ved dem, de kan genkende.

Resultatet af spørgsmålet **"I mødestedet oplever jeg, at jeg kan"** fordeler sig som følger:

- 30,0 % Møde frivillige, der taler med mig om min ensomhed, når jeg henvender mig til dem.
- 23,3 % Møde andre unge, der gerne vil tale om ensomhed
- 16,7 % Møde frivillige, der lægger op til en fælles snak om ensomhed i mødestedet
- 15,0 % Møde frivillige, der selv tager initiativet til, at vi taler om min ensomhed

Det er igen vigtigt at bemærke, at de unge kun er blevet spurgt, om de oplever at have muligheden – ikke om de *ikke* oplever det. Det vil sige, at når 30 % svarer, at de oplever at møde frivillige, der taler med dem om deres ensomhed, når de unge henvender sig til dem, betyder det *ikke*, at 70 % *ikke* oplever at have den mulighed.

Resultaterne er ikke prangende – der er forholdsvis få unge, der oplever at møde andre i mødestederne, som de kan tale med om ensomhed. Vi mener dog, at resultatet bør sammenholdes med, at der er relativt mange unge, der ikke tænker på, om det er vigtigt at kunne tale om ensomhed.

Når det er sagt, skal vi i Ventilen altid være opmærksomme på, at de unge kommer i Ventilen for at gøre noget ved deres følelse af ensomhed, så selvom de unge ikke selv giver udtryk for at have brug for at tale om ensomheden, bør de indimellem få tilbuddet. En ung skriver som supplement til spørgsmålet, om vedkommende oplever at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet:

”Der er mulighed for det, hvis man henvender sig til de frivillige (som jeg ikke gør, fordi jeg er genert), men de frivillige henvender sig ikke til os og spørger, som måske kunne være lidt rart engang imellem” (Kommentar i spørgeskema)

Netop spørgsmålet om, hvor vigtigt det er at kunne tale om ensomhed i mødestedet, havde vi lyst til at krydse med køn, for at se, om der skulle være forskelle. Vores forventning var, at kvinderne ville synes, at det var vigtigere end mændene, men sådan var det ikke:

”Hvor vigtig er det for dig at kunne tale om din oplevelse af ensomhed?”	Kvinder	Mænd
Det er meget vigtigt	14,8 %	16,7 %
Det er lidt vigtigt	18,5 %	20 %
Det tænker jeg ikke på	44,4 %	53,3 %
Det er ikke særlig vigtigt	7,4 %	3,3 %
Det er slet ikke vigtigt	14,8 %	6,7 %
N	28	33

Forskellene er ikke store, men tendensen er, at lidt flere mænd end kvinder syntes, at det var vigtigt. Det *kan* betyde, at mændene ikke får opfyldt deres behov for at tale om følelser andre steder, og derfor har behov for at kunne det i Ventilens mødesteder.

Det ser altså ud til, at mange af de unge i Ventilens mødesteder ikke tænker over vigtigheden af at kunne tale om ensomhed i mødestederne. Det positive er, at de, der føler, at det er vigtigt, også oplever at have muligheden for at kunne det.

Det uheldige, ved at ensomheden ikke nødvendigvis er noget, man taler om i mødestederne, er, at det betyder, at nogle unge kan blive usikre på, om de andre *faktisk* føler sig ensomme.

”Nu har jeg ikke snakket helt med alle de andre, der kommer, så jeg ved ikke, om de rent faktisk er ensomme eller om de kommer her, fordi de ikke har noget at lave. Der er flere af dem, hvor jeg tænker, at de har vel venner, men de kommer her, fordi de gerne vil have flere eller fordi de gerne vil være en del af noget – et fællesskab”.

(Mads, 16 år - ½ år i mødestedet)

De unge, der har prøvet at tale om ensomhed i mødestederne, anbefaler, at det er noget, man skal gøre mere af. Niels fortæller følgende om sin oplevelse af hattelegen²:

"Vi havde en hatteleg for nogle uger siden. Det var første gang i den tid, jeg havde været der. Og jeg tænkte, at jeg lige så godt kunne være ærlig og sige min mening. Det var første gang, vi snakkede om ensomhed hernede. Og jeg gik herfra med en god oplevelse - det var ikke, som jeg havde forventet. Jeg havde forventet, at puha - nu skal vi grave ned til de mørke sider. Men alle var åbne. Der var en tilpas stemning. Det man fortalte blev respekteret - en god stemning. Vi lærte lige hinanden lidt bedre at kende, i forhold til "nå, hvad har du så lavet i weekenden". Jeg følte, at der var en tillid fra de, der sad omkring bordet. Jeg kunne fortælle ting, jeg ikke havde fortalt mange andre. Jeg forslog også ret hurtigt, at det var noget, vi godt kunne gøre igen. For eksempel hver anden eller tredje måned og så skifte emnet.

(Niels, 21 år – 1½ år i mødestedet)

Og Maria fortæller følgende om en lignende oplevelse;

"Her for et stykke tid siden havde de frivillige arrangeret et løb, hvor vi skulle rundt til nogle forskellige poster. Der var nogle med noget hygge og spas, og nogle, hvor vi skulle sætte os ned og snakke om nogle lidt dybere ting. Det kunne jeg rigtig godt lide. Vi snakker alt for lidt i mødestedet. Det går meget op i leg og spil – sjove ting. Og det skal der selvfølgelig også være plads til, men jeg savner lidt at være noget mere seriøs. At snakke om de lidt dybere ting, ensomhed og venskaber – selvmordstanker, i stedet for at spille trivial."

(Maria, 25 år -10 år i mødestedet)

Mulighed for spejling

Ved at være sammen med andre jævnaldrende og tale om det, man har tilfælles, kommer man uvilkårligt til at spejle sig i dem. Man ser ligheder og forskelle, hvilket er en stor del af at finde sin egen identitet. Det kan være svært at definere sig selv positivt – altså, *jeg* er sådan og sådan. Det er lettere at definere sig selv ud fra noget, man *ikke* er. Når man taler om det, man har til fælles – her ensomheden – giver det en rigtig god mulighed for spejling.

En del af at spejle sig i de mennesker, man omgås, er også, at man genkender noget af sig selv i dem. At man opdager, at man ikke er den eneste, der går og føler sig ensom, er meget vigtigt for ens selvopfattelse.

67,2 % af de unge angiver, at de i mødestedet kan møde andre, der har det ligesom dem. I et af interviewene fortalte Niels om følgende oplevelse i forbindelse med en hatteleg i mødestedet:

"Det var en god oplevelse at høre andre fortælle. Det gør, at man kommer lidt dybere ind på folk. Så ved man for eksempel, at hvis der er en, der trækker sig lidt, så er det måske derfor. Jeg kunne godt sætte mig ind i mange af de ting, der blev sagt. Det var en positiv oplevelse – nu ved de det om mig og jeg ved det om dem.

I: Vidste du godt at de andre havde nogle ting, der mindede om dine?

K: Nej, ikke rigtigt."

(Niels, 21 år – 1½ år i mødestedet)

² Hattelegen er en øvelse, der bruges meget i Ventilen til at tale om svære emner. Øvelsen foregår ved, at en række udsagn lægges i en "hat", og at deltagerne på skift trækker et udsagn, som de forholder sig til. Udsagnene er typisk provokerende, og er derfor gode til at sætte en diskussion i gang.

Maria fortæller om, hvad det betyder at høre de andre unge fortælle om deres ensomhedsfølelse:

"... det betød, at vi lærte hinanden bedre at kende – og os selv bedre at kende. Når en anden siger noget og man tænker "hov, det er jo sådan, jeg føler". Det gør, at jeg ikke har den der følelse af at være fuldstændig alene – at der er andre der er i samme båd. At jeg faktisk er lidt normal."

(Maria, 25 år -10 år i mødestedet)

Som det ses i citaterne oplever de unge en grad af genkendelse i hinanden. Det kan hjælpe dem til bedre at acceptere sig selv.

At være en del af et fællesskab

Med fællesskab mener vi, at unge føler, at de er med i en gruppe, hvor de som individer er "nødvendige". At ingen i princippet kan undværes, og man betyder noget for de andre i gruppen. Ikke forstået sådan, at alle skal være bedste venner, men at alle har en rolle at udfylde på "holdet". At man holder sammen og hjælper hinanden på vej.

Til spørgsmålet: **"Oplever du, at du i mødestedet er en del af et fællesskab?"** svarer de unge:

Resultaterne af undersøgelsen viser følgende:

- 59,3 % Ja – altid
- 37,3 % Ja - for det meste
- 3,4 % Nogle gange
- 0 % Nej - næsten aldrig
- 0 % Nej - aldrig

Hele 96,6 % af de unge oplever altså at være en del af et fællesskab i mødestederne, og vores drømmemål (at 80 % skulle opleve det) må siges at være nået.

De unge er ikke direkte blevet præsenteret for vores tanker om fællesskab, som afsnittet blev indledt med, men ligesom det gjaldt for spørgsmålene om tryghed og muligheden for at tale om ensomhed, har vi også her præsenteret de unge for en liste over muligheder i mødestedet, der indikerer, om de føler sig som en del af fællesskabet.

Resultatet blev som følger:

- 95,1 % oplever at det er hyggeligt at være sammen med de andre
- 77,0 % oplever at man tager hensyn til hinanden
- 77,0 % oplever at man har respekt for hinanden
- 62,3 % oplever at andre lytter til dem
- 49,2 % oplever at de andre opdager det, hvis nogen mangler i gruppen
- 44,3 % oplever at de andre kender dem
- 37,7 % oplever man viser omsorg for hinanden

Vi mener, at disse resultater støtter op om resultatet af det direkte spørgsmål om fællesskab, og at vi kan sige, at de unge i høj grad føler sig som en del af et fællesskab i Ventilens mødesteder.

Spørgsmålet **"Oplever du, at du i mødestedet er en del af et fællesskab?"** i forhold til, hvor lang tid den unge er kommet i mødestedet.

	Første dag	1-2 mdr.	3-6 mdr.	7-12	1-3 år	Mere end 3
--	-------------------	-----------------	-----------------	-------------	---------------	-------------------

				mdr.		år
Ja – altid	100 %	37,5 %	45,5 %	66,7 %	87 %	100 %
Ja – for det meste	-	62,5 %	45,5 %	33,3 %	13 %	-
Nogle gange	-	-	9 %	-	-	-
N	2	8	12	9	23	5

I tabellen ses det, at følelsen af at være en del af et fællesskab stiger i takt med hvor længe de unge er kommet i mødestedet. Det er værd at bemærke, at de to unge, der har deres første dag i mødestedet, mens spørgeskemaet udfyldes, allerede føler sig som en del af et fællesskab. Det kan have noget at gøre med, at de ved, at de i udgangspunktet har noget til fælles med de andre i mødestedet, og at de er blevet godt modtaget på deres første dag.

De unges egne ord om at komme i mødestederne

I spørgeskemaerne har de unge haft mulighed for at skrive med egne ord, hvad de synes om mødestederne, og her følger nogle eksempler:

"Man får noget at glæde sig til ved at komme i mødestedet" (Kommentar i spørgeskema)

"Jeg føler mig ikke dømt her" (Kommentar i spørgeskema)

"Jeg har det altid godt med at komme i Ventilen. Der er plads til alle, så man kan være sammen med folk uden at føle sig underlig. Man hygger bare og er social (som er noget, man hurtigt kan komme til at mangle, når man er genert og usikker)." (Kommentar i spørgeskema)

"Føler mig fri" (Kommentar i spørgeskema)

"Jeg hygger mig og er mig selv, har det sjovt og er selskabelig" (Kommentar i spørgeskema)

"Jeg øver mig i at lade være med at tænke over, hvad andre tænker om mig, men det er svært. Ventilen er et frirum i hverdagen." (Kommentar i spørgeskema)

"Er virkelig glad for at være her! Der er ro i hovedet og man kan slappe af." (Kommentar i spørgeskema)

Opsamling på, hvordan de unge oplever at komme i Ventilen

- 100 % af de unge er generelt tilfredse med at komme i mødestederne
- 98,3 % føler sig trygge i mødestederne
- 69,6 % oplever, at de har mulighed for at tale om ensomhed i mødestederne – 88,8 % af de, der oplever, at det er vigtigt at kunne tale om ensomhed oplever, at de har mulighed for det altid eller for det meste, mens de sidste 11,2 % oplevede at kunne det nogle gange.
- De unge fortæller i interviewene, at de gerne vil have flere aktiviteter i mødestederne, der åbner op for at tale om svære emner.
- 96,6 % af de unge oplever, at de i mødestederne er en del af et fællesskab.

Så vidt de ting, som vi på forhånd vidste, at vi ville undersøge, og som vi har opstillet succesmål for. I det følgende har vi et afsnit, som opstod på baggrund af svarene i

spørgeskemaerne, og som vi derfor spurgte ind til i interviewene – *Den første gang i mødestedet.*

Den første gang i mødestedet

Som tabellen, i afsnittet om "de, der kun kommer én gang", viste, er der er 40,2 % af de nye unge i mødestederne, der kun kommer én gang. Der kan være mange grunde til, at en ung ikke kommer igen. Måske var tilbuddet alligevel ikke det, den unge ledte efter, måske var timingen forkert, måske havde den unge ikke en god første oplevelse i mødestedet. Vi kan ikke gøre så meget i forhold til at den unge ikke oplever, at tilbuddet alligevel var det rigtige, eller at timingen ikke er den rette, men vi kan sikre os, at alle får en god første oplevelse i mødestedet.

For at blive klogere på *den første gang i mødestedet*, spurgte vi til det i interviewene med de unge.

Vi var særligt interesserede i, hvordan de unge beskriver deres oplevelse af at komme i Ventilen første gang, hvilke tanker de gjorde sig, inden de kom og hvilke elementer, de fremhæver i mødet med de frivillige og de andre unge.

I det følgende ser vi altså nærmere på følgende:

- Forventninger
- Den indledende samtale
- Mødet med de andre unge

Forventninger

At komme den første gang i Ventilen er ikke noget, man bare lige gør. Flere af de unge beskriver, hvordan de var nervøse første gang og for nogen er der gået op til et halvt år fra de første gang hørte om Ventilen, til de besøgte mødestedet.

For eksempel fortæller Niels;

"Jeg var nervøs første gang – skal jeg nu eller skal jeg ikke. Det der med at sidde mellem andre mennesker og være velkommen. Jeg gik også og tænkte over det i et halvt år."

(Niels, 21 år – 1½ år i mødestedet)

Maria har en lignende oplevelse;

Interviewer: *"Hvordan havde du det første gang du kom i mødestedet?"*

Maria: *"Jeg var nervøs."*

Interviewer: *"Hvordan nervøs?"*

Maria: *"Den slags nervøsitet man har, når man har været til eksamen og overhovedet ingen idé har om, hvordan det er gået. Normalt ved man godt lidt om, hvordan det er gået, men når man er helt blank for følelser og ideer. Var det mon det her, der ville virke? Et spinkelt håb i det, jeg opfattede som meget, meget dårlige odds."*

(Maria, 25 år -10 år i mødestedet)

Det er ikke overraskende, at de unge, der kommer i Ventilen, er nervøse første gang, de besøger mødestedet. De frivillige er opmærksomme på denne nervøsitet og arbejder for at gøre den første gang til en god oplevelse. Det kommer vi nærmere ind på under punktet *mødet med de andre unge.*

Indledende samtale

Når man kommer som ny i mødestedet, skal man først igennem en indledende samtale med to frivillige. Her fortæller de frivillige om, hvad Ventilen kan tilbyde og spørger ind til den unges baggrund for at komme i Ventilen. Samtalen er nødvendig for at sikre, at den unge får det rigtige tilbud, og for at sikre, at der ikke kommer unge ind, som de frivillige ikke er klædt på til kunne håndtere. Eksempelvis udadreagerende unge eller unge med svære psykiske lidelser. Derudover er samtalen også en mulighed for den unge for at høre mere, og få svar på konkrete spørgsmål om mødestedet og de andre unge, så han eller hun bedre selv kan vurdere, om det er et relevant tilbud.

En af de unge, der blev interviewet, fortalte følgende om sin indledende samtale:

"Det var bare snak for mig. Det var som om, det løsnede lidt op. Når man har gået med det [ensomheden] selv, så er det lige som om, man bliver sådan en flad pandekage, der bare ligger på jorden. Det var ligesom om at det at fortælle om det til nogen løsnede det lidt op. Jeg havde jo ikke fortalt det til nogen før, udover mine forældre"

(Niels, 21 år – 1½ år i mødestedet)

Det er gennemgående i interviewene, at de unge ser den indledende samtale som et naturligt element, som lige så meget er for deres egen som for Ventilens skyld. Som Niels herover fremhæver, bliver samtalen også opfattet som en mulighed for endelig at fortælle nogen, at man føler sig ensom.

Mødet med de andre unge

En ting er den indledende samtale med de frivillige, noget andet er mødet med de andre unge i selve mødestedet.

"Jeg kan godt huske det. Det var meget overvældende, for lige pludselig var der ti mennesker, der interesserede sig for mig - hvad jeg sådan gik og lavede, hvad jeg hed og sådan. Det har jeg ikke været vant til, jeg er vant til bare at være mig selv. Så jeg blev i tvivl, om jeg skulle komme igen, for det der med, at der pludselig er ti mennesker omkring én, der leger tyve spørgsmål til professoren – det er ligesom for meget af det gode. Så jeg fik det jeg ville, måske bare lidt for meget. Men jeg gav det en chance mere – og det var en fed oplevelse og det er det stadigvæk. Det er noget, jeg ser frem til i løbet af ugen [...] Men det var da også at rykke på en grænse, når man er vant til bare at være sig selv og så der lige pludselig er andre mennesker der tager godt imod én og lytter interesseret til, hvad man siger"

(Niels, 21 år – 1½ år i mødestedet)

En anden ung fortæller, hvordan han var glad for, at han ikke blev mødt af en masse andre unge, den første gang i mødestedet:

"Jeg håbede på, at der ikke var særlig mange mennesker, fordi jeg har angst. Så jeg håbede ikke, at der ville være 20 personer eller sådan noget – men det var der heldigvis ikke. Det var kun mig og det var en fin start"

(Anders, 19 år – 1½ år i mødestedet)

Det, som opfattes som "almindelig høflighed" mange andre steder – at man tager imod nye ved at stille en masse spørgsmål, så man lærer dem at kende – kan blive oplevet som et pres for unge i Ventilen. Skiftet fra kun at være sig selv til at være sammen med andre mennesker kan være meget voldsomt for de unge. Anders fortæller ligefrem, at han havde det rigtig godt med, at han var den eneste i mødestedet, da han startede.

Det er ikke alle Ventilens unge, der har det på denne måde. Mange vil gerne tages imod med spørgsmål, for de har savnet den interesse fra andre mennesker. Det giver Mads her udtryk for:

Mads: *"De tog godt imod mig i betragtning af, at de slet ikke kendte mig. De spurgte faktisk ind til, hvad jeg laver og sådan noget. Det var nyt. Der er normalt ikke så mange, der snakker til mig i skolen og sådan – ud over læreren. Her kan vi sidde og snakke et kvarter sammen eller noget fordi vi respekterer hinanden. Det er et sted for ensomme unge og det ved man."*

Interviewer: *"Hvad tænkte du, da du kom hjem første gang?"*

Mads: *"Jeg tænkte, at det var fedt og der ville jeg gerne ned igen. Hvis jeg ikke skulle noget næste gang ville jeg tage derned og håbe, at de ville møde mig på samme måde som første gang. Det kunne jeg godt være lidt i tvivl om, nu havde de jo de grundlæggende oplysninger om mig, så jeg tænkte - nu gider de nok ikke snakke med mig igen. Men jeg tog herved alligevel, og så snakkede vi lige så meget. Jeg blev taget godt imod, hånden frem og "godt at se dig". Det var fedt"*

(Mads, 16 år - ½ år i mødestedet)

Der er altså en hårfin balance mellem at spørge for meget og spørge tilpas, en balance der afhænger af den unge, man står overfor. Her er det de frivilliges ansvar at skabe nogle rammer, der matcher de unges individuelle behov. Og nogle unge skal bare have mere ro til at fordøje de mange indtryk.

Vigtige pointer om den første gang i mødestedet

- De unge har ofte gået længe og samlet mod til at komme i mødestedet første gang
- De unge oplevede den indledende samtale som positiv.
- Det kan være meget overvældende for de nye at møde de andre unge i mødestedet. For mange spørgsmål kan være overvældende.

Opsamling og konklusion

Ventilens mødesteder gør en stor forskel for de unge, der kommer i dem. Som de helt centrale resultater står, at **84,7 % af de unge føler sig mindre ensomme, efter de er begyndt i Ventilen** og at hele **100 % af de unge er generelt tilfredse med at komme i mødestedet**.

Hvis vi ser på resultaterne i lyset af de successmål, vi satte op for forandring og tilfredshed, kan vi konkludere følgende:

Forandring

Sociale kompetencer

Vores mål var, at Ventilens mødesteder skal give de unge mulighed for at træne deres sociale kompetencer. Vi havde sat som succesmål, at mindst 50 % skal opleve, at de er blevet **"Lidt bedre"** eller **"Meget bedre"** til at håndtere sociale situationer, efter de er begyndt i Ventilen. **79,3 %** af de unge oplevede dette.

Selvværd

Vores mål var, at Ventilens mødested skal være et sted, hvor de unge kan få opbygget deres selvværd. Vi havde sat som succesmål, at mindst 50 % skal opleve, at de er blevet **"Lidt mere"** eller **"Meget mere"** tilfredse med sig selv, efter de er begyndt i Ventilen. **75,9 %** af de unge oplevede dette.

Tilfredshed

Oplevelsen af at være en del af et fællesskab

Vores mål var, at Ventilens mødesteder skal udgøre et fællesskab for de unge, der kommer der. De unge skal opleve, at de "hører til" og at de "passer ind". Vi havde sat som succesmål, at mindst 50 % skal svare, at de "Altid" eller "For det meste" oplever, at de er en del af et fællesskab i mødestedet. **96,6 %** af de unge oplevede dette.

Mulighed for at tale om ensomhed

Vores mål var, at Ventilens mødesteder skal være et sted, hvor man kan tale om ensomhed. Vi havde sat som succesmål, at mindst 50 % skulle svare, at de "Altid" eller "For det meste" oplever at have mulighed for at tale om deres følelse af ensomhed i mødestedet. **69,6 %** oplevede dette. Til gengæld var der kun 35,1 % af de unge, der angav, at de syntes det var vigtigt at kunne tale om ensomhed i mødestedet.

Tryghed

Vores mål var, at de unge skal føle sig trygge i Ventilens mødesteder. Vi havde sat som succesmål, at mindst 50 % skulle svare, at de "Altid" eller "For det meste" føler sig trygge i mødestedet. **98,3 %** af de unge oplevede dette.

Vi har altså opnået vores succesmål for alle de opstillede parametre, og for fleres vedkommende gælder det, vi også har, eller er tæt på, at opnå vores drømmemål, hvor det er 80 %, der oplever positive forandringer og føler sig tilfredse med at komme i mødestederne.

Vi kan altså glæde os over, at undersøgelsen bekræfter os i, at vi gør mange ting rigtigt i mødestederne. Nu vokser træerne som bekendt ikke ind i himmelen, og undersøgelsen har også vist, hvad vi skal være opmærksomme på; at mange unge kun kommer én gang og at flere unge savner flere aktiviteter, hvor der tales om ensomhed.

Metode

I dette afsnit præsenterer vi de metodiske overvejelser, der ligger til grund for undersøgelsen og vi kommer ind på, hvad vi kan sige på baggrund af resultaterne.

Vi skulle overordnet undersøge to forskellige ting i denne rapport: 1) Hvor mange, der kommer i Ventilens mødesteder og 2) De unges oplevelser af at komme der. Den første del er rent kvantitativ, og undersøges gennem løbende registrering og spørgeskemaer, mens den anden del, om de unges oplevelser, både er kvantitativt og kvalitativt, og derfor både belyses gennem spørgeskemaer og interviews.

Løbende registrering i mødestederne

De frivillige har udfyldt registreringskemaer i mødestederne året igennem. Registreringskemaet består af to dele – et basisdokument og mødestedssedler. Basisdokumentet indeholder de unges kaldenavn, dato for start i mødestedet, fødselsår, beskæftigelse og etnicitet. Mødestedsskemaet indeholder data for, hvor mange, der er kommet pr. gang, og hvilke unge, det drejer sig om. Mødestedsskemaet udfyldes efter hver aktivitet i mødestedet og sendes ind til sekretariatet hver måned. For at undgå at sende oplysninger om de unge rundt med post, fremgår deres navne ikke på mødestedsskemaet, men er erstattet af et tal, som er knyttet på deres kaldenavn i basisdokumentet. Basisdokumentet ligger på den enkelte Ventilens lokale del af intranettet, og kun folk, der er tildelt adgang, kan tilgå skemaet.

Spørgeskemaet

Spørgeskemaet er blevet udfyldt af alle unge, der i en periode på to uger (uge 36 og 37) kom i Ventilens mødesteder. Spørgeskemaet er udfyldt på frivillig basis, så de, der ikke ønskede at deltage, ikke blev presset til det.

Udover basisspørgsmålene (alder, beskæftigelse, kendskab til Ventilen osv.) indeholder spørgeskemaet en række spørgsmål, der på forskellige måder belyser de unges oplevelse af mødestedet – hvor tilfredse er de med at komme der, og hvad oplever de at få ud af det?

Spørgeskemaet er konstrueret på en måde, så det hovedsageligt udgøres af spørgsmål med lukkede svarkategorier. De unge i vores mødesteder er ofte kendetegnede ved, at de har svært ved at sætte ord på deres tanker og følelser, og derfor har vi valgt at give dem begrænsede valgmuligheder – naturligvis med rum for, at de kan uddybe med kvalitative kommentarer.

Deltagelse

I alt har 61 unge udfyldt spørgeskemaet i Ventilens 14 mødesteder. Af dem var 54,1 % mænd og 45,9 % kvinder, med en gennemsnitsalder på 20,6 år. I tabellen ses, hvordan respondenterne fordeler sig på mødestederne:

Fordelingen af besvarelser på Ventiler

Ventil	n	Andel af samlet mængde spørgeskemaer
Esbjerg	5	8,2 %
Frederikshavn	3	4,9 %
Herning	3	4,9 %
Hillerød	6	9,8 %
Kolding	4	6,6 %

København	11	18,0 %
Næstved	2	3,3 %
Odense	3	4,9 %
Roskilde	2	3,3 %
Sønderborg	0	0 %
Thisted	0	0 %
Viborg	2	3,3 %
Aalborg	9	14,8 %
Aarhus	11	18,0 %
Samlet	61	100 %

Som succesmål for deltagelse i spørgeskemaundersøgelsen havde vi sat, at mindst 75 % af de unge der var i mødestedet, de uger det blev udfyldt, skulle udfylde skemaerne. Som det fremgår ovenfor, var der 61 unge der udfyldte spørgeskemaet i mødestedet. I den periode kom der 66 unge i Ventilene. Det giver en deltagelsesprocent på 92 %. Succesmålet på mindst 75 % er derfor mere end nået.

Spørgeskemaet er blevet udfyldt af mellem 2 og 11 unge i de forskellige mødesteder. Det er derfor ikke muligt at lave en særskilt opgørelse af resultaterne af spørgeskemaundersøgelsen for de lokale Ventiler af hensyn til de unges anonymitet.

Hvad kan vi sige noget om på baggrund af spørgeskemaundersøgelsen?

Uden egentlige kontrolgrupper kan vi ikke bevise, at de unge forandrer sig ved at komme i Ventilens mødesteder. Vi kan derimod sandsynliggøre denne forandring, idet de unge selv mener, at de har forandret sig i en positiv retning ved at komme i mødestederne.

Vi ved ikke, i hvilket omfang de 61, der har besvaret spørgeskemaer, repræsenterer de unge i mødestederne generelt. Umiddelbart kan vi se, at gennemsnitsalderen er helt den samme – 20,6 år, og at mændene er en smule overrepræsenterede i spørgeskemaundersøgelsen – kønsfordelingen i mødestederne er 51 % mænd og 49 % kvinder, mens det i spørgeskemaerne var 54,1 % mænd og 45,9 % kvinder.

61 respondenter er for få til, at vi kan sige noget om signifikansen af resultaterne. De fleste svar er så entydige, at vi godt mener at kunne udlede tendenser på baggrund af dem, men når antallet af respondenter er så relativt lavt, betyder det, at en enkelt respondents svar kan få uforholdsvist meget vægt. Eksempelvis i tabellen på side 22, hvor vigtigheden af at kunne tale om ensomhed sammenholdes med muligheden for at tale om ensomhed. Her står, at 20 % af de, der slet ikke oplever, at det er vigtigt, aldrig oplever at have muligheden. De 20 % dækker over én respondent. Der var i alt fem unge, som ikke oplevede, at det var vigtigt at kunne tale om ensomhed i mødestedet. De fire af dem mente, at man alligevel havde muligheden, mens bare én aldrig oplever at have muligheden. Man kan selvfølgelig sige, at én ensom ung, der ikke mener at have mulighed for at kunne tale om sin ensomhed i mødestedet, er én for mange, men idet personen slet ikke oplever, at det er vigtigt, er problemet mindre, og de 20 % er ikke så alarmerende højt, som man ellers kunne tænke.

Interviews

Seks unge (fra seks forskellige mødesteder), er blevet interviewet af en interviewgruppe bestående af to personer. Hvis den unge ønskede det, var der også en bisidder til stede, hvilket var tilfældet én gang. Grunden til, at bisidderen ikke var obligatorisk er, at det kan give nogle udfordringer i forhold til at få den unge til at tale helt åbent om mødestedet og de frivillige dér.

Udvælgelsen af, hvem, der skulle interviewes, er først og fremmest sket på baggrund af frivillighed. Vi har dog prøvet at udvælge deltagerne, så de blev så forskellige som muligt efter følgende kriterier:

- Tid i Ventilen (mindst i tre måneder).
- Alder
- Køn
- Beskæftigelse

Interviewgruppen bestod af to med erfaring i at foretage interviews. Den ene var sekretariatets dokumentationsansvarlige og den anden var én af Ventilens frivillige med mødestedserfaring. Da der var en Ventil-frivillig med i interviewgruppen, mener vi, at det var etisk forsvarligt, at bisidderfunktionen blev gjort frivillig for den unge.

Der er tale om enkeltinterviews, da formålet med interviewet var at høre, hvordan den enkelte oplever mødestedet, og hvad han/hun får ud af at komme der.

Etiske overvejelser i forhold til retningslinjerne

En af retningslinjerne i Ventilens mødesteder er, at de unge skal kunne komme anonymt i mødestedet. Derfor har det været vigtigt, at de unges anonymitet også blev opretholdt i forbindelse med en undersøgelse som denne. For at sikre det, har det kun været medarbejdere på det landsdækkende sekretariat og en forsker fra Syddansk universitet, der har haft adgang til de besvarede spørgeskemaer. I mødestederne er spørgeskemaerne blevet forseglet i en frankeret kuvert umiddelbart efter de unge har udfyldt det.

Udover at sikre de unges anonymitet, har det også til formål at sikre så oprigtige besvarelser som muligt.

Bilag 1: Mødestedsskema

Mødestedsskema for Ventilen_____

Dato_____

Frivillige til stede:_____

Hvor mange kom der *i alt* dag?_____

Heraf:

Hvor mange var der for første gang?_____

Heraf:

Hvor mange tog I ind?_____ (Husk, at de skal oprettes i basisdokumentet)

Hvor mange måtte I sende videre til et andet tilbud?_____

Skriv gerne hvilket:_____

Hvor mange måtte I afvise uden at kunne henvise til noget andet?_____

Begrundelsen for afvisningen:_____

Deltagere til dagens aktivitet (numrene på deltagerne fra jeres basisliste):

Bilag 2: Spørgeskema

Vi har brug for DIN hjælp til at gøre mødestederne bedre!

Vi i Ventilen vil rigtig gerne være lidt klogere på, hvad du synes om at komme i mødestedet, og hvad du oplever at få ud af at komme der. Du er eksperten på dette emne, og derfor beder vi om din hjælp ved at udfylde dette spørgeskema.

Spørgeskemaet bliver uddelt til alle unge i Ventilens mødesteder i hele landet og skal hjælpe os til at blive bedre til vores arbejde i mødestederne.

Deltagelse i undersøgelsen er frivillig, og besvarelsenerne er anonyme, så du skal ikke skrive navn på skemaet. Når du er færdig med at udfylde det, folder du det én gang på midten. Når alle er færdige med skemaerne, kommer de frivillige rundt med en stor kuvert. Du lægger dit skema i kuverten, som til sidst lukkes og sendes til Ventilens sekretariat i København. Det er kun de ansatte på sekretariatet og en forsker på Syddansk Universitet, der læser skemaerne. Ventilen samarbejder nemlig med Syddansk Universitet om undersøgelsen, da de er rigtig nysgerrige på, at få mere generel viden om unge, der føler sig ensomme i Danmark.

Spørgeskemaet kan udfyldes på ca. 15-20 min, og vi håber, du vil tage dig tid til at udfylde spørgeskemaet. Det er vigtigt, at alle spørgsmål besvares.

Spørgeskemaet indeholder to typer spørgsmål. Dels en række spørgsmål der specifikt omhandler Ventilen, dels en række spørgsmål der er hentet fra internationale undersøgelser om unges trivsel. De sidste spørgsmål har en meget personlig karakter, men det vil være en stor hjælp hvis du alligevel besvarer dem så godt du kan. Formålet med spørgsmålene er ikke at se nærmere på *dig* personligt, men at skabe en mulighed for at se på jer unge der kommer i Ventilen som en samlet gruppe, og sammenligne med andre grupper unge i samfundet. Det skal understreges, at der ikke er tale om en test, og der er ikke rigtige eller forkerte svar. Hvis der er noget, du er i tvivl om, så bed de frivillige om hjælp. Hvis du oplever, at nogle er spørgsmålene er for svære at svare på eller er mærkeligt formuleret, må du meget gerne skrive en kommentar sidst i spørgeskemaet. Vi kommer til at bede dig om at udfylde et spørgeskema igen, hvis du stadig er hos os om et halvt år. For at vi kan sammenligne resultaterne, vil vi bede dig skrive en kode i feltet nederst på denne side, så vi kan finde dit skema igen – uden at kende dit navn.

Koden skal bestå af:

- 1) Det første bogstav i din **fars** fornavn og efternavn,
- 2) Det første bogstav i din **mors** fornavn og efternavn, og
- 3) tallene i **din egen** fødselsmåned

Eksempel: Søren Pedersen, Mia Pedersen og juli → SP-MP-07).

Hvis du kun kender enten din fars eller mors navn, udfylder du resten med X'er (fx Karin Hansen og december → XX-KH-12).

Hvis dine forældre har flere efternavne, er det forbogstavet i det *sidste* efternavn, du skal bruge.

--	--	--	--	--	--

Hvis du godt kunne tænke dig at høre det samlede resultat af undersøgelsen, så giv de frivillige besked.

Tak for hjælpen!

1) Er du dreng eller pige?

<input type="checkbox"/>	Dreng
<input type="checkbox"/>	Pige

2) Hvor gammel er du?

___år gammel

3) Hvilket mødested kommer du i?

<input type="checkbox"/>	Ventilen Esbjerg
<input type="checkbox"/>	Ventilen Frederikshavn
<input type="checkbox"/>	Ventilen Herning
<input type="checkbox"/>	Ventilen Hillerød
<input type="checkbox"/>	Ventilen Kolding
<input type="checkbox"/>	Ventilen København
<input type="checkbox"/>	Ventilen Næstved
<input type="checkbox"/>	Ventilen Odense
<input type="checkbox"/>	Ventilen Roskilde
<input type="checkbox"/>	Ventilen Sønderborg
<input type="checkbox"/>	Ventilen Viborg
<input type="checkbox"/>	Ventilen Aalborg
<input type="checkbox"/>	Ventilen Aarhus

4) Hvad laver du til daglig? (Sæt kryds ved din primære beskæftigelse. Hvis du eksempelvis går på gymnasiet og har et fritidsarbejde ved siden af, skal du sætte kryds ved gymnasial uddannelse):

<input type="checkbox"/>	Jeg går 8., 9. eller 10. klasse
<input type="checkbox"/>	Jeg går på produktionsskole
<input type="checkbox"/>	Jeg går på en gymnasial uddannelse (stx, hhx, hf, htx)
<input type="checkbox"/>	Jeg tager en erhvervsuddannelse (Handelsskole, teknisk skole, etc – ikke gymnasial)
<input type="checkbox"/>	Jeg går på en videregående uddannelse
<input type="checkbox"/>	Jeg arbejder
<input type="checkbox"/>	Jeg er arbejdssøgende
<input type="checkbox"/>	Jeg står uden for arbejdsmarkedet
<input type="checkbox"/>	Andet (skriv gerne, hvad det er):

5) Hvor længe er du kommet i mødestedet? (Sæt ét kryds):

	I dag er min første gang (Hvis ja, må du gerne udfylde resten af skemaet, men tænk på det som dine forventninger til Ventilen i stedet.)
<input type="checkbox"/>	1-2 måneder
<input type="checkbox"/>	3-6 måneder
<input type="checkbox"/>	7-12 måneder
<input type="checkbox"/>	1-3 år
<input type="checkbox"/>	Mere end 3 år

6) Hvor tit kommer du i mødestedet? (Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Jeg kommer hver gang eller næsten hver gang
<input type="checkbox"/>	Jeg kommer mere end halvdelen af gangene
<input type="checkbox"/>	Jeg kommer mindre end halvdelen af gangene
<input type="checkbox"/>	Jeg kommer kun sjældent

7) Hvordan fandt du frem til Ventilen? (Sæt gerne flere krydser)

<input type="checkbox"/>	Jeg fandt det selv på internettet
<input type="checkbox"/>	Jeg så en plakat/folder i byen/på skolen
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det fra min læge/psykolog/kontaktperson/andre?
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det fra min lærer/pædagog
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det fra min mor/far/andet familiemedlem
<input type="checkbox"/>	Jeg så noget om det i fjernsynet/i avisen/hørte noget i radioen
<input type="checkbox"/>	Jeg mødte nogle frivillige på gaden eller andre steder, der fortalte om Ventilen
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det gennem venner/bekendte
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det på frivilligcenteret/de frivilliges hus
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det hos en anden organisation/forening
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte et oplæg om det på min skole
<input type="checkbox"/>	Andet sted/andre? (skriv gerne hvor)

Hvordan oplever du mødestedet?

Vi har udvalgt nogle emner, som vi gerne vil høre din oplevelse af.

8) Nedenstående er en række eksempler på, hvordan man kan have det i mødestedet (Sæt så mange krydser, du vil).

I mødestedet kan jeg:

Lade være med at være bange for, hvad de andre tænker om mig
Være som jeg er
"Sænke paraderne"
Droppe den "facade", jeg ellers har på
Slappe af
Undgå at blive mobbet
Hygge mig
Ingen af ovenstående
Andet:

9) Føler du dig tryk i Ventilens mødested? (Sæt ét kryds)

Ja - altid
Ja – for det meste
Nogle gange
Nej – næsten aldrig
Nej – aldrig

Kommentar (er der noget, du vil uddybe, eller har du andre kommentarer til, hvordan du har det i mødestedet, kan du skrive dem her):

10) Nedenstående er en række eksempler på, hvilke muligheder man kan have i mødestedet. (Sæt så mange krydser, du vil).

I mødestedet oplever jeg, at jeg kan:

Møde andre, der har det ligesom mig
Møde andre, der forstår mig
Tale om ensomhed uden at være bange for, hvad andre tænker om mig
Møde frivillige, der taler med mig om min ensomhed, når jeg henvender mig til dem.
Møde frivillige, der selv tager initiativet til, at vi taler om min ensomhed
Møde frivillige, der lægger op til en fælles snak om ensomhed i mødestedet
Møde andre unge, der gerne vil tale om ensomhed
Ingen af ovenstående
Andet:

11) Hvor vigtigt er det for dig at kunne tale om din oplevelse af ensomhed? (Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Det er meget vigtigt
<input type="checkbox"/>	Det er lidt vigtigt
<input type="checkbox"/>	Det tænker jeg ikke på
<input type="checkbox"/>	Det er ikke særlig vigtigt
<input type="checkbox"/>	Det er slet ikke vigtigt

12) Oplever du (hvad enten du finder det vigtigt eller ej) at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet? (Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Ja - altid
<input type="checkbox"/>	Ja – for det meste
<input type="checkbox"/>	Nogle gange
<input type="checkbox"/>	Nej – næsten aldrig
<input type="checkbox"/>	Nej – aldrig

Kommentar (er der noget, du vil uddybe eller har du andre kommentarer til din mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet, kan du skrive dem her):

13) Nedenstående er en række eksempler på, hvordan du kan have det i mødestedet (Sæt så mange krydser, du vil).

I mødestedet oplever jeg, at

<input type="checkbox"/>	De andre lytter til mig
<input type="checkbox"/>	Det er hyggeligt at være sammen med de andre
<input type="checkbox"/>	Jeg har meget tilfælles med de andre
<input type="checkbox"/>	Vi viser omsorg for hinanden
<input type="checkbox"/>	Vi tager hensyn til hinanden
<input type="checkbox"/>	Vi har respekt for hinanden
<input type="checkbox"/>	De andre opdager det, hvis nogen mangler i gruppen
<input type="checkbox"/>	De andre kender mig
<input type="checkbox"/>	Jeg kender de andre
<input type="checkbox"/>	Ingen af ovenstående
<input type="checkbox"/>	Andet:

14) Oplever du, at du i mødestedet er en del af et fællesskab? (Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Ja - altid
<input type="checkbox"/>	Ja – for det meste
<input type="checkbox"/>	Nogle gange
<input type="checkbox"/>	Nej – næsten aldrig
<input type="checkbox"/>	Nej – aldrig

15) Hvor tilfreds er du generelt med at komme i mødestedet? (Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Meget tilfreds
<input type="checkbox"/>	Tilfreds
<input type="checkbox"/>	Utilfreds
<input type="checkbox"/>	Meget utilfreds

Kommentar (Har du nogle eksempler på noget, du er tilfreds eller utilfreds med, eller har du andre kommentarer, kan du skrive det her):

Hvad får du ud af at komme i mødestedet?

Vi har udvalgt nogle emner, som vi gerne vil høre din mening om.

16) Her er en række ting, der kan ske for folk, og som nogle folk tænker eller føler. Hvor ofte ("aldrig", "nogle gange", "tit" eller "altid") føler eller tænker du følgende? (Sæt ét kryds ved hver sætning)

	Aldrig	Nogle gange	Tit	Altid
A) Jeg synes, at mit liv er dårligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Jeg har svært ved at gøre ting	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Jeg føler, at jeg er et dårligt menneske	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jeg ville ønske, at jeg var død	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Jeg har svært ved at sove	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Jeg føler, at der ikke er nogen, der elsker mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Jeg tror, at dårlige ting sker på grund af mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

H) Jeg føler mig ensom				
I) Jeg har ondt i maven				
J) Jeg føler, at der sker mig noget dårligt				
K) Jeg føler mig dum				
L) Jeg har ondt af mig selv				
M) Jeg syntes, at jeg gør ting dårligt				
N) Jeg har det dårligt med det, jeg gør				
O) Jeg hader mig selv				
P) Jeg vil helst være alene				
Q) Jeg har lyst til at græde				
R) Jeg føler mig ked af det				
S) Jeg føler mig tom				
T) Jeg tror, at mit liv vil blive dårligt				

17) Her følger nogle eksempler på, hvor tilfreds man kan være med sig selv. Læs dem og kryds af, om du er "helt enig", "enig", "uenig" eller "helt uenig"
(Sæt ét kryds i hver linje):

	Helt enig	Enig	Uenig	Helt uenig
A) Jeg er alt i alt tilfreds med mig selv				
B) En gang imellem synes jeg, at jeg overhovedet ikke duer til noget.				
C) Jeg synes, at jeg har en del gode egenskaber				
D) Jeg synes ikke, at jeg har meget at være stolt af				
E) Jeg er i stand til at gøre noget lige så godt som de fleste andre				
F) Fra tid til anden føler jeg mig helt nytteløs				
G) Jeg synes, at jeg er et menneske af en vis værdi; i det mindste lige så værdifuld som andre mennesker				
H) Jeg ville ønske, at jeg havde mere respekt for mig selv				
I) Alt i alt er jeg tilbøjelig til at tro, at jeg er mislykket				
J) Jeg har en positiv holdning over for mig selv.				

18) Oplever du, at du alt i alt er mere tilfreds eller utilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen? (Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/> Jeg er meget mere tilfreds med mig selv
<input type="checkbox"/> Jeg er lidt mere tilfreds med mig selv

Det er uændret
Jeg er lidt mere utilfreds med mig selv
Jeg er meget mere utilfreds med mig selv

19) Her følger nogle eksempler på sociale situationer. Læs dem og kryds af, om du er "helt enig", "enig", "uenig" eller "helt uenig" (Sæt ét kryds i hver linje):

	Helt enig	Enig	Uenig	Helt uenig
A) Jeg har let ved at starte en samtale				
B) Jeg har svært ved at sige min mening foran andre				
C) Det er ofte svært for mig at vurdere, hvornår en samtale er ved at slutte				
D) Jeg har let ved at tale i større grupper				
E) Jeg har let ved at invitere andre til at lave noget sammen med mig				
F) Jeg har svært ved at holde en samtale kørende				
G) Finder jeg ud af, at andre har det sjovt med noget, så slutter jeg mig til				

20) Oplever du, at du generelt er blevet bedre eller dårlige til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i Ventilen? (Sæt ét kryds)

Jeg er blevet meget bedre til det
Jeg er blevet lidt bedre til det
Det er uændret
Jeg er blevet lidt dårligere til det
Jeg er blevet meget dårligere til det

21) Her følger tre spørgsmål, som handler om din følelse af ensomhed (Sæt ét kryds i hver linje):

	Næsten aldrig	Nogle gange	Ofte
A) Hvor ofte savner du nogen at være sammen med?			
B) Hvor ofte føler du dig udenfor?			
C) Hvor ofte føler du dig isoleret fra andre?			

22) Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i Ventilen? (Sæt ét kryds)

Ja - Jeg føler mig meget mindre ensom
Ja - Jeg føler mig lidt mindre ensom

	Det er uændret
	Nej - Jeg føler mig lidt mere ensom
	Nej - Jeg føler mig meget mere ensom

23) Er der andet, du får ud af at komme i mødestedet? (Sæt gerne flere krydser)

	Jeg er blevet gladere
	Jeg er blevet mere positiv i forhold til min fremtid
	Jeg har nogen at være sammen med
	Jeg møder unge, jeg har noget til fælles med
	Jeg hygger mig med de frivillige og de andre unge
	Jeg får nogle gode oplevelser (caféture, biografture, sommertur etc.)
	Jeg er blevet mere åben
	Jeg har fået mere mod på at gøre noget ved min ensomhed
	Jeg har fået en omgangskreds, som jeg laver noget sammen med – også uden for mødestedet
	Jeg har fået en ny omgangskreds uden for mødestedet
	Jeg har nogen at tale med om min hverdag

Kommentarer til, hvad du (ellers) får ud af at komme i mødestedet:

Kommentarer til hele spørgeskemaet (er der f.eks. noget, vi har glemt at spørge om?):

Tusind tak for hjælpen!

Bilag 3: Interviewguide

Intro		
Præsentation af interviewer		
Kort præsentation af formålet med interviewet (herunder hvordan vi sikre anonymitet og hvad interviewet konkret vil blive brugt til)		
Kort præsentation af informanten (alder, beskæftigelse, brug af Ventilen)		
Tema	Hjælpe spørgsmål	Fokusområder
1. Historie: Vil du fortælle om den første gang du kom i Ventilen?		
Behovet for mødestedet /Formålet med at komme i mødestedet	Hvordan forstillede du dig det ville være at komme i mødestedet? Hvad håbede du, at du ville opleve? Hvordan kom du hen til mødestedet? Hvordan havde du det første gang du kom? Hvordan havde du forberedt dig? Var du alene? Hvordan blev du mødt af de frivillige Hvordan var det at møde de andre unge? Hvad lavede I? Hvordan havde du det da du kom hjem?	Hvorfor begyndte du at komme i mødestedet? Oplever du, at der i mødestedet kommer andre unge du kan genkende dig selv i?
2. Historie: Vil du fortælle om en dag i Ventilen som du husker som særlig god?		
Aktiviteterne i mødestedet	Vil du beskrive dagen? Hvad lavede i? Hvordan deltog du? Hvordan deltog de andre? Hvordan fik det dig til at føle? Hvad gjorde denne dag særlig god? Har du mange af den slags dag her i Ventilen?	Tryghed - hvad er tryghed for dig? Hvad er særlig godt ved Ventilen? Hvad kunne være bedre? Hvad synes du om aktiviteterne?
Hvordan oplever den unge at komme i mødestedet	Hvordan kan du få flere af den slags dage? Hvordan oplever du generelt det at komme i Ventilen? Hvordan har du det i mødestedet?	Oplever du at blive accepteret i mødestedet? - hvilken betydning har det? At tale om ensomhed
3. Historie: Kan du fortælle om en oplevelse du har haft uden for Ventilen, som du ikke tror du ville have haft hvis du ikke var kommet i Ventilen?		
Hvad får den unge ud af at komme i mødestedet?	Hvor var du/Hvem var det med? Kan du uddybe Hvad gjorde du anderledes denne gang? Hvordan har Ventilen hjulpet dig til at få denne oplevelse? Forstiller du dig, at du kan få flere af den slags oplevelser? Hvad skal der til for, at det bliver sådan? Hvordan kan Ventilen hjælpe dig? Føler du at Ventilen er med til at hjælpe dig ud af ensomheden?	Er du blevet mindre ensom efter du er begyndt at komme i Ventilen? Har dine tanker om fremtiden ændret sig? Giver Ventilen dig mulighed for at øve dig i nogle ting du ikke kan andre steder?
Afslutning		