

# Dokumentationsrapport 2014

## Ventilens tilbud

*"Nogle af de der sociale færdigheder, dem får man bare ikke altid med i manualen til livet."*

*(Jakob, 23 år)*



<b>1 Indledning .....</b>	<b>4</b>
Centrale resultater .....	4
Opmærksomhedspunkter .....	5
<b>2 Baggrund og succesmål.....</b>	<b>6</b>
Bag om rapporten .....	6
Succesmål .....	6
<b>3 Metode .....</b>	<b>10</b>
Forskellige typer data i rapporten .....	10
Løbende registrering i mødestederne .....	11
Spørgeskemaet.....	12
Interviews.....	15
<b>4 De unge i Ventilens tilbud .....</b>	<b>16</b>
Antal unge, besøg og åbningsdage i Ventilens tilbud i 2014.....	17
Ventilen er ikke det rigtige sted for alle .....	19
Unge der kun kommer én gang .....	19
Køn.....	20
Alder .....	21
Beskæftigelse .....	22
Henvendelser til Ventilen.....	23
Sådan hører de unge om Ventilens mødesteder.....	24
Opsamling: De unge i Ventilens tilbud i 2014 .....	25
<b>5 Dét får de unge ud af at komme i Ventilens mødesteder .....</b>	<b>26</b>
Følelsen af ensomhed .....	26
Selvværd .....	28
Sociale kompetencer .....	29
Om tidligere års resultater .....	31
Andet, de unge får ud af at komme i mødestederne .....	32
Opsamling: Dét de unge får ud af at komme i Ventilens mødesteder .....	33
<b>6 De unges oplevelser i Ventilens mødesteder .....</b>	<b>34</b>
Hygge .....	35
Anerkendelse.....	37
At opleve genkendelse og mindske følelsen af at være anderledes .....	38
Skabelsen af en omgangskreds .....	41
De vigtigste pointer i forhold til en større omgangskreds .....	44
At tale om ensomhed.....	45
Behov for at tale om ensomhed .....	46
Mulighed for at tale om ensomhed .....	47

At tale om ensomhed udenfor mødestedet .....	48
Opsamling: De unges oplevelser i Ventilens mødesteder.....	49
<b>7 Afsluttende opsummering .....</b>	<b>50</b>
<b>8 Bilag.....</b>	<b>52</b>
Bilag 1: Registreringsskema .....	53
Bilag 2: Spørgeskema 2014.....	54
Bilag 3: Oversigt over vigtige spørgsmål i spørgeskemaet.....	69

# 1 Indledning

Ventilen er en frivillig social ungdomsorganisation, der siden 1999 har drevet mødesteder for stille og ensomme unge. Det startede i sin tid med få mødesteder i enkelte byer, men har over årene udviklet sig, og i 2014 drev Ventilen 14 mødesteder og to KOMsammen-tilbud<sup>1</sup> fordelt over hele Danmark. Åbningstiden er typisk tre-fire timer om eftermiddagen eller aftenen én til to dage om ugen.

I Ventilen arbejder vi med en definition af ensomhed der siger, at ensomhed opstår, når de behov man har for sociale relationer ikke dækkes. Det kan være kvantitativt; at man slet ikke har nok sociale relationer, og det kan være kvalitativt; at kvaliteten af de relationer man har, ikke er tilfredsstillende. Med kvaliteten menes, at man ikke kan dele sine tanker og følelser med de sociale relationer, man har.

Vi har aldrig været i tvivl om, at Ventilens tilbud har gjort en positiv forskel for en lang række ensomme unge, men det præcise omfang af hjælpen og dens virkning, har vi ikke kendt, før vi i 2011 begyndte at dokumentere arbejdet med de unge, der kommer i mødestederne. Denne rapport handler om de unge i Ventilens tilbud i 2014.

## Centrale resultater

Fra registreringer i Ventilens tilbud:

- 612 forskellige unge besøgte Ventilens tilbud i 2014.
- 55% var mænd og 45% var kvinder.
- 347 unge besøgte Ventilens tilbud for første gang i 2014.
- Størstedelen af de unge i mødestederne er mellem 19 og 22 år og aldersgennemsnittet er 20,7 år. Størstedelen af de unge i KOMsammen tilbuddene er mellem 25 og 30 år og aldersgennemsnittet er 23,1 år.
- 70% af de unge er i gang med at uddanne sig.
- Andelen af nye unge der kun kommer én gang, er på 32%, hvilket vil sige, at hele 68% af nye unge vender tilbage til Ventilens tilbud.

---

<sup>1</sup> KOMsammen står for Kost Og Motion sammen. Det er et tilbud til ensomme unge hvor aktiviteterne har fokus på kost og bevægelse.

<sup>2</sup> Kontakt Ventilen Danmark, hvis du ønsker at se forandringsteorien.

Fra spørgeskemaundersøgelsen blandt unge i mødestederne:

- 46% har hørt om Ventilen gennem én i deres familie.
- 82% føler sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i Ventilens mødesteder.
- 75% har oplevet et styrket selvværd siden de startede i Ventilen.
- 72% oplever, at de er blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter de er begyndt at komme i Ventilen.
- 84% svarer at de altid eller for det meste oplever at de passer ind i mødestedet.
- 93% svarer at de altid eller for det meste hygger sig sammen med de andre i mødestedet.
- Størstedelen af de unge oplever, at de bliver accepteret, lyttet til og respekteret (hhv. 95%, 89% og 93%). Det er ud fra disse tre spørgsmål at vi 'måler' om de unge oplever at bliver anerkendt i mødestedet.
- Omkring to tredjedele har fået en omgangskreds udenfor Ventilen, idet de svarer ja til at kunne lave ting sammen med andre unge fra Ventilen udenfor Ventilens åbningstider
- Omkring to tredjedele svarer ja til at have mødt nye mennesker udenfor Ventilen.
- 61% svarer at de 'altid' eller 'for det meste' har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet.

## Opmærksomhedspunkter

Dokumentationsrapporten har vist os nogle områder, hvor vi vil være særligt opmærksomme på udviklingen i 2015.

- 61 % af de unge oplever at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestederne 'altid' eller 'for det meste'. Vi ønsker at denne andel vokser.
- Andelen af nye unge der kun kommer én gang, er på 32%. Vi ønsker at denne andel falder.
- Vi vil i 2015 også fokusere særligt på, om vi kan blive bedre til at støtte de unge i at skabe en omgangskreds udenfor Ventilen.

## 2 Baggrund og succesmål

### Bag om rapporten

Rapporten bygger på Ventilens dokumentationsstrategi vedtaget af Ventilen Danmark i 2011. Strategien tager udgangspunkt i en forandringsteori om arbejdet med de unge i mødestederne.<sup>2</sup>

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 større selvværd og flere sociale kompetencer, og at de to faktorer er afgørende for, at de unge føler sig mindre ensomme på længere sigt.

Hvert år undersøger Ventilen arbejdet med de unge i mødestederne på baggrund af ovennævnte forandringsteori. I spørgeskemaet til de unge i mødestederne, er der tre spørgsmål som gentages hvert år (basisobjekter), samt en række spørgsmål der skiftes ud efter behov (fokusobjekter). I bilag 3 er et overblik over basisobjekter, fokusobjekter, opmærksomhedspunkter og indsatsområder for 2011-2014.

### Succesmål

De mål vi har opstillet for vores arbejde i mødestederne, kalder vi for succesmål.

Vi har opstillet succesmål for de unges oplevede *forandringer* i forhold til tre emner: Følelsen af ensomhed, selvværd og sociale kompetencer. På baggrund af spørgeskemaet undersøger vi, om de unge *selv oplever* at have forandret deres situation på disse områder ved at komme i mødestedet. Disse tre emner udgør 'kernen' af den forandring Ventilen ønsker for de unge i vores mødesteder, og måltallene er derfor relativt høje.

---

<sup>2</sup> Kontakt Ventilen Danmark, hvis du ønsker at se forandringsteorien.

Derudover har vi succesmål for de unges oplevelser med fem emner: 'Omgangskreds uden for mødestederne', 'At tale om ensomhed', 'Hygge', 'Anerkendelse' og 'Opleve genkendelse/mindske anderledeshed'.

Vores succesmål er delt op i to: minimumsmål og drømmemål. 'Minimumsmål' er det resultat, vi kan være tilfredse med, mens 'drømmemål' er det vi håber på at opnå i fremtiden. Resultaterne af undersøgelsen skal først og fremmest gøre os klogere på, hvordan vi kan blive bedre til at hjælpe ensomme unge i vores mødesteder. Når vi også fastsætter drømmemål for vores ambitioner på længere sigt, er det for at sikre, at vi konstant arbejder på at udvikle os i en positiv retning, til gavn for de unge i mødestederne.

Vi har også et mål for andelen af unge der besøger Ventilens tilbud, men som kun kommer en gang.

Nedefor er en gennemgang af undersøgelsens ni succesmål. Minimumsmål og drømmemål står skrevet således: Minimumsmål/drømmemål.

### **Følelsen af ensomhed**

Unge, der kommer i Ventilens mødesteder, kommer der for at føle sig mindre ensomme. Ensomhed er en subjektiv følelse, og derfor spørger vi til om de unge *føler* sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i Ventilen.

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

- Mål: Mindst 65/80% føler sig 'lidt mindre' eller 'meget mindre' ensomme efter de er begyndt at komme i Ventilen (spm. 28 – se bilag 2).

### **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, hvilket resulterer i et lavt selvværd.

I spørgeskemaerne spørges de unge ikke direkte til selvværd, men i stedet om, hvor tilfredse de er med sig selv.

- Mål: Mindst 65/80% oplever, at de er blevet 'lidt mere' eller 'meget mere' tilfredse med sig selv efter de er begyndt i Ventilen (spm. 22 – se bilag 2).

## **Sociale kompetencer**

Vi tænker de sociale kompetencer, som færdigheder i forhold til at skabe sociale relationer, og at kunne håndtere sociale situationer. De unge bliver spurgt til, hvordan de oplever at håndtere sociale situationer.

- Mål: Mindst 65/80% oplever, at de er blevet 'lidt bedre' eller 'meget bedre' til at håndtere sociale situationer efter de er begyndt i Ventilen (spm. 23 – se bilag 2).

## **Mulighed for at tale om ensomhed**

I Ventilen skal de unge opleve, at de har mulighed for at tale om ensomhed. Dét at kunne tale om ensomhed, var et indsatsområde i 2013, hvor en arbejdsgruppe afdækkede hvilke barrierer, der kan være for at tale om ensomhed i mødestederne. Og det at tale om ensomhed, har været et indsatsområde i Ventilen i 2014, derfor er her høje måltal.

- Mindst 70/95% svarer, at de enten 'altid' eller 'for det meste' oplever, at de har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet (spm. 12 og 14 – se bilag 2).

## **En omgangskreds uden for mødestedet**

Hensigten med Ventilen er at klæde de unge på til at danne relationer *uden for* de trygge rammer i mødestederne. Sidste år viste interviews med de unge, at Ventilen nogle gange blev oplevet som en 'sovepude', hvor der ikke var nok fokus på livet 'efter' eller livet 'uden for' Ventilen.

- Mål: Mindst 50/80% svarer, at de har mødt nogen i Ventilen som de kan lave noget sammen med uden for åbningstiden, eller at de har lært nye mennesker at kende uden for Ventilen (spm. 18, 19, 20 og 21 – se bilag 2).

## **Hygge**

Rigtig mange af de unge nævner 'hygge', når de skal beskrive, hvad de sætter pris på ved mødestedet. Det har været gennemgående siden vi begyndte at dokumentere i 2011, og ensomhedsforskning peger på at hygge (sharing good times with others<sup>3</sup>), er afgørende for at danne relationer og komme ud af ensomhed.

- Mål: Mindst 50/80% svarer, at de 'altid' eller 'for det meste' hygger sig i mødestedet (spm. 8 og 9 – se bilag 2).

---

<sup>3</sup> Fra John Cacioppo's artikel 'Do you feel lonely? You are not alone: lessons from social neuroscience' (2013)



## **Anerkendelse**

I Ventilen skal den enkelte unge opleve at blive anerkendt og accepteret som den han/hun er. Derfor spørger vi de unge om de føler sig accepteret, respekteret og lyttet til i mødestedet.

- Mål: Mindst 50/80% svarer, at de i mødestedet oplever at blive respekteret, lyttet til og accepteret som den man er, enten 'altid' eller 'for det meste' (spm. 15, 16 og 17 – se bilag 2).

## **At opleve genkendelse og mindske følelsen af at være anderledes**

Det er et vigtigt mål i mødestederne, at unge opdager at de ikke er ene om at føle sig ensomme. Dét at høre om Ventilen og om at ensomhed er et problem, mange unge kender til, og dernæst at komme i Ventilens mødested og møde "ligesindede", kan give unge en aha-oplevelelse – og en umiddelbar oplevelse af at problemets uoverkommelighed mindskes.

- Mål: Mindst 50/80% svarer, at de oplever at passe ind i mødestedet, samt at de i mødestedet møder andre der har det ligesom dem (spm. 10 og 11 – se bilag 2).

## **Unge der kun kommer en gang**

Engangsbesøg har været et særligt opmærksomhedspunkt for Ventilen igennem de sidste tre år. Da vi begyndte at dokumentere i 2011 blev vi første gang opmærksomme på, at gruppen af unge, der kun kom én gang var relativt stor. Det er forventeligt, at der altid vil være en gruppe unge, som kun besøger Ventilens tilbud én gang, da de bruger besøget til at finde ud af, om Ventilen er noget for dem. Men samtidig er det vigtigt at modtage nye unge på en måde så de føler sig velkomne og inkluderede. Engangsbesøg blev derfor et opmærksomhedspunkt i rapporten for 2011 og på baggrund af det, besluttede Ventilens bestyrelse at gøre det til et indsatsområde i 2012. I forlængelse heraf, blev der udarbejdet anbefalinger til Ventilens tilbud på baggrund af en nærmere undersøgelse af "best practice". Samtidig blev det et succesmål at:

- Mål: Mindst 65/80% af nye unge i Ventilen kommer mere end en gang (dette måles ved hjælp af den løbende registrering i Ventilens tilbud).

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

# 3 Metode

## Forskellige typer data i rapporten

Rapporten belyser to overordnede spørgsmål: 1) Hvor mange unge kommer i Ventilens tilbud og 2) Hvordan oplever de unge Ventilens mødesteder. Det første spørgsmål er rent kvantitativt, og undersøges gennem løbende registrering, mens andet spørgsmål er både kvantitativ og kvalitativ, da det belyses gennem spørgeskemaer og interviews.

Rapporten bygger på tre forskellige dokumentationsformer:

1. Løbende registrering af de unge, der kommer i Ventilens tilbud, dvs. både mødesteder og KOMsammen-tilbud. Registreringen er en optælling af, hvor mange der kommer, og hvad der karakteriserer dem i forhold til alder, køn og beskæftigelse.
2. En spørgeskemaundersøgelse blandt de unge, der kommer i mødestederne, hvor der bl.a. er spørgsmål om oplevede forandringer. 90 unge har besvaret spørgeskemaet.
3. Interviews med fire unge der kommer i Ventilens mødesteder, hvor de unge spørges til deres oplevelser i mødestedet ud fra nogle særlige fokusområder. De unges svar bruges løbende gennem rapporten til at uddybe tallene fra spørgeskemaet.

Både spørgeskemaundersøgelse og interviews har fundet sted i efteråret 2014. Bemærk at spørgeskemaundersøgelsen udelukkende er sendt til unge i mødestederne. I rapporten refereres der derfor hhv. til 'mødesteder' og til 'Ventilens tilbud' hvor sidstnævnte omfatter både mødesteder og KOMsammen-tilbud.

Datamaterialet fra Ventilens tilbud bliver løbende registeret af de frivillige ved hver åbningsdag. Datamaterialet dækker alle unge som kommer i Ventilens tilbud, og giver derfor et meget solidt vidensgrundlag. Til forskel fra datamaterialet fra registreringen, er datamaterialet fra spørgeskemaundersøgelsen relativt lille, og derfor er det begrænset, hvor meget vi kan sige på baggrund af resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen.

I dette kapitel præsenterer vi de tre typer data der ligger til grund for rapporten, herunder omfanget af dataindsamlingen.

## Løbende registrering i mødestederne

Ventilens frivillige registrerer efter hver åbningsdag, hvilke unge der er kommet.

Registreringsskemaet består af to dele – et basisdokument og mødestedsskema.

Basisdokumentet indeholder de unges kaldenavn, køn, dato for start i tilbuddet, fødselsår, beskæftigelse og etnicitet. Registreringsskemaet indeholder data for, hvor mange der er kommet pr. åbningsgang, og hvilke unge det drejer sig om. Mødestedsskemaet udfyldes efter hver aktivitet i tilbuddet, 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 kan kun tilgås af folk, der er tildelt adgang fra Ventilen Danmarks sekretariat.

I praksis kan det ske, at enkelte registreringsskemaer ikke bliver udfyldt og sendt til sekretariatet. De unge der har besøgt Ventilens tilbud ved disse åbningsgange er derved ikke registreret, og denne åbningsgang registreres som uoplyst.<sup>4</sup> Derfor er der flere unge der har besøgt Ventilens tilbud, end dem der er registreret og som er beskrevet her i rapporten.

Registreringen er indsamlet fra januar til og med december 2014, i 15 af Ventilens 16 tilbud<sup>5</sup>. Et enkelt mødested er udtaget af datamaterialet, fordi de unge ikke er blevet registreret kontinuerligt i 2014.

---

<sup>4</sup> I 2014 er 43 åbningsgange registreret som uoplyst.

<sup>5</sup> Et af de 15 tilbud, startede dog op i maj 2014 og har derfor ikke haft åbent i starten af året.

## Spørgeskemaet

Spørgeskemaet blev sendt ud til mødestederne med post i august 2014, og er besvaret af de unge der kom i mødestederne i denne periode, og som ønskede at deltage.

Udover baggrundsspørgsmål (alder, køn osv.) indeholder spørgeskemaet en række spørgsmål til de unges oplevelse af mødestedet, herunder hvad de oplever at få ud af at komme i Ventilen.<sup>6</sup>

De unge i mødestederne er ofte kendetegnede ved, at de har svært ved at sætte ord på deres tanker og følelser. Derfor er spørgeskemaet konstrueret, så det hovedsageligt udgøres af spørgsmål med lukkede svarkategorier, med mulighed for at skrive uddybende kommentarer.

### Etiske overvejelser

En af retningslinjerne i Ventilens tilbud er, at de unge skal kunne komme anonymt i tilbuddet. Derfor er det 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 Ventilens sekretariat og en forsker fra Syddansk universitet, der har haft adgang til de besvarede spørgeskemaer. I mødestederne er spørgeskemaerne blevet forseglede 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.

### Deltagelse i spørgeskemaundersøgelsen

De unge kan komme i mødestedet så længe<sup>7</sup> og så ofte, som de føler, at de har behov for. Det at komme i mødestedet er meget uforpligtende, forstået på den måde, at man bare kan møde op, når der er åbent, og det er kun, når der er aktiviteter ud af huset, at man på forhånd behøver at give besked om, hvorvidt man kommer. Dette betyder også, at nogle unge kommer kontinuerligt over en længere periode, hvorimod andre 'går til og fra' efter behov. Derfor er det langt fra alle unge der bruger mødestederne, der er til stede i den periode hvor skemaet besvares.

---

<sup>6</sup> I spørgeskemaerne bliver de unge spurgt også deres ensomhed og selvværd ud fra to standardiserede skalaer – UCLA til at måle ensomhed og Rosenberg Self-Esteem Scale til at måle selvværd. I 2014 har der desværre ikke været tilstrækkeligt mange unge der har besvaret de forrige års spørgeskema. Derfor er det ikke muligt at konkludere om de unges ensomhed er mindsket, målt ud fra disse skalaer.

<sup>7</sup> Dog er Ventilens mødesteder for unge i alderen 15-25 år. Der kan dispenseres til og med det 27. år.

Svarprocenten kan udregnes ved at sammenholde antallet af besvarelser med antallet af unge der besøgte mødestederne i de to uger, hvor undersøgelsen blev foretaget. Vores mål for deltagelse i spørgeskemaundersøgelsen er, at mindst 75% af de unge, der besøgte mødestederne i de to uger, skulle besvare spørgeskemaet. Desværre betød en adresseændring, at en del af skemaerne først nåede frem efter svarperiodens udløb. Vi valgte at forlænge svarperioden for nogle af mødestederne, så de unge også der fik mulighed for at besvare skemaet. Den uens svarperiode i forskellige mødesteder, betyder at vi ikke kan udregne svarprocenten for spørgeskemaundersøgelsen i 2014.

### **Hvad kan vi sige på baggrund af spørgeskemaundersøgelsen?**

Antallet af respondenter er relativt lavt (90), og derfor kan en enkelt respondents svar få uforholdsmæssig meget vægt, især når det udregnes i procent, hvilket man skal være opmærksom på, når man kigger på tabellerne og graferne.

90 respondenter er for få til, at vi kan sige noget om signifikansen af resultaterne. Idet de unge svarer meget enslydende på flere af spørgsmålene, kan resultaterne af undersøgelsen dog siges at være et kvalificeret bud på, hvad unge får ud af at komme i Ventilens mødesteder.

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 ved at komme i mødestederne.

### **De unge der har besvaret spørgeskemaet**

Det er interessant, at vide om de unge der besvarer spørgeskemaet har været tilknyttet Ventilen i over længere tid, eller om de nyligt er startet. Tabel 1 viser at omkring halvdelen af de unge der har besvaret spørgeskemaet er kommet i mødestedet i under et år, mens omkring en tredjedel er kommet i mødestedet i mellem et og tre år.

**Tabel 1: "Hvor længe er du kommet i mødestedet?"**

	<b>Procent</b>	<b>Antal (N)</b>
I dag er min første gang	7%	6
Ca. 1 måned	16%	14
Under et halvt år	14%	13
Mellem et halvt år og et år	18%	16
1-3 år	31%	28
Mere end 3 år	14%	13
I alt	100%	90

Ud fra mødestedsskema-registreringerne ses der et billede af, at besøgsfrekvensen er meget varierende fra ung til ung. Nogle kommer konsekvent hver eneste gang mødestedet har åbent, mens andre bruger mødestederne mere sporadisk. Nogle unge har brug for mere end den indledende samtale til at finde ud af, om Ventilen er det rette sted for dem. De besøger mødestedet én eller få gange, og oplever derefter, at det ikke var det, de havde ledt efter.

Det fremgår af tabel 2, at 59% af de unge, der har udfyldt spørgeskemaet, kommer hver gang eller næsten hver gang.

**Tabel 2: "Hvor tit kommer du i mødestedet?"**

	<b>Procent</b>	<b>Antal (N)</b>
Jeg kommer hver gang eller næsten hver gang	59%	52
Jeg kommer mere end halvdelen af gangene	30%	26
Jeg kommer mindre end halvdelen af gangene	9%	8
Jeg kommer kun sjældent	2%	2
I alt	100%	88

Vi ved ikke, i hvilket omfang de 90 unge, der har besvaret spørgeskemaer, er repræsentative for de unge i mødestederne generelt. Vi kan dog se at de unge der har besvaret spørgeskemaet, ikke adskiller sig fra de unge der kommer i mødestedet i forhold til aldersgennemsnit og kønsfordeling. Gennemsnitsalderen er næsten ens; 20,6 år i undersøgelsen og 20,7 år generelt i mødestederne. Også kønsfordelingen er næsten ens,

nemlig 56% mænd og 44% kvinder i undersøgelsen, og 55% mænd og 45% kvinder i mødestederne.

## Interviews

Fire unge fra tre forskellige mødesteder er blevet interviewet. Udvælgelsen af, hvem der skulle interviewes, er først og fremmest sket på baggrund af de unge som frivilligt meldte sig. Vi har dog prøvet at udvælge deltagerne, så de blev så forskellige som muligt efter følgende kriterier:

- Tid i Ventilen (mindst i to måneder)
- Geografisk placering
- Køn

Interviewene er foretaget af to ansatte på sekretariatet med erfaring inden for området. Der er tale om to enkeltinterviews og et dobbeltinterview. Hvis den unge ønskede det, var der også en bisidder fra mødestedet til stede, hvilket var tilfældet to af gangene.<sup>8</sup>

I rapporten indgår citater fra alle fire interviewpersoner. Igennem rapporten vil interviewene blive inddraget gennem citater, for at uddybe de unges oplevelser, samt bruges til at give en bedre forståelse af de emne som tages op.

Interviewpersonerne er blevet anonymiseret i rapporten.

'Kasper' er 24 år, er kommet i Ventilen i et år og studerer.

'Jakob' er 23 år, er kommet i Ventilen i et år og arbejder.

'Anders' er 22 år, er kommet i Ventilen lidt over to år og er jobsøgende.

'Sofie' er 19 år, er kommet i Ventilen i ca. halvanden år og studerer.

---

<sup>8</sup> Grunden til, at bisidderen ikke var obligatorisk er, at den unge kan føle sig ufri til at tale helt åbent om mødestedet og de frivillige.

## 4 De unge i Ventilens tilbud

Ventilens frivillige registrerer efter hver åbningsdag, hvilke unge, der er kommet (se kapitel 3 om metode). Tallene i dette kapitel stammer fra denne løbende registrering, og dækker udover de 13 mødesteder også to KOMsammen-tilbud.

Da vi har dokumenteret vores indsats siden 2011, vil der i de tabeller, hvor det er muligt og relevant, fremgå resultater fra årene 2011-2014.

Antallet af unge (N) er ca. 612. Antallet af unge (N) kan variere lidt i de forskellige tabeller og figurer, idet der er enkelte unge, hvor vi ikke har oplysninger om fx køn eller beskæftigelse.

Kapitlets sidste tabel beskriver, hvordan de unge fandt frem til Ventilen. Denne tabel bygger på data fra spørgeskemaundersøgelsen, som 90 unge fra Ventilens mødesteder har besvaret. Her er data fra KOMsammen-tilbuddene ikke med.

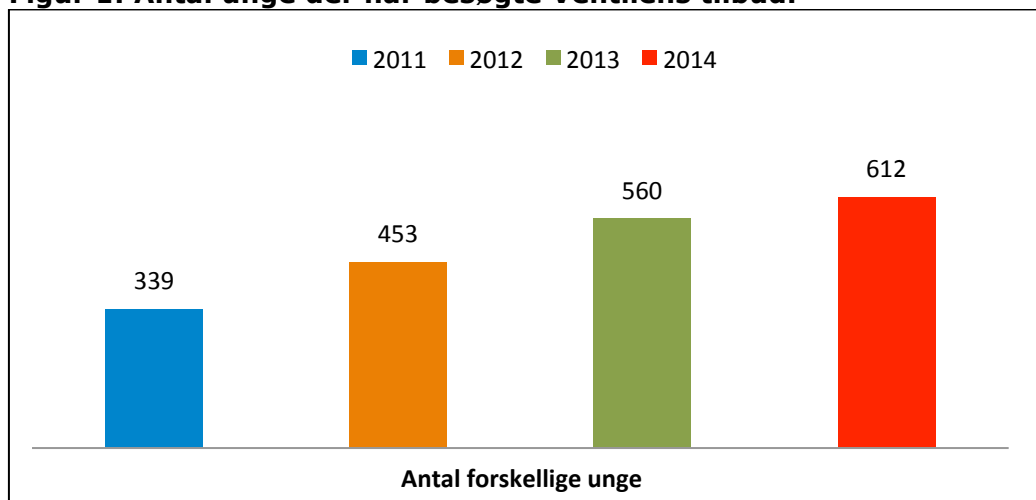


## Antal unge, besøg og åbningsdage i Ventilens tilbud i 2014

Der har i 2014 i alt været 5133 besøg i Ventilens tilbud, hvor tallet fra 2013 lå på 4952 besøg, hvilket er en stigning på 4%. Stigningen er ikke stor i betragtning af, at der i 2014 er data fra 15 tilbud og i 2013 var data for 13 tilbud.

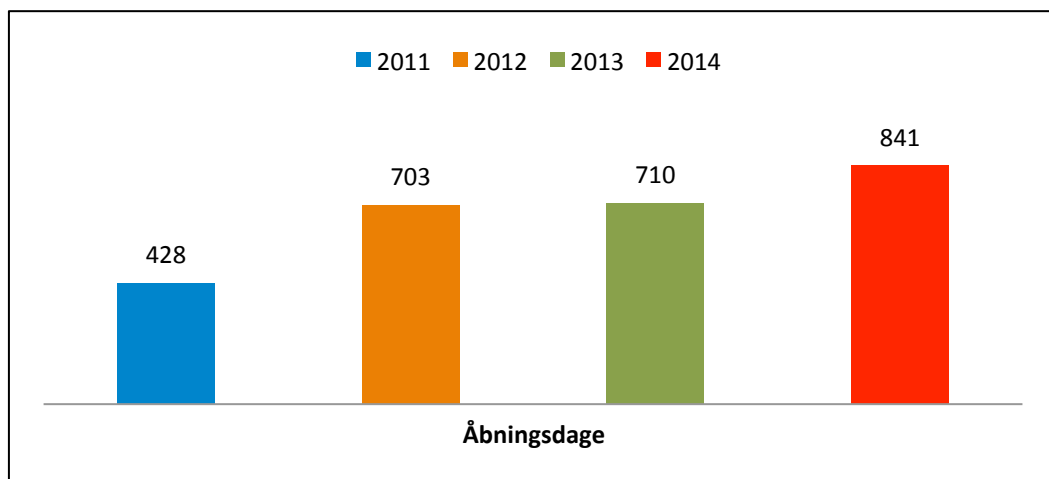
I Figur 1 ses det, at antallet af forskellige unge i 2014 er 612. Per åbningsgang var der i gennemsnit seks unge, som besøgte Ventilens tilbud.

**Figur 1: Antal unge der har besøgt Ventilens tilbud.**



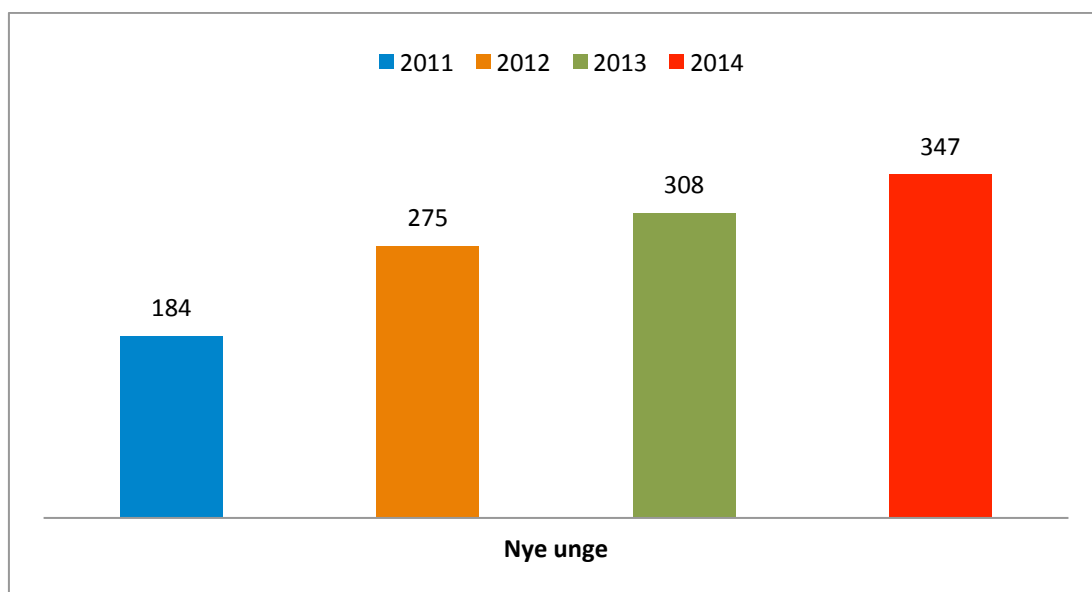
Antallet af Ventilens tilbud har varieret over årene. I 2011 er der indsamlet data fra 11 tilbud, i 2012 og 2013 er der indsamlet data fra 13 tilbud, og i 2014 er der indsamlet data fra 15 af Ventilens tilbud. Der er, ikke overraskende, stigning i antallet af åbningsdage og unge, jo flere af Ventilens tilbud der er inkluderet i dataindsamlingen. Det fremgår af Figur 2, at antallet af åbningsdage i Ventilens tilbud stiger fra 2011 til 2014. Antallet af åbningsdage i 2012 og 2013 er ca. på niveau, og stiger igen i 2014.

**Figur 2: Antal åbningsdage i Ventilens tilbud.**



Figur 3 viser, at der var 347 nye unge, som besøgte Ventilens tilbud i 2014, hvilket er 39 flere end i 2013. Figuren viser også, at tilgangen af nye unge har været stigende siden 2011.

**Figur 3: Nye unge i Ventilens tilbud.**



## Ventilen er ikke det rigtige sted for alle

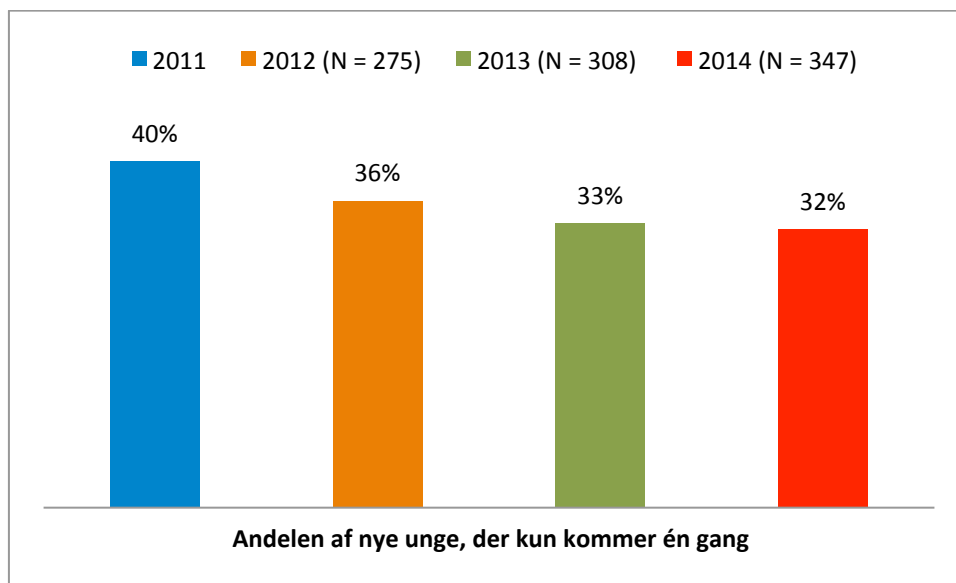
For nogle unge er ensomhed ikke deres primære problem, og for dem er Ventilens mødesteder ikke altid det rigtige tilbud.<sup>9</sup> Ventilens frivillige er ikke uddannede inden for det sociale, pædagogiske eller psykologiske område, så de er ikke klædt på til at hjælpe unge, der har misbrug eller alvorlige psykiske lidelser. I tilfælde af, at der kommer unge med problematikker, der ikke kan afhjælpes i Ventilens tilbud, bliver de unge så vidt muligt henvist til andre tilbud. I nogle tilfælde er det ikke muligt at henvise til andre tilbud, og i den situation bliver de unge desværre helt afvist – med en anbefaling om at søge læge, hvis de har ubehandlede psykiske lidelser.

I 2014 blev 16 unge afvist. Heraf blev syv unge henvist til et andet tilbud, og ni unge kunne desværre ikke umiddelbart henvises til et andet lokalt tilbud – typisk et problem i de mindre byer.

## Unge der kun kommer én gang

Figur 4 viser, at andelen af nye unge, som kun besøger Ventilens tilbud én gang er faldet fra 40% i 2011 til 32% i 2014. Dermed har vi nået succesmålet om, at mindst 65% af de unge der kommer første gang i Ventilens tilbud, kommer igen. Dette er netop et område vi har haft fokus på og arbejdet med siden 2012, hvor vi blandt andet har ændret en række anbefalinger og praksisser. Vi tror at disse ændringer har medvirket til at flere unge kommer igen.

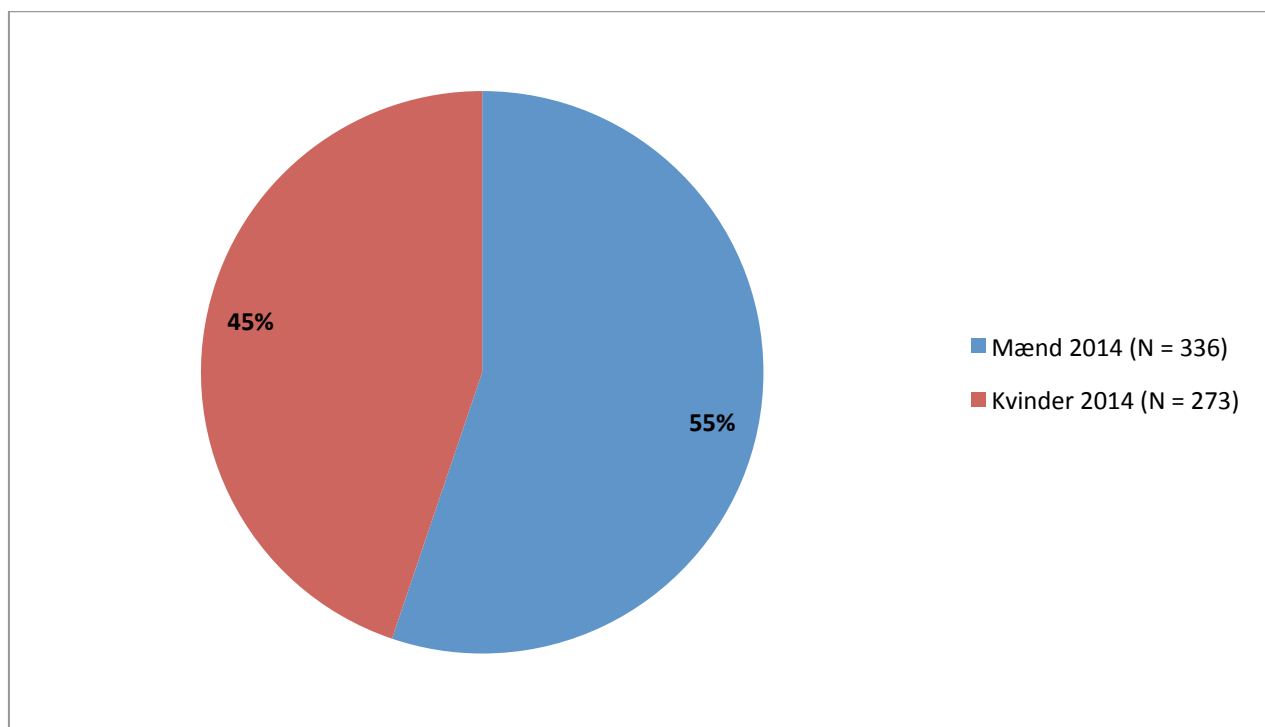
**Figur 4: Andelen af nye unge i Ventilens tilbud, der kun kommer én gang.**



<sup>9</sup> I Ventilens KOMsammen-tilbud, er det ikke et krav, at den unges primære problem er ensomhed.

## Køn

**Figur 5: Kønsfordelingen blandt de unge i Ventilens tilbud.**



Figur 5 viser, at der er lidt flere mænd end kvinder i Ventilens tilbud; 55% mænd og 45% kvinder. Den forholdsvis lige fordeling af mænd og kvinder svarer til, hvad undersøgelser af ensomme unge viser, nemlig at ensomhed ikke rammer det ene køn mere end det andet.<sup>10</sup>

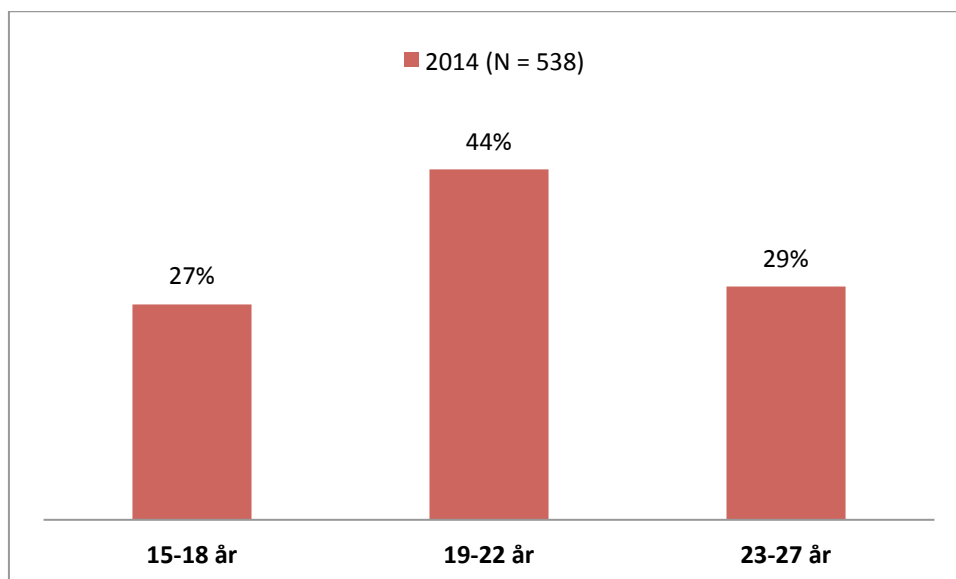
Det er Ventilens hensigt, at Ventilens tilbud både henvender sig til mænd og kvinder, dvs. at tilbuddet skal skabe rum og rammer for begge køn. Ved kvartalsstatus som sekretariatet laver til Ventilens tilbud, gøres der opmærksom på, hvis de har en skæv kønsfordeling, så de frivillige kan tage højde for, hvad dette eventuelt betyder for gruppedynamikken.

---

<sup>10</sup> Madsen, Katrine og Mathias Lasgaard (2014): Ensom, men ikke alene. Ventilen.

## Alder

**Figur 6: Aldersfordeling blandt de unge i mødestederne.**



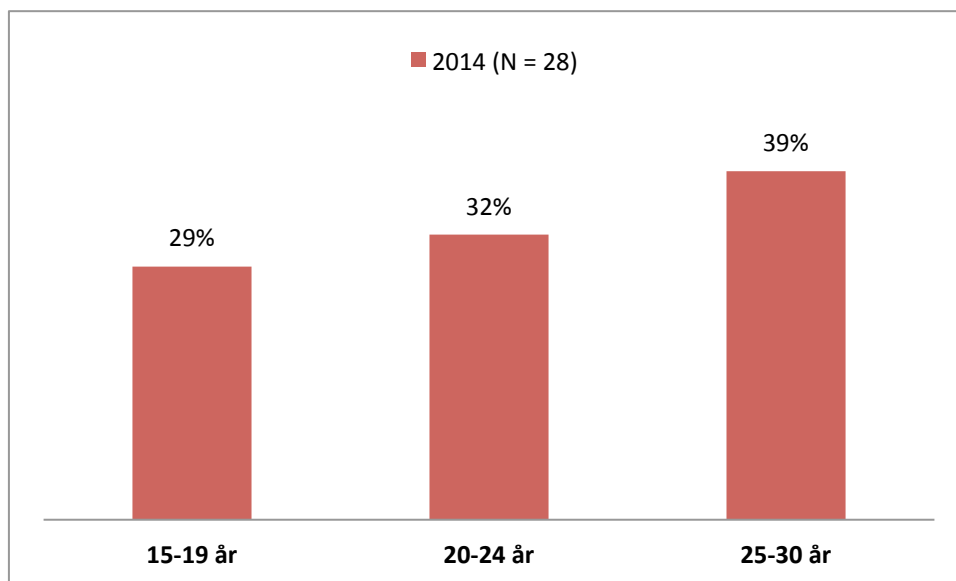
Ventilens mødesteder henvender sig til unge i alderen 15-25 år, med mulighed for at dispensere, så de unge kan fortsætte i mødestedet til de fylder 27 år.<sup>11</sup> Det ses i figur 6, at de unge i alderen 19-22 år udgør den største gruppe.

Gennemsnitsalderen for de unge i mødestederne ligger på 20,7 år i 2014. Ligesom med kønsfordelingen, gør kvartalsstatusserne opmærksom på, om alle aldersgrupper er repræsenteret i tilbuddene, da det er vigtigt, at de unge har mulighed for at spejle sig i jævnaldrende – og at de unge, uanset alder, føler sig som en del af fællesskabet.

---

<sup>11</sup> I 2014 var der 27 unge i mødestederne, der var 26 eller 27 år. Disse 27 unge har fået dispensation til at fortsætte i deres mødested.

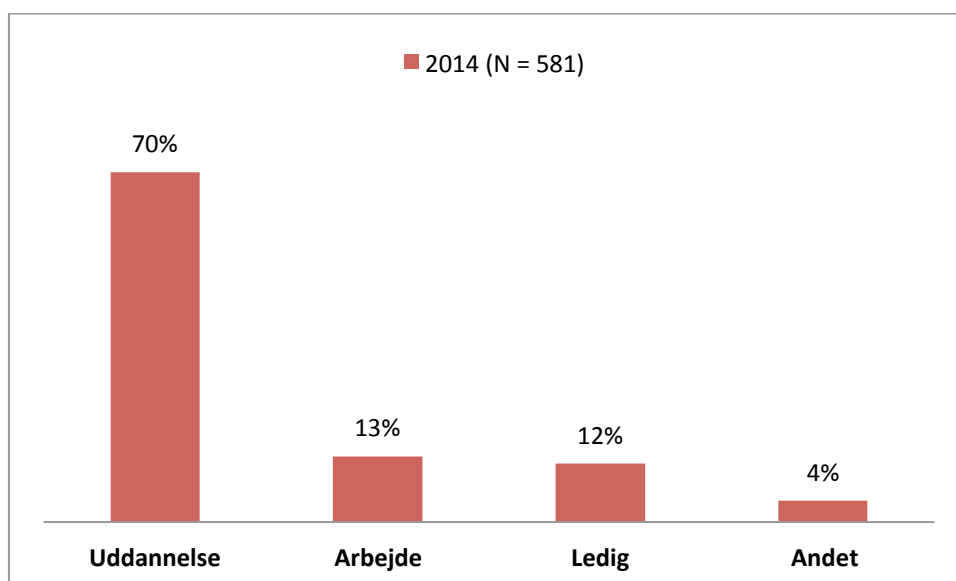
**Figur 7: Aldersfordeling blandt de unge i KOMsammen-tilbuddene.**



Ventilens KOMsammen-tilbud henvender sig til unge i alderen 15-30 år. Det ses i figur 7, at de unge i alderen 25-30 år udgør den største gruppe. Der skal dog tages forbehold for, at der alene er tale om 28 unge, som udgør en forholdsvis lille del af alle unge i Ventilens tilbud. Gennemsnitsalderen i KOMsammen tilbuddene er 23,1 år.

## Beskæftigelse

**Figur 8: De unges primære beskæftigelse.**

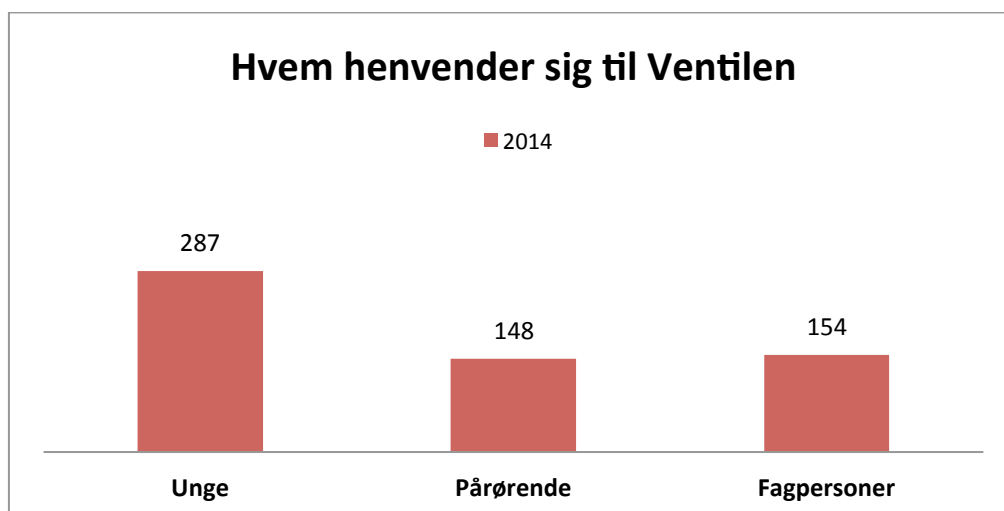


Figur 8 viser, at størstedelen af de unge er i gang med en uddannelse, nemlig 70%. Kategorien uddannelse dækker over blandt andet folkeskole, ungdomsuddannelse og videregående uddannelser. Yderligere viser figuren at den næststørste kategori er 'arbejde', som udgør 13% af de unge. Det ses at 12% af de unge er ledige, og 4% laver andet. I kategorien 'andet' indeholder unge, som fx er sygemeldt eller på førtidspension.

De fleste unge i Ventilen har job eller er under uddannelse, og er derfor sammen med andre mennesker til hverdag. Dermed er de unge i Ventilen ikke nødvendigvis isolerede og alene i dagtimerne, men føler sig alligevel ensomme.<sup>12</sup> Som nævnt i rapportens indledning, er Ventilens definition af ensomhed "at ensomhed opstår, når de behov man har for sociale relationer ikke dækkes." Det giver derfor mening, at de unge kan føle sig ensomme selvom de til hverdag er omgivet af mennesker.

## Henvendelser til Ventilen

Figur 9: Antallet af henvendelser til Ventilen.



Figur 9 dækker både henvendelser, der kommer til de enkelte tilbud i Ventilen, og de der kommer ind til sekretariatet, samt dækker både telefon og mail. Figuren viser, at størstedelen af henvendelserne kommer fra unge, dvs. potentielle unge til Ventilens tilbud. I gennemsnit modtager Ventilen hver måned ca. 24 henvendelser fra unge, og ca. 12

---

<sup>12</sup> Det er dog ikke alle der har et job eller er under uddannelse, der er sammen med andre mennesker – fx findes der fjerntudier hvor man tager en uddannelse på internettet.

henvendelser fra henholdsvis pårørende og fagpersoner der henvender sig på vegne af en ung.<sup>13</sup>

## Sådan hører de unge om Ventilens mødesteder

Viden om hvor de unge hører om Ventilen, kan hjælpe Ventilens tilbud med, at målrette eller styrke deres informationsindsats lokalt. Bemærk at tabel 3 bygger på data fra spørgeskemaundersøgelsen, som 90 unge fra mødestederne har besvaret, og derfor ikke omfatter KOMsammen-tilbuddene.

**Tabel 3: "Hvordan fandt du frem til Ventilen?"**

	Procent	Antal (N)
Jeg hørte om det fra én i min familie	46%	41
Jeg fandt det selv på nettet	16%	14
Jeg hørte om det gennem venner/bekendte	13%	12
Jeg hørte om det fra min læge/ psykolog/kontaktperson	10%	9
Jeg hørte om det fra min lærer/pædagog	8%	7
Jeg så en plakat/folder i byen/på skolen	3%	3
Jeg så noget om det i fjernsynet/i avisen/hørte noget i radioen	3%	3
Jeg mødte nogle frivillige på gaden eller andre steder, der fortalte om Ventilen	3%	3
Jeg hørte et oplæg om det på min skole	3%	3
Andet sted/andre	7%	6

Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

Tabel 3 viser, at det oftest er gennem familien, at de unge hører om Ventilen – hele 46%, hvilket har været samme billede tidligere år. Tallene viser ligeledes, at det er vigtigt, at oplyse bredt om ungdomsensomhed og Ventilen. Vi arbejder samtidig kontinuerligt på, at holde professionelle fagpersoner orienteret om tilbuddet, så de kan henvise unge til Ventilens tilbud.

---

<sup>13</sup> Antallet af henvendelser dækker alle Ventilens 16 tilbud.



## Opsamling: De unge i Ventilens tilbud i 2014

På baggrund af denne gennemgang, kan vi konkludere:

- 612 forskellige unge besøgte Ventilens tilbud.
- 55% var mænd og 45% var kvinder.
- Størstedelen af de unge i mødestederne er mellem 19 og 22 år og aldersgennemsnittet er 20,7 år.
- Størstedelen af de unge i KOMsammen tilbuddene er mellem 25 og 30 år og aldersgennemsnittet er 23,1 år.
- 347 unge besøgte Ventilens tilbud for første gang.
- 68% af de unge der besøgte Ventilens tilbud for første gang, kom igen.
- 70% af de unge er i gang med at uddanne sig.
- 46% af de unge har fundet frem til Ventilen, efter de har hørt om Ventilen gennem én i deres familie (baseret på 90 unge)
- Ventilen fik 287 henvendelser fra unge, 148 henvendelser fra pårørende og 154 henvendelser fra fagpersoner.

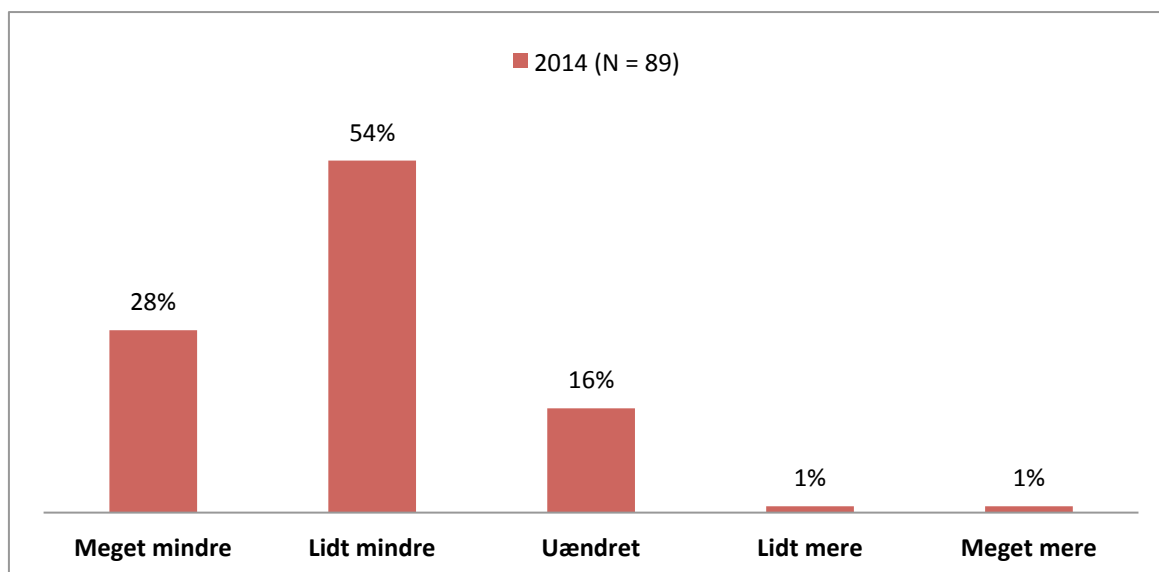
## 5 Dét får de unge ud af at komme i Ventilens mødesteder

Formålet med Ventilen er først og fremmest, at hjælpe de unge til at finde en vej ud af deres ensomhed. Nogle af de vigtige skridt på vejen, er at de unge opbygger bedre sociale kompetencer og opnår et styrket selvværd, så de får modet og redskaberne til at komme ud af ensomheden. Dette kapitel handler om, hvilke forandringer de unge oplever i forhold til følelsen af ensomhed, selvværd og sociale kompetencer. Afslutningen af kapitlet handler om, hvad de unge mere generelt får ud af at komme i mødestederne.

### Følelsen af ensomhed

Ventilens grundlæggende formål er at hjælpe de unge ud af ensomheden. Derfor er det centralt at undersøge om de unge føler sig mindre ensomme. Ensomhed er en subjektiv følelse, og det er derfor 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 følelse af ensomhed.

**Figur 10: " Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i Ventilen?"**



Figur 10 viser, at der er 28% af de unge, som føler sig 'meget mindre' ensom, efter de er begyndt i Ventilen. Samlet set er der 82% af de unge, som oplever, at de er blevet 'meget mindre' eller 'lidt mindre' ensomme, efter de er begyndt i Ventilen, dermed er drømmemålet om 80% nået.

Figuren viser også, at 16% af de unge svarede at deres følelse af ensomhed var uændret. Og at der samlet er 2% af de unge, som føler sig 'lidt mere' eller 'meget mere' ensomme efter de er startet i Ventilen.<sup>14</sup>

Det er meget forskelligt, hvad det præcist er i mødestedet, der medfører en forandring for den unges følelse af ensomhed. Hvad der kan medvirke til at skabe en forandring, uddybes blandt andet i interviewet med Jakob, som beskriver hvad der hjælper ham med hans ensomhed.

*"Jeg har altid haft det lidt ensomt. Jeg har godt kunne bruge nogen på min egen alder at tale med og hygge mig sammen med, og det har jeg ikke rigtig haft. Det her (Ventilen) tilbød det, samtidig med at jeg kunne få flere nuancer i min hverdag".*

(Jakob)

Det centrale for Jakob er, at han i Ventilen har mulighed for at møde og tale med jævnaldrende, og han har fået nogen at hygge med.

Ved spørgsmålet om, "kan du fortælle, hvad du har fået ud af at komme i Ventilen?", beskriver Kasper, hvad Ventilen har betydet for ham.

*"Man indser, at der er mange forskellige måder, man kan være ensom på. Det er ikke bare, at der ikke er nogen mennesker man snakker med, for der er folk der snakker med rigtig mange, men ikke rigtig får tilfredsstillende behov, de har. Der er folk, der hele tiden snakker med folk, men det var bare ikke de rigtige mennesker de snakke med, eller om de rigtige ting".*

(Kasper)

Både Jakob og Kasper inde på, at følelsen af ensomhed er kompleks. Jakob beskriver fx at Ventilen hjalp i forhold til, at få flere nuancer på hans hverdag, hvor Kasper i den sammenhæng beskriver, at ensomhed har flere sider, og man kan opleve at være ensom, selvom man har mange mennesker omkring sig.

---

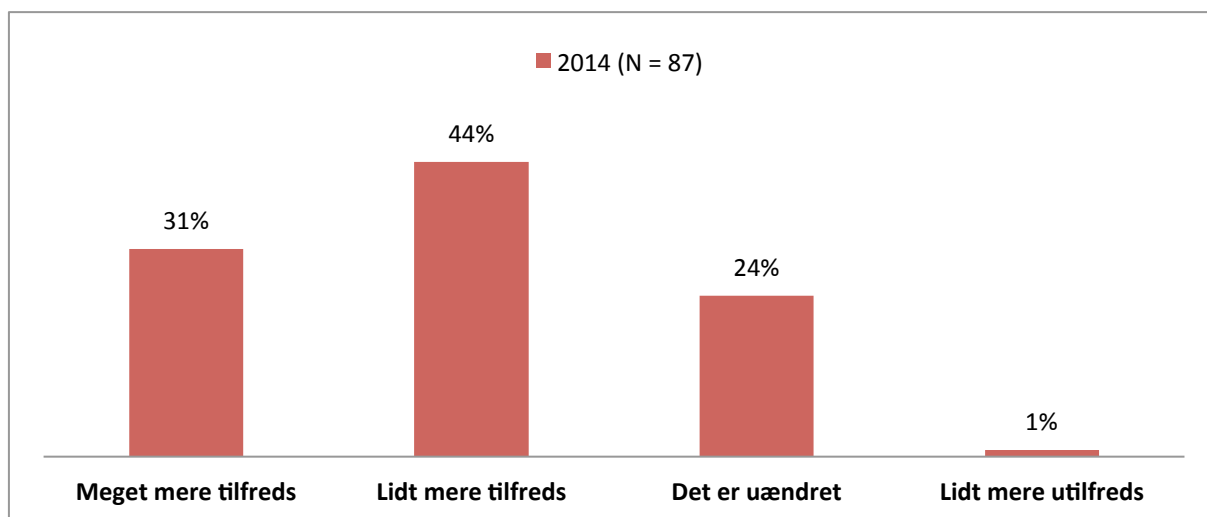
<sup>14</sup> De 2 procent svarer til to personer

Jakob og Kasper beskriver hermed begge, at det ikke alene handler om, at finde ud af, hvad der hjælper i forhold til følelsen af ensomhed, men at det er en proces, hvor det også er vigtigt, at få flere nuancer på den følelse af ensomhed man oplever.

## Selvværd

Vi undersøger selvværd, ved at spørge til om den unge er "tilfreds med sig selv".

**Figur 11: " Oplever du, at være mere tilfreds eller utilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?"**



Figur 11 viser, at hhv. 31% og 44% af de unge svarer, at de oplever, at være 'meget mere' og 'lidt mere' tilfredse med sig selv efter de er begyndt i Ventilen. Dermed er den samlede andel der er mere tilfredse med sig selv på 75%, og succesmålet på 65% er nået.

For nogle af de unge ligger følelsen af selvværd og selvtillid tæt op ad hinanden, og i det følgende uddyber Anders årsagen til, at han oplever, at have fået mere selvtillid og et højere selvværd efter at han er startet i Ventilen.

*"At være her inde (Ventilen), det hjalp mig ligesom til at få mere selvtillid. Jeg tænker ikke så meget mere over nu, hvad andre de tænker om mig, jeg tænker mere, at jeg bare er mig selv. Jeg er glad for den jeg er, og hvis andre de ikke kan lide mig, så er det surt for dem, så er det deres fejl."*

Anders beskriver altså her, at han i Ventilen har lært at stå ved sig selv og bekymre sig mindre om, hvad andre tænker om ham. Han fokuserer mindre på andres tanker og fokusere mere på, at holde af sig selv. Anders beskriver i næste citat, hvorfor han er i stand til at fokusere mindre på, hvad andre tænker om ham.

*“Altså Ventilen har hjulpet mig rigtig meget med mit selvværd, - jeg føler ligesom at jeg er blandt venner her, og nogen som virkelig holder af mig ud over min familie og mine andre venner. Jeg har fået venner, jeg kan stole på, og snakke med ting om. Og det har hjulpet mig rigtig meget.”*

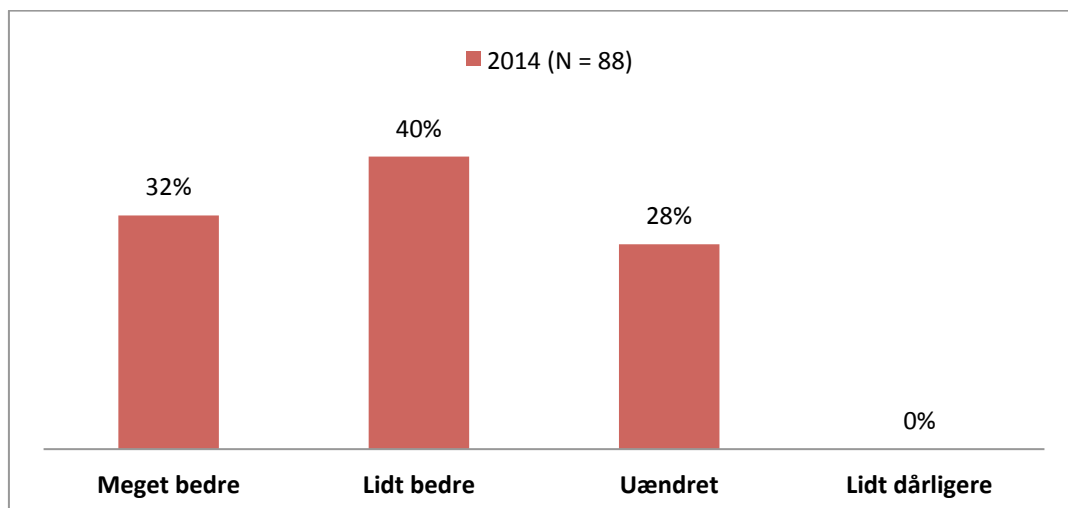
(Anders)

Anders fortæller, at han oplever, at blive holdt af og respekteret af de andre unge i Ventilen. Han beskriver, at den relation der opbygges, hvor man kan stole på hinanden, betyder for ham, at hans selvværd er blevet højere. Anders udtrykker i citaterne, at det er nemmere at holde af sig selv, når omgivelserne forholder sig positivt til ens person.

## Sociale kompetencer

For at undersøge, om de unge oplever, at de har fået flere sociale kompetencer, blev de spurgt til deres 'håndtering af sociale situationer'.

**Figur 12: " Oplever du, at du generelt er blevet bedre eller dårligere til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i Ventilen?"**



Figur 12 viser, at hhv. 32% og 40% af de unge i 2014 svarer, at de oplever at være 'meget bedre' og 'lidt bedre' til at håndtere sociale situationer efter de er begyndt i Ventilen. Dermed er den samlede andel 72% og succesmålet på 65% er nået.

De unge der er blevet interviewet, er meget bevidste om vigtigheden i, at kunne håndtere de sociale situationer. Kasper beskriver i det følgende, at den sociale træning i Ventilen er vigtigt for ham fordi det fra samfundets side forventes, at man i hans alder mestrer de sociale færdigheder.

*"Lige nu kan den (Ventilen) give noget social træning, og den kan give større netværk. Og i fremtiden, da kan du bruge den sociale træning, du har fået her. Du kan bruge den øvelse til næsten alting. Uanset hvilken uddannelse man skal have, eller hvad man skal lave i sin fremtid, så skal du på et eller andet punkt kunne snakke med folk. Det bliver man nødt til at lære, og det er forventet at man kan det, når man oppe i vores alder".*

(Kasper)

Jacob fortæller at det bare er sværere for nogen, at mestre de sociale færdigheder, og det kan derfor ikke tages forgivet, at alle kan det.

*"Nogle af de der sociale færdigheder, dem får man bare ikke altid med i manualen til livet."*

(Jakob)

Jacob uddyber, at han har et behov for at øve sig i de sociale færdigheder, og beskriver også hvordan han oplever, at blive bedre til at håndtere de sociale situationer.

*"Jeg er blevet bedre til at holde en samtale i gang, men jeg er ikke den opsøgende person i forhold til at tale med andre. Hvis der er én jeg ikke kender, der spørger mig om noget, så svarer jeg da. Men jeg har aldrig været sådan én, der går hen til en fremmede og starter en samtale. Men jeg kan da helt klart holde en samtale bedre i gang, for førhen da lukkede jeg den altid med ja/nej-svar, for at lukke den hurtigst muligt. Men nu er jeg mere åben og stiller nogle spørgsmål tilbage, eller svarer på en måde, så man tvinger personen til at sige en sætning".*

(Jakob)

## Om tidligere års resultater

I tidligere års spørgeskemaundersøgelser, er de unge også blevet spurgt til følelsen af ensomhed, selvværd og sociale kompetencer. Svarene fordeler sig nogenlunde ens de forskellige år, og det generelle billede er at:

- Godt 80% føler sig meget mindre eller lidt mindre ensomme.
- Omkring 75% oplever at være 'lidt mere' eller 'meget mere' tilfredse med sig selv (selvværd).
- Over 70% oplever, at være 'lidt bedre' eller 'meget bedre' til at håndtere sociale situationer.

Det er ikke muligt at lave en direkte sammenligning af tallene fra de forskellige år, da antallet af besvarelser ikke har været højt nok.<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> Dermed er der ikke grundlag for at sige, om forskelle på tallene er udtryk for forskelle 'i virkeligheden' eller om det skyldes tilfældighed.

## Andet, de unge får ud af at komme i mødestederne

For at komme omkring, hvad de unge får ud af at komme i mødestederne, indeholdt spørgeskemaundersøgelsen en liste af forslag. De unge måtte sætte så mange krydser, de havde lyst til. Det kan betyde, at de unge har valgt at sætte krydser ved de udsagn, hvor de kunne genkende sig selv mest. Det betyder ikke nødvendigvis, at de er uenige i de andre udsagn. Det har resulteret i følgende svar:

**Tabel 4: "Er der andet, du får ud af at komme i mødestedet?"**

	Procent	Antal (N)
Jeg får nogle gode oplevelser (caféture, biografture, sommertur etc.)	64%	56
Jeg har nogen at være sammen med	55%	63
Jeg er blevet gladere	55%	48
Jeg er blevet mere åben	53%	47
Jeg er blevet mere positiv i forhold til min fremtid	38%	33
Jeg har nogen at tale med om min hverdag	36%	32
Jeg har fået mere mod på at gøre noget ved min ensomhed	34%	30

Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

Det er Ventilens erfaring at den årlige sommertur, og mulighed for nytårsfejring, er vigtig for mange unge i mødestederne. Også de unge der blev interviewet i 2014, nævner sommertur og nytår, som positive oplevelser de har haft i Ventilen. Her beskriver Kasper sin nytårsaften:

*"Nytåret holdte vi (Kasper og ven) jo med folk fra Ventilen, hvor vi mødtes og holdte nytår sammen alle sammen. Det ville jeg ikke kunne gøre normalt. Normalt så tager jeg bare rundt til folk, der alligevel holder nytår, men her da var vi med til at samle vores egen fest. Så kan man se hvor langt man egentlig er nået med det sociale, og man kan se, at man har et meget større netværk. Og det var alle sammen folk jeg havde mødt her (i Ventilen)".*



Den positive oplevelse for Kasper nytårsaften er, at være en del af et fællesskab og opleve, at have et netværk af venner. Kasper kommer i interviewet også ind på sommerturen, hvor han oplevede at kunne mestre situationen bedre end tidligere.

*"Jeg synes, at jeg er blevet bedre til at opsøge andre mennesker; det kunne jeg se på sommerturen".*

(Kasper)

Kasper er ikke den eneste, som i sit interview fortæller om sommerturen, som en positiv oplevelse. Her beskriver Anders, hvad han tænker om Ventilens sommertur.

*"Vi har også sådan en sommertur jo, hvor der er rigtig mange der gerne vil med. Og jeg tænker også, at det kan være en god ide for dem som er lidt ensomme, og ikke ved hvad de skal lave i sommerferien."*

(Anders)

## **Opsamling: Dét de unge får ud af at komme i Ventilens mødesteder**

På baggrund af denne gennemgang, kan vi konkludere følgende:

- 82% af de unge føler sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i Ventilens mødesteder.
- 75% af de unge har oplevet et styrket selvværd siden de startede i Ventilen.
- 72% af de unge oplever, at de er blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter de er begyndt at komme i Ventilen.

Dermed er vores succesmål nået, idet succesmålet på 65% er nået på alle tre ovenstående spørgsmål. På spørgsmålet om følelsen af ensomhed, har vi også nået drømmemålet på 80%.

## **6 De unges oplevelser i Ventilens mødesteder**

Alle 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.

Dette kapitel handler om de unges oplevelser i mødestedet, opdelt i følgende emner:

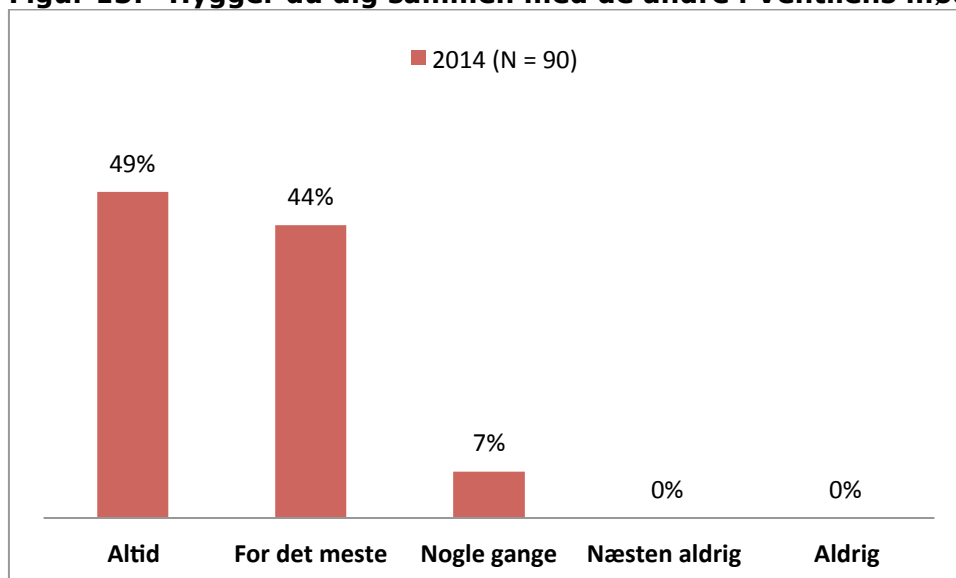
- Hygge
- Anerkendelse
- At føle sig mindre anderledes
- Skabelsen af en omgangskreds
- At tale om ensomhed

## Hygge

Siden vi begyndte at dokumentere Ventilens arbejde i 2011, har det været gennemgående at mange nævner 'hygge' i deres beskrivelse af, hvad de sætter pris på ved mødestedet.

Ensomhedsforskning peger på at hygge (sharing good times with others<sup>16</sup>), er afgørende for at danne relationer og komme ud af ensomhed. Derfor har vi spurgt til hvor ofte de unge hygger sig i mødestedet.

**Figur 13: "Hygger du dig sammen med de andre i Ventilens mødested?"**



Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

Figur 13 viser at 93% svarer at de altid eller for det meste hygger sig sammen med de andre i mødestedet. Dermed er drømmemålet på 80% opnået.

Det er ikke sikkert, at alle mener det samme med ordet 'hygge'. Derfor har vi spurgt nærmere ind til om de unge har det rart sammen med hinanden. I tabel 5 nedenfor, kan man se at størstedelen af de unge svarer at de kan snakke, grine og slappe af sammen med de andre. Knap to tredjedel (70%) svarer at de kan være sig selv i mødestedet.

---

<sup>16</sup> Fra John Cacioppo's artikel 'Do you feel lonely? You are not alone: lessons from social neuroscience' (2013)

**Tabel 5 "Her er en række eksempler på, hvordan man kan have det i mødestedet"**

	<b>Procent</b>	<b>Antal (N)</b>
Jeg kan snakke med de andre	89%	80
Jeg kan grine sammen med de andre	82%	74
Jeg kan slappe af sammen med de andre	79%	70
Jeg kan være mig selv	70%	63
Ingen af eksemplerne passer på mig	1%	1

I interviewet med Anders kommer han ind på temaet hygge.

*"Jeg synes det er rigtig hyggeligt, (at komme i Ventilen) fordi, at man sidder og spiller kort, og snakker, og laver mad sammen, og har det sjovt, og spiller nogle spil - man kommer derfor også til, at kende hinanden bedre - end man egentligt forestiller sig."*

*(Anders)*

I citatet ovenfor fortæller Anders at hyggen for ham består i at lave aktiviteter sammen med de andre i mødestedet og have det sjovt sammen. Og at aktiviteterne giver mulighed for at lære hinanden at kende.

Kasper beskriver lignende aktiviteter når han spørges om, hvornår han hygger sig i mødestedet:

*"Det er godt at man laver lidt forskelligt (i mødestedet). Jeg hygger mig også meget, når vi bare spiller spil eller ser film. Det hygger jeg mig rigtig meget med. Men engang imellem skal der altså også komme nogle tunge ting op".*

*(Kasper)*

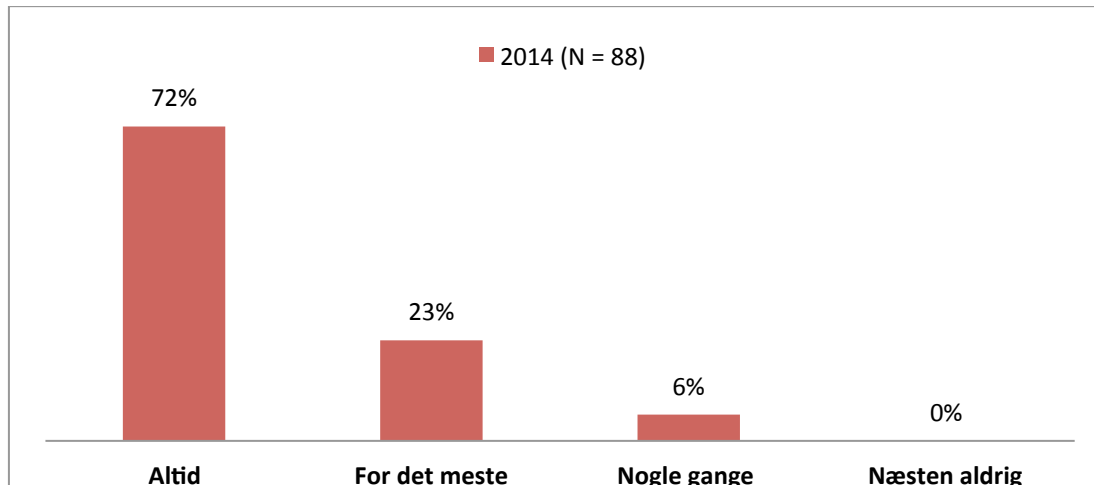
Kasper gør opmærksom på, at for ham er det vigtigt, at han kan hygge sig i mødestedet, men at han også har et behov for, at der er plads til, at kunne tale om mere alvorlige emner. Det vender vi tilbage til at afsnittet 'At tale om ensomhed'.

## Anerkendelse

I mødestedet skal den enkelte unge opleve at blive anerkendt og accepteret som den han/hun er. Ligesom med hygge, kan man lægge forskellige betydning i ordet 'anerkendelse'. Vi har valgt at spørge om de unge føler sig accepteret, respekteret og lyttet til i mødestedet – og på den måde undersøge om de unge følger sig anerkendt i mødestedet.

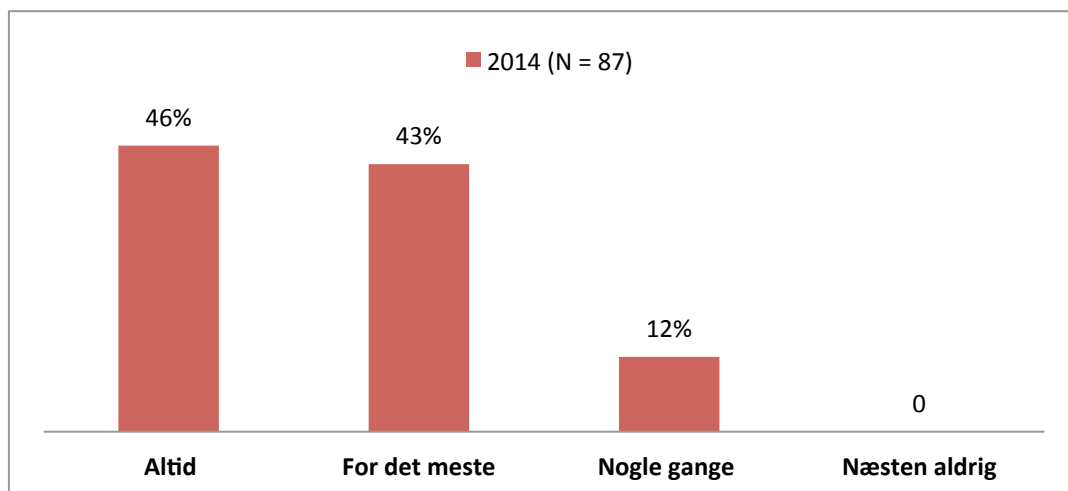
I figur 14-16 kan man se at størstedelen af de unge oplever at de bliver accepteret, lyttet til og respekteret. Succesmålet for anerkendelse er at mindst 50/80% skal svare, at de i mødestedet oplever at blive respekteret, lyttet til og accepteret som den man er, enten 'altid' eller 'for det meste'. Da over 80% har svaret bekræftende på dette, er drømmemålet nået.

**Figur 14: "Oplever du, at du i mødestedet bliver accepteret som den du er?"**



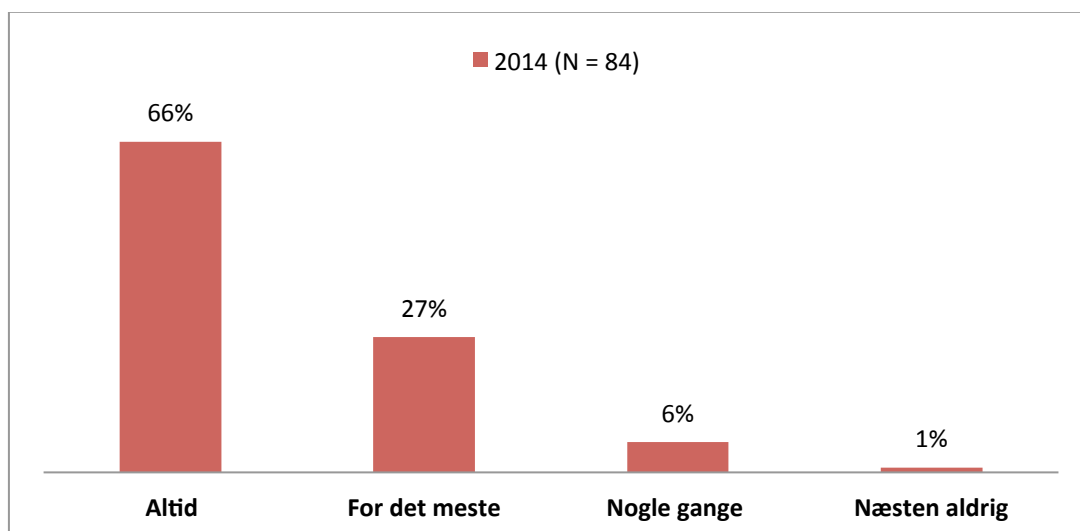
Bemærk at figur 14 summer til 101% pga. afrunding

**Figur 15: "Oplever du, at de andre i mødestedet lytter til dig?"**



Bemærk at figur 15 summer til 101% pga. afrunding

**Figur 16: "Oplever du, at de andre i mødestedet respekterer dig?"**

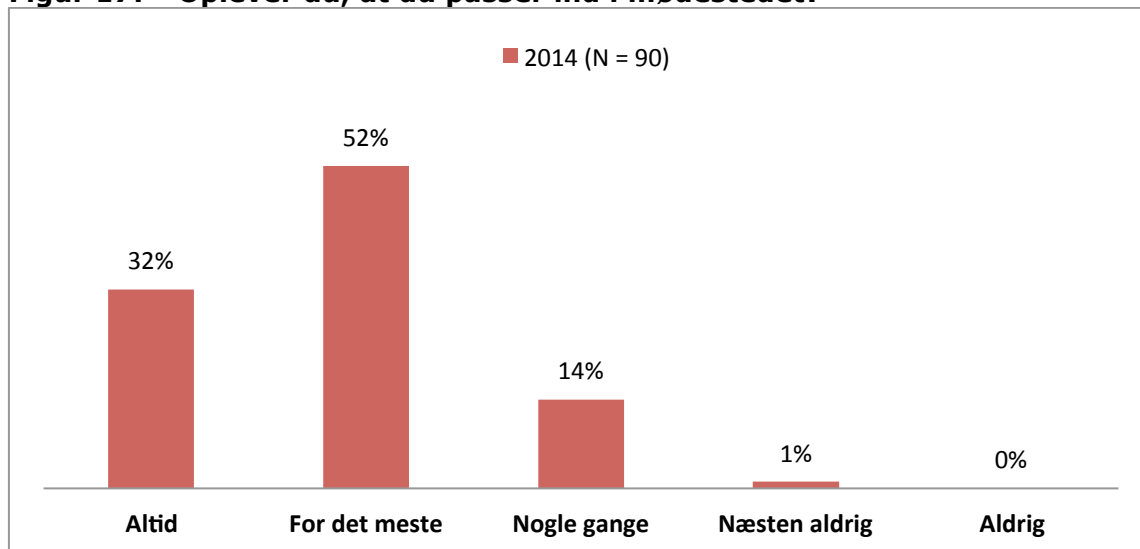


## **At opleve genkendelse og mindske følelsen af at være anderledes**

At høre om Ventilen, og om at ensomhed er et problem mange unge kender til, og dernæst at komme i et mødested og møde "ligesindede", kan give unge en aha-oplevelse – og en

umiddelbar oplevelse af at problemets uoverkommelighed mindskes. Derfor er det et vigtigt mål i mødestederne, at unge opdager at de ikke er ene om at føle sig ensomme.

**Figur 17: "Oplever du, at du passer ind i mødestedet?"**



Figur 17 viser at 84% af de unge svarer at de altid eller for det meste oplever at de passer ind i mødestedet. Hermed er drømmemålet på 80% opnået.

Nedenfor i tabel 6 kan man se at 62% har svaret at de kan møde i mødestedet andre der har det ligesom dem. Her er succesmålet på 50% opnået.

**Tabel 6: "Her er en række eksempler på, hvordan man kan have det i mødestedet"**

	Procent	Antal (N)
Jeg kan møde andre som jeg har nemt ved at tale med	71%	63
Jeg kan møde andre der har det ligesom mig	62%	55
Jeg kan møde andre som forstår mig	53%	47
Jeg kan møde andre der har haft samme oplevelser som mig	42%	37
Ingen af eksemplerne passer på mig	7%	6

Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

I interviewene med Anders, Kasper og Sofie, fortæller de om at føle sig anderledes end andre unge, som de møder uden for Ventilen fx i skolen. Ventilen betyder for de unge, at de oplever, at det ikke er unormalt at føle sig ensom eller have problemer.

*"Jeg føler, (...) at jeg kan være mig selv (når jeg er her i Ventilen), fordi at der er mange andre som der har lidt lignende problemer, så jeg føler mig ikke udstødt ligesom i folkeskolen."*

*(Anders)*

Den genkendelse der sker, betyder for Kasper, at han tør at åbne sig op overfor andre unge og tale om hans situation og følelser. Han fortæller at Ventilen kan bruges til, at tale om de ting, som kan være svære at tale om med ens familie og omgangskreds.

*"Ja, når jeg kommer her i mødestedet (kan jeg tale om det). Men udenfor, da synes jeg, at jeg holder det meget for mig selv. Fordi jeg ikke vil have, at folk bliver bekymret. Men i mødestedet, er vi ligesom samlet med det tilfælles, så der kan man sagtens åbne lidt op".*

*(Kasper)*

At møde andre unge som har lignende problemer, er centralt for de tre unge i disse interviews. Sofie beskriver, hvordan det for hende, er nok bare at vide, at de andre har et problem.

*"Når jeg sidder på mit arbejde eller er min skole, så tænker jeg; okay, de (andre) har ikke de samme problemer som mig. Men hernede (i mødestedet) da er det bare helt normalt, at man har et problem. Det synes jeg faktisk er meget rart. Jeg behøves ikke at vide, hvilke problemer de har, bare det at de har et problem, det er nok".*

*(Sofie)*

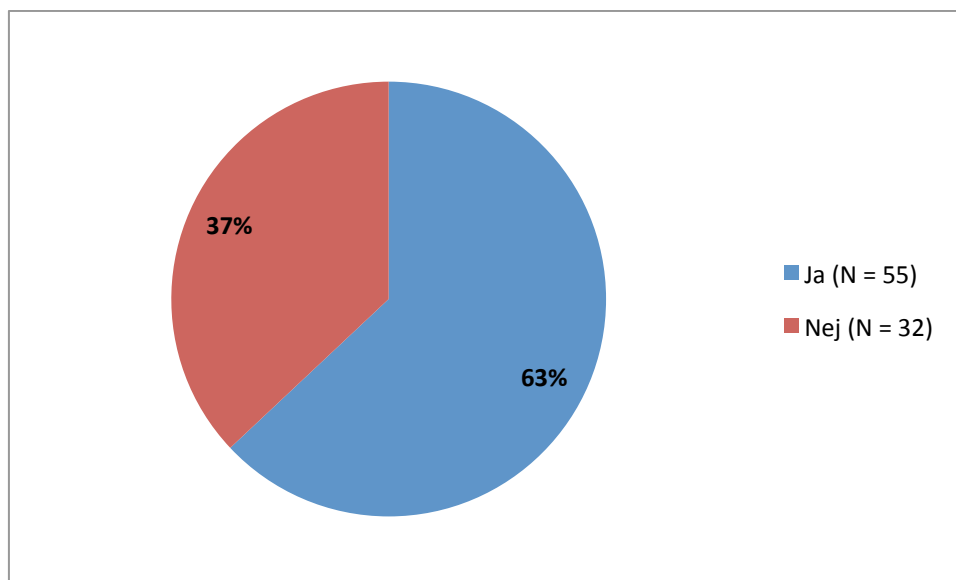


## Skabelsen af en omgangskreds

Hensigten med Ventilen er at klæde de unge på til at danne relationer *uden for* de trygge rammer i mødestederne. Sidste år viste interviews med de unge, at Ventilen nogle gange blev betragtet som en 'sovepude', hvor der ikke var nok fokus på 'livet efter' eller livet 'uden for' Ventilen.

Derfor spørger vi til om de unge har mødt nogen de kan lave noget sammen med uden for Ventilens åbningstid – enten andre unge fra Ventilen eller nogen der ikke kommer i Ventilen. Figur 18 viser at 63% af de unge har fået en omgangskreds blandt de andre unge i Ventilen.

**Figur 18: "Har du i Ventilen mødt nogen, som du kan lave noget sammen med uden for Ventilens åbningstider?"**



I tabel 7 nedenfor, er der spurgt nærmere ind til hvordan de unge har kontakt til andre unge fra Ventilen. Tabellen viser at omkring halvdelen af de unge skriver beskeder til, mødes med og/eller bliver inviteret til noget af andre unge. Tabellen viser også, at omkring en fjerdedel af de unge, ikke svarer ja til nogen af eksemplerne på kontakt til de andre unge uden for Ventilens åbningstider.

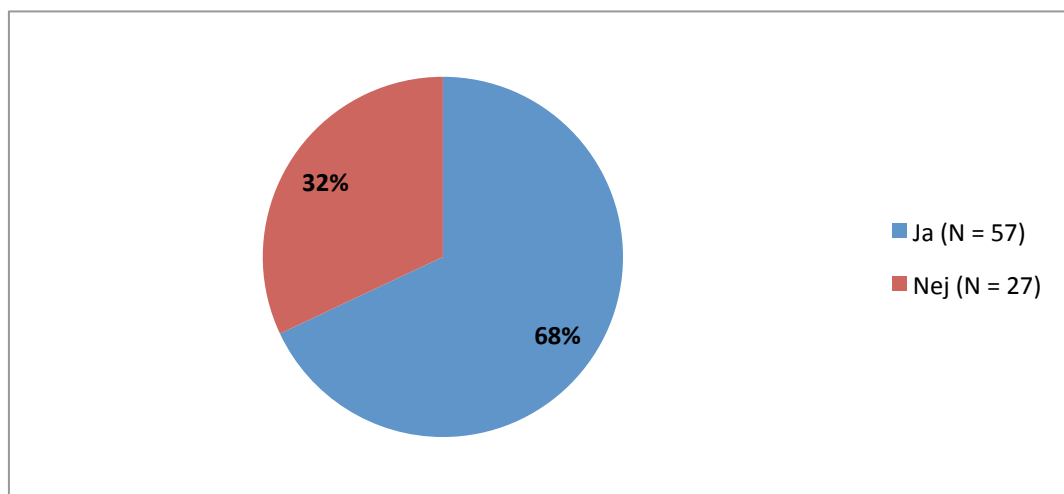
**Tabel 7: "Her er nogle eksempler på, hvad man kan lave udenfor mødestedet"**

	Procent	Antal (N)
Jeg skriver beskeder til andre fra Ventilen	53%	46
Jeg mødes med andre fra Ventilen	49%	43
Jeg bliver inviteret til noget socialt af andre i Ventilen	48%	42
Jeg inviterer andre fra Ventilen til at lave noget socialt sammen, fx gå i biografen, på café eller lignende	43%	37
Jeg besøger andre fra Ventilen	32%	28
Jeg ringer til andre fra Ventilen	26%	23
Jeg kontakter andre fra Ventilen, hvis jeg har problemer eller bekymringer	24%	21
Ingen af eksemplerne passer på mig	24%	21

Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

Figur 19 viser at omkring en tredjedel svarer ja til at have lært nye mennesker at kende, som ikke er fra Ventilen.

**Figur 19: Har du, efter du er begyndt at komme i Ventilen, lært nogen nye mennesker at kende, som ikke er fra Ventilen?**



Vi kan ikke vide om disse nye bekendtskaber er opstået *på grund* af Ventilen. Men vi formoder at det at turde kontakt med nye mennesker, bidrager positivt til at få nye bekendtskaber. Tabel 8 (nedenfor) viser at godt halvdelen af de unge har fået større mod på at snakke med andre end dem fra Ventilen, trods risikoen for at blive afvist.

**Tabel 8: "Her er en række eksempler på, hvordan man kan have det i forhold til personer, som man ikke kender gennem Ventilen"**

	Procent	Antal (N)
Jeg har fået mod på at snakke med andre (end dem fra Ventilen), selvom jeg måske kan blive afvist	55%	47
Jeg kan skrive beskeder eller ringe til andre end dem fra Ventilen	49%	42
Jeg kan tage på tur med andre (end dem fra Ventilen) fx til Tivoli	42%	36
Jeg har fået mod på at invitere andre (end dem fra Ventilen) til at lave noget socialt	40%	34
Jeg kan besøge andre (end dem fra Ventilen)	38%	32
Jeg har fået mod på at spørge andre (end dem fra Ventilen) om de vil med i biografen, på café eller lignende	29%	25
Ingen af eksemplerne passer på mig	22%	19

Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

Det ses i interviewene med de fire unge, at de oplever, at have fået et større netværk efter de er startet i Ventilen.

*"Jeg har fået en masse gode oplevelser (i Ventilen) synes jeg, og nogen at snakke med. Nogle af os hænger også ud i fritiden, hvor vi mødes i weekenderne".*

*(Kasper)*

Det kan være en barriere for en del af de unge, hvordan man tager initiativ til at ses udenfor Ventilen. Anders beskriver, hvordan de i hans mødested bruger Facebook til at lave aftaler udenfor Ventilen:

*"Men én af de andre har oprettet en Facebook side for dem i Ventilen – det er en lukket gruppe (...). Og hvis man har lyst til at lave noget med nogen, så kan man skrive derinde (...). Og der er altid nogen der svare."*

*(Anders)*

Ligesom Anders, kommer Sofie ind på det, at skabe sig et større netværk og tage kontakt til jævnaldrende. Sofie fortæller om udfordringer ved at tage initiativ til at ses med unge der ikke er fra Ventilen, og hvilke bekymringer der kan opstå i den forbindelse:

*"Man ved, at hervede kan man komme ned og man ved, hvad det er, at man skal lave. Det er nok derfor, at jeg har holdt kontakte med så mange (fra Ventilen). Fordi med dem fra min skole, da har jeg aldrig vidst, hvad jeg skulle lave med dem, og så har jeg tænkt, jamen så gider jeg ikke skrive til dem. Her (i Ventilen) da kan jeg skrive og høre de andre, om de kommer i Ventilen, og så ved man; vi skal være her og vi ved, hvad vi skal lave. Det tror jeg har hjulpet rigtig meget på det (at bevare venskaber). Jeg kan godt lide at man ved, hvor man kan være henne, og hvad man kan lave, fordi hvis jeg ikke vidste, hvad vi kunne lave, eller hvor vi kunne være, så ville jeg aldrig spørge personen, om vi skulle være sammen. For så ville det blive sådan lidt; ej, så synes de nok, at jeg er kedelig. Og så begynder alle de tanker at køre oppe i mit hoved, og så vil jeg hellere lade være med at spørge dem".*  
(Sofie)

Sofie beskriver hvordan mødestedets planlagte aktiviteter opleves som en støtte, når hun er sammen med andre unge. Hun fortæller at det er svært for hende, at være opsøgende udenfor Ventilen, hvor der ikke er de samme faste rammer. Sofie ønsker derfor, at der er mere fokus på at snakke om hvordan man skaber sig et større netværk.

*"Det kunne være meget rart, at man snakkede mere om det (hvordan man opsøger venskaber). Det synes jeg selv er lidt svært; det med hvordan man skal finde nye venner".*  
(Sofie)

## **De vigtigste pointer i forhold til en større omgangskreds**

- Når vi spørger de unge om de har fået en omgangskreds udenfor Ventilen, er billeder det samme i forhold til mennesker de har mødt igennem Ventilen og mennesker de har mødt udenfor Ventilen: Omkring to tredjedel svarer ja til hhv. at kunne lave ting sammen udenfor Ventilens åbningstider, og at have mødt nye mennesker udenfor Ventilen. Dermed er succesmålet om 50% nået.
- Det er positivt at Ventilen for de flestes vedkommende giver mulighed for at opbygge en omgangskreds man kan lave noget sammen med udenfor åbningstiden, samt at få mere mod på at tale med mennesker man ikke kender gennem Ventilen.
- Omkring en tredjedel oplever ikke at have fået en omgangskreds. Ventilen Danmarks bestyrelse har besluttet at "en omgangskreds uden for Ventilen" bliver et indsatsområde i 2015.

## At tale om ensomhed

Dette afsnit handler om de unges oplevelse af mulighederne for at tale om ensomhed i mødestedet, og deres behov for at tale om ensomhed. Det er tabubelagt at føle sig 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 det ikke er flovt at tale om sin egen ensomhed.

**Tabel 9: "Her er en række eksempler på, hvordan man forholder sig til ensomhed i mødestedet"**

	<b>Procent</b>	<b>Antal (N)</b>
Jeg kan tale om ensomhed uden at være bange for, hvad andre tænker om mig	56%	50
Jeg møder frivillige, der taler med mig om min ensomhed, når jeg gerne vil tale om det	49%	44
Jeg kan lære af andre unges erfaringer med at håndtere deres ensomhed	42%	37
Jeg møder frivillige, der lægger op til en fælles snak om ensomhed i mødestedet	34%	30
Jeg møder andre unge, der gerne vil tale om ensomhed	34%	30
Jeg møder frivillige, der selv tager initiativet til, at vi taler om min ensomhed	27%	24
Ingen af eksemplerne passer på mig	18%	16

Bemærk at det har været muligt at svare ja til flere svarmuligheder

Tabel 9 viser at 56% af de unge svarer at de kan tale om ensomhed i mødestedet, uden at være bange for hvad andre tænker. Og 42% svarer at de kan lære af andre unges erfaringer med at håndtere deres ensomhed.

## Behov for at tale om ensomhed

Vi har spurgt til de unges ønske om at kunne tale om ensomhed. Tabel 10 viser at 57% svarer at det er 'meget' eller 'lidt' vigtigt for dem.

**Tabel 10: "Hvor vigtigt er det for dig at kunne tale om din oplevelse af ensomhed?"**

	Procent	Antal (N)
Det er meget vigtigt	17%	15
Det er lidt vigtigt	40%	36
Det tænker jeg ikke på	26%	23
Det er ikke særlig vigtigt	11%	10
Det er slet ikke vigtigt	6%	5
I alt	100%	89

Det er forskelligt, hvilket behov de unge har for at tale om ensomhed i Ventilen, dette afspejles også i interviewene med de unge. Anders påpeger i interviewet, at ensomhed er et vigtigt emne at tage op, men at det er vigtigt at finde en balance så det ikke fylder for meget.

*"Det er vigtigt nogen gange, (at snakke om ensomhed), men man skal også bare passe på, at det ikke kommer til at fylde hele aftenen. Men selvfølgelig, man skal have sine aggressioner ud og hvad der er galt - så en balance."*

(Anders)

Sofie har ikke samme ønske om at tale om ensomhed i mødestedet. Hun tror, at hun ville kunne tale om ensomhed, hvis hun havde lyst til det, men ønsker det ikke, da hun oplever, at hendes behov er blevet dækket i samtalerne med hendes forældre.

*"Jeg synes, at det er meget rart, at man ikke behøver tale om ensomhed hele tiden, for man har måske snakket med sine forældre om det. At man så kan komme herved, uden at man behøver at nævne det. Men inderst inde ved vi jo alle sammen godt, at vi har problemer med det. Men det bliver ikke nævnt, og det synes jeg er meget rart. Men jeg ville sikkert godt kunne tale om problemet, hvis jeg havde lyst til det"*

(Sofie)

Kasper har en anden oplevelse end Sofie, idet ensomhed for ham er let at tale om i mødestedet. Han påpeger i stedet, at følelsen af ensomhed, er svær at tale om udenfor Ventilen:

*”Lige i Ventilen, da snakker vi meget let om det (ensomhed). Det er ikke så tungt et emne, som man ellers tror det er, fordi alle der er her, kan på én eller anden måde relatere sig til det. Folk har forskellige perspektiver på det, så der er meget støtte, hvis man begynder at snakke om det. Der er mange forskellige historier man kan høre, om hvordan det er for de andre. Så jeg synes egentlig ikke at det er så svært at snakke om her. Men det er mere udenfor Ventilen”.*

*(Kasper)*

## Mulighed for at tale om ensomhed

Det er vigtigt, at vi i Ventilen altid er opmærksomme på, at de unge kommer i Ventilen for at gøre noget ved deres følelse af ensomhed. Så selvom de unge ikke giver udtryk for at have brug for at tale om ensomhed, bør de gives mulighed for det. Tabel 11 viser at 61% svarer at de ’altid’ eller ’for det meste’ har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet, og 29% oplever at de ’nogle gange’ har mulighed for at tale om ensomhed. Dermed har vi ikke nået succesmålet om at 70% ’altid’ eller ’for det meste’ oplever at have mulighed for at tale om ensomhed.

**Tabel 11: ”Oplever du (hvad enten du finder det vigtigt eller ej) at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet?”**

	Procent	Antal (N)
Altid	34%	29
For det meste	27%	23
Nogle gange	29%	25
Næsten aldrig	7%	6
Aldrig	4%	3
I alt	101%	86

Bemærk at Tabel 11 summer til 101% pga. afrunding

## At tale om ensomhed udenfor mødestedet

I interviewene med Kasper og Jacob, kom de ind på deres tanker om, hvorfor de ikke overfor familien er åbne om, at komme i Ventilen. Jacob beskriver årsagen på følgende måde:

*"Jeg kan ikke gå hen og sige til mine forældre, at jeg har det svært. De vil ufatteligt gerne hjælpe, det ved jeg godt. Men det eneste de kan se, det er deres lille dreng jo. Hvis det er én anden person, som ikke er i familierelation til én, så kan de se det (ensomheden) på én anden måde og komme med nogle konstruktive løsninger, i stedet for at man bare får et kram og et kys på kinden. Familien bliver ked af det, hvor andre kommer med konstruktive løsninger".*

*(Jakob)*

Også Kasper udtrykker bekymring for at gøre sin familie bekymret, hvis han fortæller at han føler sig ensom:

*"Jeg har ikke fortalt nogen i min familie, at jeg kommer her. Det er kun min venner, der egentlig ved det. Fordi hvis jeg fortæller min familie, at jeg er ensom, så bliver de meget meget bekymret, og så vil gerne gøre ét eller andet ved det. Så kan det godt være, at de inviterer mig ud til dem hele tiden, og det har jeg ikke noget imod, men det er ikke lige det, som jeg har brug for. Jeg har mere brug for at være sammen med nogen på min egen alder, der sådan minder lidt mere om mig, i stedet for en hel masse familie. Nogle gange er det også en udfordring, som man selv skal overkomme, og som man selv skal gøre noget ved, og man kan ikke blive ved med at have familien til at gøre alting, selvom de rigtig gerne vil. Så er det bedst at man selv gør nogle ting".*

*(Kasper)*

Både Kasper og Jacob påpeger at det ikke kun er et spørgsmål om at gøre familien ked af det. Grunden til ikke at tale om ensomhed hjemme, hænger også sammen med at deres familie ikke kan 'løse' udfordringen, eller erstatte venskabet med jævnaldrende.



## Opsamling: De unges oplevelser i Ventilens mødesteder

På baggrund af denne gennemgang, kan vi konkludere følgende:

- 84% af de unge svarer at de altid eller for det meste oplever at de passer ind i mødestedet.
- 93% svarer at de altid eller for det meste hygger sig sammen med de andre i mødestedet.
- Størstedelen af de unge oplever at de bliver accepteret, lyttet til og respekteret (hhv. 95%, 89% og 93%). Det er ud fra disse tre spørgsmål at vi 'måler' om de unge oplever at bliver anerkendt i mødestedet.

For de tre ovenstående spørgsmål, er vores drømmemål på 80% opnået.

- Når vi spørger de unge om de har fået en omgangskreds udenfor Ventilen, er billede det samme i forhold til mennesker de har mødt igennem Ventilen og mennesker de har mødt udenfor Ventilen: Omkring to tredjedel svarer ja til hhv. at kunne lave ting sammen udenfor Ventilens åbningstider, og at have mødt nye mennesker udenfor Ventilen. Dermed er succesmålet om 50% nået.
- 61% svarer at de 'altid' eller 'for det meste' har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet. Vores succesmål på 70% er således ikke nået.

## 7 Afsluttende opsummering

Undersøgelsen har samlet set givet os et indblik i, at Ventilen er med til at gøre en positiv forskel for rigtig mange ensomme unge. Vi havde på forhånd opsat ni succesmål, og heraf har vi nået otte (se oversigten nedenfor).

Resultat	Minimumsmål	Drømmemål
<b>68%</b> af nye unge kommer mere end én gang.	65%	80%
<b>61%</b> svarer at de 'altid' eller 'for det meste' har mulighed for at tale om ensomhed i mødestedet.	70%	80%
<b>63% og 68%</b> svarer ja til hhv. at kunne lave ting sammen med andre unge fra Ventilen udenfor Ventilens åbningstider, og at have mødt nye mennesker udenfor Ventilen.	50%	80%
Størstedelen af de unge oplever at de bliver accepteret, lyttet til og respekteret: Hhv. <b>95%, 89% og 93%</b> (Det er ud fra disse tre spørgsmål at vi 'måler' om de unge oplever at bliver anerkendt i mødestedet).	50%	80%
<b>93%</b> svarer at de altid eller for det meste hygger sig sammen med de andre i mødestedet.	50%	80%
<b>84%</b> af de unge svarer at de altid eller for det meste oplever at de passer ind i mødestedet.	50%	80%
<b>72%</b> af de unge oplever, at de er blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter de er begyndt at komme i Ventilen.	65%	80%
<b>75%</b> af de unge har oplevet et styrket selvværd siden de startede i Ventilen.	65%	80%
<b>82%</b> af de unge i mødestederne føler sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i Ventilens mødesteder.	65%	80%

Resultaterne får os dog ikke til at hvile på laurbærrene, for der er stadig mulighed for at forbedre Ventilens arbejde for at hjælpe unge med deres første skridt på vej ud af ensomheden. Dokumentationsrapporten hjælper til at identificere tre områder hvor vi vil være særligt opmærksomme på udviklingen i 2015.

- 61 % af de unge oplever at have mulighed for at tale om ensomhed i mødestederne 'altid' eller 'for det meste'. Vi ønsker at denne andel vokser.
- Andelen af nye unge der, der kun kommer én gang er på 32%. Vi ønsker at denne andel falder.
- Vi vil i 2015 også fokusere særligt på om vi kan blive bedre til at støtte de unge i at skabe en omgangskreds udenfor Ventilen.

## **8 Bilag**

Bilag der er vedlagt rapporten, indeholder registreringsskema, som bruges til registrering af hvilke unge der besøger Ventilens tilbud.

Dernæst er spørgeskemaet for 2014 vedlagt, som er sendt ud til Ventilens tilbud, hvor de unge har haft mulighed for at besvare det.

Sidst er en oversigt basisobjekterne, fokusobjekterne, opmærksomhedspunkter og indsatsområderne for 2011-2014.

## Bilag 1: Registreringsskema

**OBS: Dette skema udfyldes efter hver vagt i mødestedet og sendes samlet ind én gang om måneden til sekretariatet, der samler op på det.**

**Mødestedsskema for Ventilen:** \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

Frivillige til stede: \_\_\_\_\_

Hvor mange (unge) kom der *i alt* i dag? \_\_\_\_\_

*Heraf:*

Hvor mange var der for første gang? \_\_\_\_\_

*Heraf:*

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

Hvilket nummer/numre i basisdokumentet fik den/de nye I tog ind? \_\_\_\_\_

Hvor mange måtte I sende videre til et andet tilbud? \_\_\_\_\_

Skriv hvilke tilbud: \_\_\_\_\_

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

Begrundelsen for afvisningen: \_\_\_\_\_

Deltagere til dagens aktivitet (numrene på deltagerne fra Jeres basisdokument):

---

## Bilag 2: Spørgeskema 2014

### Hjælp os med at gøre mødestederne bedre!

Vi vil meget gerne vide hvad du synes om at komme i mødestedet, og hvad du oplever at få ud af det.

Spørgeskemaet bliver uddelt til alle unge i Ventilens mødesteder i hele landet og skal hjælpe os med at forbedre mødestederne. Deltagelse i undersøgelsen er frivillig, og besvarelsene er anonyme. Det er kun de ansatte på sekretariatet og en forsker på Syddansk Universitet der er med til undersøgelsen, der ser skemaerne.

Det tager ca. 15-20 minutter at udfylde spørgeskemaet, og vi håber, du vil tage dig tid til at svare på alle spørgsmålene.

Spørgeskemaet indeholder to typer spørgsmål.

Først en række spørgsmål om dine oplevelser i mødestedet og hvad du får ud af det.

Til sidst kommer en række spørgsmål som bliver brugt i internationale undersøgelser om unges trivsel, tanker og følelser. De sidste spørgsmål er meget personlige, men det vil være en stor hjælp hvis du alligevel besvarer dem så godt du kan. Vi kigger ikke på de enkelte besvarelser, men kun på alle besvarelsene fra unge i Ventilen som en samlet gruppe.

Når du har besvaret spørgeskemaet:

- Skriv ikke navn på, det er en anonym undersøgelse
- Hvis du oplever, at nogle af spørgsmålene er for svære at svare på eller er mærkeligt formuleret, må du meget gerne skrive en kommentar sidst i spørgeskemaet
- Fold skemaet 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.

Hvis der er noget, du er i tvivl om, så bed de frivillige om hjælp.

Vi vil bede dig om at udfylde et spørgeskema igen, hvis du stadig er hos os om et 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.

Eksempel: 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.

**På forhånd tak for hjælpen☺**

# Spørgeskema 2014

## 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 Gentofte
<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

	Ventilen Aalborg
	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):

	Jeg går i 8., 9. eller 10. klasse
	Jeg går på produktionsskole
	Jeg går på en gymnasial uddannelse (stx, hhx, hf, htx)
	Jeg tager en erhvervsuddannelse (Handelsskole, teknisk skole, etc – ikke gymnasial)
	Jeg går på en videregående uddannelse
	Jeg arbejder
	Jeg er arbejdssøgende
	Andet (skriv hvad det er):

#### 5) Hvor længe er du kommet i mødestedet?

(Sæt ét kryds ved den mulighed der passer bedst på dig):

	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.)
	Ca. 1 måned
	Under et halvt år
	Mellem et halvt år og et år
	1-3 år
	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 over halvdelen af gangene
<input type="checkbox"/>	Jeg kommer under halvdelen af gangene
<input type="checkbox"/>	Jeg kommer 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 eller folder i byen eller på skolen
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det fra min læge, psykolog eller kontaktperson
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det fra min lærer eller pædagog
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det fra én i min familie
<input type="checkbox"/>	Jeg så noget om det i fjernsynet, i avisen eller 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 eller bekendte
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte om det på frivilligcenteret eller de frivilliges hus
<input type="checkbox"/>	Jeg hørte et oplæg om det på min skole
<input type="checkbox"/>	Andet sted? (skriv hvor)

### Hvordan oplever du mødestedet?

Vi vil gerne høre lidt om dine oplevelser i mødestedet.

### 8) Her er en række eksempler på, hvordan man kan have det i mødestedet

(Sæt kryds ved dem der passer til dig).

<input type="checkbox"/>	Jeg kan grine sammen med de andre
<input type="checkbox"/>	Jeg kan snakke med de andre
<input type="checkbox"/>	Jeg kan slappe af sammen med de andre
<input type="checkbox"/>	Jeg kan være mig selv
<input type="checkbox"/>	Ingen af eksemplerne passer på mig

### 9) Hygger du dig sammen med de andre i Ventilens mødested?

(Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Altid
<input type="checkbox"/>	For det meste
<input type="checkbox"/>	Nogle gange
<input type="checkbox"/>	Næsten aldrig
<input type="checkbox"/>	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) Her er en række eksempler på, hvordan man kan have det i mødestedet**

(Sæt kryds ved dem der passer til dig).

	Jeg kan møde andre der har det ligesom mig
	Jeg kan møde andre der har haft samme oplevelser som mig
	Jeg kan møde andre som forstår mig
	Jeg kan møde andre som jeg har nemt ved at tale med
	Ingen af eksemplerne passer på mig

**11) Oplever du, at du passer ind i mødestedet?**

	Altid
	For det meste
	Nogle gange
	Næsten aldrig
	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):

**12) Her er en række eksempler på, hvordan man forholder sig til ensomhed i mødestedet.**

(Sæt kryds ved dem der passer til dig).

	Jeg kan tale om ensomhed uden at være bange for, hvad andre tænker om mig
	Jeg møder frivillige, der taler med mig om min ensomhed, når jeg gerne vil tale om det
	Jeg møder frivillige, der selv tager initiativet til, at vi taler om min ensomhed
	Jeg møder frivillige, der lægger op til en fælles snak om ensomhed i mødestedet
	Jeg møder andre unge, der gerne vil tale om ensomhed
	Jeg kan lære af andre unges erfaringer med at håndtere deres ensomhed
	Ingen af eksemplerne passer på mig

**13) Hvor vigtigt er det for dig at kunne tale om din oplevelse af ensomhed?**

(Sæt ét kryds)

	Det er meget vigtigt
	Det er lidt vigtigt
	Det tænker jeg ikke på
	Det er ikke særlig vigtigt
	Det er slet ikke vigtigt

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

	Altid
	For det meste
	Nogle gange
	Næsten aldrig
	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):

**15) Oplever du, at du i mødestedet bliver accepteret som den du er?**

(Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Altid
<input type="checkbox"/>	For det meste
<input type="checkbox"/>	Nogle gange
<input type="checkbox"/>	Næsten aldrig
<input type="checkbox"/>	Aldrig

**16) Oplever du, at de andre i mødestedet lytter til dig?**

(Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Altid
<input type="checkbox"/>	For det meste
<input type="checkbox"/>	Nogle gange
<input type="checkbox"/>	Næsten aldrig
<input type="checkbox"/>	Aldrig

**17) Oplever du, at de andre i mødestedet respekterer dig?**

(Sæt ét kryds)

	Altid
	For det meste
	Nogle gange
	Næsten aldrig
	Aldrig

**Aktiviteter uden for mødestedet**

Her er nogle spørgsmål om dit liv udenfor mødestedet.

**18) Har du i Ventilen mødt nogen, som du kan lave noget sammen med uden for Ventilens åbningstider?**

(Sæt ét kryds)

	Ja
	Nej

**19) Her er en nogle eksempler på, hvad man kan lave udenfor mødestedet**

(Sæt kryds ved dem der passer til dig).

	Jeg mødes med andre fra Ventilen
	Jeg besøger andre fra Ventilen
	Jeg ringer til andre fra Ventilen
	Jeg skriver beskeder til andre fra Ventilen
	Jeg inviterer andre fra Ventilen til at lave noget socialt sammen, fx gå i biografen, på café eller lignende
	Jeg kontakter andre fra Ventilen, hvis jeg har problemer eller bekymringer
	Jeg bliver inviteret til noget socialt af andre i Ventilen
	Ingen af eksemplerne passer på mig

**20) Har du, efter du er begyndt at komme i Ventilen, lært nogen nye mennesker at kende som ikke er fra Ventilen?**

(Sæt ét kryds)

	Ja
	Nej

**21) Her er en række eksempler på, hvordan man kan have det i forhold til personer, som man ikke kender gennem Ventilen.**

(Sæt kryds ved dem der passer til dig).

	Jeg har fået mod på at invitere andre (end dem fra Ventilen) til at lave noget socialt
	Jeg har fået mod på at spørge andre (end dem fra Ventilen) om de vil med i biografen, på café eller lignende
	Jeg har fået mod på at snakke med andre (end dem fra Ventilen), selvom jeg måske kan blive afvist
	Jeg kan skrive beskeder eller ringe til andre end dem fra Ventilen
	Jeg kan besøge andre (end dem fra Ventilen)
	Jeg kan tage på tur med andre (end dem fra Ventilen) fx til Tivoli
	Ingen af eksemplerne passer på mig

### Hvad får du ud af at komme i mødestedet?

Her er nogle spørgsmål om, hvad det har betydet for dig at komme i mødestedet.

### 22) Oplever du, at være 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
<input type="checkbox"/>	Det er uændret
<input type="checkbox"/>	Jeg er lidt mere utilfreds med mig selv
<input type="checkbox"/>	Jeg er meget mere utilfreds med mig selv

### 23) Oplever du, at du generelt er blevet bedre eller dårligere til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i Ventilen?

(Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet meget bedre til det
<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet lidt bedre til det
<input type="checkbox"/>	Det er uændret
<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet lidt dårligere til det
<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet meget dårligere til det



**24) Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i Ventilen?**

(Sæt ét kryds)

<input type="checkbox"/>	Ja - Jeg føler mig meget mindre ensom
<input type="checkbox"/>	Ja - Jeg føler mig lidt mindre ensom
<input type="checkbox"/>	Det er uændret
<input type="checkbox"/>	Nej - Jeg føler mig lidt mere ensom
<input type="checkbox"/>	Nej - Jeg føler mig meget mere ensom

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

<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet gladere
<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet mere positiv i forhold til min fremtid
<input type="checkbox"/>	Jeg har nogen at være sammen med
<input type="checkbox"/>	Jeg får nogle gode oplevelser (caféture, biografture, sommertur etc.)
<input type="checkbox"/>	Jeg er blevet mere åben
<input type="checkbox"/>	Jeg har fået mere mod på at gøre noget ved min ensomhed
<input type="checkbox"/>	Jeg har nogen at tale med om min hverdag

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

## Tanker og følelser

Her er nogle spørgsmål om tanker og følelser som man kan have.

### 27) Her er nogle eksempler på hvad 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				
B) Jeg føler mig ensom				
C) Jeg føler mig dum				
D) Jeg synes, at jeg gør ting dårligt				
E) Jeg har det dårligt med det, jeg gør				
F) Jeg hader mig selv				
G) Jeg føler mig ked af det				
H) Jeg føler mig tom				
I) Jeg tror, at mit liv vil blive dårligt				

### 28) Her er 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				

**29) Her er 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				

**30) Her er tre spørgsmål, som handler om din følelse af ensomhed**

(Sæt ét kryds i hver linje):

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

**Hvad synes du om spørgeskemaet?**

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

**Tusind tak for hjælpen!**

## Bilag 3: Oversigt over vigtige spørgsmål i spørgeskemaet

I spørgeskemaet bliver nogle spørgsmål gentaget hvert år, dem kalder vi basisobjekter. Basisobjekterne er 'følelsen af ensomhed', 'oplevet selvværd' og 'oplevede sociale kompetencer'. Fokusobjekterne er spørgsmål der kan udskiftes. I 2014 er fokusobjekterne 'Omgangskreds uden for mødestederne', 'At tale om ensomhed', 'Hygge', 'Anerkendelse' og 'Opleve genkendelse/mindske anderledeshed'. Nedenfor er en oversigt over basisobjekter, fokusobjekter samt opmærksomhedspunkter og indsatsområder i Ventilens dokumentations- og evalueringsarbejde.

### 2011

<b>Basisobjekter</b>	Følelsen af ensomhed Oplevelsen af forbedret selvværd Oplevelsen af forbedrede sociale kompetencer
<b>Fokusobjekter</b>	Tryghed At tale om ensomhed At være en del af et fællesskab
<b>Opmærksomhedspunkter</b>	At tale om ensomhed Éngangsbesøg
<b>Indsatsområde for 2012</b>	Éngangsbesøg

### 2012

<b>Basisobjekter</b>	Følelsen af ensomhed Oplevelsen af forbedret selvværd Oplevelsen af forbedrede sociale kompetencer
<b>Fokusobjekter<sup>17</sup></b>	Tryghed At tale om ensomhed At være en del af et fællesskab Éngangsbesøg
<b>Opmærksomhedspunkter</b>	Éngangsbesøg At tale om ensomhed Omgangskreds uden for mødestedet
<b>Indsatsområde for 2013</b>	At tale om ensomhed

<sup>17</sup> 2012 var et særligt år, hvor der ikke var ressourcer til at arbejde meget med dokumentation, derfor blev fokusobjekterne gentaget.

**2013**

<b>Basisobjekter</b>	Følelsen af ensomhed Oplevelsen af forbedret selvværd Oplevelsen af forbedrede sociale kompetencer
<b>Fokusobjekter</b>	At tale om ensomhed Éngangsbesøg Omgangskreds uden for mødestederne Anerkendelse
<b>Opmærksomhedspunkter</b>	Hygge Omgangskreds uden for mødestederne
<b>Indsatsområde for 2014</b>	Omgangskreds uden for mødestederne

**2014**

<b>Basisobjekter</b>	Følelsen af ensomhed Oplevelsen af forbedret selvværd Oplevelsen af forbedrede sociale kompetencer
<b>Fokusobjekter</b>	Omgangskreds uden for mødestederne At tale om ensomhed Hygge Anerkendelse Opleve genkendelse/mindske anderledeshed
<b>Opmærksomhedspunkter</b>	Omgangskreds uden for mødestederne At tale om ensomhed Engangsbesøg
<b>Indsatsområde for 2015</b>	At få en omgangskreds uden for Ventilen