



Evaluerings- og dokumentationsrapport 2023

Effekten af Ventilens mødesteder & KOMsammen-tilbud



**"Der er mindre
dage, hvor jeg føler
den der ensomhed"**
(Ida, 21 år)

Resumé

I denne rapport præsenteres resultaterne af arbejdet i vores lokale tilbud. De er baseret på løbende anonym registrering af de unge, der benytter tilbuddene, en spørgeskemaundersøgelse og interviews med seks unge, der alle benytter et af vores tilbud rundt om i landet. De centrale tal fra den løbende registrering for 2023 er følgende:

- **758 unikke unge** besøgte Ventilens tilbud **4203 gange** fordelt på **717 åbningsgange**.
- **448 unge** besøgte tilbuddet for **første gang**.
- **55,5 %** af de unge i tilbuddene er mænd, **41,1 %** er kvinder og **3,4 %** har ikke oplyst køn.
- Aldersgennemsnittet for de unge er **22,5 år**.
- **82,6 %** af de unge er under uddannelse eller i arbejde.
- De to mest udbredte aktiviteter var **madlavningsaktiviteter (31,9 %)** og aktiviteter hvor **spil og hygge** indgik (**31,3 %**).
- I 2023 fik Ventilen sammenlagt **2162 henvendelser** på mail, telefon og sociale medier.

Hvad får de unge ud af det?

Vi spørger hvert år de unge, der benytter vores tilbud, hvad de får ud at komme, så vi løbende har føling med, hvordan vi sikrer kvaliteten af vores tilbud rundt om i landet. Tallene for både mødesteder og KOMsammen viser fortsat, at vores frivillige gør en kæmpe forskel for de unge i deres respektive lokale tilbud, hvor vi kan se at langt størstedelen af de unge bliver hjulpet på vej med deres ensomhed. Flere af vores resultater er dog faldende i forhold til vores måltal. Det forholder vi os selvfølgelig til, men kigger også på sammenhænge i forhold til hvor længe og hvor ofte de unge, der har besvaret spørgeskemaet, er kommet i tilbuddene, fordi udvikling typisk sker over tid.

Nedenfor ses de centrale resultater fra spørgeskemaundersøgelsen, som er den udvikling, de unge oplever, efter de er begyndt i **Ventilens tilbud**:

- **75,4 %** af de unge føler sig mindre ensomme (2022: 79,2 %).
- **74,5 %** af de unge oplever et styrket selvværd (2022: 74,6 %).
- **67 %** af de unge oplever, at de er blevet bedre til at håndtere sociale situationer (2022: 64,2 %).
- **52,5 %** af de unge har nemmere ved at møde nye mennesker (2022: 67,2 %).
- **59,3 %** af de unge føler sig mere trygge i nye situationer (2022: 65,6 %).
- **62,2 %** af de unge angiver, at de har fået nye bekendtskaber, de kan betroe sig til (2022: 65,7 %).
- **61,4 %** af de unge har mødt andre unge, som de kan lave noget sammen med uden for Ventilens åbningstider (2022: 68,7 %).

Resultater særligt for KOMsammen

- **40 %** af de unge har fået mere lyst til at bevæge sig til hverdag (2022: 50 %).
- **20 %** af de unge har fået mere lyst til at spise sundt/varieret til hverdag (2022: 50 %).
- **40 %** af de unge er blevet bedre til at finde på idéer til at være fysisk aktive (2022: 58,4 %).
- **20 %** af de unge er blevet bedre til at finde på idéer til sund/varieret kost (2022: 50 %).

Indholdsfortegnelse

Resumé	2
Indledning	6
Året der gik 2023	8
Ventilen i tal.....	8
Åbningsgange og besøgende	9
De unges køn, alder og beskæftigelse.....	13
Aktiviteter i Ventilens tilbud	16
Hvad får de unge ud af at komme i Ventilens tilbud?.....	18
Overblik over resultaterne og udviklingen over tid	19
Følelsen af ensomhed og nye relationer	21
Styrket selvværd	35
Sociale kompetencer	38
Sunde valg i KOMsammen.....	44
Ting vi har arbejdet med i 2023	50
Indsatsområde – sociale kompetencer	50
Indsatsområde – lokalt kendskab	51
Indsatsområde – svarprocent for spørgeskemaundersøgelse.....	53
Hvad skal vi gøre bedre?	54
Succesmål for 2024.....	55
Indsatsområder for 2024	55
Indsatsområde – kvalitetssikring af tilbuddene.....	55
Indsatsområde – svarprocent for spørgeskemaundersøgelse.....	56
Fokuspunkter	57

Metode	58
Den løbende registrering af de unge	58
Spørgeskemaundersøgelsen	59
Repræsentation af de unge	61
Interviews	62
Anonymitet	63
Bilag.....	64

Indledning

Ventilen er en frivillig social organisation, der søger at forebygge og afhjælpe ensomhed blandt unge. Det gør vi ved at udvikle og formidle viden og redskaber, så andre kan arbejde med emnet. Derudover drives der lokale tilbud, hvor unge der føler sig ensomme kan komme, i et forsøg på at finde en vej ud af ensomheden. I 2023 understøttede vi 24 lokale tilbud, hvoraf 19 af dem holdt åbent for målgruppen i hele eller dele af året. De 19 åbne tilbud fordeler sig på 17 forskellige byer i Danmark.

Ensomhed er en udbredt følelse. Tal fra Den Nationale Sundhedsprofil midtvejsundersøgelse i 2023 viser, at 19 % af unge i alderen 16-24 år føler sig ensomme. Denne følelse opstår, når de sociale behov ikke bliver opfyldt og kan blive vedvarende, hvis den står på over længere tid. Det kan føre til lavt selvværd, manglende tro på sig selv og formindskede sociale kompetencer, hvilket vi ønsker at hjælpe de unge med at opbygge gennem vores tilbud.

Hos Ventilen driver vi to typer af tilbud: mødesteder og KOMsammen. Begge har til formål at samle unge omkring aktiviteter for at afhjælpe deres ensomhed. I KOMsammen har de fællesskabsorienterede aktiviteter særligt fokus på bevægelse og madlavning, med formål om at inspirere de unge til en sundere livsstil. Målgruppen for mødestederne er unge i alderen 15-25 år, mens den for KOMsammen er unge i alderen 15-30 år.

Her har de unge mulighed for at møde andre jævnaldrende, der også kender til følelsen af ensomhed. De frivillige sørger for at skabe et trygt rum, og facilitere aktiviteter, som alle kan deltage i. Målet er her at skabe et frirum, hvor de unge har mulighed for at føle sig som en del af et fællesskab, og få trænet deres sociale kompetencer under trygge rammer, så de på længere sigt får opbygget større selvværd og kommer ud af deres ensomhed.

Ventilens overordnede mål for de lokale tilbud er altså at hjælpe unge ud af ensomhed. Derudover har KOMsammen også til formål at ruste de unge til at træffe sunde valg i hverdagen, hvad angår kost og motion. Derfor måler vi ud fra følgende parametre, for at sikre kvaliteten af vores tilbud:

1) følelsen af ensomhed 2) selvværd og 3) sociale kompetencer – og specifikt for KOMsammen også 4) sunde valg i hverdagen.

Disse er succesmål, som yderligere er delt op i minimums- og drømmemål. Minimumsmål er resultater, vi kan se os tilfredse med, mens drømmemål er det ideelle. De uddybes i afsnittet omhandlende resultater.

Rapporten har til formål at dokumentere effekten af vores tilbud med afsæt i de mål, vi har sat. Det gør vi på baggrund af dokumentation, som vi løbende modtager fra tilbuddene, hvor de frivillige registrerer hvad de laver, og hvilke unge der kommer til aktiviteterne i anonymiseret form, en spørgeskemaundersøgelse besvaret af de unge suppleret med seks individuelle interviews med unge, der benytter tilbuddene rundt om i landet.

I år er svarprocenten for spørgeskemaet 51 % med i alt 127 besvarelser. Selvom det ikke er ideelt, er det et bedre grundlag end i 2022 med 77 besvarelser, der gav en svarprocent på 36,5 %. Vi kan se, at vores indsats i 2023 med at få flere unge til at besvare spørgeskemaet til dels har virket. Der er besvarelser fra unge i 14 af Ventilens på daværende tidspunkt 17 åbne tilbud. Blandt dem er 2 af KOMsammen tilbuddene repræsenteret. Datagrundlaget for KOMsammen er dog svagt, da der kun er besvarelser fra 5 unge.¹

Svarprocenten er dog ikke ensbetydende med, at vi ikke kan udtale os om effekten af vores tilbud ud fra resultaterne, men det betyder, at større udsving i forhold til tidligere års resultater, muligvis kan forklares af forskelle i datagrundlag.

¹ Se mere om spørgeskemaundersøgelsen i afsnittet omhandlede metode

Året der gik 2023

I 2023 har vi forsat haft fokus på at styrke de åbne tilbud, så de både har haft en stabil frivillig- og ungegruppe. Vi ser fortsat, at det kan være svært at rekruttere frivillige i de mindre byer, og derfor har et par af vores tilbud også haft åbent i et begrænset omfang fra måned til måned i løbet af året. Vi har dog kunne glæde os over, at vi i løbet af 2023 har kunne genåbne hele fire tilbud i form af Ventilen Viborg, Ventilen Frederikshavn, Ventilen Vejle og Ventilen Esbjerg. De to sidstnævnte byer har været særligt vigtige at genåbne, da de er en del af et tværgående projekt kaldet Lift, hvor der er fokus på opsporing af unge, der føler sig ensomme, og hjælpe dem hen mod et tilbud, hvor de kan få hjælp.

Vi har i 2023, med støtte fra Ebbefos Fonden, igangsat udviklingen af en ny tilbudstype i form af selvhjælpsgrupper. Grupperne fungerer som et forløb på cirka tre måneder, hvor de unge kan få en større forståelse for den ensomhed, som de føler, og gennem samtaler, aktiviteter, øvelser med mere forhåbentlig kan finde frem til en vej ud af deres ensomhed. I 2024 er planen, at vi både har forløb kørende i Ballerup og Nykøbing Falster. Vi håber, at vi på sigt kan etablere selvhjælpsgrupper i flere af de byer, hvor der i øjeblikket ikke findes et tilbud for unge, der føler sig ensomme.

Ventilen i tal

Hver gang et af vores tilbud holder åbent, registrerer de frivillige de unge, der møder op i anonymiseret form. Hermed har vi mulighed for at se, hvor mange gange de unikke unge kommer, deres køn, alder og beskæftigelse. Det er netop disse tal, vi gennemgår i følgende afsnit.

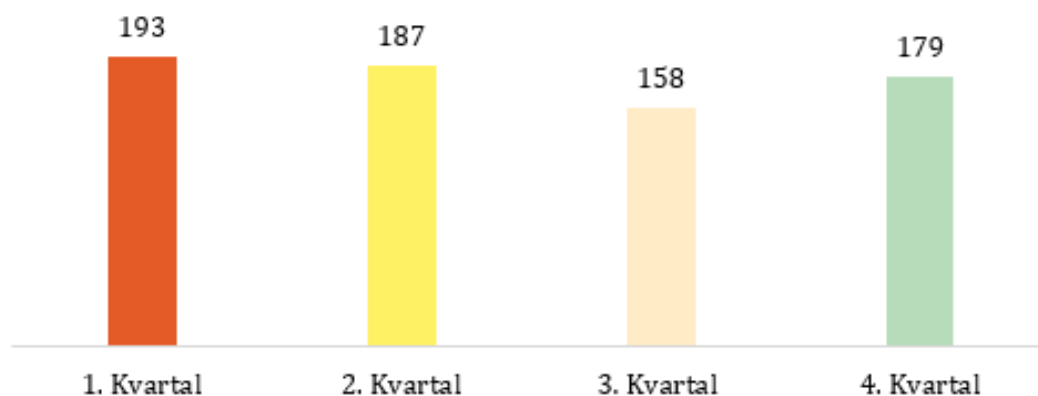
Det er ud fra besøgstillene ikke muligt at udtale sig om, hvor mange unge der føler sig ensomme på landsplan. Tallene afspejler i langt højere grad, hvor gode vi er til at synliggøre vores tilbud både lokalt og nationalt. Det har vi forsøgt i år 2023, hvor et af vores indsatsområder har været, at vi vil opnå mere lokalt kendskab, hvilket også var et indsatsområde i 2022.

Der er stadig plads til forbedringer af vores tilbud. Vi er fortsat ikke på niveau med de tal og resultater, som vi har set i tidligere år, men vi er kommet et godt stykke hen ad vejen. Vi arbejder på højtryk for at sikre og højne kvaliteten af vores tilbud, så vi hjælper flest mulige unge med deres følelse af ensomhed. Der er blandt andet sket en positiv udvikling i antallet af nye unge, som vi har haft fokus på, hvilket uddybes i følgende afsnit.

Åbningsgange og besøgende

Ud fra den løbende dokumentation af Ventilens tilbud kan vi se, at der i 2023 har været 758 unikke unge, der har besøgt et af Ventilens tilbud 4203 gange, fordelt på 717 åbningsgange. Det vil sige, at 5,9 unge i gennemsnit har besøgt vores tilbud pr åbningsgang. Samtidig har 448 nye unge besøgt et af vores tilbud i 2023.

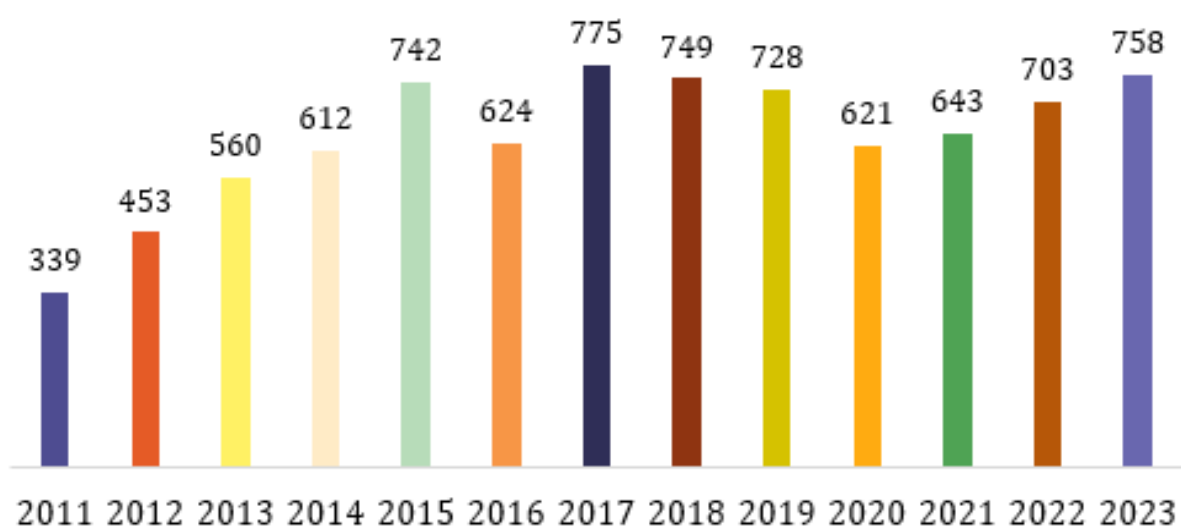
Figur 1: Åbningsgange pr kvartal 2023



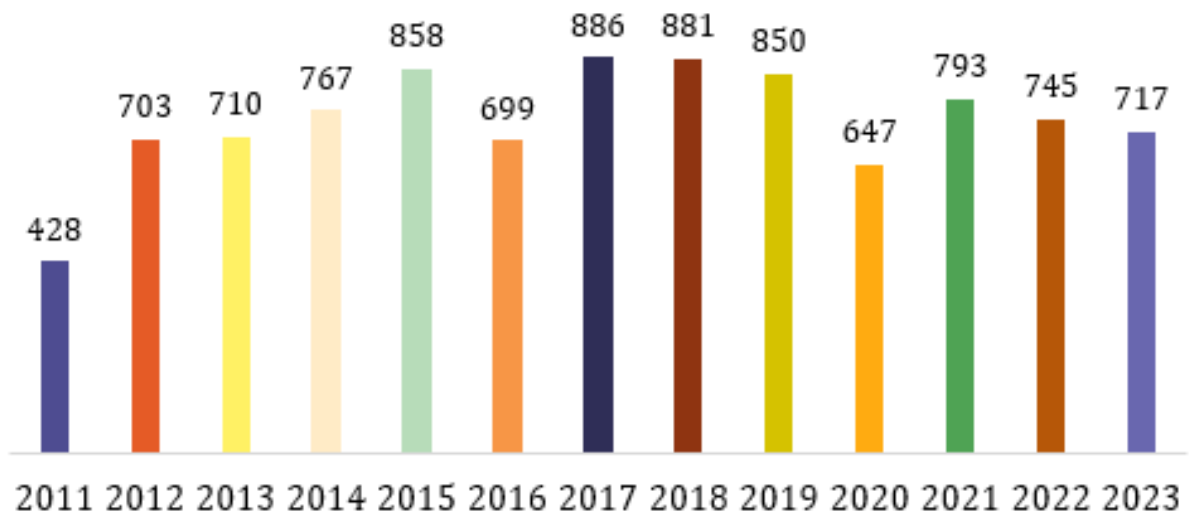
Ud af de 448 nye unge der besøgte et af Ventilens tilbud i år 2023, besøgte 39,7 % af de unge kun tilbuddet én gang. Det tal er steget med 3,6 % fra sidste år, hvilket delvist kan forklares af, at vi har haft flere unikke unge, der har søgt mod vores tilbud. Antallet af unikke unge og nye unge er steget fra 2022, og faktisk er antallet af unikke unge det næsthøjeste målt siden 2017.

Selvom andelen af engangsbesøg er steget, har denne dog altid ligget et sted mellem 32-42 %. Det er et tal vi har stort fokus på at holde så lavt som muligt, da vi ved, at udviklingen ud af ensomhed først opleves på et personligt plan over tid, hvilket vi ser nærmere på i afsnittet om, hvad de unge får ud at komme i Ventilens tilbud.

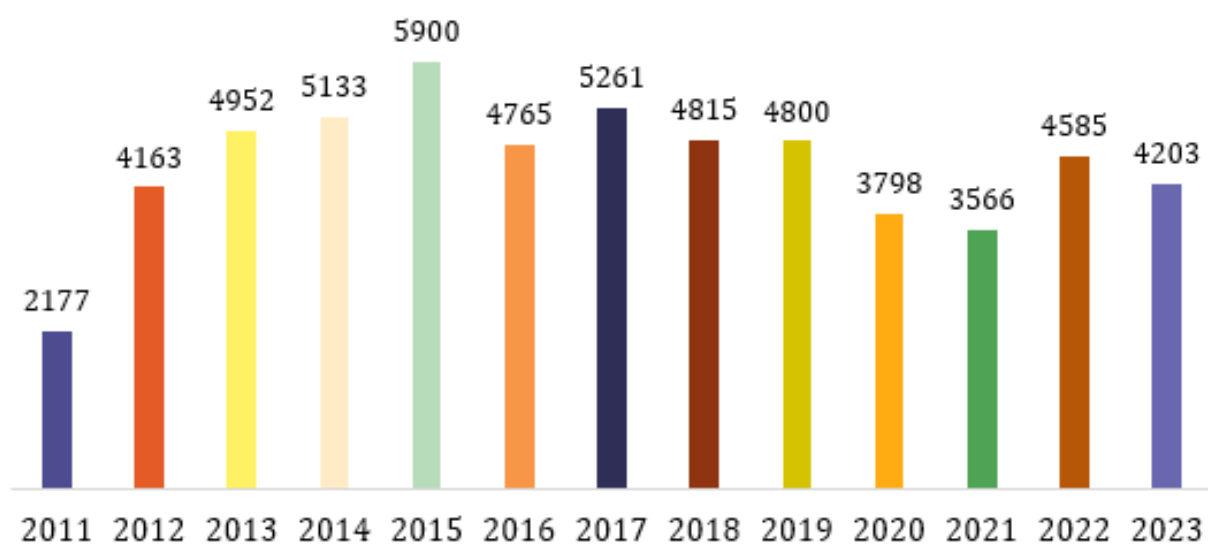
Figur 2: Antal unikke unge 2011-2023



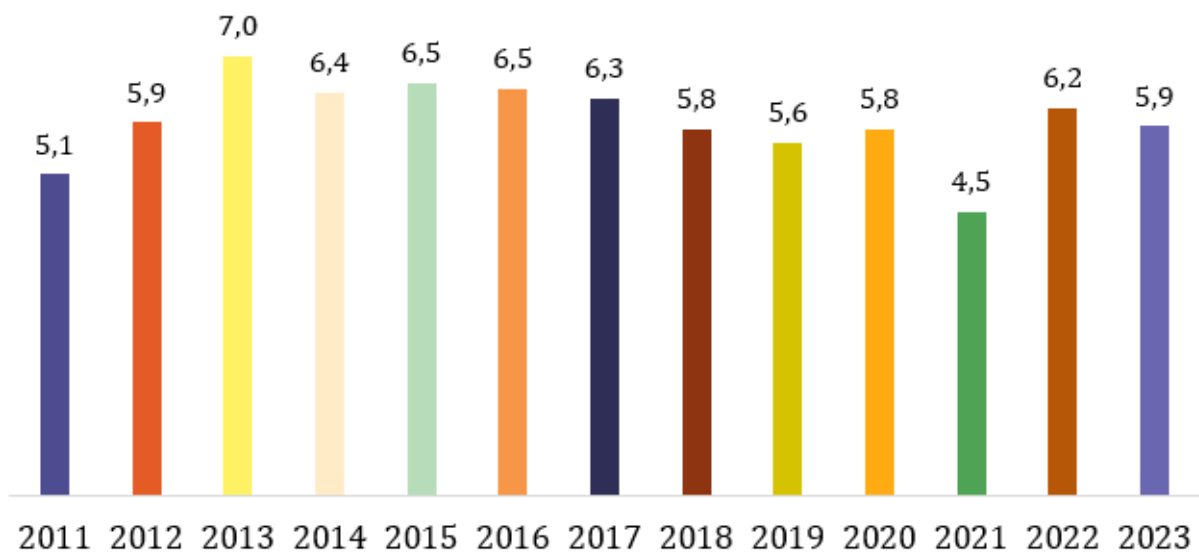
Figur 3: Antal åbningsgange 2011-2023



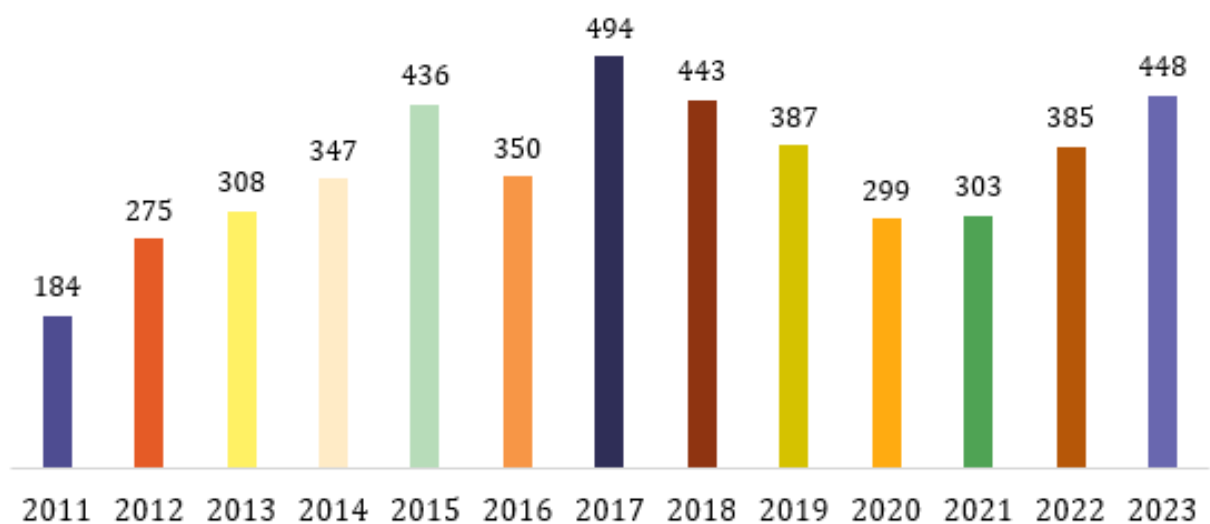
Figur 4: Ungebesøg 2011-2023



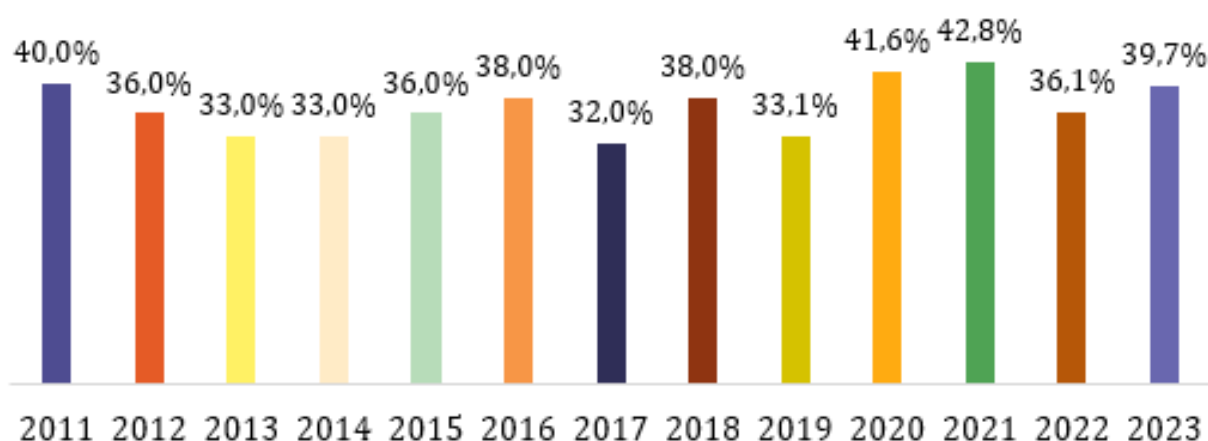
Figur 5: Besøg pr åbningsgang 2011-2023



Figur 6: Antal nye unge 2011-2023



Figur 7: Andel engangsbesøg 2011-2023



De unges køn, alder og beskæftigelse

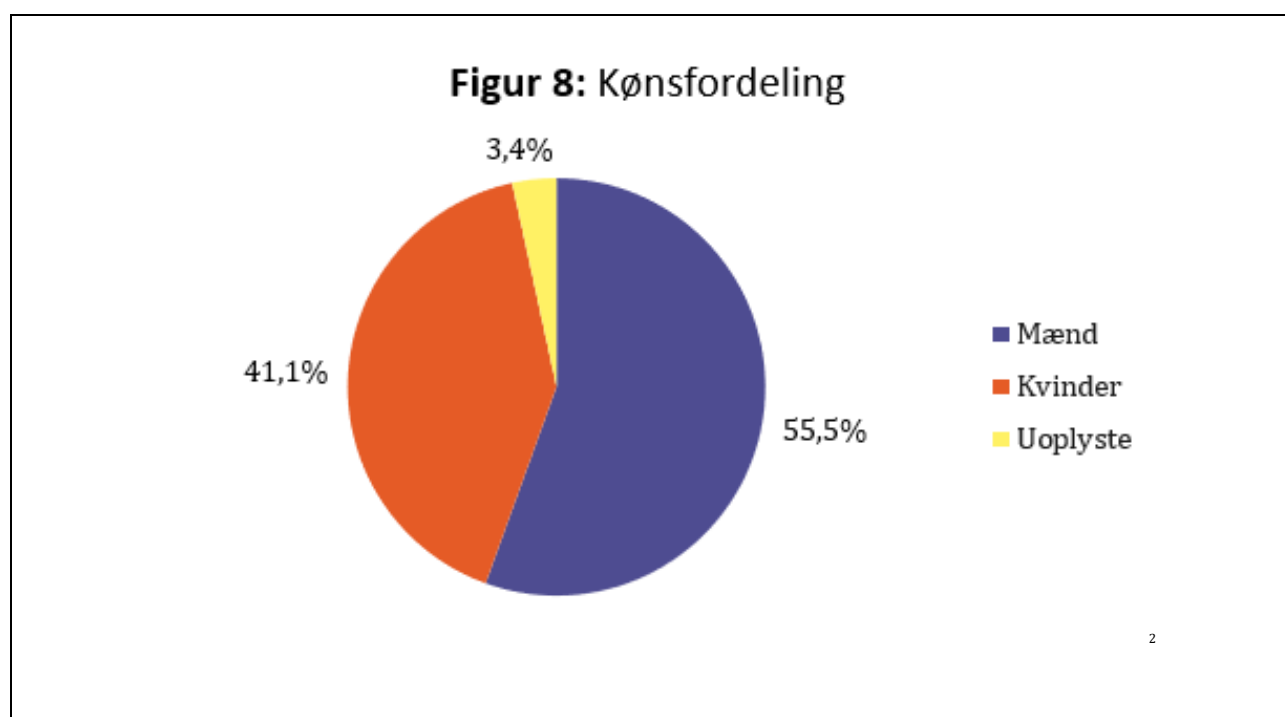
"Det gjorde det helt sikker lettere [at starte], at alle vidste, hvad man var der for. Man vidste at man var der, fordi man måske havde behov for at møde nye venner og bekendte" (Ida, 21 år)

Hos Ventilen har vi et ønske om, at unge der føler sig ensomme henvender sig, uanset deres køn, alder og beskæftigelse – såfremt at de opfylder kravene til målgruppen. Vi ønsker at hjælpe unge, hvor ensomhed er deres primære problem, og som samtidig har mod på, at arbejde med deres ensomhed - hvilket derfor også er, hvad de unge har tilfælles.

For at sikre os at den udvalgte målgruppe også stemmer overens med de unge, der kommer i vores tilbud, og dermed om vores valgte metode fortsat er passende, indsamler vi data om de

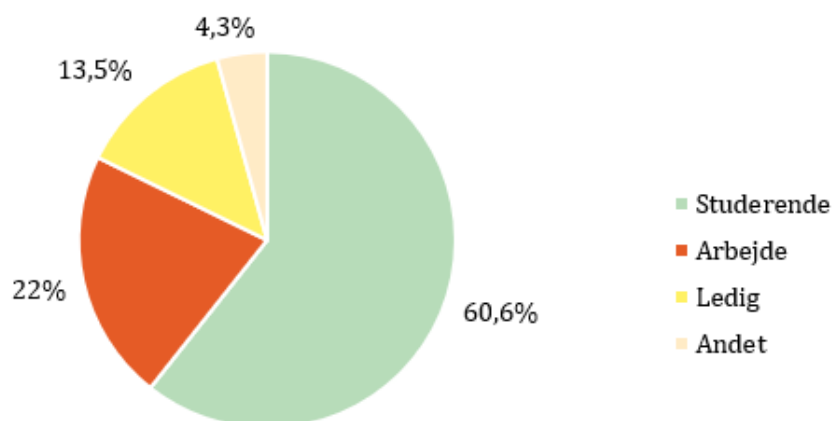
unges køn, alder og beskæftigelse. Resultaterne viser i grove træk, at de unge der benytter Ven-tilens tilbud, fortsat er repræsentative for målgruppen.

Langt de fleste af de unge der besøger vores tilbud, lever helt normale ungdomsliv, hvor næsten halvdelen af dem studerer, mens andre arbejder, er ledige eller andet. Gennemsnitsalderen for de unge der benytter tilbuddene, er 22,5 år. Her er der dog forskel i målgruppen for de to tilbudstyper, hvor den for mødestederne er 15-25 år, mens den for KOMsammen-tilbud er 15-30 år. Mere specifikt er gennemsnitsalderen for mødestederne 22,2 år og for KOMsammen 24,7 år.

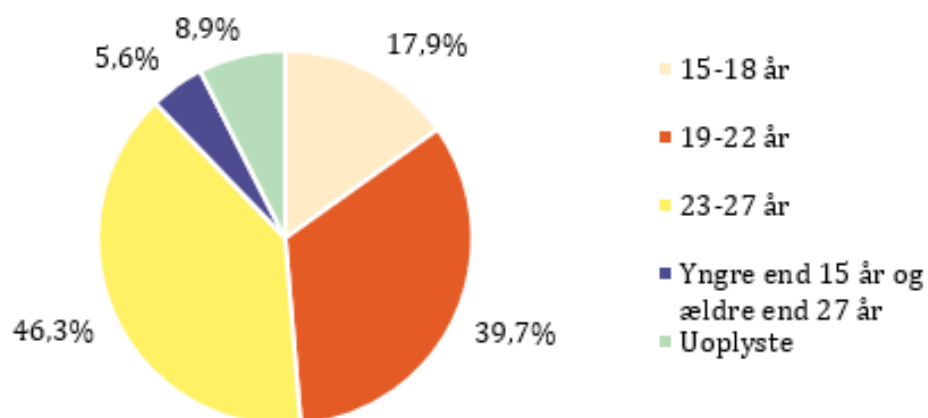


² Kategorien 'uoplyst' indebærer unge, der identificerer sig som andet end de opstillede binære kategorier, eller unge, hvor de frivillige ikke har registreret deres køn i basislisten.

Figur 9: Beskæftigelse



Figur 10: Aldersfordeling



3

³ Aldersfordelingen trækkes fra et hoveddokument, der indeholder basislisten med Ventilens unge. Da vi kun spørger ind til enten den unges alder eller fødselsår, har vi ikke deres præcise fødselsdato, hvilket betyder, at der kan forekomme tilfælde, hvor unge bliver kategoriseret som yngre end 15 eller ældre end 27 år. Desuden strækker målgruppen for KOMsammen sig til 30 år.

Aktiviteter i Ventilens tilbud

Hos Ventilen ønsker vi at hjælpe unge ud af deres ensomhed. Hertil bruger vi ”aktiviteter som metode”, som en del af vores forandringsteori, hvilket vil sige, at fokus er på at foretage sig noget aktivt sammen, hvad end det er ’ud af huset’-aktiviteter eller at være i tilbuddets lokaler og spille brætspil. Vores erfaring viser, at det ofte er lettere at tale sammen og danne relationer, når man laver noget, hvorfor aktiviteten fungerer som det fælles tredje. Der er i tilbuddene også såkaldte temaaftener, hvor aktiviteten er at tale om noget af det, der er svært eller andet, som de unge er nysgerrige på. Det gør at de unge kan spejle sig i hinanden, og det giver et fælles sprog for ensomhed, der er vigtigt at have. Det bekræfter en af de unge, der er blevet interviewet.

”Jeg tror bare det er rart at kunne sætte ord på sine tanker, og også høre hvad de andre synes om det og tænker” (Viktor, 25 år).

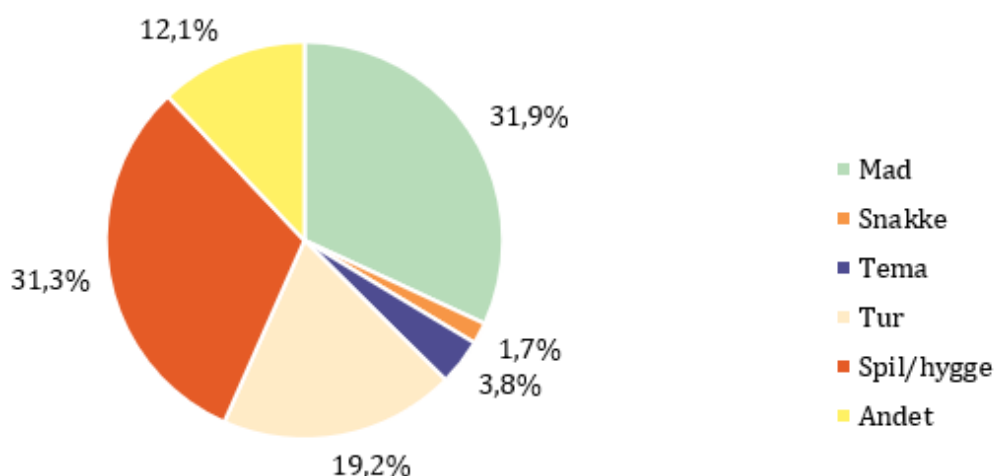
De unge er i høj grad selv med til at vælge de aktiviteter, de gerne vil foretage sig – men det er de frivillige der i sidste ende planlægger og faciliterer dem på en måde, så alle i gruppen får en følelse af at være med og høre til - især også de nye unge. På den måde er ønsket, at de unge får gode oplevelser og erfaringer med at være sammen med jævnaldrende, og at de får mulighed for at prøve sig selv af og forbedre deres sociale kompetencer.

”Jeg synes det er ret fedt med aktiviteter ude af huset, og når vi er ude at opleve ting. (...). Det behøves ikke at være særligt dyrt eller vildt. Jeg tror bare det er vigtigt at komme ud også” (Julie, 20 år).

Udtalelsen bekræfter, at aktiviteterne der foregår ude af huset, også er væsentlige, da det giver de unge mulighed for at gøre nogle af de ting, som man ellers ville have gjort med en eventuel vennegruppe. Herunder at gå på café, tage i biografen, gå en tur med mere.

I 2023 var det at lave mad sammen den mest udbredte aktivitet, skarpt efterfulgt af aktiviteter der indebar spil og hygge.

Figur 11: Aktivitetsfordeling mødesteder og KOMsammen



12,1 % af aktiviteterne er angivet som "andet". Aktiviteter i denne kategori er oftest, hvis der er foregået flere forskellige typer af aktiviteter på samme åbningsgang, eller hvis de frivillige har været i tvivl om, hvilken kategori aktiviteten hører til.

Selvom aktiviteterne spiller en stor rolle, udtaler langt de fleste unge i interviewene, at det ikke er det, der er afgørende for, om de kommer eller ej:

"Det kommer an på hvilke mennesker, der er der. Så kan det næsten være ligegyldigt hvad det [aktiviteten] er, hvis det er nogle man fungerer godt med" (Lukas, 30 år).

Så selvom aktiviteterne er en vigtig del af vores metode, så er de i langt de fleste tilfælde underordnet – det handler snarere om de andre unge der kommer, som de har mulighed for at danne relationer med. Her kan vores tilbud opfattes som et spejlningsfællesskab, hvor de unge møder andre unge, der også kæmper med følelsen af ensomhed, og som også har besluttet sig for at

gøre noget ved den. Det understøttes af Ida, som føler, at hun møder andre unge, som står i samme situation som hende:

"(...) man mødte andre, der var i samme båd som en selv. Så snart folk begyndte at åbne op kunne man godt genkende mange af de historier som folk havde, uden at det altid behøver at være det [ensomhed], der er i fokus" (Ida, 21 år).

Hvad får de unge ud af at komme i Ventilens tilbud?

"Folk som kommer her, har det tilfælles, at de allesammen kender til ensomhed"
(Lukas, 30 år).

Fællesnævneren for alle de unge der kommer i et af Ventilens tilbud, er følelsen af ensomhed. Det er vigtigt, at de unge kan føle sig trygge og inkluderede, når de kommer i tilbuddene. Desuden er det essentielt, at de får et godt udbytte af at benytte tilbuddet. Derfor er det vigtigt, at tilbuddene er tilrettelagt, så de understøtter den ønskede udvikling.

For at sikre og dokumentere kvaliteten af Ventilens tilbud, med fokus på succesmålene, er der løbende blevet foretaget registreringer af de unge, der benytter tilbuddene, udarbejdet en årlig spørgeskemaundersøgelse samt udført seks interviews.

Som nævnt tidligere har vi et datagrundlag på 127 besvarelser i spørgeskemaundersøgelsen. Hertil skal det nævnes, at 9 af besvarelserne har været fra unge, der besøgte Ventilen for første gang, da de besvarede spørgeskemaet. Derfor er datagrundlaget lavere end 127 ved bestemte spørgsmål, da det ikke er meningsfuldt at stille førstegangsbesøgende spørgsmål, som man først kan tage stilling til efter flere besøg. I år har vi dog valgt at spørge de nytilkomne unge, om de

føler sig mindre ensomme, efter de er begyndt i Ventilens tilbud. Det har været med et ønske om at se, om der allerede opleves en udvikling efter første gang. Desuden er 5 af besvarelsene fra unge, der benytter et KOMsammen-tilbud.

I følgende afsnit vil vi præsentere resultaterne fra den indsamlede data. Tematikkerne danner ramme for de indsatsområder og fokusområder, der lægges for 2024. Afsnittet er delt op i fire tematikker, som svarer til de parametre, der fremgår af forandringsteorien:

- 1. Følelsen af ensomhed og nye relationer
- 2. Effekten på den unges selvværd
- 3. Sociale kompetencer
- 4. Oplevelser med madlavning og bevægelse i KOMsammen

Overblik over resultaterne og udviklingen over tid

Nedenstående tabeller opsummerer resultaterne for de tre seneste år på de fire førnævnte parametre. Fælles for disse er at vi har fastsat et minimumsmål om, at 65 % af de unge skal føle sig hjulpet, og et succesmål om samme på 80 %.

Tabel 1: Opsummering af resultater på de tre væsentligste parametre for begge tilbudstyper

		De unge oplever en mindsket følelse af ensomhed	De unge oplever forbedret selvværd	De unge oplever forbedrede sociale kompetencer
Begge tilbudstyper	2021	80,7%	77,9%	66,4%
	2022	79,2%	74,6%	64,2%
	2023	75,4%	74,5%	67%

Tabel 2: Opsummering af resultater på de væsentligste parametre for KOMsammen specifikt

		De unge oplever, at de er blevet bedre til selv at finde på idéer til at være fysisk aktive ⁴	De unge oplever, at de er blevet bedre til selv at finde på idéer til sund/varieret kost ⁵
KOMsammen	2021	36,4% 4 ud af 11	27,3% 3 ud af 11
	2022	58,4% 7 ud af 12	50% 6 ud af 12
	2023	40% 2 ud af 5	20% 1 ud af 5

Overordnet er det positivt, at vi opnår vores minimumsmål for de tre parametre, der gælder for begge typer af tilbud. Det betyder, at vores tilbud har den ønskede effekt ud fra de valgte minimumsmål og er med til at udvikle de unge, præcis som det er formålet med vores tilbud. Vi må dog forholde os til, at tallene for hvorvidt de unge føler sig mindre ensomme, for flere år i træk har været faldende, og at vi ikke har hævet de to andre parametre betragteligt.

Vi har allerede igangsat obligatoriske temadage hen mod sommeren, hvor de frivillige som har ungekontakt, får flere redskaber til at hjælpe de unge. Desuden arbejder vi på at styrke brugen af supervision, sådan at de frivillige i højere grad får reflekteret over deres praksis med at hjælpe de unge ud af ensomhed. Vi har en forhåbning om, at det og andre tiltag vil højne tallene, når vi laver undersøgelsen igen i 2024.

Der kan være mange grunde til, at resultaterne ser ud, som de gør, og det har vi specifikt kigget ind i dette år, hvor vi har undersøgt sammenhænge mellem hvor længe og hvor ofte de unge

⁴ I 2022 blev spørgsmålet lavet om til: "De unge oplever at være blevet bedre rustet til sunde motionsvalg i hverdagen"

⁵ I 2022 blev spørgsmålet lavet om fra: "De unge oplever at være blevet bedre rustet til sunde madvalg i hverdagen"

besøger tilbuddet, og hvordan de oplever deres udvikling. Det har vi fokus på i de kommende afsnit.

For parametrene der er specifikke for KOMsammen, ser det mindre godt ud. Igen kan det skyldes mange ting, og herunder at vi blandt andet har haft et tyndt datagrundlag og at de unge der så har besvaret spørgeskemaet, til mange af spørgsmålene har svaret 'ved ikke'. Vi har også haft få åbne KOMsammen-tilbud i svarperioden. Vi har et klart ønske om, at vi højner antallet af besvarelser til næste år (både for KOMsammen og mødesteder), så vi har et større datagrundlag at gå ud fra.

I følgende afsnit uddyber vi resultaterne for de fire succesparametre.

Følelsen af ensomhed og nye relationer

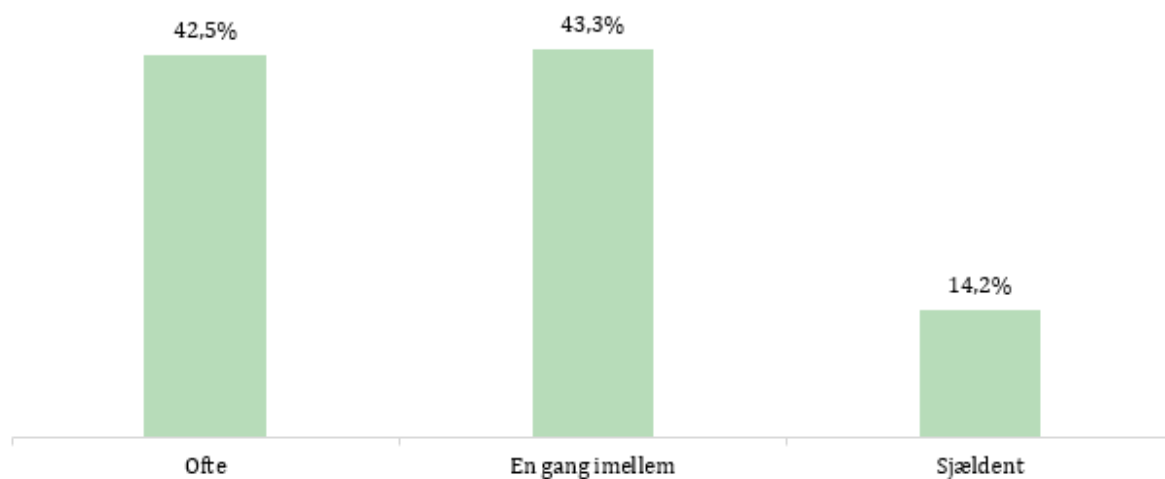
"Jeg snakkede med nogle og fik venner igennem det. Det gjorde mig mindre ensom"
(Lukas, 30 år).

Ensomhed er en subjektiv følelse. Det kan derfor være svært at måle, da følelsen typisk defineres og opleves forskelligt fra person til person. Dog er der visse overlap og forskellige parametre, der gør det muligt, at kunne måle ensomhed. For at måle effekten af vores tilbud, er det vigtigt, at vi følger de tal. Her har vi som mål at mindst 65 %, og gerne mere end 80 %, skal føle sig mindre ensomme, efter de er begyndt at komme i et af Ventilens tilbud.

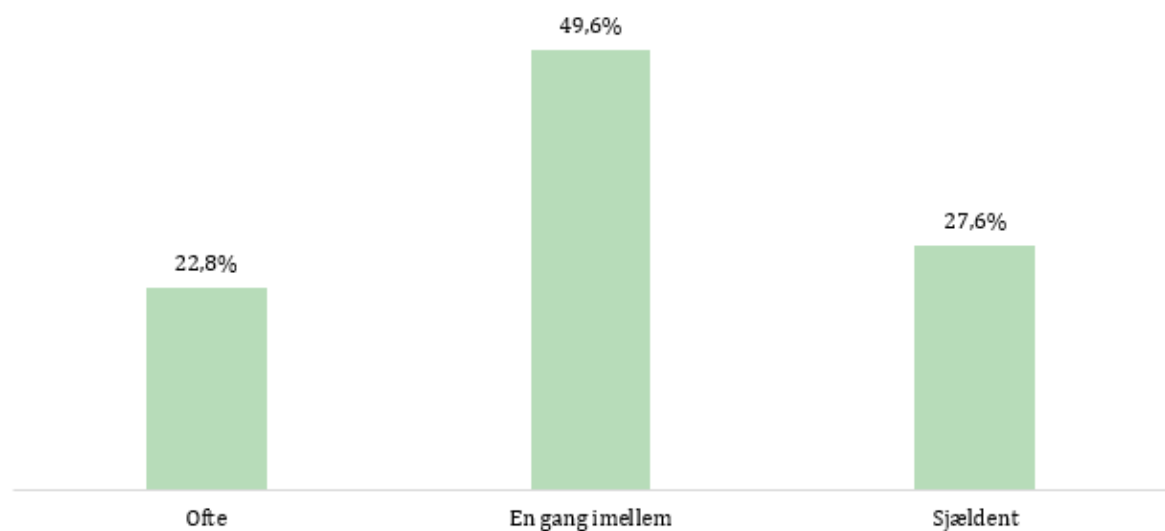
Da ensomhed kan være svært at måle, benytter vi i første omgang målemetoden T-ILS til at spørge de unge ind til deres følelse af ensomhed.⁶ Her stiller vi de unge tre spørgsmål om, hvor ofte de savner nogen at være sammen med, føler sig udenfor og isoleret fra andre.

⁶ Læs mere om denne metode i afsnittet om spørgeskemaundersøgelsen

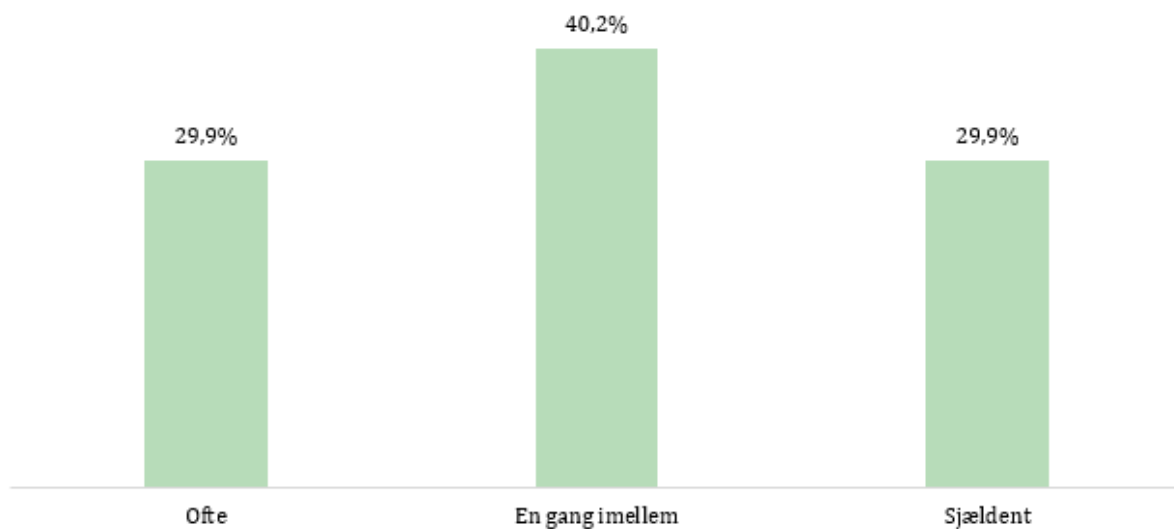
Figur 12: Hvor ofte føler du, at du savner nogen at være sammen med?



Figur 13: Hvor ofte føler du dig udenfor?

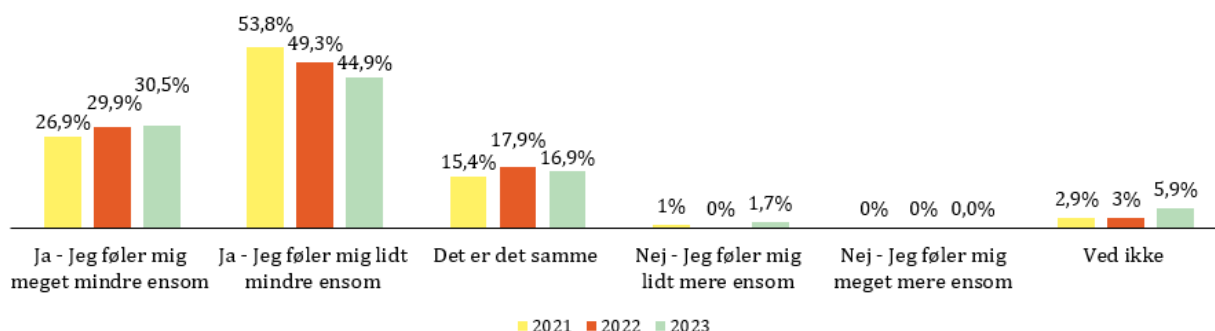


Figur 14: Hvor ofte føler du dig isoleret fra andre?



Svarene giver os et billede af, hvordan de unge i tilbuddet har det, og hvordan de oplever deres ensomhed. Men for at kunne dokumentere tilbuddenes effekt, ønsker vi også at kigge ind i udviklingen i deres følelse af ensomhed, efter de er startet i et af vores tilbud, og derfor spørger vi også ind til det:

Figur 15: Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?



7

Figur 12 viser, at 75,4 % af de unge føler, at det er blevet meget mindre eller lidt mindre ensomme. Det vil sige, at langt størstedelen af de unge, der benytter et af Ventilens tilbud, oplever en positiv udvikling, hvad angår deres følelse af ensomhed.

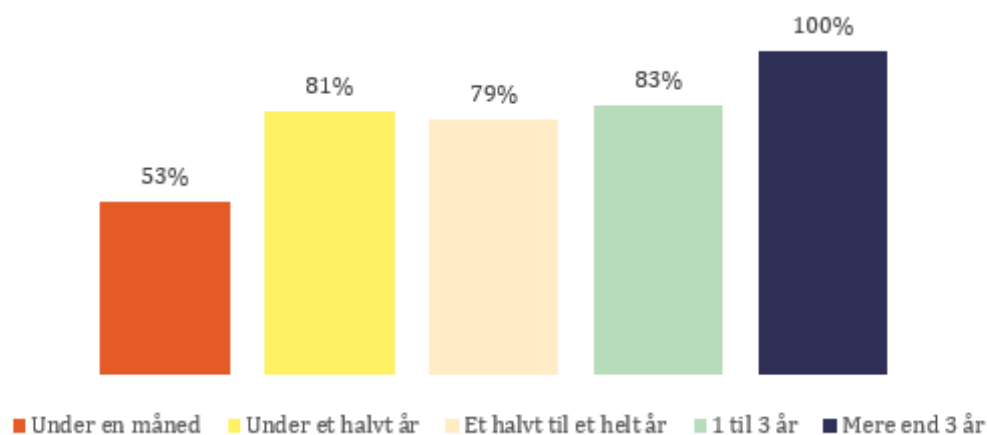
Vi har opnået vores minimumsmål igen i år, men tallet er faldende sammenlignet med de to seneste år. Derfor er vi desværre kommet længere væk fra vores succesmål. I år har det betydet, at vi har kigget på krydsreferencer i forhold til, hvor ofte og hvor længe de unge er kommet i tilbuddet og sammenlignet det med, hvor stor en procentdel der føler sig mindre ensom, for at se, om det kan give os en større viden.

⁷ I år har vi valgt også at stille dette spørgsmål til unge, der er kommet i tilbuddet for første gang. Det har dog vist sig, at de unge endnu ikke har følt sig rustet til at svare på dette spørgsmål, da mange har svaret 'ved ikke'. Derfor har vi frasorteret besvarelser fra førstegangsbesøgende i modellen.

Figuren repræsenterer svarkategorierne 'lidt mindre' og 'meget mindre ensom'

Figur 16: Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?

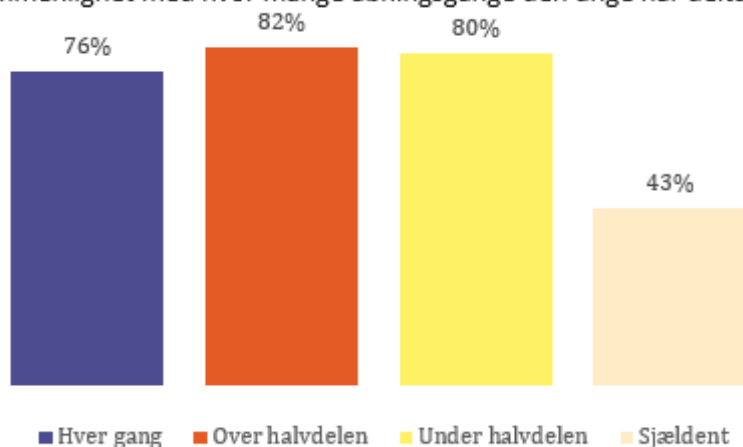
Sammenlignet med hvor længe den unge er kommet i tilbuddet



Figuren repræsenterer svarkategorierne 'lidt mindre' og 'meget mindre ensom'

Figur 17: Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?

Sammenlignet med hvor mange åbningsgange den unge har deltaget i



I figur 13 ses et tydeligt mønster i, at de unge der har været i tilbuddet længere, også oplever en større udvikling. Figur 14 viser ligeledes en sammenhæng mellem hvor ofte de unge besøger tilbuddet, og hvordan de oplever udviklingen i deres følelse af ensomhed. Det vidner altså om,

at det er en langsigtet og kontinuerlig investering, når det gælder at mindske følelsen af ensomhed. Det nævner Julie også:

"Jeg tror, at man skal gøre det mere end én gang, for i starten snakkede man ikke med mange, og man kunne godt mærke, at nogle af dem havde et tættere bånd, end man selv havde. Så jeg tror det vigtige er, at man ikke bare giver op med det samme, men at man prøver igen"

(Julie, 20 år).

Med udgangspunkt i den viden vil vi, med hjælp fra de frivillige, sørge for at tydeliggøre overfor de unge, at det hjælper at komme flere gange. Desuden vil vi udforske andre måder hvorpå vi kan fastholde de unge i vores tilbud og specielt mindske andelen af engangsbesøg. Vi er dog opmærksomme på, at der kan være andre grunde til, at man ikke kommer over en længere periode samt hyppigheden af besøg, herunder at man ikke føler, at tilbuddet er det rette for en. Men for nu må vi forholde os til de sammenhænge, som det er muligt for os at måle på. Derudover et det dog selvfølgelig et mål i sig selv, at vi hjælper alle unge, der opsøger vores tilbud, uanset hvor længe de har benyttet det eller hvor hyppigt de besøger det.

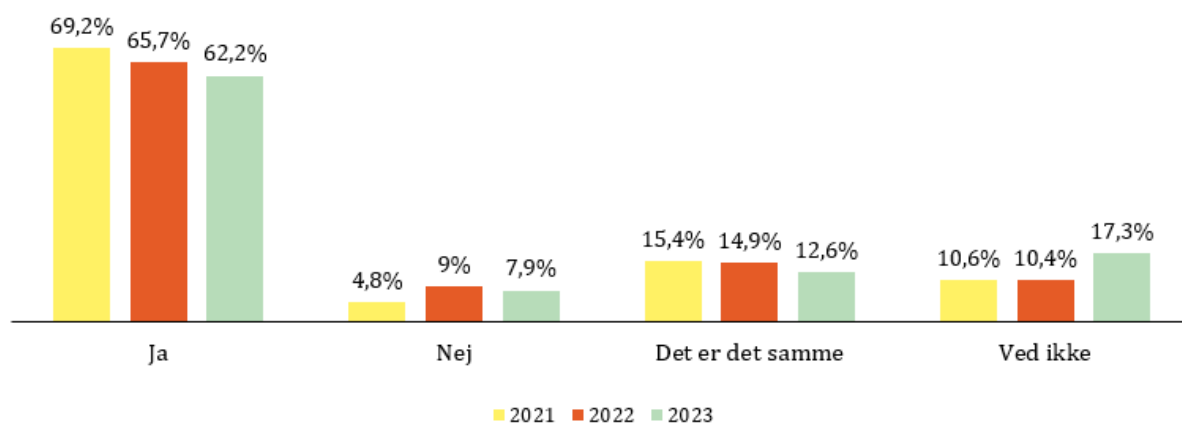
Nye relationer

"Det betyder meget for ensomhed, synes jeg – at man har nogle at henvende sig til"

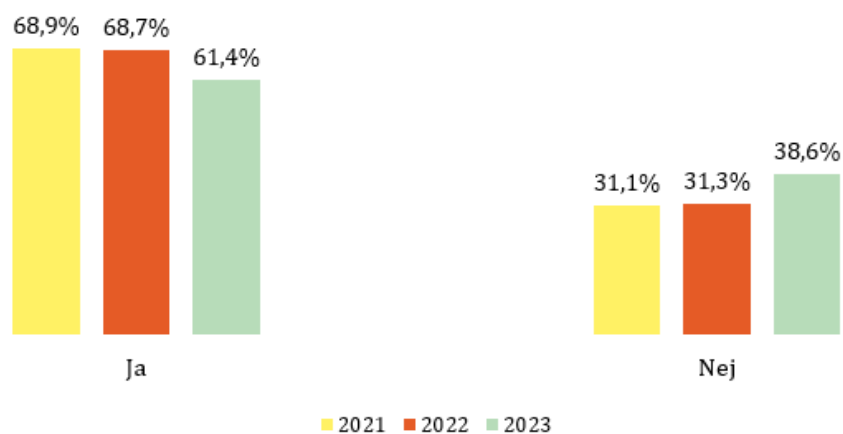
(Viktor, 25 år).

Ensomhed kan være kompleks at måle og observere. At mindske følelsen af ensomhed vil dog ofte kræve, at man opnår mod og kompetencer til at danne relationer, der kan dække de sociale behov. Det er derfor et mål for os, at tilbuddene kan bidrage til, at de unge får mod på at danne nye relationer. Derfor skal det ikke ses som et mål i sig selv, at de unge skal have mange venner og bekendtskaber, men nærmere som en indikator på, at de har opbygget mod og kompetencer til, at opsøge nye relationer, som de på længere sigt kan betroe sig til.

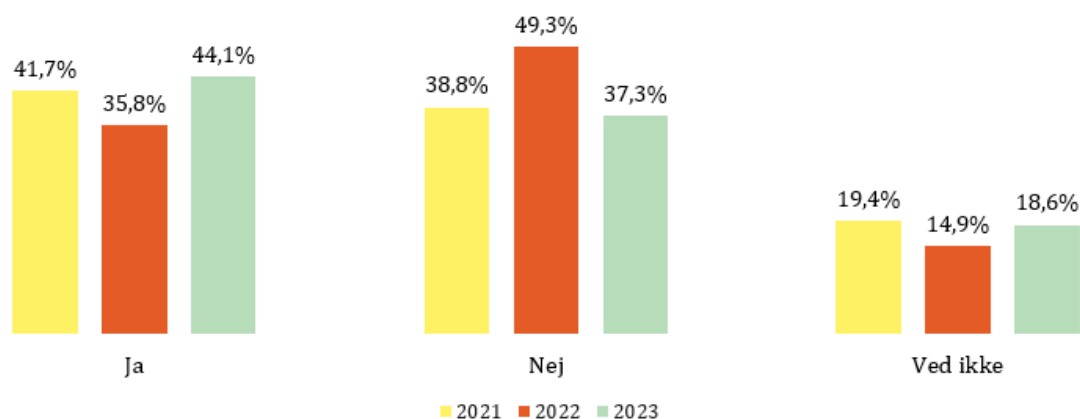
Figur 18: Føler du, at du har fået nye bekendtskaber du kan betro dig til, efter du er startet i tilbuddet?



Figur 19: Har du i tilbuddet mødt andre unge, som du kan lave noget sammen med uden for tilbuddets åbningstider?



Figur 20: Har du, efter du er begyndt at komme i Ventilen, fået nogle nye bekendtskaber, som ikke er fra tilbuddet?



Det er et bevidst valg, vi har taget, ikke at spørge ind til om de unge har fået "venner", da det ord for mange er sårbart at bruge om netop nye relationer og bekendtskaber. Desuden er fokus nærmere på, om de har opnået en god og dyb relation, og derfor benytter vi ordet "bekendtskaber". Derudover handler det ikke om kvantiteten af bekendtskaber, men snarere kvaliteten af dem, der kan være med til at mindske følelsen af ensomhed, som en af de unge også beskriver:

"Du kan godt være i et kæmpe fællesskab, men stadig være ensom" (Rasmus, 18 år).

At få stiftet gode bekendtskaber, kan også bidrage til den personlige udvikling:

"Jeg synes min selvtillid er steget ret meget, efter jeg startede med at få nogle gode relationer"
(Viktor, 25 år).

Det er ikke forventeligt, at de unge oplever, at have fået mange nye bekendtskaber, lige efter de er startet i et tilbud, da det for mange kræver tid at opbygge både mod og kompetencer at

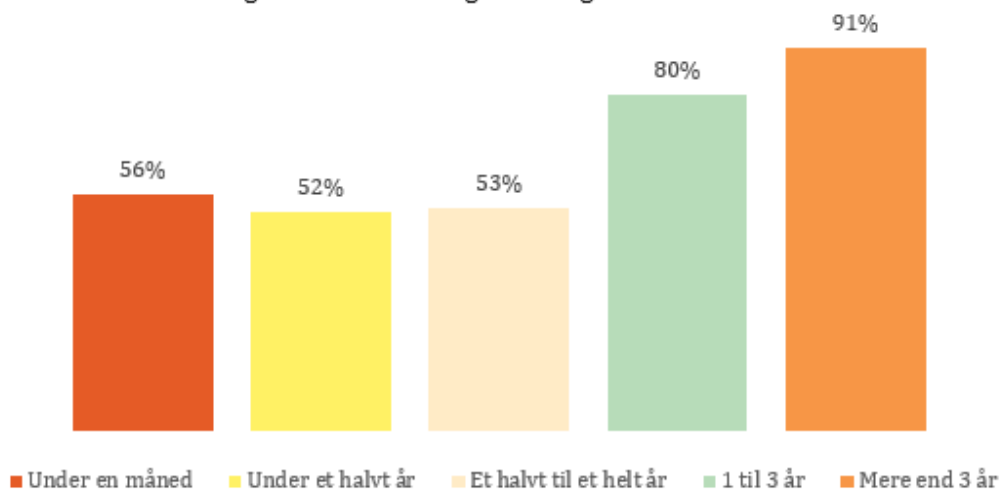
opsøge nye bekendtskaber, og til at udvikle en relation, så vidt at man tør betro sig til hinanden. Men vi har et ønske om at kunne hjælpe de unge over tid.

Ligesom med følelsen af ensomhed, har vi været nysgerrige på, om der er et mønster i, at de unge oplever at have fået nye bekendtskaber, de kan betro sig til.

Figuren repræsenterer svarkategorien 'ja'

Figur 21: Føler du, at du har fået nye bekendtskaber, du kan betro dig til, efter du er startet i tilbuddet?

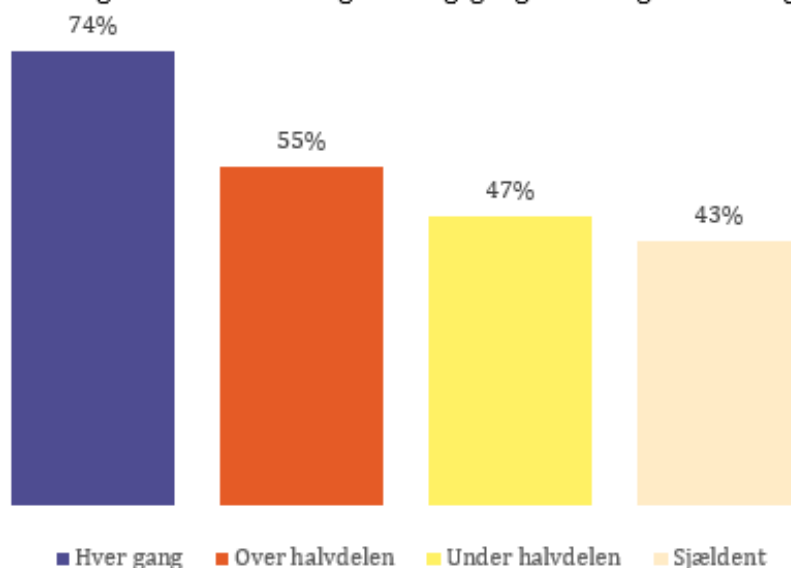
Sammenlignet med hvor længe den unge er kommet i tilbuddet



Figuren repræsenterer svarkategorien 'ja'

Figur 22: Føler du, at du har fået nye bekendtskaber, du kan betro dig til, efter du er startet i tilbuddet?

Sammenlignet med hvor mange åbningsgange den unge har deltaget i



Her bliver det tydeligt, at der er et mønster i, hvor længe og hvor ofte man kommer i tilbuddet og følelsen af, at man har fået nye bekendtskaber, man kan betro sig til. Det understreger igen, at udviklingen af ensomhedsfølelsen kræver en langsigtet og kontinuerlig investering. Dog forventer vi også, at det at have fået bekendtskaber er en fastholdelsesfaktor i sig selv, som gør, at de unge bliver ved med at komme i tilbuddet.

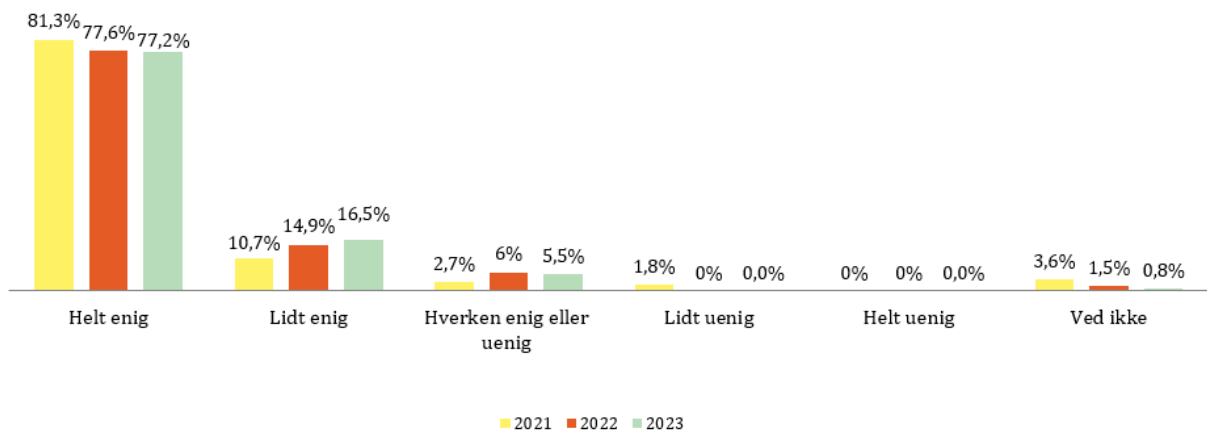
Følelsen af at høre til i tilbuddet

"Jeg føler bare, at der er en respekt hele vejen rundt. Og at vi nok allesammen har noget vi dealer med, men at der er plads til at være åben om det, hvis man har behov for det, men også at man kan have det for sig selv, hvis det er det, man har lyst til" (Ida, 21 år).

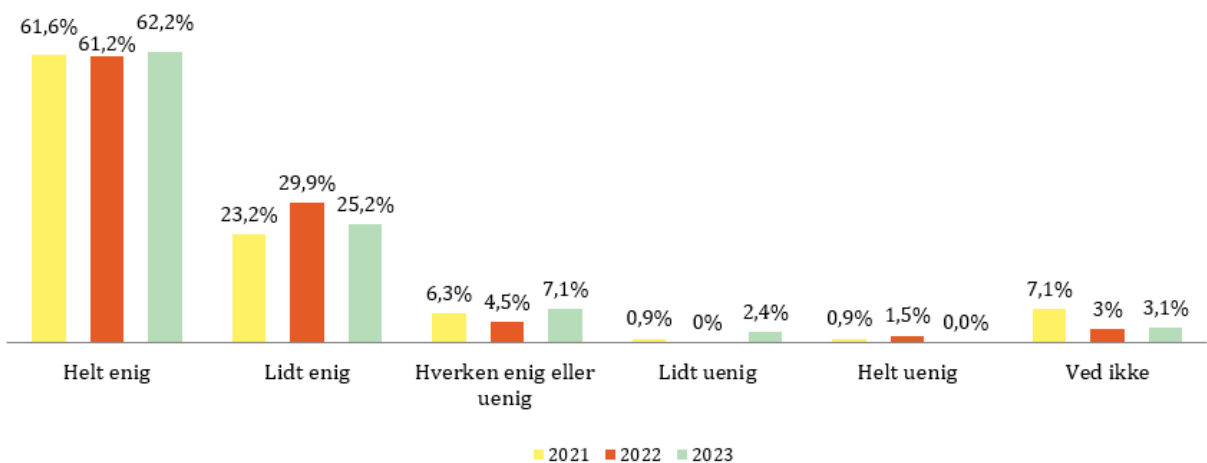
For at sikre at de unge oplever en effekt på et personligt plan, er det vigtigt, at de har en følelse af at være tryk og føle sig godt tilpas i tilbuddet. Først når de gør det, har de mulighed for at øve

sig i at danne nye relationer, få opbygget deres selvværd samt få trænet deres sociale kompetencer. Derfor er det også vigtigt at vi forholder os til, om de unge oplever denne tryghed i tilbuddet.

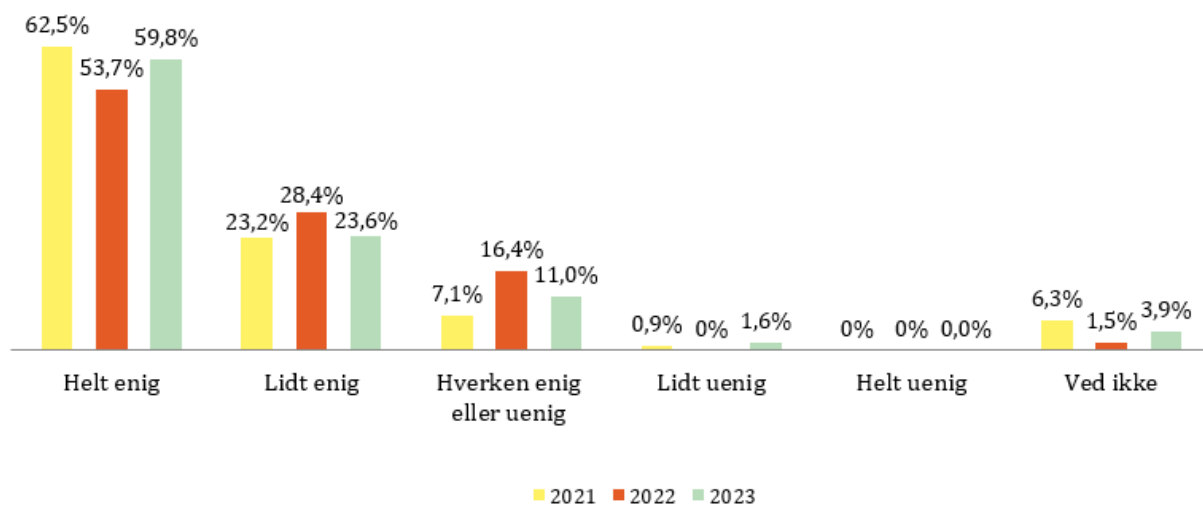
Figur 23: Jeg føler mig velkommen



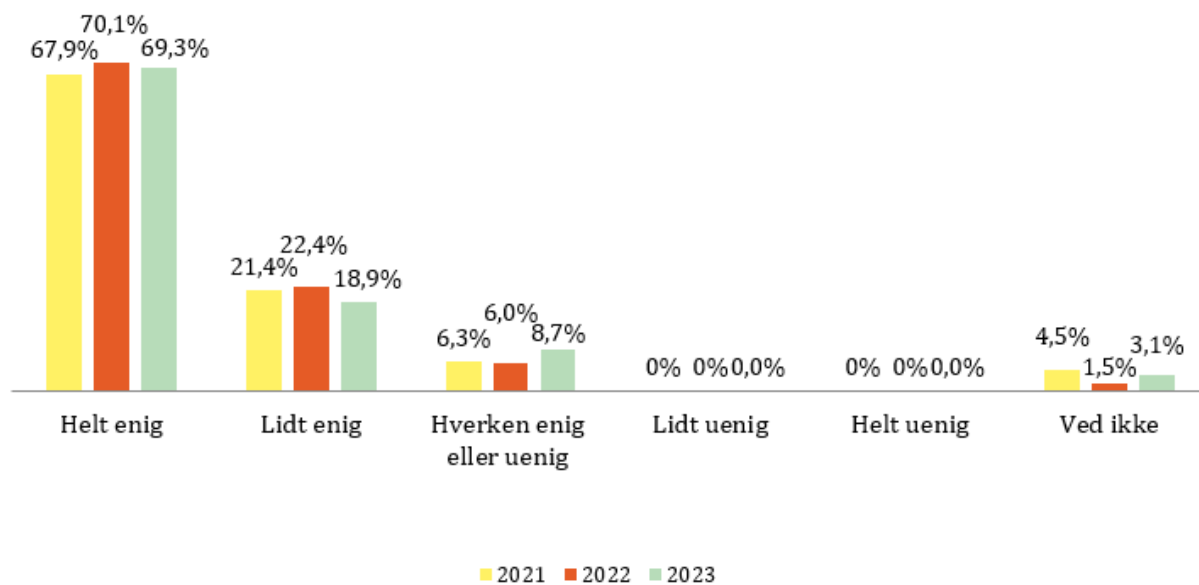
Figur 24: Jeg kan være mig selv



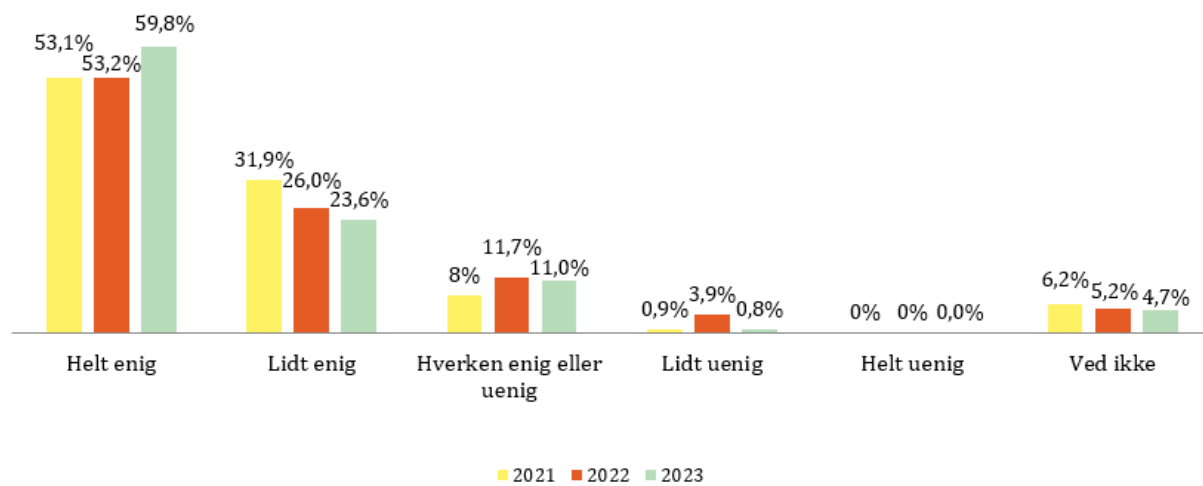
Figur 25: Jeg føler, at jeg kan sige min mening



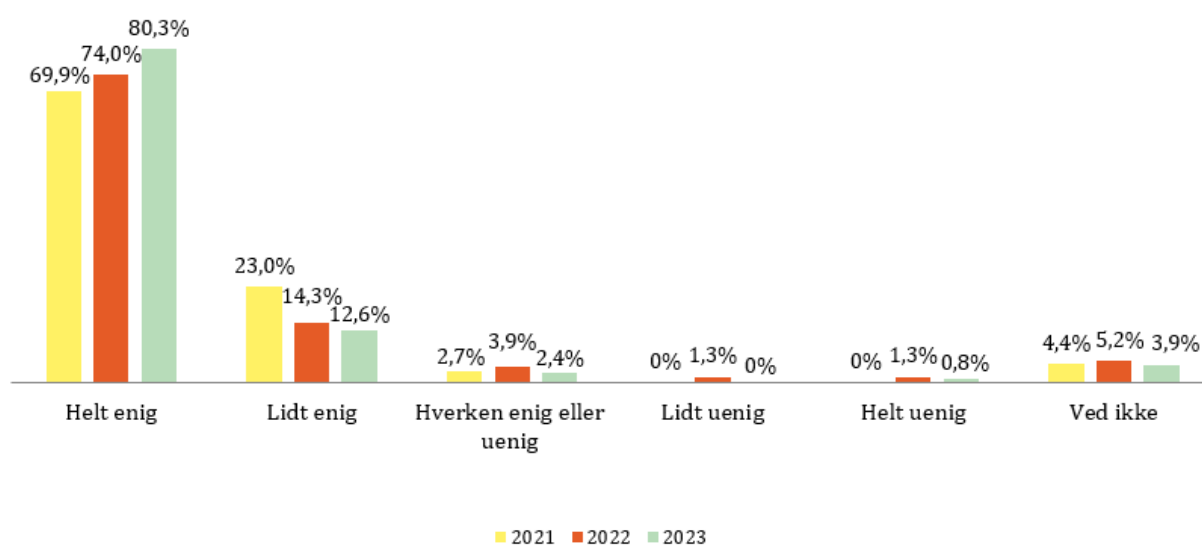
Figur 26: Jeg føler mig tryk i tilbuddet



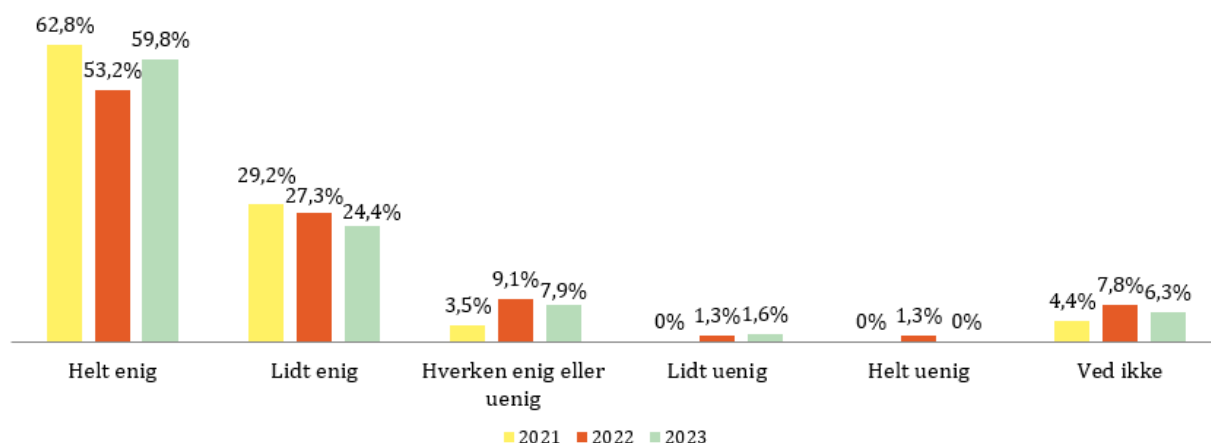
Figur 27: De andre lytter til mig



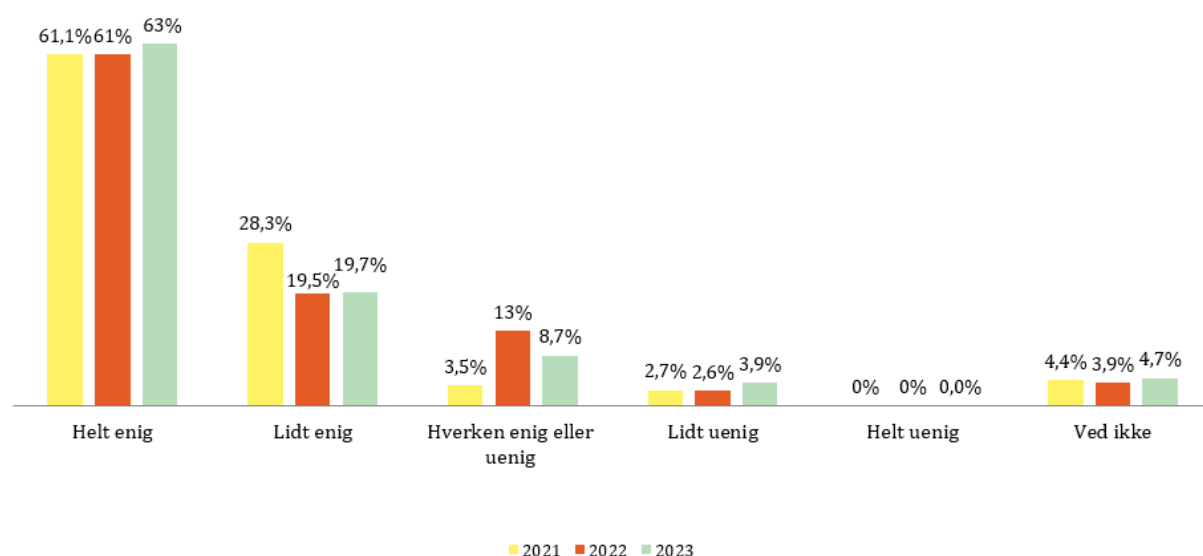
Figur 28: Vi har respekt for hinanden



Figur 29: Der er et godt sammenhold i tilbuddet



Figur 30: Jeg føler mig som en del af et fællesskab i tilbuddet



Figurerne viser, at de unge generelt føler sig trygge og inkluderede, når de er i tilbuddet, hvilket giver et godt grundlag for udvikling. Ydermere ligger disse tal rimelig stabilt, hvis man sammenligner på tværs af årene. Oplevelsen af tryghed understreges også af udtalelser fra de unge:

"Det her sted ser jeg som en slags frirum" (Lukas, 30 år).

Det viser sig samtidig, at det er frivillige såvel som unge, der er med til at skabe tryghed:

"Både de frivillige og dem der kommer her, er gode til at skabe en god stemning og give plads til alle" (Ida, 21 år).

Ligeledes beskriver de unge også modtagelsen første gang de besøgte tilbuddet:

"Jeg synes at de allesammen var åbne helt fra starten af. Og på en eller anden måde synes jeg også, at jeg har flere bedre venner her på det her halve år, end jeg havde i hele min folkeskole-tid" (Rasmus, 18 år).

Styrket selvværd

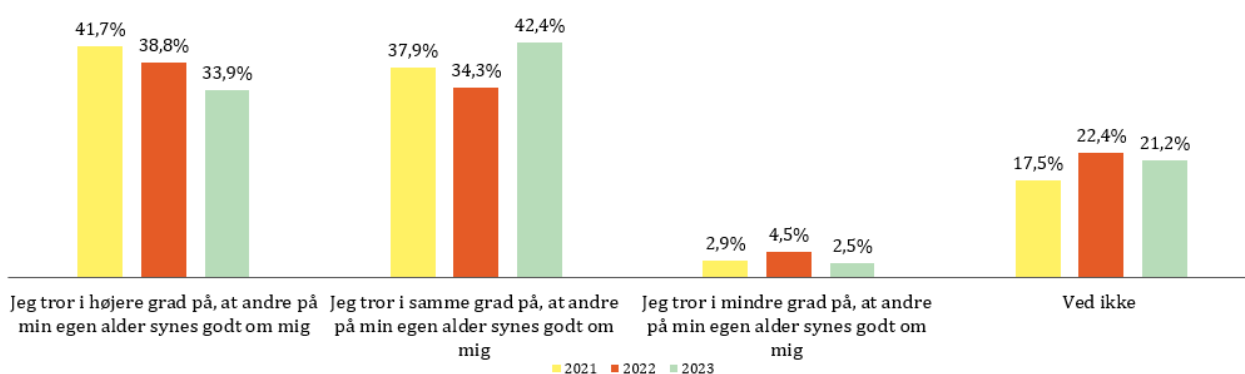
"Og så tror jeg også, at jeg er blevet bedre til at være ligeglad med, hvad andre folk tænker, efter jeg er kommet her. Fordi man har fundet ud af, at der er folk, der gerne vil mig, for den jeg er, så man behøver ikke at ændre sig" (Ida, 21 år).

Hvis de unge føler sig trygge i tilbuddet, er der god grobund for, at de kan udvikle sig og styrke deres selvværd. Lavt selvværd er nemlig blandt konsekvenserne af længerevarende ensomhed, hvor man kan opleve en følelse af, at andre finder en uinteressant, og at andres behov er vigtigere end egne. For at man har mod på at opbygge nye og ligeværdige relationer, skal selvværdet bygges op igen. I vores tilbud sker det gennem spejling og positive oplevelser med interaktion med andre unge:

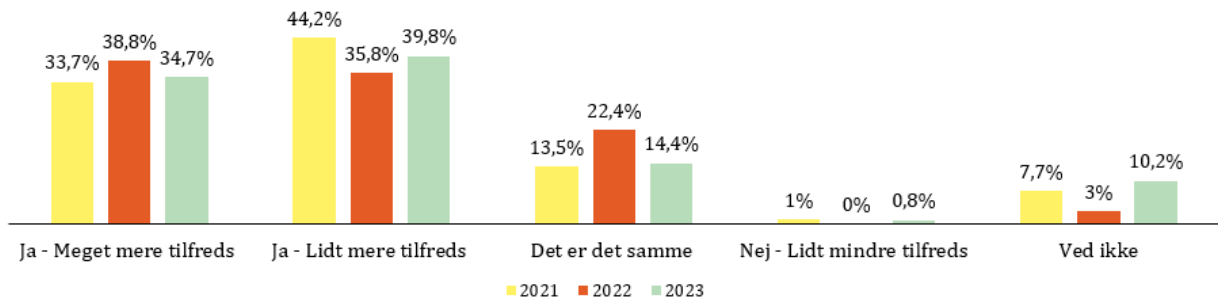
"Det er rart af få sat ord på sine tanker og bare være sammen med andre og grine sammen"
(Viktor, 25 år).

Da selvværd også er en svær målbar størrelse, stiller vi to forskellige spørgsmål, der agerer indikator på, om de unge oplever en udvikling i deres selvværd. Her er vores mål igen, at mindst 65 % og gerne 80 % eller flere skal føle, at de har fået større tro på, at andre synes om dem, og er blevet mere tilfredse med sig selv, efter de er startet i tilbuddet.

Figur 31: Hvordan oplever du din tro på, at andre på din egen alder synes godt om dig, efter du er startet i tilbuddet?



Figur 32: Oplever du, at være blevet mere tilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?



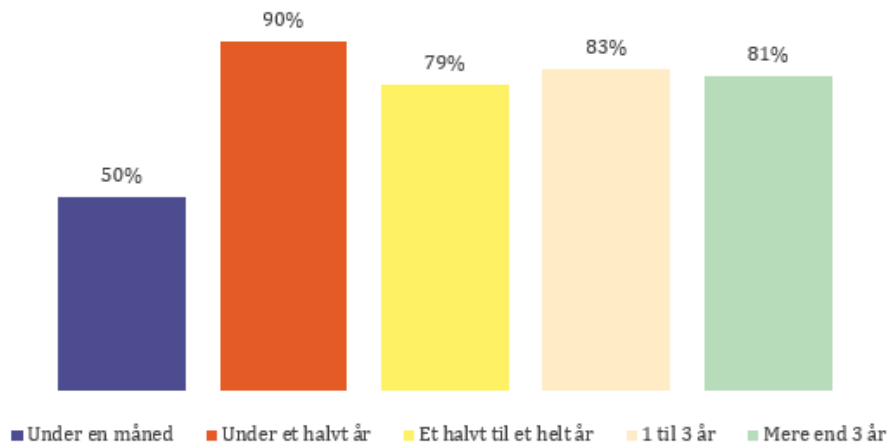
74,5 % af de unge oplever at være blevet mere tilfredse med sig selv, og hermed er minimumsmålet for dette opnået. Anderledes ser det dog ud med troen på, at andre synes om én. Her ses det dog, at mange unge svarer 'ved ikke', hvilket til dels kan forklares af den store andel af unge, der har besvaret spørgeskemaet, som ikke har været en del af tilbuddet i længere tid.

Da de unges følelse af at være blevet mere tilfredse med sig selv, er en del af vores succesmål, har vi ønsket at kigge nærmere på, hvordan følelsen opleves set i forhold til hvor længe og hvor ofte, de unge kommer i tilbuddet.

Figuren repræsenterer svarkategorierne 'lidt mere' og 'meget mere tilfreds'

Figur 33: Oplever du, at være blevet mere tilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?

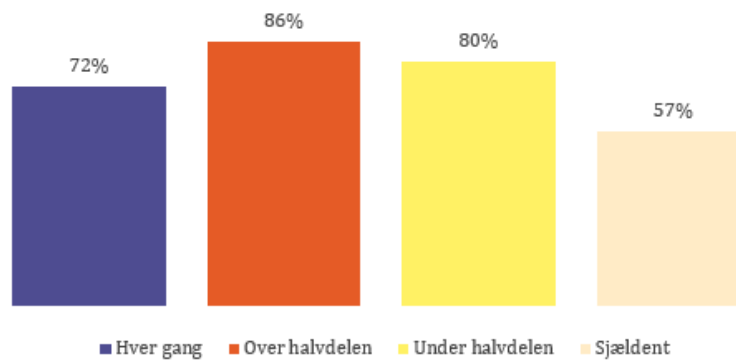
Sammenlignet med hvor længe den unge er kommet i tilbuddet



Figuren repræsenterer svarkategorierne 'lidt mere' og 'meget mere tilfreds'

Figur 34: Oplever du, at være blevet mere tilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?

Sammenlignet med hvor mange åbningsgange den unge har deltaget i



Ud fra figurerne kan vi se, at unge der besøger tilbuddet sjældent, samt er forholdsvis nye i tilbuddet, ikke i samme grad oplever at være blevet mere tilfredse med sig selv, hvilket igen understreger antagelsen om, at udviklingen opleves over tid.

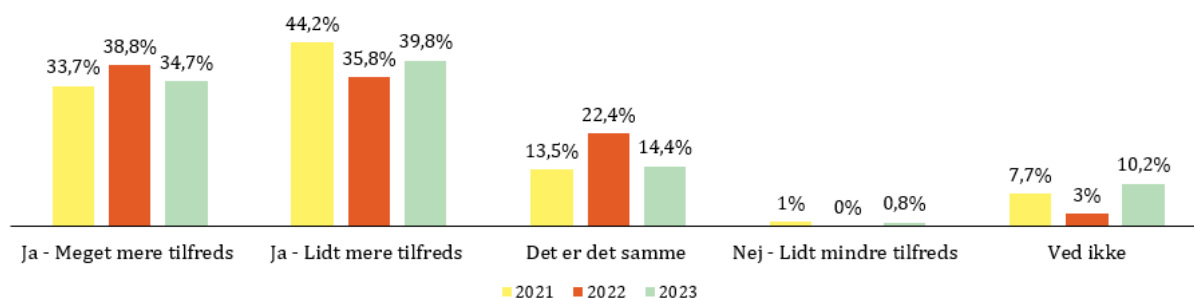
Sociale kompetencer

"Jeg har nemmere ved at snakke med nye mennesker, der kommer her, end da jeg startede"
(Emil, 25 år).

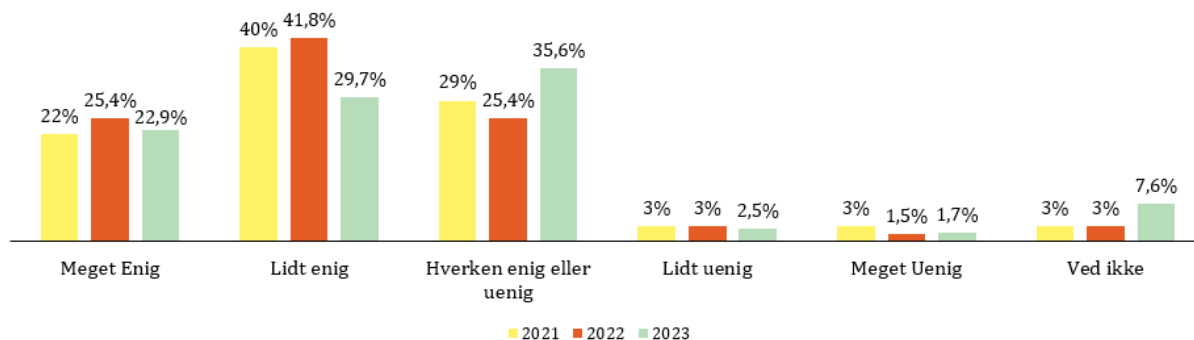
Mangel på bekendtskaber og grupper man føler sig tryk i, kan betyde, at man mister eller ikke udvikler sine sociale kompetencer. At føle sig ensom kan samtidig gøre det svært at møde nye mennesker, som ofte er det afsavn man har. Derfor ser vi de sociale kompetencer som en række færdigheder, der er afgørende for, at de unge kan bekæmpe deres ensomhed. I 2023 har et indsatsområde været at kigge på, om de unge bliver bedre rustet til at håndtere sociale situationer af, at benytte vores tilbud.

Vi spørger derfor de unge ind til, om de selv oplever at være blevet bedre til at håndtere sociale situationer, om de har lettere ved at møde nye mennesker, og om de føler sig mere trygge i nye situationer, efter de er startet i tilbuddet. Med de tre spørgsmål ønsker vi at skabe et billede af de unges oplevelse af at føle sig socialt kompetente og udviklingen heraf.

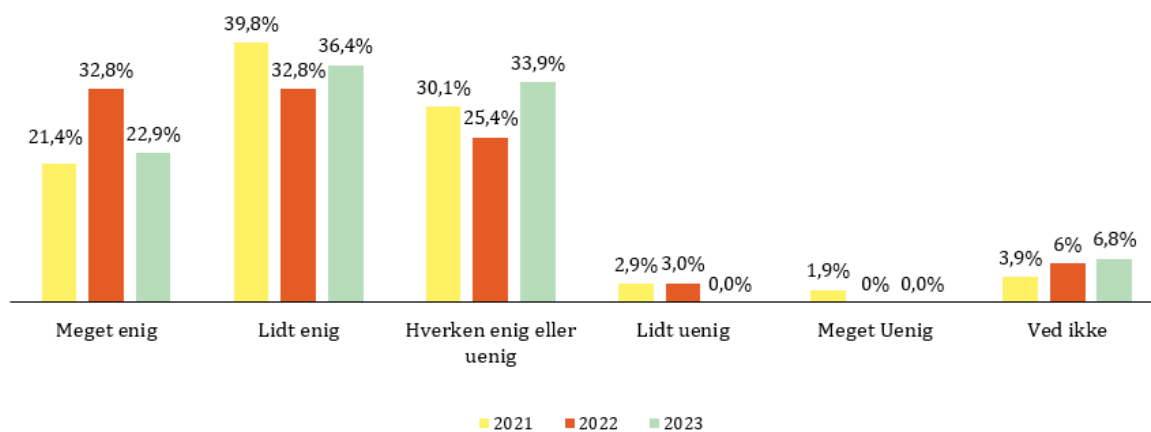
Figur 35: Oplever du, at være blevet mere tilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i Ventilen?



Figur 36: Jeg har nemmere ved at møde nye mennesker, efter jeg er startet i tilbuddet



Figur 37: Jeg føler mig mere tryk i nye situationer, efter jeg er startet i tilbuddet



Resultaterne viser, at de unge generelt oplever forbedrede sociale kompetencer, efter at være startet i tilbuddet.

"Jeg føler mig lidt mere åben og meget mere social" (Rasmus 18 år).

"Jeg er blevet mere åben og mere nysgerrig på at møde nye mennesker" (Julie, 20 år).

Ligeledes beskrives det, hvordan de frivillige støtter op om denne udvikling:

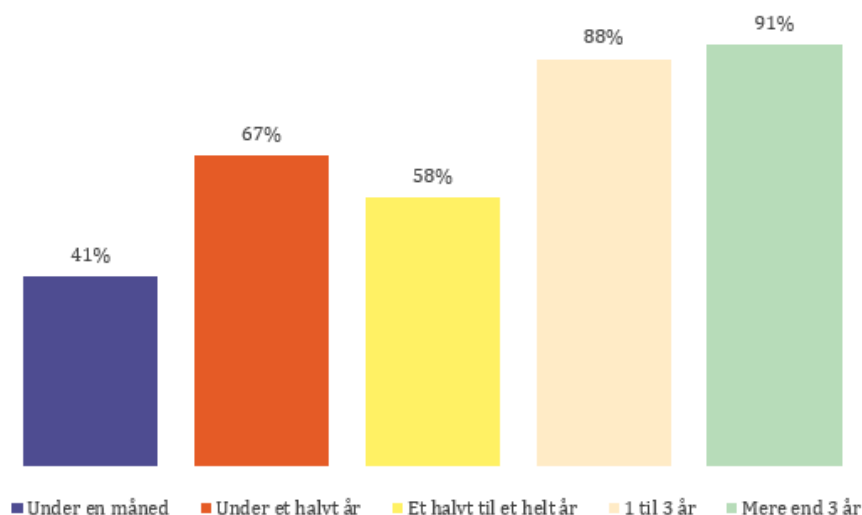
"De er gode til at trække folk ind og snakke med alle" (Emil, 25 år).

Dog må vi også forholde os til den andel af de unge, der ikke oplever fremgang. Her vil vi igen gøre en indsats for at understrege, at det kræver tid og tålmodighed at opleve udvikling. Og selvfølgelig sørge for at opretholde en vis kvalitet i vores tilbud, blandt andet gennem supervision.

At have en oplevelse af, at man kan håndtere sociale situationer, er en del af vores succesmål, og det er derfor vigtigt for os, at de unge føler en udvikling indenfor dette område. Derfor har vi dykket ned i resultaterne for dette, ved at undersøge sammenhængen mellem hvor længe og hvor ofte man kommer i tilbuddet, og oplevelsen af egen håndtering af sociale situationer.

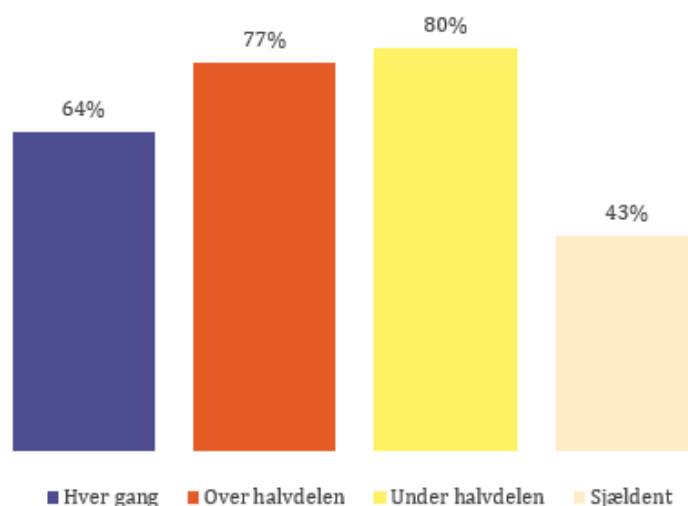
Figuren repræsenterer svarkategorierne 'lidt bedre' og 'meget bedre'

Figur 38: Oplever du, at være blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?
Sammenlignet med hvor længe den unge er kommet i tilbuddet



Figuren repræsenterer svarkategorierne 'lidt bedre' og 'meget bedre'

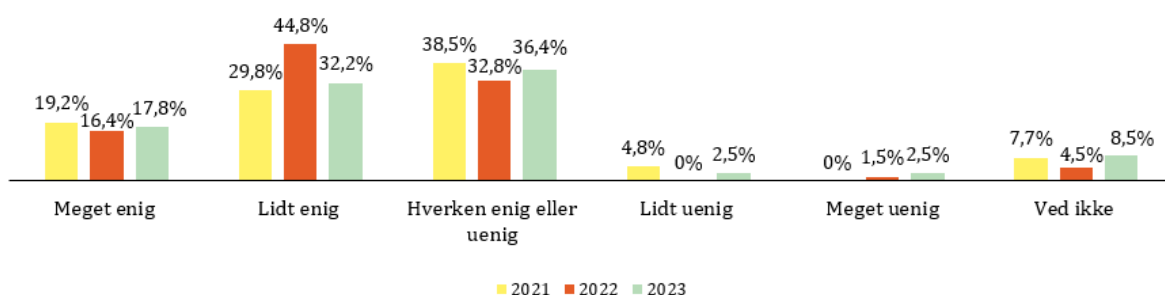
Figur 39: Oplever du, at være blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?
Sammenlignet med hvor mange åbningsgange den unge har deltaget i



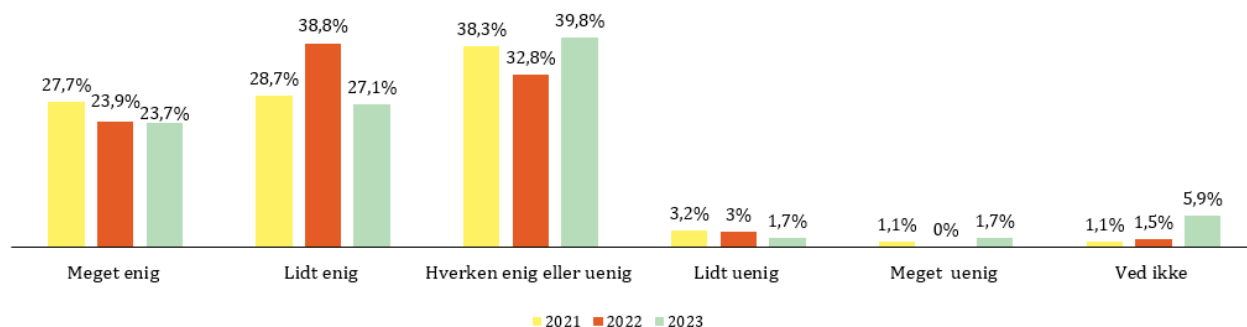
Sammenhængen er tydelig – i jo længere tid de unge har været en del af tilbuddet, og jo oftere de benytter det, desto bedre oplever de, at være blevet til at håndtere sociale situationer.

Vi har ligeledes spurgt de unge ind til, hvorvidt de er i stand til at aflæse, hvordan andre har det, samt om de oplever overskud til at hjælpe andre, da evner til dette også indebærer sociale kompetencer.

Figur 40: Efter jeg er startet i tilbuddet er jeg blevet bedre til at fornemme, hvordan andre har det.



Figur 41: Efter jeg er startet i Ventilen oplever jeg et større overskud til at forsøge at hjælpe andre, hvis jeg oplever, at de har brug for det.



Overordnet oplever de unge fortsat styrkede sociale kompetencer – både i og udenfor tilbuddene. Ved spørgsmålet om de unge er blevet bedre til at håndtere sociale situationer ses det, at

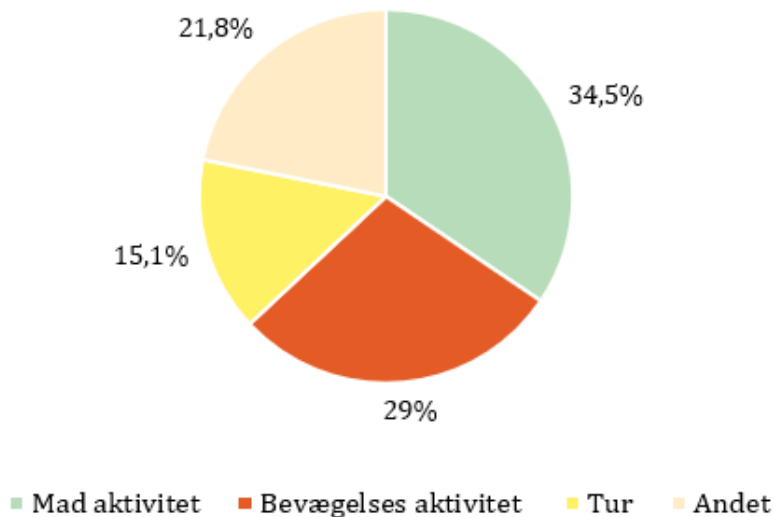
vi nu ligger over vores minimumsmål sammenlignet med sidste år. Men der er også et stigende antal unge, der ikke oplever en udvikling. Det er derfor et fokus, vi stadig vil bibeholde. Derudover ønsker vi i samarbejde med de frivillige igen at sørge for, at understrege vigtigheden af at blive i tilbuddet i forhold til at opleve mulig udvikling.

Sunde valg i KOMsammen

"Jeg mødes med folk udenfor mødestedet. Vi har været kammerater i lang tid. Vi passer ikke perfekt sammen, men vi forstår hinanden og vi kan også spejle os i hinanden. Så udveksler vi perspektiver. Vi mødes, vi laver mad sammen og vi går ture, snakker om ditten og datten. Det giver jo meget." (Lukas, 30 år).

Foruden et ønske om at hjælpe de unge ud af ensomhed, har KOMsammen også fokus på at inspirere de unge til at leve sundere, hvad angår kost og motion. Vi ved, at der er en sammenhæng mellem mental sundhed og livsstil. Derfor forsøger vi at komme omkring det med denne tilbudstype. På visse punkter stiller det andre krav til de frivillige, der er tilknyttet disse tilbud og til tilrettelæggelsen af aktiviteterne, end det gør i mødestederne. De aktiviteter der udføres, skal som hovedregel tage udgangspunkt i bevægelse eller madlavning, og det er netop, hvad de frivillige har sørget for i løbet af 2023:

Figur 42: Aktivitetsfordeling KOMsammen

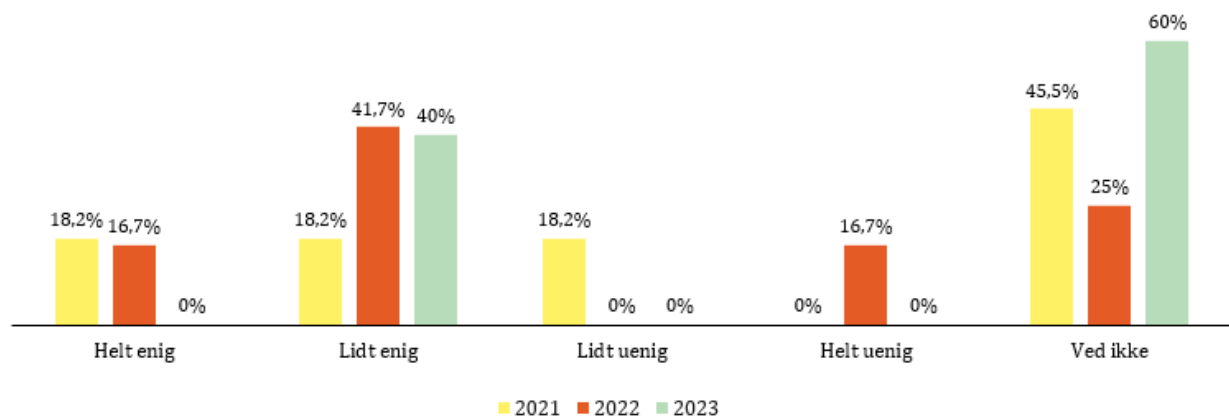


Bevægelsesaktiviteterne dækker blandt andet over bordtennis, bowlingudflugter, badminton og meget mere. Det andet hovedfokus i KOMsammen, som er sund og varieret madlavning som aktivitet, indebar i 2023 blandt andet at lave vegetarlasagne, japanske pandekager, chili sin carne og meget andet sammen i mødestedet. 15,1 % af de aktiviteter der er blevet foretaget, dækker desuden over "tur", hvor turene også har indeholdt bevægelse, i form af gåture og udflugter til lokale sportshaller. Det vil altså sige, at 78,2 % af KOMsammens aktiviteter er bevægelses- og madrelaterede. Mange af de resterende aktiviteter der er registreret som "andet", indebar spil og hygge, da KOMsammen tilbuddene også afholder mødestedslygnende aktiviteter.

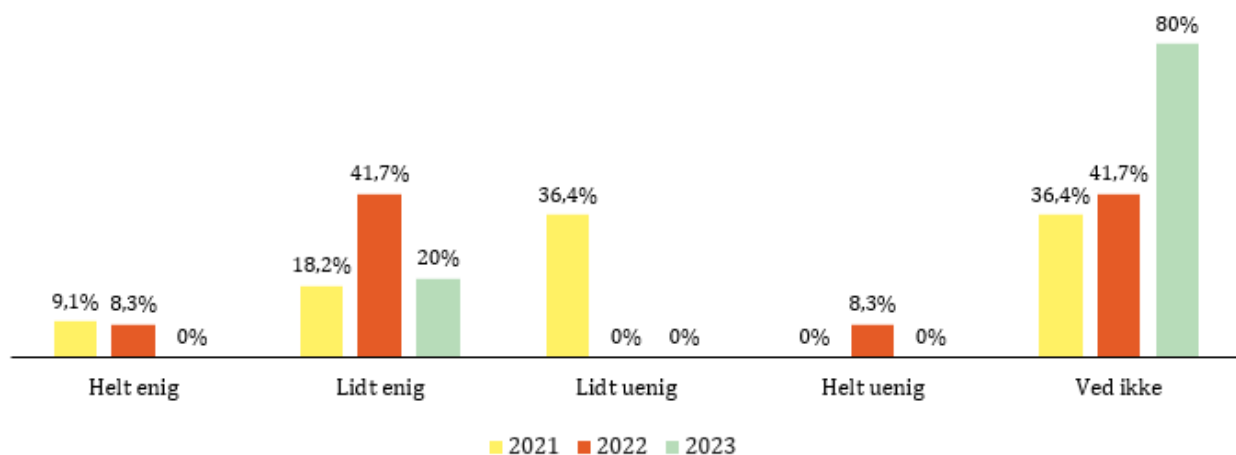
Datagrundlaget for KOMsammen i vores spørgeskemaundersøgelse er svagt både i år og i tidligere år. I år har 5 ud af de 24 unge, der besøgte tilbuddet i svarperioden, besvaret spørgeskemaet. Det giver en svarprocent på 21 % for KOMsammen, hvilket langt fra er tilfredsstillende, og det gør det sværere at sammenligne resultater på tværs af årene, samt at sige noget generelt om denne tilbudstype. I følgende vil vi dog alligevel dykke ned i, hvordan de unge oplever at være en del af et KOMsammen-tilbud.

Vi har spurgt de unge, om de føler, at de er blevet bedre til selv at finde på idéer til at være fysisk aktive, efter de er begyndt i KOMsammen og om de oplever, at være blevet bedre til at finde på idéer til en sund og varieret kost. Her er vores mål, at mindst 65 %, og gerne over 80 %, oplever denne udvikling.

Figur 43: Jeg er blevet bedre til selv at finde på ideer til at være fysisk aktiv, efter jeg er begyndt i KOMsammen

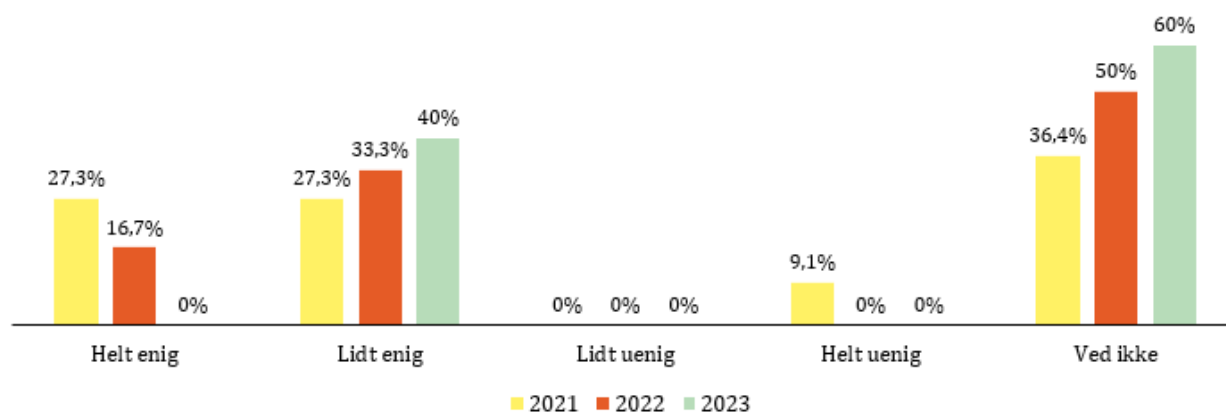


Figur 44: Jeg er blevet bedre til selv at finde på ideer til sund/varieret kost, efter jeg er begyndt i KOMsammen

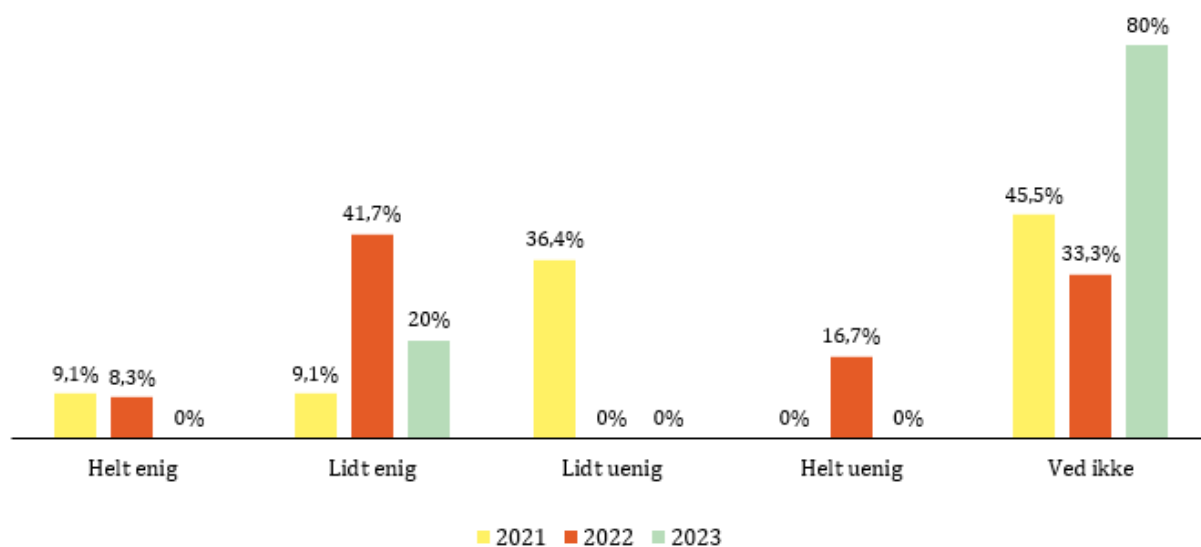


En stor del af de unge har svaret 'ved ikke'. Det kan være et udtryk for mange ting, men der er ingen tvivl om, at der fortsat ligger et stort arbejde foran os. Til næste år vil vi kigge ind i, om vi kan stille spørgsmålene på en måde, der gør det nemmere for de unge at svare, og giver mere valide svar, da vi må erkende, at mange af spørgsmålene er ens eller for brede. Desuden ville et større datagrundlag formentlig også have betydet mere repræsentative svar. Dog er det positivt at de unge, der har følt sig rustet til at besvare på spørgsmålene, føler de er blevet bedre til selv at finde på idéer til at være fysisk aktive og idéer til en sund og varieret kost. Udover det har vi også et ønske om, at de unge skal opleve en lyst til at implementere det de har lært i KOMsammen i deres hverdagsliv.

Figur 45: Jeg har fået mere lyst til at bevæge mig til hverdag, efter jeg er begyndt i KOMsammen



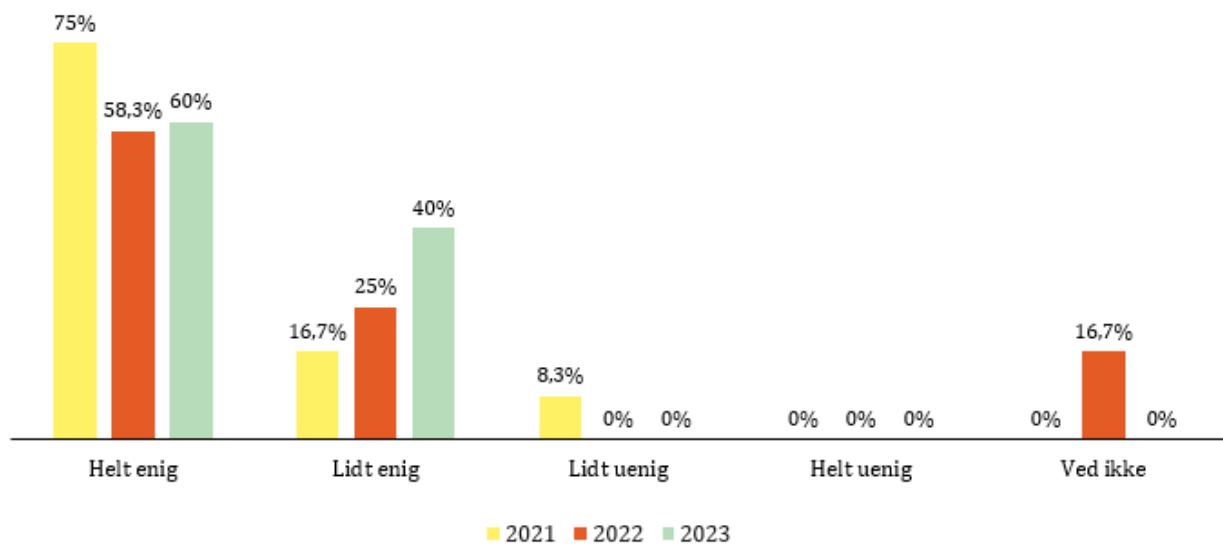
Figur 46: Jeg har fået mere lyst til at spise sundt/varieret til hverdag, efter jeg er begyndt i KOMsammen



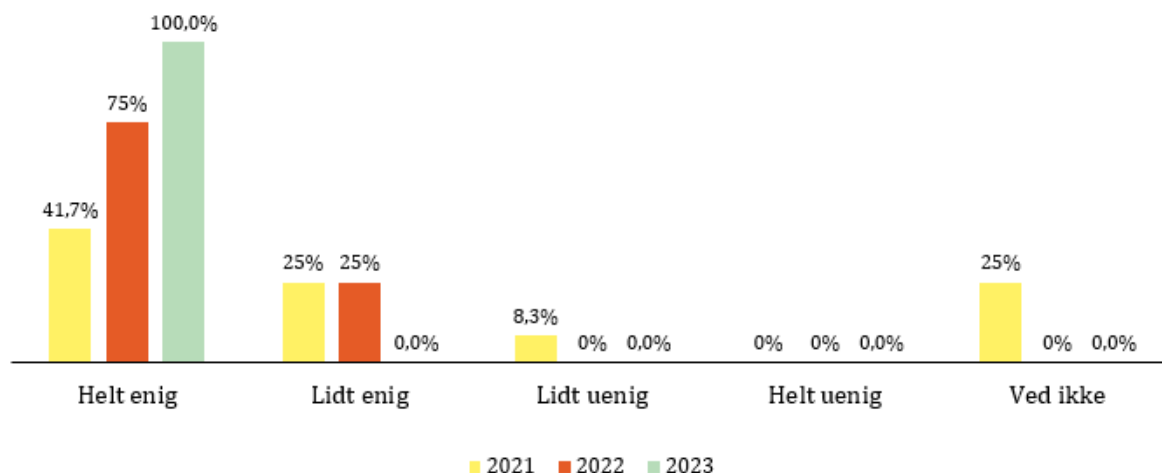
Her ses samme mønster som før – mange af de unge svarer 'ved ikke', men de unge, der har følt sig rustet til at svare på spørgsmålene oplever, at de har fået mere lyst til at bevæge sig og spise

sundt til hverdag. Det forudsætter selvfølgelig til dels, at de også har haft gode oplevelser med bevægelse og madlavning, og derfor spørger vi dem også ind til det:

Figur 47: Jeg har fået gode oplevelser med at bevæge mig



Figur 48: Jeg har fået gode oplevelser med madlavning



Her er det positivt at bemærke, at de unge fra KOMsammen der har besvaret spørgeskemaet, alle har haft gode oplevelser med bevægelse og madlavning. Det vidner om, at en del af vores tilbud opnår de formål, som de tjener.

Ting vi har arbejdet med i 2023

Med udgangspunkt i resultaterne fra udarbejdelsen af dokumentationsrapporten 2022, har vi i 2023 haft fokus på tre indsatsområder: Sociale kompetencer, lokalt kendskab og svarprocenten i spørgeskemaundersøgelsen.

Indsatsområde – sociale kompetencer

Som nævnt tidligere er sociale kompetencer en så central del af det, som vi ønsker, at de unge skal tage med sig fra tilbuddet. Ved at tilegne sig sociale kompetencer, vil de forhåbentlig opleve større mod til at opsøge andre mennesker, og kunne indgå i sociale sammenhænge på en tryk måde, som vil afhjælpe følelsen af ensomhed. Derfor satte vi som mål for år 2023, at minimum

65 % af de unge der besøgte vores tilbud, skulle opleve at de følte sig 'lidt bedre' eller 'meget bedre' til at håndtere sociale situationer. Derudover havde vi et succesmål om, at mindst 80 % skulle opleve det.

67 % af de unge der har besvaret spørgeskemaet rapporterer, at de føler sig 'lidt bedre' eller 'meget bedre' til at håndtere sociale situationer, efter de er startet i et af Ventilens tilbud. Hermed opfylder vi vores minimumsmål. Desværre er vi ikke helt oppe at ramme succesmålet, hvilket vi vil arbejde videre på at nærme os i 2024.

Indsatsområde – lokalt kendskab

"De [frivillige] er gode til at være nede i byen, når der er events og sådan. Og der er kommet mange nye siden. Også folk der kommer mere end en gang" (Emil, 25 år)

Det er tydeligt, at vi hjælper langt de fleste af de unge, der benytter vores tilbud. Men for at kunne hjælpe endnu flere, skal de unge også kende til Ventilen og vores tilbud. Derfor satte vi i 2022 et mål om, at skulle opnå større lokalt kendskab til vores tilbud og planlagde indsatser, for at kunne nå ud til flere unge og forhåbentlig gøre en forskel for dem. Det har vi målt ud fra antal nye unge og direkte henvendelser til de respektive tilbud. Her var målet konkret at få 400 nye unge, der besøgte vores tilbud samt mindst 900 direkte henvendelser fra unge, pårørende, fagfolk og lignende, der på forskellig vis har ønsket information om vores tilbud.

Tabel 3: Henvendelser i 2023

	Unge	Pårørende	Fagfolk o.l.	Oplæg	Potentielle nye frivillige	Studerende	Journalister	Andre	Total
Ventilens hovedmail	23	29	27	6	88	65	4	96	338
Ventilens hovedtelefon	42	51	58	15	22	46	28	100	362

De lokale tilbuds sociale medier og telefon	184	86	89	26	156	43	24	0	608
De lokale tilbuds mail	113	59	89	35	104	90	13	351	854
Total	362	225	263	82	370	244	69	547	2162

Med i alt 448 nye unge der besøgte vores tilbud i 2023, opnår vi dette mål. Antallet af direkte henvendelser på Ventilens hovedmail og -telefon, de lokale tilbuds mail, sociale medier og telefon ender samlet set på 850. Dette er en stigning fra sidste år, hvor vi havde 749 direkte henvendelser, og selvom vi ikke når vores mål, er vi ikke langt fra.

Det er positivt at tallene er steget, da det vidner om, at vi gør noget rigtig i forhold til at synliggøre vores tilbud. Det er et tal, vi selvfølgelig gerne ser stige endnu mere i løbet af de næste par år, så vi kan hjælpe flest mulige unge ud af ensomhed.

I vores indsats omkring at sprede budskabet omkring Ventilen og opnå større lokalt kendskab, er vi også nysgerrige på, hvordan de unge har fundet os. Derfor har vi adspurgt dem om det i spørgeskemaundersøgelsen.

Tabel 3: Hvordan fandt du frem til tilbuddet?

	2021	2022	2023
Jeg fandt det selv på internettet	16,6 %	19,1 %	9 %
Jeg så et opslag om Ventilen på internettet via sociale medier	8,6 %	10,6 %	9 %
Jeg så en plakat eller folder i byen eller på skolen	2 %	2,1 %	2,8 %
Jeg hørte om det fra min læge, psykolog eller kontaktperson	22,5 %	19,1 %	20 %

Jeg hørte om det fra min lærer eller pædagog	3,3 %	2,1 %	10,3 %
Jeg hørte om det fra én i min familie	27,8 %	31,9 %	34,5 %
Jeg så noget om det i fjernsynet, i avisen eller hørte noget radioen	2,6 %	2,1 %	1,4 %
Jeg hørte om det gennem venner eller bekendte	8,6 %	9,6 %	9,7 %
Jeg blev henvist af en Lift-vejleder ⁸			0,7 %
Andet	6,6 %	3,2 %	2,8 %

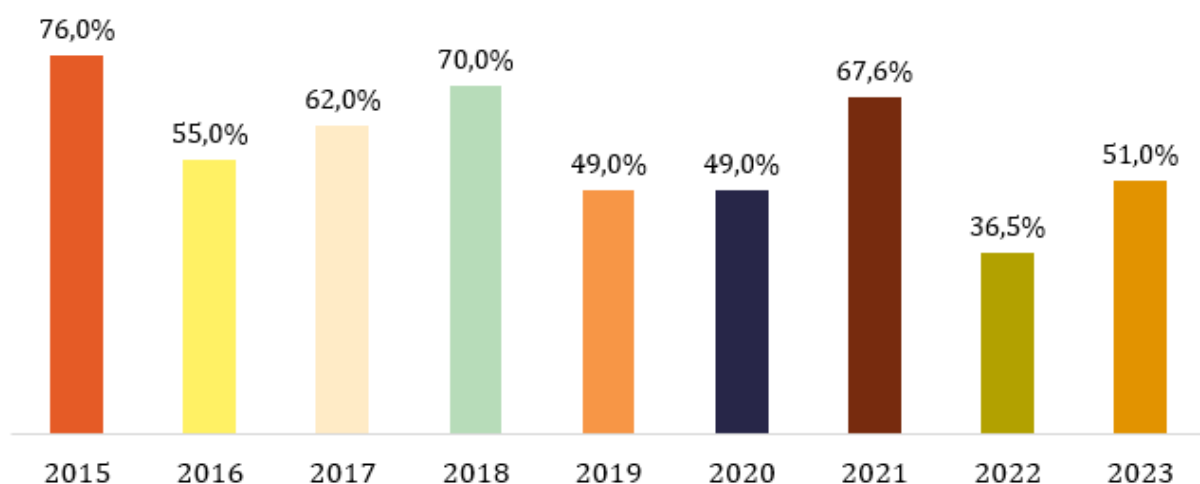
Ud fra tabellen ses, at langt de fleste har fundet frem til tilbuddet gennem familie, men også gennem professionelle voksne som læge, psykolog eller kontaktperson, som griber dem i deres ensomhed og peger dem i vores retning.

Indsatsområde – svarprocent for spørgeskemaundersøgelse

Med en svarprocent på 36,5 % på spørgeskemaundersøgelsen i år 2022, har et indsatsområde for 2023 været af få højnet denne væsentligt, for at kunne give et repræsentativt indblik i effekten af vores tilbud. Derfor var succesmålet for indsatsen, at mindst 70 % af de unikke unge skulle besvare skemaet i svarperioden. Nedenfor ses svarprocenterne for mødesteder og KOM-sammen samlet fra 2015 til 2023.

⁸ Svarkategorien 'Jeg blev henvist af en Lift-vejleder' er tilføjet til spørgeskemaet i år 2023

**Figur 49: Svarprocent årligt
Mødesteder & KOMsammen**



I år er vi endt med en svarprocent på 51%. Det er selvfølgelig en stigning i forhold til sidste år, hvilket vidner om, at visse indsatser har virket for at højne svarprocenten. Herunder at vi har været mere opsøgende overfor de frivillige, i form af at kontakte dem inden en åbningsgang i deres tilbud, for at minde dem om spørgeskemaundersøgelsen. Ligeledes har vi forsøgt at give dem forståelse for undersøgelsens formål og relevans.

Vi er dog stadig ikke tilfredse med svarprocenten, da det er ud fra spørgeskemaundersøgelsen, at vi baserer meget af vores viden om effekten af vores tilbud på. Derfor vil vi fortsat stille skarpt på, hvordan vi kan få flere unge til at besvare spørgeskemaet. Det betyder, at vi fastholder det som et indsatsområde i 2024 at få højnet svarprocenten.

Hvad skal vi gøre bedre?

Dokumentations- og evalueringsrapporten har til formål at sikre kvaliteten af vores tilbud. Derfor bruger vi resultaterne herfra aktivt til at kunne målrette vores indsatser. På baggrund af resultaterne i denne undersøgelse, har vi udpeget diverse indsats- og fokusområder, som vi vil

arbejde med i år 2024. Derudover er en fast ambition selvfølgelig, at vi lever op til vores overordnede succesmål.

Succesmål for 2024

Hos Ventilen har vi ud fra forandringsteorien opstillet succesmål for, om de unge oplever udvikling. Det bliver målt i forhold til tre parametre: følelsen af ensomhed, selvværd og sociale kompetencer. For KOMsammen er et særskilt parameter desuden sunde valg i hverdagen. Målene er opdelt i henholdsvis minimums- og drømmemål. Som nævnt tidligere, er minimumsmål de resultater, som vi kan se os tilfreds med, mens drømmemål er de resultater, vi håber på at opnå i fremtiden.

Indsatsområder for 2024

Med udgangspunkt i de foregående resultater, er der områder hvor vi gerne vil gøre bedre. Vi har derfor udvalgt to indsatsområder, som vi vil arbejde med i løbet af år 2024: kvalitetssikring af tilbuddene og svarprocent for spørgeskemaundersøgelse.

Indsatsområde – kvalitetssikring af tilbuddene

På baggrund af årets resultater kan vi se, at flere af vores resultater er faldende for flere af de spørgsmål, som vi stiller de unge. Det er problematisk, da vi kan være i tvivl om, de unge oplever den kvalitet i vores lokale tilbud, som er målet. Derfor har vi valgt at lave en indsats året ud, som skal sikre, at vi får højnet kvaliteten. Det skulle gerne betyde, at vi i næste spørgeskemaundersøgelse i 2024 kan se, at vores resultater er forbedret på de centrale måltal.

Konkret har vi valgt at løfte indsatsområdet ved:

- At arrangere en række temadage, hvor alle lokale frivillige med ungekontakt skal deltage. Her får de ny viden, som de skal bruge i arbejdet med de unge.

- At præsenterer vi et nyt redskab (målgruppebeskrivelsen) til den indledende samtale, som alle unge skal deltage i første gang, de møder op i et af vores tilbud.
- At fortsætte processen med at styrke kvaliteten i vores grunduddannelse, som alle frivillige deltager på for at kunne have ungekontakt.
- At arbejde målrettet for at alle lokale tilbud jævnligt får supervision, og får styrket deres refleksion over arbejdet med de unges nærmeste udviklingszone, hvilket gerne skulle højne kvaliteten af tilbuddets effekt og de unges oplevelse af, hvor meget fremgang de oplever.

Minimumsmål for indsatsen i 2024:

- At der sker en stigning i forhold til året før af unge, der er blevet 'lidt mindre' eller 'meget mindre' ensomme efter, at de er begyndt i Ventilens tilbud (Stigning fra 75,4 % i 2023).
- At der sker en stigning i forhold til året før af unge, der oplever, at deres selvværd er blevet 'lidt' eller 'meget' styrket efter, at de er begyndt i Ventilens tilbud (Stigning fra 74,5 % i 2023).
- At der sker en stigning i forhold til året før af unge, der er blevet 'lidt bedre' eller 'meget bedre' til at håndtere sociale situationer efter, at de er begyndt at komme i Ventilens tilbud (Stigning fra 67 % i 2023).

Successmål for indsatsen i 2024:

- Mindst 80 % oplever, at de er blevet 'lidt mindre' eller 'meget mindre' ensomme efter, at de er begyndt i Ventilens tilbud.
- Mindst 80 % oplever, at deres selvværd er blevet 'lidt' eller 'meget' styrket efter, at de startede i Ventilens tilbud.
- Mindst 80 % oplever, at de er blevet 'lidt bedre' eller 'meget bedre' til at håndtere sociale situationer efter, at de er begyndt at komme i Ventilens tilbud.

Indsatsområde – svarprocent for spørgeskemaundersøgelse

Vi fastholder vores indsatsområde om svarprocent for spørgeskemaundersøgelsen, da vi, som nævnt i forrige afsnit, ikke har nået vores mål om, at 70 % af de unikke unge besvarer spørgeskemaet i svarperioden. Konkret vil vi arbejde med at:

- Sikre, at de frivillige er klædt på til at kunne facilitere, at flest mulig unge, besvarer spørgeskemaet i løbet af en åbningsgang.
- Udarbejde en video, som de frivillige kan se, for at forstå de bagvedliggende grunde for spørgeskemaet og en kort video, som de frivillige kan vise de unge, så de også har bedre indsigt i, hvad vi bruger besvarelsene til.
- Undersøge hvorvidt måden vi indsamler data på, er den rette (herunder fx undersøge om det kan være hensigtsmæssigt at ændre i spørgeskemaets længde og mængden af spørgsmål i forhold til, om alle spørgsmål fortsat er relevante at stille de unge.)

Minimumsmål for indsatsen 2024:

- 55 % af de unikke unge skal besvare spørgeskemaundersøgelsen i svarperioden

Successmål for indsatsen 2024:

- 70 % af de unikke unge skal besvare spørgeskemaundersøgelsen i svarperioden

Fokuspunkter

Derudover er vi opmærksomme på følgende parametre, som vi følger for at se hvordan de understøttes af de indsatsområder vi har udvalgt:

- Lokalt kendskab
- Flere unge der bliver længere:
 - Hvordan tages der imod nye unge
 - Stabilitet i tilbuddene
- Trygge rammer i Ventilen og samværspolitik

- Sund madlavning og bevægelse i KOMsammen
- Nye bekendtskaber som ikke er fra Ventilen

Metode

Metoden der er benyttet i dokumentationsrapporten, baserer sig på tre undersøgelsesområder blandt vores tilbud: 1) *hvor mange unge der kommer* 2) *hvilke unge der kommer* og 3) *de unges oplevelse af at komme i vores tilbud*. I forhold til de to første undersøgelsesområder henter vi information fra den løbende registrering, som de frivillige foretager ude i hvert enkelt tilbud til hver åbningsgang. Det tredje undersøgelsesområde belyses gennem spørgeskemaundersøgelsen, som de unge selv har besvaret. Der arbejdes derfor med følgende empiri i rapporten:

- Den løbende registrering, hvor de frivillige efter hver endt vagt foretager en registrering af åbningsgangen. Her registreres der hvor mange unge der mødte op, hvad der karakteriserer dem, herunder køn, alder og beskæftigelse, samt hvilken aktivitet de foretog sig. Informationen bliver i anonymiseret form sendt til sekretariatet, hvor vi indtaster dette, og samler disse informationer i denne rapport.
- Den årlige spørgeskemaundersøgelse, hvor de unge er blevet adspurgte, om de vil svare på et spørgeskema omhandlende deres oplevelse af at benytte et af Ventilens tilbud. Her spørger vi blandt andet ind til den unges nuværende følelse af ensomhed og tilbuddets udbytte. I 2023 besvarede 127 unge fra 14 af Ventilens tilbud spørgeskemaet. Heraf var fem af de unge fra KOMsammen-tilbud, og to tilbud af denne type var repræsenteret.
- Interviews med seks unge fra fem af Ventilens tilbud, hvor de unge er blevet bedt om at uddybe deres oplevelse af at benytte tilbuddet samt dets udbytte. De fungerer hermed som en dybdegående beskrivelse og forståelse af resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen.

Den løbende registrering af de unge

Den løbende registrering af de unge udføres af de lokale frivillige. Her udfylder de pågældende frivillige, der har været til stede på den pågældende åbningsgang et spørgeskema, hvor de

besvarer hvor mange unge der deltog, hvilken aktivitet de foretog med de unge, samt om de har haft nye unge til en indledende samtale, og om de har deltaget i aktiviteten, er blevet henvist til et andet tilbud eller lignende.

Til den indledende samtale vurderer de frivillige, hvorvidt Ventilens tilbud er det rette tilbud for den enkelte unge. Hvis de frivillige vurderer det, får den unge tildelt et vilkårligt nummer i deres system, så denne forbliver anonym i registreringen. Her registreres den unges alder, køn og beskæftigelse. På denne måde kan de frivillige anonymt identificere og registrere, hvem der kommer hver gang.

Registreringerne bliver sendt elektronisk til sekretariatet, hvor vi sørger for at indtaste dataen med formål om at bruge det som dokumentation. Dokumentationen benyttes blandt andet i dokumentationsrapporten, for at give et billede af hvilke og hvor mange unge, der benytter vores tilbud, samt for at se den løbende udvikling. Dokumentationen bruges også til fondansøgninger og henvendelser fra pårørende, der for eksempel ønsker at vide, hvad aldersgennemsnittet er i et respektivt tilbud, og hvor mange unge der plejer at komme til en åbningsgang. Det er kun udvalgte personer fra Ventilen Danmarks sekretariat, der har adgang til disse informationer.

Spørgeskemaundersøgelsen

Spørgeskemaundersøgelsen bliver en gang om året sendt ud til de unge, der benytter Ventilens tilbud. Formålet her er at dokumentere effekten af vores tilbud. Det vil sige, at få svar på, om vi hjælper unge ud af ensomhed. Vi er interesseret i at høre de unges oplevelser af at benytte tilbuddet, da det er den bedste og vigtigste måde at kvalitetssikre vores tilbud på. Vi ønsker at høre de unges oplevelse af, at være i tilbuddet, hvad de får ud af det, hvad der kan forbedres med mere, for at deres udvikling støttes bedst muligt.

De frivillige har opfordret de unge til at svare på spørgeskemaet via en online survey, som de har fået adgang til gennem en unik QR-kode afsendt fra Ventilens sekretariat eller et link via en af de frivilliges bærbar på en åbningsgang. Her har de unge kunne scanne den, og komme ind på en hjemmeside, hvor de er blevet bedt om at besvare 52 spørgsmål om deres individuelle oplevelse af, at være en del af Ventilen. Spørgeskemaet har skulle besvares i forbindelse med, at

de unge har været fysisk til stede i tilbuddet, da de har skulle haft muligheden for, at spørge de frivillige om hjælp til spørgsmål, som de ikke forstår, eller hvis de oplevede det følelsesmæssigt krævende, at svare på de givne spørgsmål.

I år var perioden for besvarelse af spørgeskemaet fra d. 25. september til d. 5. november 2023. Da vi efter perioden måtte erkende, at antallet af unge der havde besvaret spørgeskemaet ikke var tilfredsstillende, blev det besluttet at forlænge svarperioden, således at den var åben igen fra d. 22. januar til d. 5. februar 2024 for de tilbud, hvor under 75 % af de unge have besvaret spørgeskemaet i første periode. Det var med et ønske om, at de svar vi fik var repræsentative, og at vi hørte flest mulige unge om deres oplevelser, ens som forskellige, for bedst muligt at kunne sikre kvaliteten af vores tilbud. I de to perioder har 127 unge besvaret spørgeskemaet, fra 12 mødesteder og to KOMsammen-tilbud fordelt ud over hele landet. Heraf er fem af de unge fra et KOMsammen-tilbud. Efter perioderne for spørgeskemaet var endt rensede vi dataen. Det indebar, at vi ekskluderede svar fra unge, der kun havde besvaret spørgeskemaet delvist. Her blev de besvarelser hvor under 60 % af spørgsmålene var besvaret sorteret fra.

I spørgeskemaet optræder spørgsmål af forskellig karakter. Udover spørgsmål til baggrundsviden om den unges køn, alder, beskæftigelse, hvilket tilbud de kommer i, og hvor længe de er kommet der, optræder der også spørgsmål af mere følelsesmæssig karakter. Det er spørgsmål om den unges oplevelse af at gå i tilbuddet, og hvilken betydning det har haft for dem, både personligt og i sociale sammenhænge. De unge der benytter et KOMsammen-tilbud er yderligere blevet spurgt ind til deres oplevelser med madlavning og bevægelse. I spørgeskemaet optræder desuden spørgsmål, hvor de unge bliver spurgt ind til deres ensomhed ud fra målemetoden Three Item Loneliness Scale (T-ILS), som er en forsimplet udgave af den anerkendte skala UCLA Loneliness Scale.

Da personer der har oplevet langvarig ensomhed, kan have svært ved at sætte ord på deres tanker og følelser, samt at nogle kan opleve emnet som tabubelagt, er spørgeskemaet i høj grad bygget op omkring lukkede svarkategorier. Ved enkelte spørgsmål har de unge dog mulighed for at uddybe deres svar i et tekstfelt, hvis de ønsker det. Ligeledes optræder til sidst et tekstfelt, hvor de unge har mulighed for at svare på, om der er noget, de ønsker at tilføje. På den måde er håbet at vi indfanger alle nuancer og stadig får de unge til at besvare spørgeskemaet.

Hoveddelen af de spørgsmål der optræder, er de samme som i sidste års spørgeskema, så vi har mulighed for at følge udviklingen af disse over år.

Spørgeskemaet består af forskellige logikker der skal sikre, at de unge ikke bliver bedt om at svare på spørgsmål, som ikke er relevante for dem. Blandt andet er der spørgsmål, som er specifikt til de unge, der benytter et KOMsammen-tilbud samt spørgsmål, som man ikke er i stand til at svare på, hvis det er første gang, man er kommet i tilbuddet. Som nævnt tidligere, har vi som noget nyt i år valgt at adspørge nye unge, om de oplever en mindsket følelse af ensomhed. Det var med et ønske om at kunne kigge ind i, om der opleves en effekt fra første gang, man kommer i tilbuddet, og kunne kigge ind i, om effekten er større over tid. Vi har dog måtte erkende, at de nye unge ikke har følt sig rustet til at svare på spørgsmålet, da langt størstedelen af dem har svaret 'ved ikke'.

Det har været frivilligt for de unge, om de har ønsket at svare på spørgeskemaet, og de har derfor været helt berettiget til at afslå at svare. Derfor er det klart, at det ikke er alle unge, der er kommet i tilbuddet indenfor svarperioden, der har besvaret spørgeskemaet. Derudover er det valgfrit for de unge i Ventilen, hvor længe og hvor ofte de kommer i tilbuddet, efter de har været til en indledende samtale, såfremt at de stadig opfylder kriterierne for at komme i tilbuddet. Der er derfor både unge, der kommer kontinuerligt over en længere periode, mens andre kommer mere sporadisk, hvorfor sidstnævnte type unge formentlig ikke har været i tilbuddet i løbet af de korte svarperioder.

Repræsentation af de unge

De unge der har besvaret spørgeskemaet, kommer fra 14 af Ventilens åbne tilbud. Heraf 12 mødesteder og to KOMsammen-tilbud. I svarperioden har 249 unikke unge besøgt Ventilens tilbud, og 127 af dem har besvaret spørgeskemaet, hvilket giver en svarprocent på 51 %. Ud af de 127 unge der har besvaret spørgeskemaet, går fem af dem i et KOMsammen-tilbud, og i svarperioden har 24 unikke unge besøgt KOMsammen, hvilket giver en svarprocent på 20,8 % for KOMsammen.

De fleste unge der har besvaret spørgeskemaet, er 21 år og aldersgennemsnittet er 21,1 år. Aldersgennemsnittet for Ventilens tilbud var i 2023 22,5 år, og derfor er det nogenlunde tilsvarende aldersgennemsnittet fra spørgeskemaundersøgelsen. Derudover var 62,2 % af dem der besvarede spørgeskemaet mænd og 37,8 % kvinder. Det er også omtrent den kønsfordeling der var i tilbuddene i år 2023, hvor 55,5 % af de unge var mænd og 41,1 % var kvinder.

I forhold til beskæftigelse har 50,4 % af de unge, der har besvaret spørgeskemaet angivet, at de er under uddannelse. Samt har 25,2 % svaret, at de er i arbejde, 11,8 % er jobsøgende og 12,6 % har angivet 'andet', blandt andet fordi de er sygemeldt eller i praktik. Ud af de unge der besøgte Ventilen i år 2023, var 48 % i gang med en uddannelse, 12 % i arbejde, 8 % ledige, 4 % andet og 28 % havde en uoplyst beskæftigelse. Grunden til at der ses en større andel af unge i arbejde, der har besvaret spørgeskemaet, end hvor mange der er registreret, kan forklares ud fra den store andel der i registreringen har haft en uoplyst beskæftigelse, eller at vi simpelthen bare har en overvægt af folk i arbejde, der har besvaret spørgeskemaet set i forhold til den egentlige fordeling. Udover det er tallene nogenlunde tilsvarende hinanden.

Vi vurderer, at de unge der har besvaret spørgeskemaet, generelt repræsenterer de unge, der benytter Ventilens tilbud. Det vurderer vi ud fra den løbende registrering foretaget i løbet af 2023 inden for parametrene, køn, alder og beskæftigelse.

Interviews

For at opnå en mere dybdegående og detaljeret beskrivelse af de unges oplevelse af at benytte et af Ventilens tilbud, har vi foretaget individuelle interviews. Forud for interviewene blev der udarbejdet en semistruktureret interviewguide for henholdsvis mødesteder og KOMsammen. Her er den unge blevet spurgt ind til de samme tematikker, som var gennemgående i spørgeskemaet. Vi har samtidig kigget ind i resultaterne fra spørgeskemaet i første periode, hvor det var tilgængeligt, og identificeret hvilke emner der var behov for at få uddybet fra de unges perspektiv.

I 2023 er der blevet foretaget seks individuelle interviews med unge fra fire mødesteder og ét KOMsammen-tilbud fordelt over hele landet. De unge der har deltaget i et interview, er blevet

udvalgt på baggrund af, at de har haft lyst til at deltage. De frivillige har i forbindelse med en åbningsgang adspurgt de unge, om nogle af dem kunne have lyst til at deltage i en samtale om deres oplevelse af at komme i et af Ventilens tilbud. Da ensomhed kan være et sårbart emne for mange at snakke om, har det været vigtigt for os, at det har været den unges eget valg at deltage – også så de har haft mod på at snakke om det. Vi er klar over, at man med denne metode oftest vil finde unge, der har mere overskud, eftersom de melder sig til at deltage, men førnævnte forbehold har vægtet højere. Desuden har vi sikret en vis form for repræsentativitet, da de unge der stillede op til interviews køn, alder og beskæftigelse, stemmer overens med Ventilens generelle kønsfordeling, aldersgennemsnit og beskæftigelse blandt de unge, der besøgte vores tilbud i 2023. Det varierer ligeledes hvor lang tid de unge, der har stillet op til interview, har benyttet sig af Ventilens tilbud. De unge der har deltaget i interviews, hvis navne er anonymiseret i rapporten, fremgår nedenfor:

- *Rasmus er 18 år og har været i tilbuddet i et halvt år*
- *Viktor er 25 år og har været i tilbuddet i et halvandet år*
- *Julie er 20 år og har været i tilbuddet i næsten 2 år*
- *Emil er 25 år og har været i tilbuddet i 2,5 år*
- *Ida er 21 år og har været i tilbuddet i 3 år*
- *Lukas er 30 år og har været i tilbuddet i 9 år, heraf 5 år i KOMsammen*

De seks interview er foretaget af ansatte på Ventilens Danmarks sekretariat, der har erfaring med at udføre dem. Alle interviews har fundet sted i de respektive tilbuds lokaler inden en åbningsgang, for at sikre, at de unge har følt sig trygge, samt at de har haft mulighed for at snakke med de frivillige om oplevelsen efterfølgende.

Interviewene blev optaget og transskriberet med samtykke fra de unge. Herefter er relevante citater blevet udvalgt til rapporten, for at udfolde resultaterne fra spørgeskemaet med mere dybdegående beskrivelser af de unges oplevelser af, at benytte tilbuddet. Citaterne er blevet let tilrettet for forståelsens skyld.

Anonymitet

Da en af retningslinjerne i Ventilens tilbud er, at den unge skal have mulighed for at være anonym, har det ligeledes gjort sig gældende, da de unge har besvaret spørgeskemaet eller har stillet op til interviews i forbindelse med vores evalueringsarbejde.

Når de unge besvarer spørgeskemaet, bliver de tildelt et tilfældigt numerisk ID af survey-programmet. De unge skriver derudover selv en kode, hvori der indgår forbogstavet i deres fars og mors for- og efternavn, efterfulgt af tallene fra den unges egen fødselsmåned. På den måde er det ikke muligt at identificere, hvem den unge er, og hermed sikrer vi deres anonymitet.

Det er desuden kun ansatte på Ventilen Danmarks sekretariat, der har haft adgang til de anonyme besvarelser af spørgeskemaet. De ansatte har ingen relation til de unge, og kommer ikke i de lokale tilbud. Besvarelserne af spørgeskemaundersøgelsen håndteres desuden i overensstemmelse med pågældende GDPR-lovgivning.

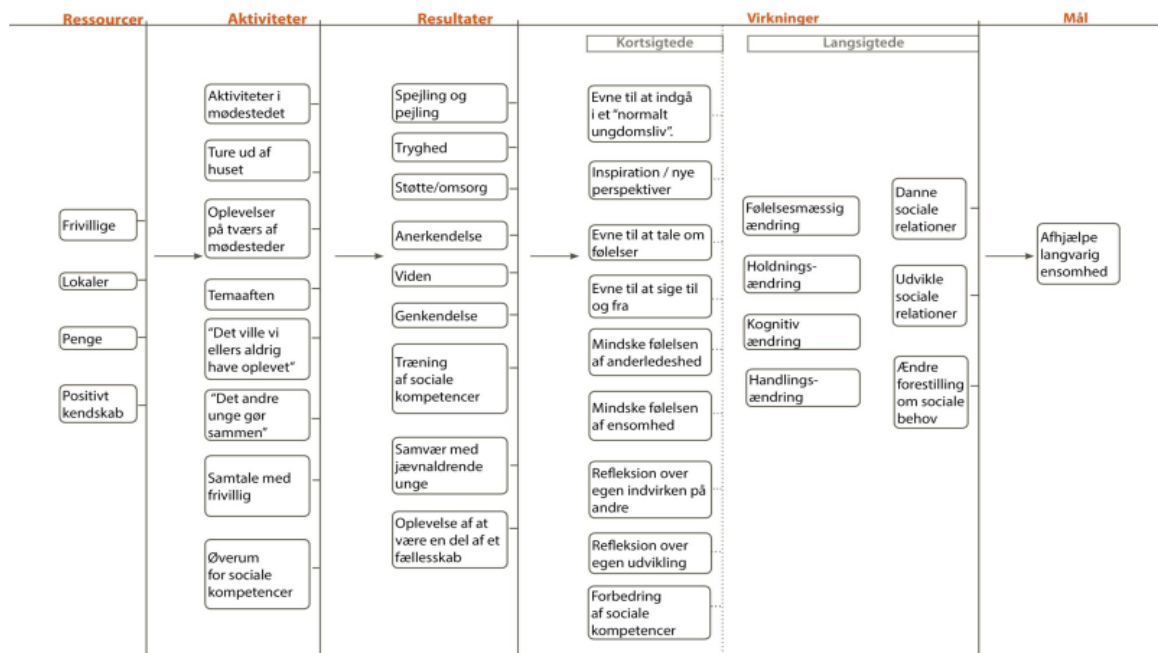
Med henhold til interviews har vi sikret os, at interviewerens ikke har haft forhåndskendskab til de unge, der deltog i interviewet. Interviewet blev optaget og transskriberet med samtykke fra den unge.

For at sikre de unges anonymitet i rapporten, indgår et alias for deres navn, således at det ikke er muligt at identificere dem. Deres alder og tid de har benyttet tilbuddet, er dog korrekt. Det er ligeledes ikke oplyst, hvilket tilbud de kommer i samt deres beskæftigelse. De unges beskæftigelsesstatus er dog repræsentativ for den generelle sammensætning af unge i tilbuddene.

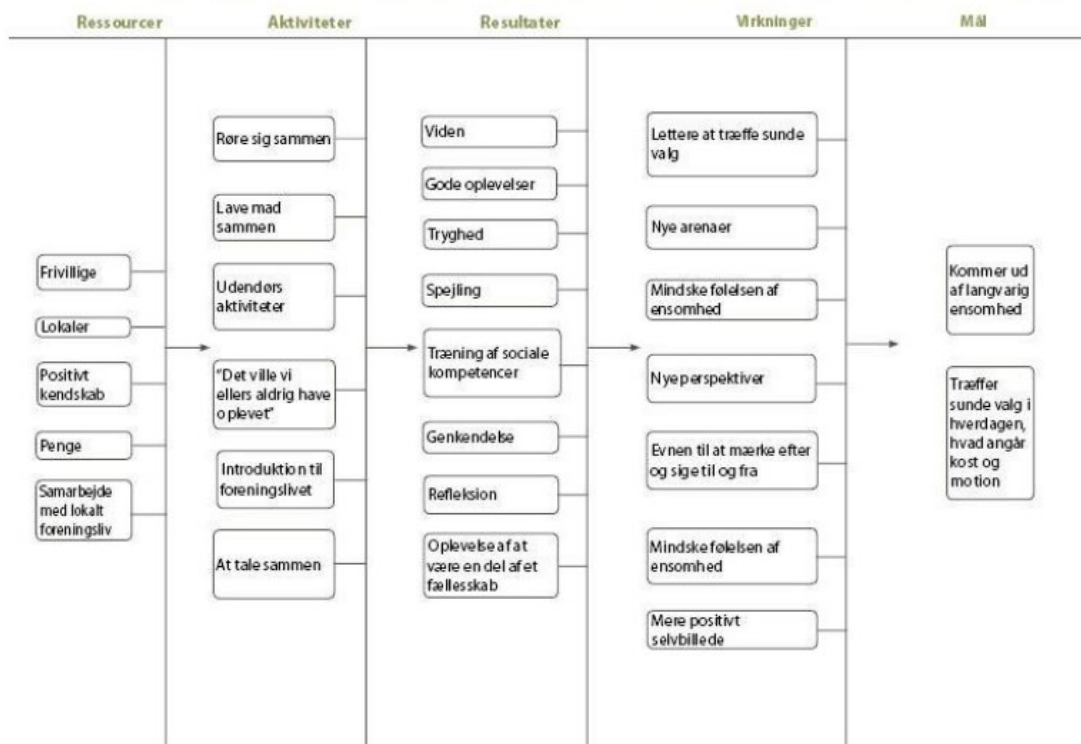
Bilag

Ventilens forandringsteori for mødesteder og KOMsammen

FORANDRINGSTEORI FOR VENTILENS MØDESTEDER



FORANDRINGSTEORI FOR VENTILENS KOMSAMMEN-TILBUD



Spørgeskema - mødested og KOMsammen 2023

Introduktion

Hjælp os med at gøre tilbuddene bedre!

Vi vil meget gerne vide noget om, hvad du synes om at komme i tilbuddet, og hvad du får ud af det. Spørgeskemaet bliver uddelt til alle unge i Ventilens Mødesteder og KOMsammen landet over, og skal hjælpe os med at forbedre tilbuddene. Det er selvfølgelig helt op til dig selv, om du vil besvare spørgeskemaet, men vi håber du har lyst til at hjælpe. Din besvarelse er anonym.

Det er udelukkende udvalgte ansatte på Ventilens sekretariat, der ser skemaerne, og de kan ikke se, hvem der har besvaret hvilket skema. Vi ved godt, at nogle af spørgsmålene kan være svære at svare på, men gør det så godt, du kan! Du kan også altid spørge de frivillige om hjælp.

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

Når du besvarer spørgeskemaet:

- Skriv ikke dit navn nogen steder da det er en anonym undersøgelse.
- Hvis du oplever, at nogle af spørgsmålene er svære at besvare, eller er mærkeligt formuleret, må du gerne skrive en kommentar sidst i spørgeskemaet.
- Send skemaet ved at trykke på 'Indsend'.

Hvis der er noget, du er i tvivl om, så bed de frivillige om hjælp. På forhånd mange tak for hjælpen!

Hvis du stadig er i tilbuddet om et år, har du mulighed for at udfylde spørgeskemaet igen. For at vi kan sammenligne resultaterne fra år til år, vil vi derfor bede dig skrive en kode i det næste felt, så vi kan finde dit skema igen - uden at kende dit navn. Så kan vi se, om det hjælper at komme i tilbuddet over længere tid.

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 = SPMP07

Hvis du kun kender enten din fars eller mors navn udfylder du resten med X'er.

Eksempel: Karin Hansen og december = XXKH12

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

1) Skriv din kode her:*

Baggrund

2) Hvilket køn er du?*

☐ Dreng

☐ Pige

☐ Andet

3) Hvor gammel er du?*

4) Hvilket tilbud kommer du i?

(Hvis du kommer i flere tilbud, så vælg det tilbud du primært kommer i)*

☐ Ventilen Aalborg

☐ Ventilen Aarhus

☐ Ventilen Esbjerg

☐ Ventilen Frederiksberg

☐ Ventilen Frederikshavn

☐ Ventilen Gentofte

☐ Ventilen Herning

☐ Ventilen Hillerød

☐ Ventilen Kolding

☐ Ventilen København

☐ Ventilen Næstved

☐ Ventilen Odense

☐ Ventilen Roskilde

☐ Ventilen Sønderborg

☐ Ventilen Vejle

☐ Ventilen Viborg

☐ KOMsammen København

☐ KOMsammen Odense

☐ KOMsammen Randers

☐ KOMsammen Silkeborg

☐ KOMsammen Skive

☐ KOMsammen Svendborg

5) Hvad laver du til daglig?*

(Sæt kryds ved din primære beskæftigelse. Går du f.eks. 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 FGU eller STU

☐ Jeg går på en gymnasial uddannelse (STX, HHX, HF, HTX, EUX)

☐ Jeg tager en erhvervsuddannelse (Handelsskole, teknisk skole - ikke gymnasial)

☐ Jeg går på en videregående uddannelse

☐ Jeg arbejder

☐ Jeg er jobsøgende

☐ Andet (skriv her):: _____

6) Hvor længe er du kommet i tilbuddet?*

(Sæt ét kryds ved den mulighed, der passer bedst til dig)

☐ I dag er min første gang

☐ Ca. 1 måned

☐ Under et halvt år

☐ Mellem et halvt og et helt år

☐ 1-3 år

☐ Mere end 3 år

7) Hvor ofte kommer du i tilbuddet?*

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

☐ Jeg kommer hver gang eller næsten hver gang

☐ Jeg kommer over halvdelen af gangene

☐ Jeg kommer under halvdelen af gangene

☐ Jeg kommer sjældent

8) Hvordan fandt du frem til tilbuddet?*

(Sæt gerne flere krydser)

☐ Jeg fandt det selv på internettet

☐ Jeg stødte på Ventilen på de sociale medier (Facebook, Instagram eller andre sociale medier)

☐ Jeg så en plakat eller folder i byen eller på skolen

☐ Jeg hørte om det eller blev henvist fra en person, jeg havde opsøgt for at få hjælp (læge, psykolog, studievejleder, kontaktperson eller lignende)

☐ Jeg hørte om det fra en person i min hverdag (lærer, pædagog, træner, underviser eller lignende)

☐ Jeg hørte om det fra én i min familie

☐ Jeg så noget om det i fjernsynet, i avisen eller hørte noget i radioen

☐ Jeg hørte om det fra Ventilens frivillige eller ansatte, som jeg mødte eller hørte et oplæg fra

☐ Jeg hørte om det gennem venner eller bekendte

☐ Jeg blev henvist af en Lift-vejleder

☐ Andet (skriv her):: _____

At komme i tilbuddet første gang

Vi vil gerne vide mere om, hvordan det er at komme i tilbuddet første gang, og hvad der er vigtigt, når der kommer nye unge til.

9) Hvad synes du, er vigtigt, når man kommer i tilbuddet for første gang?*

10) Hvor ofte oplever du, at I gør følgende ting, når der kommer nye unge i tilbuddet?*

(Sæt ét kryds pr. spørgsmål)

	Altid	Ofte	En gang imellem	Sjældent	Aldrig	Ved ikke
En af de andre unge viser den nye rundt i tilbuddet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vi tager en navnerunde, hvor alle præsenterer sig	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Alle giver hånd/hilser på den nye	()	()	()	()	()	()
De frivillige er opmærksomme på at snakke med den nye	()	()	()	()	()	()
De andre unge er opmærksomme på at snakke med den nye	()	()	()	()	()	()

11) Vi ved at mange nye kun kommer én gang. Hvad tror du vi kan gøre for, at de kommer igen anden og tredje gang?*

Hvad får du ud af at komme i tilbuddet

Her er nogle spørgsmål om, hvad det har betydet for dig at komme i tilbuddet - indtil videre.

12) Oplever du at være blevet mere tilfreds med dig selv, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?*

(Sæt ét kryds)

☐ Ja - Meget mere tilfreds

☐ Ja - Lidt mere tilfreds

☐ Det er det samme

☐ Nej - Lidt mindre tilfreds

☐ Nej - Meget mindre tilfreds

☐ Ved ikke

13) Oplever du at være blevet bedre til at håndtere sociale situationer, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?

(Med sociale situationer menes f.eks. fester, gruppearbejde og andre situationer, hvor du er sammen med andre og nogle gange nye mennesker) *

(Sæt ét kryds)

☐ Ja - Jeg er blevet meget bedre

☐ Ja - Jeg er blevet lidt bedre

☐ Det er det samme

☐ Nej - Jeg er blevet lidt dårligere

☐ Nej - Jeg er blevet meget dårligere

☐ Ved ikke

14) Føler du dig mindre ensom, efter du er begyndt at komme i tilbuddet?
(Her skal ensomhed forstås som en følelse, der opstår, når dit sociale behov ikke er opfyldt) *

(Sæt ét kryds)

☐ Ja - Jeg føler mig meget mindre ensom

☐ Ja - Jeg føler mig lidt mindre ensom

☐ Det er det samme

☐ Nej - Jeg føler mig lidt mere ensom

☐ Nej - Jeg føler mig meget mere ensom

☐ Ved ikke

15) Hvor enig er du i følgende udsagn?*

	Meget enig	Lidt enig	Det er det samme	Lidt uenig	Meget uenig	Ved ikke
Efter jeg er startet i tilbuddet, er jeg blevet bedre til at fornemme, hvordan andre har det.	()	()	()	()	()	()
Efter jeg er startet i tilbuddet, oplever jeg et større overskud til at forsøge at hjælpe andre, hvis de har brug for det.	()	()	()	()	()	()

16) Føler du, at du har fået nye bekendtskaber, du kan betro dig til, efter du er startet i tilbuddet?*

☐ Ja

☐ Nej

☐ Det er det samme

☐ Ved ikke

17) Skriv gerne hvad du ellers får ud af at komme i tilbuddet:

Stabilitet i tilbuddet

18) Hvor ofte oplever du, at der er aflysninger/ændringer af aktiviteter? *

☐ Meget ofte

☐ Ofte

☐ Sjældent

☐ Meget sjældent

19) Oplever du, at der er meget udskiftning i frivilliggruppen? *

☐ Ja

☐ Nej

☐ Ved ikke

20) Kan du finde den nødvendige information, f.eks. tid og sted, inden en åbningsgang i tilbuddet? *

☐ Ja

☐ Nej

Sociale situationer

21) Har du i tilbuddet mødt andre unge, som du kan lave noget sammen med uden for tilbuddets åbningstider?*

☐ Ja

☐ Nej

22) Hvilken slags kontakt har du med de andre fra tilbuddet udenfor åbningstiden? *

(Sæt kryds ved dem der passer til dig)

☐ Jeg mødes med andre fra tilbuddet

☐ Jeg besøger andre fra tilbuddet

☐ Jeg ringer til andre fra tilbuddet

☐ Jeg skriver beskeder til andre fra tilbuddet

☐ Jeg inviterer andre fra tilbuddet til at lave noget socialt sammen, fx gå i biografen, på café eller lignende

☐ Jeg kontakter andre fra tilbuddet, hvis jeg har problemer eller bekymringer

☐ Jeg bliver inviteret til noget socialt af andre i tilbuddet

☐ Ingen af eksemplerne passer på mig

☐ Andet (skriv her):: _____

23) Har du, efter du er begyndt at komme i tilbuddet fået nogle nye bekendtskaber, som ikke er fra tilbuddet?*

(Sæt ét kryds)

☐ Ja

☐ Nej

☐ Ved ikke

24) Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn?*

	Meget enig	Lidt enig	Hverken enig eller uenig	Lidt uenig	Meget uenig	Ved ikke
Jeg føler mig mere tryk i nye situationer, efter jeg er startet i tilbuddet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jeg har nem- mere ved at møde nye men- nesker, efter jeg	☐	☐	☐	☐	☐	☐

er startet i tilbuddet						
------------------------	--	--	--	--	--	--

25) Hvordan oplever du din tro på, at andre på din egen alder synes godt om dig, efter du er startet i tilbuddet?*

- ☐ Jeg tror i højere grad på, at andre på min egen alder synes godt om mig
- ☐ Jeg tror i samme grad på, at andre på min egen alder synes godt om mig
- ☐ Jeg tror i mindre grad på, at andre på min egen alder synes godt om mig
- ☐ Ved ikke

26) Hvilken aldersgruppe føler du dig generelt bedst tilpas sammen med?*

- ☐ Sammen med voksne
- ☐ Sammen med andre unge
- ☐ Sammen med både voksne og andre unge
- ☐ Ved ikke

27) Har du et forslag til, noget I kan lave i tilbuddet, som kan hjælpe dig eller de andre til at blive mere trygge i nye situationer med nye mennesker?

Tanker og følelser

Her er en række spørgsmål, som omhandler dine tanker og følelser, generelt og når du er i tilbuddet.

28) Her er tre spørgsmål, som handler om, hvor ofte du føler følgende:*

(Sæt ét kryds i hver linje)

	Ofte	En gang imellem	Sjældent

Hvor ofte føler du, at du savner nogen at være sammen med?	()	()	()
Hvor ofte føler du dig udenfor?	()	()	()
Hvor ofte føler du dig isoleret fra andre?	()	()	()

29) Hvor enig eller uenig er du i disse udsagn om, hvordan du har det i tilbuddet?
(Sæt kryds ud fra hvor enig du er)*

	Helt enig	Lidt enig	Hverken enig eller uenig	Lidt uenig	Helt uenig	Ved ikke
Jeg føler mig velkommen	()	()	()	()	()	()

Jeg kan være mig selv	()	()	()	()	()	()
Jeg føler, at jeg kan sige min mening	()	()	()	()	()	()
Jeg føler mig tryk i tilbuddet	()	()	()	()	()	()

30) Hvor enig eller uenig er du i disse udsagn om, hvordan du har det i tilbuddet?

Her tænker vi på dine oplevelser med de andre unge i tilbuddet.

(sæt kryds ud fra hvor enig du er) *

	Helt enig	Lidt enig	Hverken enig eller uenig	Lidt uenig	Helt uenig	Ved ikke
De andre lytter til mig	()	()	()	()	()	()

Vi har respekt for hinanden	()	()	()	()	()	()
Der er et godt sammenhold i tilbuddet	()	()	()	()	()	()
Jeg føler mig som en del af et fællesskab i tilbuddet	()	()	()	()	()	()

KOMsammen Aktiviteter

Vi vil gerne vide, om du får noget ud af aktiviteterne, og hvordan du har det i KOMsammen.

31) Hvor enig eller uenig er du i disse udsagn om KOMsammen?*

	Helt enig	Lidt enig	Lidt uenig	Helt uenig	Ved ikke
Jeg har fået gode oplevelser med madlavning	☐	☐	☐	☐	☐
Jeg har fået gode oplevelser med at bevæge mig	☐	☐	☐	☐	☐

32) Har du besøgt én eller flere foreninger/sportsklubber med KOMsammen?*

☐ Ja

☐ Nej

☐ Ved ikke

33) Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om aktiviteterne i KOMsammen?*

	Helt enig	Lidt enig	Lidt uenig	Helt uenig	Ved ikke
Jeg har prøvet madlavningsaktiviteter, der var sjove	()	()	()	()	()
Jeg har prøvet bevægelsesaktiviteter, der var sjove	()	()	()	()	()
Alle kan være med til aktiviteterne – uanset hvilket niveau man er på	()	()	()	()	()
Det er nemmere at dyrke motion i KOMsammen end uden for KOMsammen	()	()	()	()	()

34) Skriv gerne hvilke aktiviteter du bedst kan lide/ikke kan lide, og hvorfor:

35) Hvorvidt er nedenstående forhold vigtige for, at du får en god oplevelse med en aktivitet i KOMsammen?*

	Meget vigtigt	Lidt vigtigt	Mindre vigtigt	Slet ikke vigtigt	Ved ikke
At de frivillige også del- tager i aktiviteterne	()	()	()	()	()
At de frivillige sørger for, at alle kender reg- lerne for aktiviteterne	()	()	()	()	()
At alle kan være med til aktiviteterne	()	()	()	()	()

At man kan sige, hvis man ikke vil deltage	()	()	()	()	()
At man prøver noget nyt	()	()	()	()	()
At man bliver udfordret	()	()	()	()	()
At man har mulighed for at snakke sammen	()	()	()	()	()
At man ikke konkurrerer med hinanden	()	()	()	()	()
At man skal samarbejde med hinanden	()	()	()	()	()

36) Hvor enig eller uenig er du i disse udsagn om KOMsammen?*

	Helt enig	Lidt enig	Lidt uenig	Helt uenig	Ved ikke
Jeg har fået mere lyst til at bevæge mig til hverdag, efter jeg er begyndt i KOMsammen	()	()	()	()	()
Jeg er blevet bedre til selv at finde på ideér til at være fysisk aktiv, efter jeg er begyndt i KOMsammen	()	()	()	()	()
Jeg har fået mere lyst til at spise sundt/varieret til hverdag, efter jeg er begyndt i KOMsammen	()	()	()	()	()
Jeg er blevet bedre til selv at finde på ideér til sund/varieret kost, efter jeg er begyndt i KOMsammen	()	()	()	()	()

Sommertur

Ventilen planlægger en årlig sommertur, hvor unge fra alle Ventilens tilbud kan deltage. Turen er arrangeret af frivillige fra forskellige tilbud. I følgende spørgsmål vil vi gerne høre om dine tanker og oplevelser om sommerturen.

37) Deltog du på Ventilens sommertur i juli måned?*

☐ Ja

☐ Nej

38) Vil du anbefale andre unge at deltage?*

☐ Ja

☐ Nej

39) Har du lyst til at uddybe hvorfor du ikke vil anbefale andre unge at deltage?

40) Har du lyst til at uddybe, hvorfor du har lyst til at anbefale andre unge at deltage?

41) Hvad var årsagen til, at du ikke deltog på sommerturen?*

☐ Jeg havde ikke hørt om den

☐ Turen var ikke attraktiv for mig

☐ Der var ikke andre fra mit tilbud, som skulle med

☐ Jeg ville gerne, men jeg synes ikke, at jeg var klar til det

☐ Jeg manglede information og vejledning om tilmelding

☐ Jeg havde andre planer de datoer i sommerferien

☐ Andet (skriv her):: _____

Grænseoverskridende adfærd i tilbuddet

Ventilen skal være et trygt sted at være. Det arbejder vi hele tiden for - og vores tanker om og regler for det er samlet i vores samværspolitik.

Vi vil gerne høre om du føler dig tryk, eller har oplevet noget grænseoverskridende. Og om du ved, hvad du skal gøre, hvis du oplever noget.

42) Føler du dig generelt tryk, når du er i Ventilen?*

☐ I meget høj grad

☐ I høj grad

☐ Delvist

☐ I lav grad

☐ I meget lav grad

☐ Slet ikke

43) I hvilket omfang har du tillid til, at Ventilen og de frivillige håndterer grænseoverskridende adfærd ansvarligt?*

☐ I meget høj grad

☐ I høj grad

☐ Delvist

☐ I lav grad

☐ I meget lav grad

44) Er du indenfor de seneste 12 måneder selv blevet udsat for grænseoverskridende adfærd eller set en anden blevet udsat for grænseoverskridende adfærd, mens du har været i Ventilens tilbud?*

☐ Ja

☐ Nej

☐ Ved ikke

45) Hvilken type grænseoverskridende adfærd var der tale om?*

☐ Vold

☐ Mobning

☐ Seksuel chikane

☐ Psykisk vold

☐ Diskrimination

☐ Andet (skriv her):: _____

46) Hvem udsatte dig (eller personen du overværede) for den grænseoverskridende adfærd?*

☐ En af de andre unge, der kommer i tilbuddet

☐ En ung, der kommer i et andet Ventil tilbud

☐ En frivillig fra mit eget tilbud

☐ En frivillig fra et andet Ventil tilbud

☐ Andre (skriv her):: _____

47) Har du talt med nogen om den grænseoverskridende adfærd?*

☐ Ja

☐ Nej

48) Vil du gerne kontaktes for at få hjælp til at håndtere den grænseoverskridende adfærd, du har oplevet eller set?*

☐ Ja

☐ Nej

49) Hvis vi skal kontakte dig, skal vi have din mail eller dit nummer. Det betyder selvfølgelig, at du ikke længere er helt anonym - men vi adskiller alle dine øvrige svar fra dine kontaktoplysninger, så de stadig fremstår anonyme.

Det bliver en af de ansatte på Ventilens sekretariat, der kontakter dig. Så finder I sammen ud af, hvordan vi kan hjælpe dig med at håndtere det, du har oplevet eller overværet - og sikre, at det ikke sker igen. Vi kontakter ikke de frivillige eller de andre unge, som har været involveret, uden dit samtykke. Hvis du har oplevet vold, overgreb eller andre strafbare handlinger, kan vi hjælpe dig med at anmelde det, hvis du ønsker det, og/eller hvis vi er forpligtet til det jf. lovgivningens underretnings- og afværgepligt.

Læs evt. mere i Ventilens Samværspolitik på dette [link](#).

Uanset din aktuelle situation er du ALTID velkommen til at kontakte sekretariatet med henblik på at få hjælp.

Skriv dine oplysninger her, så kontakter vi dig hurtigst muligt:

50) Ved du, hvem du skal kontakte, hvis du oplever, eller ser grænseoverskridende adfærd?*

☐ Ja

☐ Nej

51) Ved du, at Ventilen Danmark har en samværspolitik, som guider dig til, hvordan du kan reagere, hvis du oplever grænseoverskridende adfærd i Ventilen?*

☐ Ja

☐ Nej

Du kan læse eller genlæse Ventilens samværspolitik [HER](#).

Afslutning

52) Har du ellers noget på hjertet, eller noget du gerne vil dele med os, som ikke er blevet spurgt ind til, så skriv det gerne her:

Tak for hjælpen!

Vi kan ikke beskrive, hvor meget din besvarelse betyder for, at vi fortsat kan forbedre og udvikle Ventilens tilbud. Så tusind tak for hjælpen!