



FRIVILLIGCENTER
REBILD

Fælles-skaber(e)



INSPIRATIONS- KATALOG

Fællesskaber(e) -
Sammen om nye veje



PROJEKT FÆLLESSKABER(E) – SAMMEN OM NYE VEJE

INSPIRATIONSKATALOG

EMNEORD:

Fællesskab, ungefællesskab, ensomhed, mistrivsel, foreningsliv, frivillige fællesskaber, ungdomsliv, børn og unge, spektrum, usynlige handicap, udsatte, sårbare,

INDLEDNING

Dette inspirationskatalog er en del af projekt 'Fællesskaber(e) – sammen om nye veje', som har til formål at udvikle og afprøve et nyt tværsektorielt partnerskab, hvor aktører på tværs af civilsamfund, kommune, region og erhvervsliv sammen skal udvikle og afprøve nye metoder og hermed hjælpe flere unge, som oplever ensomhed og er udfordret af psykiske og/eller sociale udfordringer, ud af ensomheden og ind i de frivillige fællesskaber. Konkret skal vi i partnerskabet arbejde med at:

- Innovere understøttende og brobyggende metoder og aktiviteter, som gør det lettere for de unge at komme i gang med og blive fastholdt i et frivilligt socialt fællesskab som aktiv deltager eller som frivillig.
- Udvikle nye og innovative aktiviteter samt understøtte lokale foreninger i at nytænke igangværende aktiviteter, så det bliver muligt at inkludere flere.

Projektet skal munde ud i en samlet indsatsmodel for, hvordan vi på tværs af sektorer sammen kan hjælpe flere unge ud af ensomhed og ind i et fællesskab i Rebild Kommune - og i resten af landet. Projektet er finansieret af Velux Fonden.

Dette inspirationskatalog er udarbejdet i forbindelse med en analyse, som afdækker muligheder, behov og udfordringer for de unge i målgruppen og det lokale foreningsliv i Rebild Kommune.

Formålet med dette inspirationskatalog er at samle op på og gøre projektets desk research lettere tilgængeligt for partnerne samt andre, der måtte have interesse i unges trivsel.

Inspirationskataloget er inddelt i tre og baseret på litteratursøgningen, der har været rettet mod.

- Danske eller vestlige studier.
- Studier med hele eller dele af målgruppen. Det vil sige, at studier, hvor der primært er undersøgt interventioner for unge borgere.

Litteratursøgningen har været målrettet danske rapporter, projekter og artikler. Studier ældre end 2000 inddrages ikke.

Første del centrerer sig primært om unges trivsel og ungefællesskaber samt unges erfaringer med foreningslivet.

Anden del handler primært om foreningsliv og fællesskabers rammer, viden og muligheder for sårbare unge. Dertil indgår en underdel omkring potentialer i digitale og online fællesskaber.

Tredje del præsenterer teoretiske og empiriske betragtninger på fællesskaber og unges trivsel.

INDHOLDSFORTEGNELSE

Projekt fællesskaber(e) – Sammen om nye veje	1
Del 1 - Den unge.....	4
1.1 Ungeanalyse 2023.....	4
1.2 Fællesskaber i ungdomslivet Når de gør godt, og når de gør ondt.....	5
1.3 Kan unge fællesskaber gøre ondt?	7
1.4 Unges fællesskaber – Mellem selvfølghed og vedligeholdelse	8
1.5 Short Report. Trends in social inequality in loneliness among adolescents 1991–2014.....	9
1.6 At stå udenfor - Hvordan styrker vi positive fællesskaber blandt børn og unge	10
1.7 Konkurrence står i vejen for ensomme unges deltagelse i fritidslivet	11
1.8 Autismeforeningens inklusionsundersøgelse 2023	12
1.9 Her kan findes unge fortællinger om vejen ud af ensomhed	13
Del 2 – Viden om fællesskab og ensomhed ud fra et foreningslivs og frivilligheds perspektiv	14
2.1 Fællesskabsmålingen 2022 – En undersøgelse af livsvilkår og social eksklusion i Danmark.....	14
2.2 Idræt for børn med særlige behov – en håndbog & Inspirationskatalog: Plads til forskellighed	15
2.3 ”Enkle redskaber til inklusion – En guide til lærer og pædagoger med elever med udfordringer i forhold til opmærksomhed og socialt spil	16
2.4 Mangfoldighed og tilgængelighed går hånd i hånd i frivillige aktiviteter	17
2.5 Fællesskaber for alle	18
2.6 Mennesker i udsatte positioner i frivillige fællesskaber	19
2.7 Befordringsforening/Morsø	20
2.8 Reducing loneliness in the community. More Together (‘Flere i Fællesskaber’) —a complex intervention in Denmark.....	21
2.1.0 Digitale og online fællesskaber.....	22
2.1.1 Digitale Kreative Fællesskaber: Forskningsrapport.....	22
2.1.2 Digitale unge med kognitive handicap	23
2.1.3 Det digitale værested.....	24
2.1.4 Spectrum gaming	25
Del 3 – Teoretiske perspektiver på ensomhed og fællesskab	26
3.1 Interventioner, der skal mindske ensomhed – En systematisk litteraturgennemgang af 136 effektstudier.....	26
3.2 National handlingsplan mod ensomhed	28
3.3 Kompetenceudvikling kan give flere og mere tilfredse frivillige.....	29
3.4 A meta-analysis of interventions to reduce Loneliness.	30

3.5 Ensomhed i Danmark - analyse af befolkningsdata fra 2017	31
3.6 Partnerskaber med mange aktører – Et litteraturstudie om kerneelementer og inklusion af borgere i sårbare positioner.....	32
3.7 Review: Alleviating loneliness in young people – a meta-analyses of interventions	33

DEL 1 - DEN UNGE

Del 1 indeholder relevante rapporter, undersøgelser og andet materiale, som relaterer sig direkte til de unge i projektets målgruppe. Her kan findes inspiration til initiativer, erfaringer og viden, som kan hjælpe i arbejdet med de unges trivsel og fællesskab.

1.1 UNGEANALYSE 2023

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Rapporten giver indblik i, hvordan unges trivsel styrkes eller udfordres.

AFSENDERE

Dansk ungdoms fællesråd

INDHOLD

De deltagende unge i undersøgelsen var mellem 16 og 29 år, undersøgelsen baseres på fokusgruppeinterviews, individuelle interviews samt spørgeskema med 1064 unge respondenter. Ungeanalysen giver indblik i forskellige elementer, der medvirker til den øgede mistrivsel der ses i 2023 blandt unge. Disse elementer omfatter, sociale medier som negativ drivkraft bag sammenligningskultur, en social kulturændring efter corona, frafald af foreningslivet.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Ungeanalyse_2023_-_endelig_udgave_210823.pdf \(duf.dk\)](#)

1.2 FÆLLESSKABER I UNGDOMSLIVET NÅR DE GØR GODT, OG NÅR DE GØR ONDT

ÅR

2023

INSPIRATION TIL (OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER TIL DET VIDERE ARBEJDE)

Denne bog og artikler/del rapporter giver indblik til, hvordan unge fællesskaber er dynamiske og komplicerede. Dertil, hvordan at ungefællesskaber har mange gode elementer, men også har deres udfordringer. Bogen giver også bud på, hvordan man håndterer og støtter unge og ungefællesskaber til at blive positive og styrkende for de deltagende.

(Indeholder figur og teori over de forskellige fællesskabsformer, der refereres til i projektrapporten).

AFSENDERE

Bruselius-Jensen, Maria; Sørensen, Niels Ulrik; Katznelson, Noemi

Aalborg universitet

(Citation for published version (APA): Bruselius-Jensen, M., Sørensen, N. U., & Katznelson, N. (2023). Fællesskaber i ungdomslivet: Når de gør godt, og når de gør ondt. (1. udgave udg.) Aalborg Universitetsforlag. Ungdomsliv Nr. 13).

INDHOLD

Fællesskabet og idealerne hos de unge påvirker deres identitetsdannelse og når der er sammenfald med positive oplevelser (interaktioner, invitationer, kommentarer, vurderinger etc.) så opbygges de unge, men opstår der fejltolkning, misforståelser eller brydes idealerne ned, påvirker det også de unge negativt. Grobund for mistriivsel.

Idealer for hvad det gode fællesskab er kan være med til at lægge pres på unge, hvor også hierarki har indflydelse på, hvem de unge gerne vil omgås.

Der understreges vigtigheden i, at der findes alternative fællesskaber/foreningsliv til uddannelsesfællesskabet, hvor unge der ikke føler, at de passer ind, kan opleve opbyggende fællesskaber. Da netop "de fejlslåede" ungdomsliv, der ikke lever op til idealer om fest, alkohol og så videre, kan øge mistriivsel, da den unge føler sig udenfor og forkert ift. normen. Hvorfor alternativer er vigtige. At have løse forbindelser opleves som nødvendigt for at udleve et "rigtigt" ungdomsliv, men er ikke nok i sig selv. Dertil kræves det at være i en gruppe og have nære relationer.

Gruppen har betydning, er ofte institutionelfunderet eller gennem fritidsaktiviteter. Man kan indgå i flere grupper, have forskellige behov for grupper, for nogle unge er gruppen central, hvor man investere meget energi og tid, for andre er det fint at være lidt på yderkanten af gruppen.

Unge der ikke er med i gruppen, men på yderkanten, der gerne vil være med, må ofte stå på spring, ofre, overskride egne grænser for at være med, vise deres værd i håbet om at være del af gruppen "hellere lidt med, end slet ikke". – Man ved godt om man er med, sociale medier er med til både tydeliggøre og skjule dele af det relationelle. Grunden til at man vælger at hænge i yderkanten af en gruppe, er at alternativet er værre – det er værre at være alene, risikoen for ensomhed og mistrivsel er høj.

Nære venskaber = Tillid og stabilitet. Ofte 1-2 andre. Det er relationen i den rene form, men kan stadig mærkes af forandring og uforudsigelighed. Relationen er langvarig og laves fordi, man holder af den anden. Den nære ven behøves ikke dele hverdagsliv, men er vigtigt at kunne ringe op når som helst.

Det moderne hverdagsliv og acceleration er med til at skabe konflikter og udfordringer for det nære venskab. Brud er store og dramatiske, og faktisk relationer kan have svært ved at leve op til idealet for den nære ven (Filmisk). Hvortil de unge ikke er tilfredse og forsætter med at søge efter den nære relation.

ARTIKLENS INDHOLD

Fællesskaber er ikke en universel løsning på mistrivsel. Fællesskaber kræver for at rumme alle og sikre alles trivsel voksenfacilitering. Voksenfacilitering og nuancering af, at ungdomslivet ikke kan se rigtigt eller forkert ud, men at der er forskellige måder at være ung på.

Det er individuelt, hvad der er et godt fællesskab, men nuancerne skal vises frem, så unge ikke presses eller presser dem selv ind i et fællesskab fordi, de føler de burde. Grupper er svære, det er både "hårdt" at være med og være på kanten. Det er energikrævende for de unge at navigere i og være del af. Forslag: Hej-kultur, spisegrupper, nuancering, trykgrupper,

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Fællesskaber i ungdomslivet OA.pdf \(aau.dk\)](#) (Bogen 2023)

Artikel:

[Gymnasielærere skal blande sig i elevers fællesskaber – Gymnasieskolen](#) (2023)

Denne artikel giver indblik i vigtigheden af at have en faciliterende voksen på gymnasier, da fællesskaber ikke altid er lig med, at de unge trives, men at der kan være behov for voksen støtte.

1.3 KAN UNGE FÆLLESSKABER GØRE ONDT?

ÅR

2021 (Hele bogen i 2023)

INSPIRATION TIL

Indblik i hvilke udfordringer, der opstår når unge indgår i fællesskaber og hvordan de navigerer i det.

AFSENDERE

CEFU, Maria Bruselius-Jensen, Niels Ulrik Sørensen og Katrine Thea Pløger Nielsen

INDHOLD

Baseret på 31 kvalitative interviews med unge i alderen 14-19 år rundt omkring i Danmark.
Ungefællesskabsformer: *Abstrakte – løseforbindelser – Grupper – Nære venskaber*

Løseforbindelser ses i foreningerne og det frivillige arbejde – fællesskabet om noget tredje, her er der potentiale for at fortælle relationerne til at være grupper eller nærevenskaber.

Løseforbindelser kommer som så mange andre steder med en række sociale normer og koder, som kan være vanskelige og krævende at aflæse – træder man ved siden af, kan man hurtigt ryge ud af fællesskabet igen.

Grupper som voksenfaciliterede og selv funder, grupperne er ikke lig med lykken, men kan have ekskluderende og inkluderende mekanismer. – Humor er en af dem,

Det er hårdt arbejde for unge på yderkanten af grupperne at blive inkluderet, det kræver meget arbejde for dem og ofte følger der nederlag, hvis man ikke inviteres med til alting.
Popularitetshierarkier. Zombierelationer – hvor man ikke længere har kontakt, men relationen fylder meget. At være på kanten af fællesskabet og kæmpe for at blive del af gruppen eller de løseforbindelser ses af de unge som bedre end slet ikke være del af noget

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Delrapport-Kan-Ungefællesskaber-Goere-Ondt.pdf \(cefu.dk\)](#)

1.4 UNGES FÆLLESSKABER – MELLEML SELVFØLGELIGHED OG VEDLIGEHOEDESE

ÅR

2017

INSPIRATION TIL

Indblik i individualisering og ungdomsliv

AFSENDERE

Bruselius Jensen & Sørensen, Aalborg universitetsforlag

INDHOLD

Digitale fællesskaber kobles primært til sociale medier, hvor mediet understøtter et fællesskab uden for den digitale verden. De unges fællesskaber er koblet til velkendte samfundsarenaer, som familie, skole. Fritidsliv og foreninger fylder også. Fællesskab opfattes som noget individet skal tage ansvar for, der søges nærrelationer, hvor der er mindre arbejde for at vedligeholde relationen (forventningspres). Fællesskaber danner rammen for udfoldelse af deres livsprojekter. Tilvalget af foreninger og fritidsliv kobles til værdigrundlag.

Sociale medier er ikke omkostningsfrit at vælge til eller fra for de unge: Venskaber kan være overvejende digitale.

Rapporten præsenterer seks forskellige orienteringer mod fællesskaber

- Intimitet/bekræftelse
- Selvudfoldelse/selvinvestering
- Idealer/bedre samfund"
- Arbejde/Fremtidsplaner
- Forpligtelse/kontinuitet
- Fest/Ungdomskultur

Alle fællesskabsformer ses blandt piger og drenge, repræsenteres på tværs af aldersgruppe ligeledes. Digitale dimension er overordnet og med til at fastholde/skabe let tilgængelighed og vedligeholde relationer. Digitale arena er med til at forlænge og opretholde fællesskabet.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Ny rapport: Unges fællesskaber - Mellem selvfølgelighed og vedligeholdelse \(cefu.dk\)](#) Sidst besøgt d. 14.12.12

1.5 SHORT REPORT. TRENDS IN SOCIAL INEQUALITY IN LONELINESS AMONG ADOLESCENTS 1991–2014

ÅR
2018

INSPIRATION TIL

Studiet giver indblik i at forekomsten af ensomhed iflg. Disse fund, ikke er direkte knyttet til social baggrund. Studiet inddrages med det in mente, at det er tæt ved 10 år gammelt, hvor smartphones, Sociale medier og andre forhold som corona, har for unge med ført ændringer.

AFSENDERE

Madsen KR, Holstein BE, Damsgaard MT, Rayce SB, Jespersen LN, Due P. Trends in social inequality in loneliness among adolescents 1991-2014. J Public Health (Oxf). 2019 Jun 1;41(2): e133-e140. doi: 10.1093/pubmed/fdy133. PMID: 30053062.

INDHOLD

Trendstudie i Danmark følge unge fra 1991 – 2014. 11-15-årige på skoler udtaget tilfældigt.

Mellem 1991 og 2014 sted udbredelsen af ensomhed blandt de unge med 7,2%

I det samlede studie var forekomsten af ensomhed højere blandt unge med en lavere OSC (Beskæftigelse, social klasse)

Men den sociale ulighed i ensomhed er sidenhen tæt ved forsvundet, hvor altså at ensomhed forekommer både blandt dem med høj OSC og dem med Lav OSC.

LÆS MERE

Tilgængelig via: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30053062/> Sidst besøgt d. 14.12.2023

1.6 AT STÅ UDENFOR - HVORDAN STYRKER VI POSITIVE FÆLLESSKABER BLANDT BØRN OG UNGE

ÅR

2019

INSPIRATION TIL

Hvordan man kan arbejde med børns ensomheds og mistrivselss problematikker samt udvide forståelse herfor. Rapporten indeholder også anbefalinger til hvordan ensomhed og mistrivselss problematikker kan arbejdes med som fagperson.

AFSENDERE

Børns vilkår & Trygfonden

INDHOLD

Baseret på 850 børnetelefonssamtaler og spørgeskemaundersøgelse til 5. og 8.klasser.

Rapporten giver indblik i, hvordan børn og unge oplever ensomhed og mistrivsel samt årsagerne bag. Her understreges, hvordan skift og brud i barndommen/ungdommen kan være medvirkende årsager.

Blandt andet finder man, at:

Ensomhed kan være bundet til at man ingen/få venner har – Eller føler sig udenfor.
Ensomhed kan være bundet i at føle sig forkert på flere måder, kropsligt, socialt, anderledes – knyttes til lavt selvværd.
Tab/dødsfald, brud med venner, afstand til forældre,
Omsorgssvigt, vold i hjemmet,

Blandt børn, 13-15-årige føler piger sig oftere ensomme end drenge. Drenge er dog mindre tilbøjelige til at tilkendegive, at de føler sig ensomme. Studier uden direkte at nævne ensom, viser at drenge oftere er ensomme. Det stiller krav til måde ensomhed italesættes på

LÆS MERE

Tilgængelig via: [BV_Ensomhed_Rapport_WEB.pdf \(bornsvilkar.dk\)](#)

Alternativ: <https://meandwe.dk/> Et målrettet fællesskabs opbyggende program, hvor unges sociale færdigheder, relationer og fællesskab styrkes.

1.7 KONKURRENCE STÅR I VEJEN FOR ENSOMME UNGES DELTAGELSE I FRITIDSLIVET

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Hvilke barrierer der kan være i forenings- og fritidslivet, som kan afholde ensomme unge fra at deltage. Dertil hvilke områder, hvor deltagelse kan gøres lettere tilgængeligt for unge fra foreningslivets side.

AFSENDERE

Mary Fonden, Social respons

INDHOLD

Baseret på 17 kvalitative interviews med unge mellem 16 og 22-årige, der oplever ensomhed og udfordringer med at komme ud i fællesskaber. Der konkluderes, at det for unge kan være udfordrende når foreningslivet centrerer sig om konkurrence og talent. De unge efterspørger mere voksenfacilitering af det sociale samt fællesskaber, hvor det er det sociale som er centralt.

De unge oplever, at der bliver lagt pres på dem, hvor de skal præstere noget for at indgå i foreningen. Der påpeges tre områder, hvorved deltagelse for de unge kan gøres lettere tilgængelig. Unge oplever, at konkurrence elementer og aktiviteter, hvor talent kommer i fokus, er grænseoverskridende at deltage i, da de skal være på og ikke blot kan være dem selv.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Konkurrence står i vejen for ensomme unges deltagelse i fritidslivet - MaryFonden.dk](#)

1.8 AUTISMEFORENINGENS INKLUSIONSUNDERSØGELSE 2023

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Viden om de udfordringer, der kan være for børn og unge med autisme, der oplever skolevægning og mistrivsel. Samt viden om, hvorfor at rammer og strukturer bør tilpasses børnene og ikke omvendt.

AFSENDERE

Autismeforeningen

INDHOLD

Rapporten giver indblik i, at skolevægningen er et stort problem samt at psykisk mobning er en af årsagerne til at børn og unge ikke kan være i skolen. Forældrene har blandt andet svaret på, hvordan deres oplevelse af samarbejde med skole, PPR og andre fagfolk er. Der opleves blandt andet manglende autisme specifik viden blandt PPR. Størstedelen af forældrene oplever desuden, at børnene afreagerer hjemme efter at have maskeret deres autisme i skolen. Hvilket resulterer i manglende forståelse fra skolens side og antagelse om at problemet er i hjemmet og ikke grundet manglende støtte og hjælp i skolen. Rammerne om skoleaktiviteter fremhæves som afgørende for trivsel/mistrivsel i skolen.

Her understreges også at børn med autisme ikke skal trænes til at passe ind i andres rammer, men at man bør tilpasse rammerne til at rumme barnet, da alt andet modarbejder trivsel. Dette kan overføres til foreningslivet og andre aktivitetstilbud.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [inklusionsundersogelsen-rapport-2023.pdf \(autismeforeningen.dk\)](https://www.autismeforeningen.dk/inklusionsundersogelsen-rapport-2023.pdf)

1.9 HER KAN FINDES UNGE FORTÆLLINGER OM VEJEN UD AF ENSOMHED

INSPIRATION TIL

Skabe større forståelse for, hvorfor det kan være rigtig svært at gøre noget for at ændre sin situation. Samt hvordan vejen ud af ensomhed kan se ud og hvilken støtte der har virket.

AFSENDERE

Ventilen.dk

INDHOLD

Unge egne fortællinger om oplevelser med mobning, at være udenfor og have svært ved at føle, at man passer ind. Succeshistorier i mødet med ventilen, hvor de unge oplevede nye fællesskaber.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Føler du dig ensom? - Ventilen hjælper unge ud af ensomhed](#) Unge fortællinger om ensomhed og hvordan ventilen har hjulpet.

DEL 2 – VIDEN OM FÆLLESSKAB OG ENSOMHED UD FRA ET FORENINGSLIVS OG FRIVILLIGHEDS PERSPEKTIV

2.1 FÆLLESSKABSMÅLINGEN 2022 – EN UNDERSØGELSE AF LIVSVILKÅR OG SOCIAL EKSKLUSION I DANMARK

ÅR

2022

INSPIRATION TIL (BAGGRUNDSVIDEN)

Indblik i social eksklusion og andre forhold, der kan påvirke unge og andre grupper til at opleve mistro og ensomhed.

AFSENDERE

Vive, trygfonden og maryfonden.

INDHOLD

Handler om livsvilkår og social eksklusion i Danmark. Der tages udgangspunkt i samfundsdeltagelse, hverdagslivets fællesskaber og på forskellige befolkningsgruppers udfordringer med at stå udenfor fællesskabet.

Man arbejder med tre grupper: Majoriteten, risikogruppen og eksklusionsgruppen.

Disse er opstillet i 2017 på baggrund af en 'latentklasseanalyse', gennem indikatorer er der dannet disse tre modeller ud fra sammenfald i svar.

"Risikogruppen" bestod af dem, der oplever tegn på social eksklusion og udfordringer i nogle af livets forhold. "Eksklusionsgruppen" er dem, som oplever en høj grad af eksklusion og vanskeligheder på mange livsområder" (side 8). Risikogruppen er vokset i størrelse siden sidste måling i 2016, fra 18% til 24% af respondenterne. Majoritetsgruppen er faldet. Eksklusionsgruppen er øget lidt, ikke signifikant.

Forebyggelse pointeres at have potentiale, da man på vej mod eksklusionsgruppen gennemgår en marginaliseringsproces, altså kan det modarbejdes. Det vurderes også muligt, at man kan bevæge sig ud af den marginaliserede position, men at det kræver støtte til ellers ikke imødekomne behov. (Fællesskabsmålingen 2022: 16).

Andelen af befolkning med handicap eller kronisk sygdom er større i eksklusion- og risikogruppen end hos majoriteten.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Fællesskabsmålingen 2022 - vive.dk](https://www.vive.dk/faellesskabsmaalingen-2022)

2.2 IDRÆT FOR BØRN MED SÆRLIGE BEHOV – EN HÅNDBOG & INSPIRATIONSKATALOG: PLADS TIL FORSKELLIGHED

ÅR

2016 & 2022

INSPIRATION TIL

Håndbogen præsenterer forskellige muligheder inden for idrætsstilbud til børn med særlige behov for at skabe mere inkluderende rammer. Bogen henvender sig særligt til foreninger og idrætsaktiviteter som gerne vil blive bedre til at inkludere børn med særlige forudsætninger som Adhd og lignende.

Inspirationskataloget kan anvendes som indblik i eksisterende forslag/initiativer/inklusionsformer, som henvender sig til børn der har neurodivergent diagnose.

AFSENDERE

DGI, dgi/inklusion & Plads til forskellighed, Undervisningsministeriet.

INDHOLD

Rapporten giver indblik i, hvordan man som idrætsforening bedre kan favne og imødekomme børn med særlige udfordringer som ADHD og Autisme. Der lægges vægt på elementer som struktur og støttende ressourcer til børnene. Dertil at det ikke blot skal være fysiske (synlige) handikaps, man understøtter, men også de usynlige, som bliver tages hensyn til. Der understreges, at viden og udbredelse af viden om særlige udfordringer kan være løsning på at få flere ud og deltage, da de så bliver mødt og faktisk kan deltage på egne præmisser i stedet for at måtte få negative oplevelser og dermed miste modet og lysten til at deltage. I Rapporten præsenteres konkrete erfaringer, som kan bruges i det videre arbejde.

Inspirationskataloget gennemgår konkrete forslag og ideer til inkluderende aktiviteter, samt viden om, hvordan konflikthåndtering gøres bedst muligt.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [23894-haandbog-idraet-for-boern-med-saerlige-behov_final.pdf \(dgi.dk\)](#)

Inspirationskatalog til skolers arbejde inkluderende rammer for børn med ADHD, autisme eller andre neurodivergent diagnoser: [Inspirationskatalog-Plads-til-forskellighed.pdf \(adhd.dk\)](#)

2.3 "ENKLE REDSKABER TIL INKLUSION – EN GUIDE TIL LÆRER OG PÆDAGOGER MED ELELEVER MED UDFORDRINGER I FORHOLD TIL OPMÆRKSOMHED OG SOCIALT SPIL

ÅR

2015

INSPIRATION TIL

Hvordan man let kan indføre inkluderende tiltag i læringsmiljøer

AFSENDERE

Socialstyrelsen.

Jørgensen, Marie Herholdt & Lisbeth Tuxen.

INDHOLD

Pjece om konkrete tiltag og værktøjer man kan bruge for at skabe mere inklusion.

LÆS MERE

Tilgængelig via: https://sbst.dk/media/11535/Enkle-redskaber-til-inklusion_Socialstyrelsen.pdf Sidst besøgt d. 15.12.2023.

2.4 MANGFOLDIGHED OG TILGÆNGELIGHED GÅR HÅND I HÅND I FRIVILLIGE AKTIVITETER

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Indblik i, hvordan foreninger kan skabe bedre rammer, får unge med usynlige og synlige udfordringer, samt indblik i vigtigheden i at skabe mangfoldighed for at få flere med og fastholde nye deltagere. Inspiration til hvordan man kan sikre tilgængelighed og inkluderende rammer i foreningerne.

AFSENDERE

CFSA (Center for frivilligt socialt arbejde) og SUMH (Ungdomsliv – med handicap)

INDHOLD

Beskrivelser og forklaringer af begreberne om tilgængelighed, det vil sige, fysisk, social og pædagogisk tilgængelighed. Der lægges vægt på, hvordan man kan arbejde med de tre tilgængelighedsformer for at skabe mere inklusion og mangfoldighed i foreningerne og de frivillige fællesskaber.

SUMH giver dertil information og vejledning om afholdelse af virtuelle og digitale/online aktiviteter for mennesker med synlige eller usynlige handicaps. Dertil lærings-informationskilder omkring, hvordan tilgængeligheden øges i foreningerne.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Mangfoldighed og tilgængelighed går hånd i hånd i frivillige aktiviteter / frivillighed.dk](#) & [Tjek på tilgængelighed - SUMH](#)

2.5 FÆLLESSKABER FOR ALLE

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Hvordan foreninger kan arbejde med at imødekomme og hjælpe udsatte og sårbare borgere fra at være isolerede til at være del af et fællesskab.

AFSENDERE

SUS (Socialt udviklingscenter)

INDHOLD

"Seks foreningers erfaringer med at gøre mennesker i udsatte positioner til medskabere af frivillige foreningsfællesskaber".

I rapporten tydeliggøres, hvor sårbar en situation det er for mennesker i en position af isolation at bevæge sig ud af dette og ind i et fællesskab, samt at dette er noget, man i foreningerne bør være opmærksom på.

Dertil præsenterer rapporten fire elementer, der er gode at arbejde med for at imødekomme de sårbare deltagere. Disse er, *den gode modtagelse, det fælles tredje, fleksible deltagelsesformer og brobygning.*

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Faellesskaber-for-alle.pdf \(sus.dk\)](#)

2.6 MENNESKER I UDSATTE POSITIONER I FRIVILLIGE FÆLLESSKABER

ÅR

2020

INSPIRATION TIL

Hvordan inkluderende fællesskaber er centrale for at få mennesker i udsatte positioner ud af ensomhed og ind i fællesskabet. Der kan hentes inspiration til, hvordan man på ledelsesniveau kan arbejde med inklusion samt forskellige fællesskabsformer.

AFSENDERE

Socialstyrelsen

INDHOLD

I rapporten kan man læse om, hvordan inklusion handler om at rammerne fordrer aktiv deltagelse, på lige fod med andre og vigtigheden af ligestilling i gensidigt udviklende fællesskaber.

Artiklen arbejder med tre forskellige fællesskabstyper. A) afgrænsede, B) Afgrænsede og almene fællesskaber og C) Almene fællesskaber. Forskellen ligger i typen af fællesskab, det fælles tredje og formålet, samt varierer den frivillige rolle også.

Dertil lægges der vægt på, at arbejdet med inklusion og inkluderende fællesskaber starter på ledelsesniveau. Dette kaldes også fleksibel organisering: Lade de udsatte være medbestemmere ift. deres opgaver, ofte (dagligbasis eks.)

Hvad kan inklusion bidrage med:

Mangfoldighed som værdi – hvor det er en styrke at lade forskellige mennesker, men forskellige udfordringer mødes, tale og samarbejde.

Udvikling af kompetencer: God oplæring, mentor ordninger, hvor det, at man har et understøttende miljø kan hjælpe med at få flere frivillige med.

Fysiske rammer: Hvordan er faciliteterne, er det handicap venligt, et pusterum. Med til at fastholde frivillige.

Samarbejdspartnere: Aktører (eks. Kommune) der kan hjælpe med henvisning af frivillige.

Strategiske ledelse: daglige ledere, koordinatore og medarbejdere understøtter primært den inkluderende tilgang.

LÆS MERE

Tilgængelig via: <https://sbst.dk/media/11154/pixi-version-mennesker-i-udsatte-positioner-i-frivillige-f%C3%A6llesskaber.pdf> (Pixi version, fulde version kan hentes på Socialstyrelsen.dk). Sidst besøgt d. 12.12.2023.

2.7 BEFORDRINGSFORENING/MORSØ

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Hvordan transport udfordringer kan løses gennem foreningslivet via en forening og cykel/køre ordninger.

AFSENDERE

Frivilligcenter Mors

INDHOLD

I frivilligcenter Mors har man været med til at oprette en befordringsforening, der gennem forskellige initiativer skal være med til at hjælpe flere afsted til aktiviteter og fritidstilbud. Der er i december 2023 nedsat en bestyrelse, der skal have indsatserne søsat.

LÆS MERE

Tilgængelig via: <https://frivilligcenter.mors.dk/nyheder/2023/ny-befordringsforening> Sidst besøgt d. 12.12.2023

Se også artikel fra NordJyske om projektet: [Frivillige skal hjælpe børn afsted til sport | Nordjyske.dk](#) sidst besøgt d. 13.12.2023.

2.8 REDUCING LONELINESS IN THE COMMUNITY. MORE TOGETHER ('FLERE I FÆLLESSKABER') —A COMPLEX INTERVENTION IN DENMARK

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Indblik i samarbejdet mellem flere aktører og sektorer.

AFSENDERE

Mathias Lasgaard, Anne F Bo, Lise A Nielsen, Christine E Swane, Pamela Qualter, Julie Christiansen

INDHOLD

MOTO (More together) – Undersøgelsen/projektet foregår i Silkeborg Kommune. Projektet involverer flere aktører og sektorer i lokalsamfundet.

Man arbejder ligeledes med MASI, fire interventionsstrategier, som af Defactum (2021) konkluderes at virke i forskellige grader: Improving social skills, enhancing social support, increasing opportunities for social interaction og addressing maladaptive social cognition.

Man lægger vægt på, at lokalsamfundet og det nære kan løfte opgaven med at hjælpe særligt unge og ældre borgere ud af ensomhed.

Dertil, at man i projektet har et stort samarbejde med både lokale og nationale partnere

Der arbejdes ud fra rammen: CI Framework – kollektiv indflydelse

- Common agenda
- Konsistent kommunikation
- Stærk infrastruktur i de ansatte
- Reinforcing activities – koordinering
- Shared measurement – evaluering
- Inddragelse af borgere med faktiske erfaringer med ensomhed

Formål: Mobilisere lokalsamfundet, sikre engagement

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Reducing loneliness in the community. More Together \('Flere i Fællesskaber'\)—a complex intervention in Denmark | Health Promotion International | Oxford Academic \(oup.com\)](#)

Sidst besøgt d. 14.12.2023.

2.1.0 DIGITALE OG ONLINE FÆLLESSKABER

2.1.1 DIGITALE KREATIVE FÆLLESSKABER: FORSKNINGSRAPPORT

ÅR

2021

INSPIRATION TIL

Hvordan digitale fællesskaber kan se ud og, hvad der er værd at holde for øje i dannelsen af disse.

Indblik i at online/digitale fællesskaber har nogle udfordringer på samme måde som fysiske fællesskaber.

AFSENDERE

Danish University Colleges

Boysen, M. S. W., Jensen, A. W., Hald, M., Løth, K., & Brodersen, M. (2021). Digitale Kreative Fællesskaber: Forskningsrapport. Professionshøjskolen Absalon

INDHOLD

Spørgeskemaer, observation, interview med pædagoger og børn i 4.-7.klasse. Digitale medier, som spil etc. Kan være kreative rum, hvor børn og unge kan udvikle færdigheder, have relationer og selvorganiserede fællesskaber. Pædagogen (Rapporten har pædagogisk udgangspunkt) – Sikre deltagelses muligheder for alle – hindre eksklusion i sammenhænge med spil etc. er pædagogens rolle rettet mod konflikthåndtering, coach, medspiller etc. Computerspil etc. har tidligere været ramt af stigmatisering og ikke været anerkendt som interesse, det har ændret sig sidenhen og i dag er pædagogens involvering også med til at støtte en positiv udvikling, hvor børn og deres interesse bliver anerkendt, respekteret og accepteret. Digitale kreative fællesskaber i lyset af deres kontekst i klub/SFO.

Projektet finder også ud af, at børn med erfaringer for bestemte kreative digitale fællesskaber havde lettere ved at indgå i fællesskabet, mens nye/uerfarne havde risiko for at falde udenfor. S. 89, forslag til guidelines når kreative digitale fællesskaber indføres i klub eller SFO. Der kaldes på opmærksomhed på de kønnede traditioner for digitale fællesskaber.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Digitale Kreative Fællesskaber: Forskningsrapport — UC Knowledge - University Colleges Knowledge database \(ucviden.dk\)](#)

Andet: [Ungepanelet: Tag ansvar for digitale fællesskaber | Medierådet \(medieraadet.dk\)](#) (2021).

De online/digitale fællesskaber trækker også på, at der bør være voksne som er med til at regulere og understøtte det gode fællesskab. Da det digitale/online ligeledes kan have udfordrende/negative aspekter, som mobning eller dårlig tone. Anerkendelse og interesse for de digitale/online interesser blandt unge fremhæves at være vigtigt for fagpersoner, voksne, forældre at udvise.

2.1.2 DIGITALE UNGE MED KOGNITIVE HANDIKAP

ÅR

2022

INSPIRATION TIL

Projektet handler om, hvordan unge kan fastholdes eller komme ud i digitale fællesskaber på trods af kognitive handikaps.

Brugere med kognitive handikaps risikere at blive digitalt udsatte viser forskning, men samtidigt ses der et stort potentiale i de digitale fællesskaber (Baseret på interesser). Unge har vist sig at udvikle kompetencer gennem sociale medier, etc. tiktok og YT

AFSENDERE

Weber, D., Kanstrup, A. M., Karadechev, P., Davidsen, J., Bygholm, A., & Kaan-Kristensen, B. P. R. H. (2022). Digitale unge med kognitive handicap: Om brugen og betydningen af digitale teknologier i sociale fællesskaber. Aalborg Universitet. Aalborg Universitet. Dansk Center for Sundhedsinformatik. Technical Report Bind 22 Nr. 1

INDHOLD

De unge tager deres digitale liv meget alvorligt og bruger det med omtanke. Det er en arena, der skal tages seriøs af voksne og man bør engagere sig for at forstå, hvordan og hvorfor det digitale liv er vigtigt for de unge.

Efter støtten, kommer vigtigheden i at den unges interesser og digitale liv er unikt og omskifteligt, det kræver, at man må matche den målgruppe man har med. Men vigtigst at tage det digitale liv seriøst.

De unge oplever deres digitale liv som meget seriøst og noget de selv behandler seriøst. Dog er der også udfordringer, hvortil de skal støttes. De unges digitale liv er omfattende og fylder meget for de unge.

Der bør være fokus på at finde nogle positive mestrings- og produktive strategier til de unge, når de bliver udfordret. Dog en balance mellem at bevare deres selvstændighed og støtte dem.

LÆS MERE

Tilgængelig via: <https://vbn.aau.dk/en/publications/digitale-unge-med-kognitive-handicap-om-brugen-og-betydningen-af->

2.1.3 DET DIGITALE VÆRESTED

ÅR

2020

INSPIRATION TIL

Hvordan kan digitale og online aktiviteter og fællesskaber se ud og praktiseres.

AFSENDERE

Social og boligstyrelsen, viden til gavn & Landsforeningen for væresteder

INDHOLD

"Det digitale værested" er etableret som en gruppe på Facebook og giver socialt udsatte værestedsbrugere mulighed for at holde kontakt med ligesindede, fortælle om hvordan man har det, lave aktiviteter sammen - hver for sig, få hjælp til at strukturere dagen og udfylde tiden. Og det giver mulighed for at gribe dem, der får det dårligt og har brug for hjælp.

"Det digitale værested" er kort sagt en digital mulighed for at hjælpe hinanden gennem en svær tid – akkurat som man vil gøre på et almindeligt værested." – Citat fra Social og boligstyrelsen, viden til gavn.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Det digitale værested | Social- og Boligstyrelsen \(sbst.dk\)](#)

2.1.4 SPECTRUM GAMING

ÅR

2021-2023

INSPIRATION TIL

Linket henfører til en eksisterende forening for personer med neurodivergent diagnose har et fællesskab gennem online spil. Det kan give inspiration til, hvordan online/digitale tilbud kan udformes og bruges til at øge trivsel.

AFSENDERE

Spectrum gaming

INDHOLD

Foreningens hjemmeside, værdier og arbejde. Spectrum gaming er dannet af en ung mand med autisme, der selv har oplevet ensomhed og mistrivsel. Han har startet dette online fællesskab for at skabe opmærksomhed på personer med autisme og deres udfordringer, samt succeser.

Dertil er der flere tilbud og aktiviteter som tilbydes. Foreningens mærkesager er både at skabe venskaber og netværk, men også at belyse rettigheder og kæmpe for at unge med autisme bliver hørt og accepteret.

LÆS MERE

Tilgængelig via: <https://www.spectrumgaming.net/about-us>

DEL 3 – TEORETISKE PERSPEKTIVER PÅ ENSOMHED OG FÆLLESSKAB

3.1 INTERVENTIONER, DER SKAL MINDSKE ENSOMHED – EN SYSTEMATISK LITTERATURGENNEMGANG AF 136 EFFEKTSTUDIER

ÅR

2021

INSPIRATION TIL

Studiet er med til at vise, hvilke typer af interventioner kan forventes at have effekt i projektet –

De fem interventionsformer der anvendes i arbejdet mod ensomhed og mistrivsel.

AFSENDERE

Defactum

INDHOLD

I studiet vurderes effekten af forskellige typer af interventioner mod ensomhed.

Effekten ses at være mindre til moderat inden for disse typer "socialt netværk", "social støtte", "social og emotionel færdighedstræning" og "psykologisk behandling" og "psykoedukation". Den mindst effektive interventionsform ses i typen "socialt netværk".

Der skelnes mellem følgende fem primære interventionsstrategier:

"Socialt netværk": interventioner, der tilsigter at udvide deltagernes sociale netværk og/eller indbefatter sociale aktiviteter, som giver mulighed for at interagere med andre (eksempelvis seniormøder, fællesaktiviteter eller udflugter).

"Social støtte": interventioner, der tilsigter at øge social støtte gennem regelmæssig omsorg (eksempelvis besøgsven, kontaktperson eller en mentor).

"Social og emotionel færdighedstræning": interventioner, der tilsigter træning af sociale og følelsesmæssige færdigheder (eksempelvis social færdighedstræning eller rollespil).

"Psykologisk behandling": interventioner, der tilsigter at give indsigt i og ændre på uhensigtsmæssige tankemønstre eller negative følelser (eksempelvis kognitiv adfærdsterapi og mindfulness).

"Psykoedukation": interventioner, der tilsigter at give viden om ensomhed (eksempelvis skoleprogrammer).

Dertil finder man, at Interventioner skal tilpasses det specifikke behov, der har udløst ensomheden. Studiet peger på at interventioner og undersøgelserne af interventioner typisk er rettet mod bestemte aldersgrupper, hvorfor det ikke er muligt at generalisere effekten af pågældende intervention til andre aldersgrupper end den undersøgte.

Effekten af interventionsstrategier (den forventede) vurderes i studiet til, at der ikke er særlig forskel på om den er individbaseret eller gruppebaseret – begge er mindre til moderat effektive.

Effekten af digitale og ikke-digitale interventioner vurderes til ikke at være signifikant forskellig. Hvorfor man ikke bør prioritere ikke-digitale interventioner grundet en forventning om, at disse er mere effektive end digitale.

Særligt fremhæves psykologisk behandling og social støtte som interventioner med signifikant effekt af behandlingen af ensomhed.

LÆS MERE

Tilgængelig via:

<https://www.defactum.dk/publikationer/showPublication?publicationId=998&pageId=309986>

3.2 NATIONAL HANDLINGSPLAN MOD ENSOMHED

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Eksisterende og foreslåede initiativer i forhold til kampen mod ensomhed. 75 forskellige initiativforslag eller aktuelle tilbud. Særligt virker følgende interessante: 6, 8, 9, 17, 18, 22, 24, 25, 27, 28, 32, 34, 37, 38, 44, 45, 46, 49, 50, 53, 55, 59, 72, 73

AFSENDERE

Det nationale partnerskab mod ensomhed

INDHOLD

Rapporten tager udgangspunkt i interventionstyperne, der stammer fra litteraturstudiet af Defactum.

Der påpeges, at der mangler forskning på, hvordan strategierne virker i kombinationer eller alternative interventionsstrategier.

Der gennemgås en række initiativer (75), som kan/skal udføres ift. arbejdet med ensomhed. Disse initiativer taler ind i de forskellige interventionsstrategier.

Initiativerne indebærer bl.a. elementer som: Øget fysisk tilgængelighed, inklusion, vidensdeling, fællesskabsambassadører, uddannelse af fagfolk, støtte muligheder og digitale/-ikke digitale træningsgrupper. Understøtte værtskab i foreningerne, adgang til faciliteter, samarbejde med kultur- og fritidsinstanser.

Forpligtende fællesskaber indgår under initiativ 41 – denne er interessant, da den bryder med forventningen om, at unge er mere interesseret i uforpligtende fællesskaber – forpligtende fællesskaber indebærer uddannelse.

Fritid og fællesskaber: Fokusområder og initiativer

- Område 1: Bedre rammer for at etablere og drive foreninger og frivillige sociale aktiviteter
- Område 3: Der bør være flere spejlings-fællesskaber og aktiviteter for særlige og mindre målgrupper

Det pointeres at det, at sikre det gode møde mellem nye og foreningerne er et vigtigt step. Den frivillige skal hurtigt blive en aktiv og bidragende del af fællesskabet (Fastholdelse)

Efterspørgsel på mindre og særlige aktiviteter for mindre målgrupper

- Dertil skal der sikres midler og hjælp til foreningerne/aktiviteter, så der kan skabes denne rummelighed.
- Styrk støtte til minoriteter og udsatte, fritidspas, økonomiske tilskud.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [NPE Handlingsplan.pdf \(sammenmodensomhed.dk\)](#) Sidst besøgt d. 14.12.2023

3.3 KOMPETENCEUDVIKLING KAN GIVE FLERE OG MERE TILFREDSE FRIVILLIGE

ÅR

2023

INSPIRATION TIL

Hvordan kompetenceudvikling kan bruges til at tiltrække flere frivillige, men også skabe mere tilfredse frivillige, som dermed fastholdes. Dertil også, hvordan at kompetenceudvikling ikke behøves at være ressourcekrævende.

AFSENDERE

CFSA (center for frivilligt socialt arbejde)

INDHOLD

Rapporten belyser kompetenceudvikling i trygge frivillige arbejdsfællesskaber som et samlingspunkt for ældre og unge. Der ses blandt andet en stærk sammenhæng mellem fastholdelse/rekruttering af frivillige når foreningen har kompetenceudviklende kurser. Dertil at kompetenceudvikling er med til at øge tilfredsheden blandt de frivillige.

Ungefrivillige matches ofte på baggrund af deres intention om at kunne udvikle egne kompetencer --> Dermed er organisationer oftere attraktive når der er mulighed for kompetenceudvikling.

Livsfaser har indvirkning på hvilke ønsker de frivillige har til deres frivillige arbejde. --> Forventninger ift. hvad deres kompetencer skal bruges til, udvides eller blot anvendes.

Rapporten giver et bud på, hvad der blandt andet motiverer unge til at deltage i det frivillige arbejde

- Kompetenceudvikling og erfaring til (arbejd)livet
- Trygt arbejdsfællesskab.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Videnstema 6 - Nye perspektiver på rekruttering og fastholdelse.pdf \(frivillighed.dk\)](#)

Læs mere om dette: Forskningsprojektet, MATCH – Rekruttering og fastholdelse af frivillige i civilsamfundsorganisationer.

Grubb, A., Holstein, E. L., Qvist, H-P. Y., & Henriksen, L. S. (2022). Match: Rekruttering og fastholdelse af frivillige i civilsamfundsorganisationer. Aalborg Universitetsforlag

Tilgængelig via: [Match. Rekruttering og fastholdelse af frivillige ONLINE.pdf \(aau.dk\)](#)

3.4 A META-ANALYSIS OF INTERVENTIONS TO REDUCE LONELINESS.

ÅR
2011

INSPIRATION TIL

Primært anvendes til at klassificere interventionerne tilgængeligt – øge det gode match mellem ensomme og intervention.

AFSENDERE

M. Masi, Christopher et. al.

Sage publication.

INDHOLD

Undersøgelsen trækker på empiri omkring voksne. Der understreges at ensomhed handler om kvalitet af sociale relationer fremfor kvantiteten. Undersøgelsen baseres på en række tidligere studier omkring interventioner, for at vurdere effektivitet af interventionsstrategier og hvad der bør bygges videre på. Der identificeres

Fire primære interventionsstrategier

- a) Træning og forbedring af sociale evner
- b) Øget støtte i det sociale
- c) Flere muligheder for social kontakt
- d) Addressing maladaptive/utilpasset social cognition

Hvor sidst nævnte intervention, viste sig at have størst effekt. Eksempel på dette er terapi og psykologhjælp. Dette stemmer overens med fund, der viser, at ensomhed kan være et loop, hvor negative erfaringer bliver selvforstærkende i og med, at man kan have haft mange nederlag og så forventer flere og handler efter forventning om negative oplevelser sker igen (Kort sigtet selvopretholdelse, men isolerende). Konklusionen er således, at ved at lave korrektioner på utilpasset social kognitive evner, kan man med størst effekt reducere ensomhed.

Maladaptive social cognition = tankeprocesser/kognitive funktioner er uhensigtsmæssige eller skadelige for trivsel. Fejl i måden sociale situationer opfattes/adfærd.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [A Meta-Analysis of Interventions to Reduce Loneliness - Christopher M. Masi, Hsi-Yuan Chen, Louise C. Hawkey, John T. Cacioppo, 2011 \(sagepub.com\)](#)

3.5 ENSOMHED I DANMARK - ANALYSE AF BEFOLKNINGSDATA FRA 2017

ÅR

2020

INSPIRATION TIL

Indblik i hvilke befolkningsgrupper, der er mest udsatte i forhold til ensomhed. Da undersøgelsen er lavet på data fra før corona-pandemien, kan billedet senere have ændret sig.

AFSENDERE

Defactum

Mathias Kamp Lasgaard; Julie Christiansen; Karina Friis

INDHOLD

Viser også, hvordan sygdomme/psykiske udfordringer er komplekse ift. Forekomsten af ensomhed.

Viser desuden, hvordan etnicitet, køn og andre sociale/psykiske forhold som "kabale, neurotypiske", og andre karakteristika kan påvirke forekomsten af den målte ensomhed.

For ungegruppen 16-29årige, ses kønsforskellen større, dvs. unge kvinder oftere vurdere sig som ensomme end mænd. Markant flere kvinder end mænd erklærer sig ensomme.

Der er større andel unge med etniske baggrund (andre end dansk), der erklærer sig ensomme.

Ensomhed ses oftere blandt unge der er udenfor uddannelse eller arbejde. Ensomhed ses at have sammenhæng med om der er kontakt til familie/venner.

Kronisk sygdom ses ligeledes at have en signifikant betydning for oplevelsen af ensomhed, længerevarende psykiske lidelser øger også risikoen for ensomhed. Andelen, der føler sig ensomme, er større blandt personer, der ikke har en dansk etnisk baggrund og blandt personer med lavt uddannelsesniveaue og arbejdsløse, hvilket indikerer, at der er en betydelig social ulighed i ensomhed.

Rapporten nævner at den øgede ensomhed blandt unge skal ses i lyset af at den mentale trivsel generelt er faldende – der ses tegn på at ensomhed indgår i større kompleksitet og der er sammenhænge, der skal identificeres.

LÆS MERE

Tilgængelig via:

<https://www.defactum.dk/projekter/showPublication?publicationId=909&pageId=343600> Sidst besøgt d. 14.12.2023

3.6 PARTNERSKABER MED MANGE AKTØRER – ET LITTERATURSTUDIE OM KERNEELEMENTER OG INKLUSION AF BORGERE I SÅRBARE POSITIONER

ÅR
2023

INSPIRATION TIL

Indsigt i partnerskabers rolle og effekt på projekter.

Relevant ift. deres målgruppe og tilgang kan spejles i projektet.

AFSENDERE

Helle Hygum Espersen, Leif Olsen & Linda Lundgaard Andersen

INDHOLD

2022-2025 MÅL: Udvikle model for lokale partnerskaber på tværs af sektorer.

Evaluering af projekt: Flere ind i fællesskaber gennem lokale partnerskaber. Her ses på hvordan en bred ramme af lokale samarbejdspartner formår at etablere samarbejde og skabe inkluderende fællesskaber for sårbare borgere.

Litteraturstudie med fokus på lokale partnerskaber på tværs af sektorer med mange aktører og Inddragelse af sårbare borgere i partnerskaber på tværs af sektorer med mange aktører

Resultater:

Prioritering af ligestilling og retfærdighed er centralt --> Inddrage aktører, som har berøringsflade med problemstillingen.

Man skal være opmærksom på de magtforskelle, der ligger blandt aktørerne --> Demokratisk kultur, beslutningsmagten deles.

Ligestilling er vanskeligt, tids- og ressourcekrævende med fordrende for implementeringseffekt.

Der fremhæves vigtighed i transparent kommunikation, grænsekrydsende ledelse.

Det stiller krav til at finde en god måde at have styring, kultur og kompetencer i spil – da markeds-/virksomhedsprincipper ikke erfarede at have velegnet effekt i partnerskaber.

EksPLICIT fokus på borgerinddragelse for at sikre resultater, men på borgernes præmisser, for at skabe tilhørsfølelse og netværk.

LÆS MERE

Tilgængelig via: [Partnerskaber med mange aktører - vive.dk](https://vive.dk) Sidst besøgt d. 14.12.2023.

3.7 REVIEW: ALLEVIATING LONELINESS IN YOUNG PEOPLE – A META-ANALYSES OF INTERVENTIONS

ÅR
2021

INSPIRATION TIL

Denne artikel bidrager med indsigt i, interventioners effekt blandt unge med ensomhed. Artiklen understøtter pointer fra DEFACTUM. Dertil anvendes en interessant forståelse af ensomhed, der har betydning for typen af intervention som gives til de ensomme unge.

AFSENDERE

Eccles, A.M. and Qualter, P. (2021), Review: Alleviating loneliness in young people – a meta-analysis of interventions. Child Adolesc Ment Health, 26: 17-33.

INDHOLD

Der konkluderes, at man med fremtidige interventioner bør fokusere på at hjælpe unge med at håndtere deres følelser af ensomhed + Man bør undersøge langtidseffekterne af interventioner

Når målgrupper udvælges, bør faktorer som socioøkonomisk baggrund og andre risikofaktorer inddrages.

Studiet arbejder med aldersgruppen: 3-25-årige.

Dette studie vurderer, at andre studier af interventioner ikke har fundet signifikant forskel på anvendelse af forskellige former for interventioner.

Man finder dog at interventioner bør tilpasses den enkeltes situation, da man mener, at der ikke kan findes en universel løsning på ensomhed.

Hos Voksne ses at gruppe-baserede interventioner er mere effektfulde, hvor hos unge ses ikke en signifikant forskel på ene og gruppebaserede interventioner

Teknologisk baserede interventioner tyder på at have effekt for unge.

Forældres lav-socioøkonomisk status har negativ effekt på ensomhed

(Skelner mellem transient og prolonged loneliness

Transient loneliness – behandles med træning i sociale færdigheder og følelsesarbejde

Prolonged loneliness = her skal man ofte i behandling for angst og andre kognitive behandlingsformer.

LÆS MERE

Tilgængelig via: <https://doi.org/10.1111/camh.12389> Sidst besøgt d. 14.12.2023.