

Pixiudgave for evaluering af

# *Et sundt ungeliv*

- et brugerinddragende udviklingsprojekt  
i Københavns Kommune

December 2021

Center for Brobygning, Rådgivning  
og Fleksible Indsatser,  
Københavns Kommune



Støttet af  
**VELUX FONDEN**



## Pixiudgave for evaluering af Projekt Et Sundt Ungeliv

Projekt Et Sundt Ungeliv er et samskabende udviklingsprojekt under Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser. Over en treårig periode (2018-2021) har Et Sundt Ungeliv udviklet og afprøvet metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber, som kan fremme psykisk, social og fysisk sundhed blandt unge i socialt udsatte positioner. Formålet er herigennem at skabe bedre forudsætninger for de unges sociale mobilitet og tilknytning til almensamfundet. Projektet er støttet af VELUX FONDEN.

Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (BROFI) laver opsøgende, forebyggende og rådgivende indsatser for nogle af de mest udsatte ungegrupper i København i alderen 15-25 år. Projekt Et Sundt Ungeliv bygger på den antagelse, at sundhed er en afgørende præmis for at arbejde med udsatte unges sociale mobilitet og aktive deltagelse i samfundet, herunder i uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet og i fritidstilbud (Cameron 2010; Drisko 2004).

BROFI har i flere år haft fokus på, hvordan sociale tilbud kan nytænke og styrke samspillet mellem borger, kommune, foreninger og det øvrige samfund for at løse udfordringer blandt unge i socialt udsatte positioner. Ved at indgå i gensidigt forpligtende partnerskaber er tanken, at fælles ressourcer og kompetencer kan bidrage til at udvikle nye måder at løse konkrete sociale udfordringer på. BROFI kalder dette *samskabende social innovation*.

Målet i projekt Et Sundt Ungeliv var at udvikle og kvalificere metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber med afsæt i BROFI's erfaringer med samskabende social innovation. Formålet var, at de unge gennem deltagelse i ungefællesskaberne kunne øge deres fysiske, psykiske og sociale sundhed og herigennem skabe bedre forudsætninger for social mobilitet.

I den treårige projektperiode har 222 unge i socialt udsatte positioner sammen med 48 frivillige unge været en del af seks sundhedsfremmende fællesskaber, som er udviklet i en samskabelsesproces mellem medarbejdere fra BROFI, almene aktører og de unge. Fællesskaberne har alle en aktivitet eller proces, et fælles tredje, som omdrejningspunkt.

Projektresultaterne viser, at der er et stort potentiale i at forbedre de unges psykiske, sociale og fysiske sundhed gennem sundhedsfremmende fællesskaber. De unge oplever en positiv udvikling i form af større glæde, selvtillid, opnåelse af nye færdigheder og kompetencer, men også i form af handlemønstre og evne til at begå sig socialt. De unge formår at nedbryde fordomme, er blevet mere åbne og begynder at indgå i fællesskaber på nye måder. Særligt interessant er, at de unge oplever, at fællesskaberne åbner nye døre og giver dem mod på at indgå i almene fællesskaber, som de tidligere har følt sig ekskluderet fra.

Denne miniopsamling giver et overblik over:

- Projektvilkår og metode
- Vidensindsamling
- Seks sundhedsfremmende ungefællesskaber
- Hovedresultater
- Udviklingspotentiale i BROFI

# Projektvilkår og metode

## Formål

Projekt Et Sundt Ungeliv har til formål at forbedre den psykiske, sociale og fysiske sundhed blandt unge i socialt udsatte positioner for derigennem at skabe bedre forudsætninger for social mobilitet.

## Mål

Udvikle og afprøve metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber og aktiviteter, som kan fremme psykisk, social og fysisk sundhed blandt unge i en socialt udsat position.

## Primær målgruppe

Unge i en social udsat position i aldersgruppen 16-25 år. Det er unge med udfordringer som misbrug, kriminalitet, manglende skolegang, højt skolefravær og sporadisk tilknytning til uddannelse og beskæftigelse. De unge lever et ungdomsliv på kanten af, eller ekskluderet fra, almensamfundet. Mange af de unge finder sammen i grupper, som blandt andet er kendetegnet ved risikoadfærd i form af rusmiddelbrug og andre kriminelle aktiviteter. Målgruppen er ofte udfordret på mental og social sundhed fx manglende positivt socialt netværk, ensomhed, lav livstilfredshed, stress m.m. (CFR 2017).

## Sekundær målgruppe

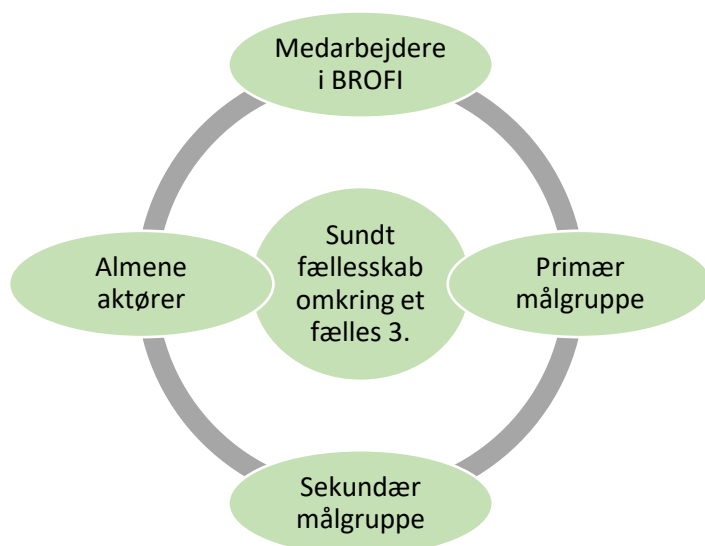
Unge med andre ressourcer/frivillige unge i aldersgruppen 16-25 år, der kan bidrage med andre og nye perspektiver samt positiv spejling blandt primærmålgruppen. Fx studerende, unge, der tidligere har været i primærmålgruppen eller unge fra idræts- og foreningstilbud.

## *Indsatsspør 1: Indledende vidensindsamling*

Projektet blev indledt med en vidensindsamling gennem observationer af, og interviews med, unge (*primærmålgruppen*) og interviews med medarbejdere fra hhv. BROFI, andre kommunale institutioner, fritidstilbud og civile samarbejdspartnere. Målet med vidensindsamlingen var at kvalificere de hidtidige erfaringer i BROFI omkring samskabende social innovation for at kunne udvikle en samskabelsesmodel, der skulle være afsæt for udvikling af sundhedsfremmende ungefællesskaber.

## *Samskabelsesmodel som metode*

Nedenstående figur illustrerer samskabelse mellem den primære og sekundære målgruppe, medarbejdere i BROFI samt almene aktører. Omdrejningspunktet for samskabelse er identificering af et fælles tredje, som afsæt for etablering af et sundhedsfremmende fællesskab. Det fælles tredje skal her forstås som en aktivitet eller en proces, der eksisterer uafhængigt af deltagerne eller deres indbyrdes relationer, men som skaber en samhørighed mellem dem (Husen 1985).



De sunde ungefællesskaber blev udviklet med udgangspunkt i modellen og skulle indebære følgende:

- Inddragelse af, og samarbejde mellem, unge, medarbejdere og eksterne aktører
- Blanding af unge med forskellige ressourceniveauer fra hhv. primær og sekundær målgruppe
- Der er involveret en eller flere eksterne almene og kommunale aktører
- Identificering af et fælles tredje for at sikre interesse og et ligebyrdigt forhold blandt de unge

### ***Indsatsspor 2: Sundhedsfremmende ungefællesskaber***

I alt blev seks sundhedsfremmende fællesskaber udviklet og afprøvet i overensstemmelse med samskabelsesmodellen. Udviklingspotentialer består i, at unge i en social udsat position indgår i mere ligebyrdige fællesskaber med ressourcestærke og frivillige unge, at de er aktive medskabere af, og tager medansvar for, fællesskaberne, at de stifter bekendtskab med nye platforme i almen-samfundet, og at de ved deltagelse i de sundhedsfremmende ungefællesskaber fremmer fysisk, psykisk og social sundhed. Dette er alle faktorer, der kan bidrage til at øge den sociale mobilitet blandt unge i udsatte positioner.

## Vidensindsamling

Vidensindsamlingen er baseret på observationer og interviews med unge fra den primære målgruppe, interviews og dialogmøder med ledere og medarbejdere i BROFI samt almene aktører (bilag 1).

### ***Vidensindsamling blandt unge i den primære målgruppe***

Følgende tværgående tematikker er baseret på tre gruppeinterviews på ungdomsklubber med unge piger og drenge i alderen 13-18 år, observationer på to ungdomsklubber samt deltagelse i dialogaften i et forebyggende socialt tilbud med otte unge i alderen 17-24 år.

De unge...

- ... ønsker ikke at være med i idéfasen eller være med til at iværksætte konkrete aktiviteter
- ... vil gerne deltage i planlagte aktiviteter, de ved, hvad indebærer og kan tage venner med til
- ... bruger meget af deres tid på klubben/det sociale tilbud og ønsker, at aktiviteter kan foregå på klubben/det sociale tilbud, eller at alle mødes og følges
- ... ønsker at der skal være pædagoger med i aktiviteterne, fordi "*de er gode til at skabe hygge og fællesskab*" og for at hjælpe i tilfælde af konflikter
- ... oplever, at der mangler gratis og attraktive tilbud til dem, når de fylder 18 år
- ... på klubberne er åbne for at invitere andre ind, fx frivillige. På det sociale tilbud ønsker de unge ikke, at der "*kommer fremmede*". De unge er trygge ved de eksisterende rammer og ønsker ingen ændringer

### ***Vidensindsamling blandt ledere og medarbejdere i BROFI og nøglepersoner i Socialforvaltningen***

Følgende tværgående tematikker er baseret på interviews med ledere og medarbejdere fra fem institutioner i BROFI samt ledere og medarbejdere fra to andre centerfællesskaber i Socialforvaltningen.

Medarbejdere og ledere...

- ... vil gerne prioritere aktiviteter for unge over 18 år. De oplever, at overgangen til det 18. år er svær for de unge, fordi der er mindre støtte og færre tilbud, som er målrettet dem.
- ... oplever, at unge i socialt udsatte positioner bruger meget tid sammen i det offentlige rum og ofte i deres eget geografiske område, og at disse fællesskaber ofte er præget af negativ adfærd som fx rusmiddelbrug, uroskabende adfærd og/eller kriminalitet. Medarbejderne og lederne vil gerne etablere alternative og positive fællesskaber for disse unge.
- ... har forskellige ønsker til samarbejdsformer, fx håndholdt brobygning, invitation af almene aktører ind i de sociale tilbud samt samarbejde med almene aktører uden for de sociale tilbud.
- ... imødekommer mobilisering af frivillige unge, som kan indgå som rollemodeller og bidrage med nye perspektiver og positiv spejling. De understreger dog samtidig, at identificering og mobilisering af frivillige unge skal tilgodese en hensigtsmæssig konstellation for de unge i deres primære målgrupper.
- ... understreger, at det er vigtigt, at de unge i socialt udsatte positioner ikke føler sig stigmatiseret i fællesskaber med unge uden for BROFI. Netop bekymringen for oplevelsen af stigmatisering blandt den primære målgruppe er en barriere for at inddrage frivillige unge udefra.
- ... støtter op om, at ungefællesskaberne centrerer omkring, hvad de unge har tilfælles for at skabe et fælles tredje. Fx overgangen til voksenlivet, fremtidsvalg, interesser mv.
- ... har et stort ønske om, at de unge inddrages og bliver medskabere af nye ungeaktiviteter.

### **Vidensindsamling blandt almene aktører**

Følgende tematikker er baseret på dialogmøder hos 19 almene og fem kommunale aktører. Fælles for disse aktører er, at de opfylder en eller flere af følgende krav: ungerettet fokus, kan bidrage med ressourcestærke/frivillige unge, særlig ekspertise inden for sundhedsfremme eller mulighed for brobygning til nye fællesskaber qua frivillighed, uddannelses- eller jobmuligheder.

- Alle aktører var i forvejen involveret i en eller flere fondsfinansierede eller interne projekter. Der var ofte overlap mellem målgrupper, men målsætninger kunne variere i de forskellige projekter, hvilket var en udfordring i forhold til at identificere samarbejdsvinkler.
- Mange eksterne aktører havde udfordringer med at indfri opsatte måltal for unge i socialt udsatte positioner, men projektaktiviteterne var fastlåste. I Et Sundt Ungeliv var der omvendt adgang til mange unge i socialt udsatte positioner, men der var endnu ikke etableret konkrete projektaktiviteter.
- Mange aktører udviste stort engagement og interesse for at samarbejde omkring unge i socialt udsatte positioner. Dels fordi de betragtede de unge som en ressource (fx ved at fungere som positive rollemodeller for andre og yngre unge i udsatte positioner), eller fordi der var fokus på at styrke deres CSR-profil (*Corporate Social Responsibility*).
- Langt majoriteten af de almene aktører krævede finansiering for at samarbejde på trods af overlappende målgruppe og målsætninger.
- Enkelte aktører ønskede ikke at engagere sig i Et Sundt Ungeliv eller kunne ikke indfri projekt-krav i Et Sundt Ungeliv sideløbende med eksisterende projekter.
- Enkelte aktører ville, eller havde, ikke kompetencer til at tage pædagogisk ansvar for unge i socialt udsatte positioner, hvorfor det var et krav, at medarbejdere fra BROFI deltog i aktiviteter. Andre aktører ville gerne påtage sig det pædagogiske ansvar, hvis de kunne sparre med medarbejdere i BROFI.

### **Udvikling af en samskabelsesmodel**

Vidensindsamlingen medførte, at ungefællesskaber til unge over 18 år blev opprioriteret samt et større fokus på, hvordan rekruttering til, og fastholdelse af, unge i en socialt udsat position i ungefællesskaberne fra start kunne indtænkes gennem medarbejderdeltagelse, fremmøde på det sociale tilbud og følgeskab til aktivitet eller opstart af ungefællesskab på det sociale tilbud.

Det var en stor udfordring at involvere de unge for tidligt i processen. På baggrund af dette, skiftede fokus fra ungeinddragelse til medarbejderinddragelse i den indledende udviklingsproces. Medarbejdernes kendskab til de unge og det enkelte sociale tilbuds driftsmål blev derfor afgørende for udviklingen af de seks ungefællesskaber. Dialogmøderne var med til at identificere potentielle muligheder og udfordringer samt valg af samarbejdspartnere.

Det blev tydeligt for projektgruppen, at et fælles tredje var det centrale element i samskabelsesmodellen. Dels for at sikre de unges deltagelse men vigtigst af alt for at undgå oplevelse af stigmatisering blandt unge i en social udsat position i fællesskaber med ressourcestærke unge.

Vidensindsamlingen bidrog således til at identificere elementer i en samskabelsesproces, som udmøntede sig i en samarbejdsmodel for udvikling af de seks sundhedsfremmende ungefællesskaber.

# De seks sundhedsfremmende ungefællesskaber

## 1. Fodboldfællesskab i regi af Københavnerteamet

**Hvad:** To fodboldhold for unge på tværs af bydele i København. Ugentlige turneringskampe under Dansk Firmaidræt og tilbud om træner- og dommeruddannelse.

**Fælles tredje:** Fodbold.

**Primær målgruppe:** Unge mellem 18-25 år, der rekrutteres fra gadeplan i udsatte boligområder, primært anden etnisk herkomst end dansk og ikke tilknyttet det almene foreningsliv.

**Sekundær målgruppe:** Unge fra almene fodboldforeninger og ressourcestærke unge fra udsatte boligområder.

**BROFI-aktør:** Københavnerteamet.

**Ekstern(e) aktør(er):** Dansk Firmaidræts Forbund (turnering). Boldklubben Union (samarbejde om træningsbaner). Dansk Boldspil-Union (DBU) (samarbejde om dommeruddannelse). Planer om samarbejde med træneruddannelse og rekruttering af unge fra almene fodboldklubber med Bold i Byen/F.C. København blev ikke realiseret pga. COVID-19.

**Periode:** Marts 2019 – september 2021.

## 2. Torsdagscafé i De Unges Hus

**Hvad:** Café for unge i socialt udsatte positioner med rådgivning, fællesspisning og fælles aktiviteter, hvor frivillige unge og eksterne aktører inviteres ind for at inspirere og støtte unge i overgangen til voksenlivet og mod uddannelse og job.

**Fælles tredje:** Overgangen til voksenlivet, herunder forankring i almen uddannelse og beskæftigelse.

**Primær målgruppe:** Unge i socialt udsatte positioner i alderen 18-25 år

**Sekundær målgruppe:** Frivillige unge, fx studerende, i alderen 18-25 år.

**BROFI-aktør:** De Unges Hus.

**Ekstern(e) aktør(er):** Uddannelsesinstitutioner, udgående jobkonsulent fra Ungecenter København (BIF) og relevante oplægsholdere (fx Sex og Samfund, iværksættere mv.)

**Periode:** Maj 2019-september 2021.

## 3. Følgepraktik hos Ungdommens Røde Kors

**Hvad:** En følgepraktikordning hvor unge fra Mentoruddannelsen i De Unges Hus matches med frivillige unge fra Ungdommens Røde Kors (URK) for derefter at være i følgepraktik i frivilligaktiviteter i URK.

**Fælles tredje:** Mentorrolle for udsatte børn og unge.

**Primær målgruppe:** Unge fra Mentoruddannelse i De Unges Hus i alderen 18-25 år

**Sekundær målgruppe:** Frivillige unge i Ungdommens Røde Kors i alderen 18-25 år.

**BROFI-aktør:** De Unges Hus.

**Ekstern(e) aktør(er):** Ungdommens Røde Kors.

**Periode:** August 2020 - september 2021.

#### 4. Flavourskabet – den unge byhave

**Hvad:** Et grønt fællesskab, hvor unge fra U-turn og frivillige unge etablerer, dyrker og passer en byhave og tilbereder mad med afgrøder fra haven. Haven blev navngivet Flavourskabet af de unge.

**Fælles tredje:** Havedyrkning i byen.

**Primær målgruppe:** Unge fra U-turn i alderen 15-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Frivillige unge, fx studerende, og tidligere unge fra U-turn, 18-25 år.

**BROFI-aktør:** U-turn.

**Ekstern(e) aktør(er):** Virksomheden TagTomat (etablering af have og facilitering af havedage i 2020), nonprofit organisationen Haveselskabets Have (udlån af haveareal), restaurant Mielcke og Hurtigkarl (remedier til byhaven og høstfester), ekstern kreativ havekonsulent (facilitering af haveaktiviteter 2021).

**Periode:** Juni 2020 - september 2021.

#### 5. Musikfællesskab i Turning Tables

**Hvad:** Et kreativt musikfællesskab hvor unge fra U-turn udvikler, producerer og deler musik med andre unge, der tidligere har været i U-turn.

**Fælles tredje:** Musikproduktion.

**Primær målgruppe:** Unge fra U-turn i alderen 15-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Unge fra U-turns Tænk tank i alderen 18-25 år.

**BROFI-aktør:** U-turn.

**Ekstern(e) aktør(er):** NGO'en Turning Tables.

**Periode:** Maj 2020 - september 2021.

#### 6. Fald Fremad!

**Hvad:** Et aktivt fællesskab hvor unge fra Hybelinstitutionen og unge fra kulturhuset KU.BE's kulturspirer lærer at mestre faldteknikker og uddannes til hjælpetrænere over et seks-ugers forløb.

**Fælles tredje:** Hjælpetræneruddannelse i faldteknik.

**Primær målgruppe:** Anbragte unge på Hybelinstitutionen i alderen 15-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse og andre frivillige unge, 18-25 år.

**BROFI-aktør:** Hybelinstitutionen.

**Ekstern(e) aktør(er):** KU.BE Kulturhus Frederiksberg (udlån af lokaler og rekruttering af unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse), konsulentvirksomheden I Bedste Fald (udvikling og afholdelse af forløb).

**Periode:** Maj 2020 - juni 2021.



## Hovedresultater

Hovedresultater af Et Sundt Ungeliv indebærer involverede unge i projektet samt hovedpointer fra en omfangsrig analyse baseret på kvalitativ empiri bestående af 36 interviews med unge fra den primære og sekundære målgruppe, seks interviews med medarbejdere i BROFI samt en række interviews og dialogmøder med almene aktører, og sidst en spørgeskemaundersøgelse blandt 37 unge.

Hovedresultaterne er opdelt i hhv. *Involverede unge*, *Kvalificering af samskabelsesmodellen* og *Forandringer hos de unge*.

### *Involverede unge*

I alt har 222 unikke unge fra den primære målgruppe og 48 unikke unge fra den sekundære målgruppe deltaget i et af projektets seks ungefællesskaber. I tabel 3 og 4 ses en detaljeret oversigt over deltagelse af de to målgrupper i de konkrete ungefællesskaber. Der er gengangere i nogle af aktiviteterne mellem årene, hvorfor det samlede antal unikke unge ikke udgør summen af antal unge i 2019-2021.

Primær målgruppe	2019	2020	2021	Unikke antal unge
Fodboldfællesskabet	36	35	30	> 40
Torsdagscaféen	38	80	130	> 130
Følgepraktik i Ungdommens Røde Kors	-	14	13	27
Musikfællesskabet i Turning Tables	-	7	7	9
Flavourskabet – Den Unge Byhave	-	5	10	15
Træningsfællesskabet i Fald Fremad	-	-	1	1
<b>Samlet</b>	<b>74</b>	<b>141</b>	<b>191</b>	<b>222</b>

Sekundær målgruppe	2018	2019	2020	2021	Unikke antal unge
Idéudvikling v. studerende 18-25 år	3	7	-	-	7
Fodboldfællesskabet	-	-	-	-	-
Torsdagscaféen	-	-	5	3	8
Følgepraktikken i Ungdommens Røde Kors	-	-	8	4	11
Musikfællesskabet i Turning Tables	-	-	5	-	5
Flavourskabet – den unge byhave	-	-	10	7	14
Træningsfællesskabet i Fald Fremad	-	-	-	3	3
<b>Samlet</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>28</b>	<b>17</b>	<b>48</b>

Det er i høj grad lykkedes at motivere og fastholde de unge i Musikfællesskabet, Følgepraktikken, Fodboldfællesskabet og Torsdagscaféen. I Flavourskabet er det med en ekstra indsats med tiden lykkedes at rekruttere flere unge fra den primære målgruppe. I Fald Fremad lykkedes det ikke at rekruttere nok unge.

### **Kvalificering af samskabelsesmodellen**

Et Sundt Ungeliv er lykkes med at få en høj andel unge i socialt udsatte positioner til at deltage i et sundhedsfremmende fællesskab, hvilket er en forudsætning for at skabe den ønskede forandring hos de unge. Det følgende giver indblik i, hvordan elementerne i samskabelsesmodellen skaber attraktive fællesskaber.

### **Når det fælles tredje er de unges hjerteblod**

På tværs af ungefællesskaberne fremmer det de unges deltagelse og fastholdelse, når det fælles tredje er en forudgående interesse. Muligheden for at møde andre unge, der enten deler den samme passion eller arbejder mod samme mål opleves som meget motiverende for de unge og giver følelsen af samhørighed.

*"Musikken er alt for mig. Den har på mange måder reddet mit liv og fået mig til at vågne op – fået mig til at leve mit liv og være taknemlig for alt det, der er omkring mig. Jeg er blevet stærkere af at komme ned i studiet med andre unge, der har den samme passion." (Ung, 19 år)*

### **Alle har brug for et frirum**

De unge finder fællesskaberne attraktive, fordi de oplever dem som et frirum. Et frirum med trygge rammer, hygge, og hvor de kan være sammen med deres venner. Medarbejderne spiller en vigtig rolle i at skabe de rette rammer, så de unge føler sig godt tilpas, kan være sig selv og har lyst til at komme igen. Det er vigtigt, at det er voksne, som de kender, har tillid til og kan tale med om svære ting. I nogle fællesskaber kunne medarbejdere fra BROFI trække sig, når der var etableret god kontakt mellem unge og ekstern aktør.

### **Når det lykkes at blande unge fra den sekundære målgruppe, kan det noget særligt**

Der har været forskellige udfordringer forbundet med at rekruttere unge fra den sekundære målgruppe til ungefællesskaberne særligt pga. COVID-19. Projektet bidrager derfor i mindre grad end ønsket med erfaringer om denne del af samskabelsesmodellens potentiale. I de fællesskaber, hvor det lykkedes at blande unge med forskellige ressourceniveauer, var oplevelsen dog, at et fælles tredje skabte ligeværdige møder mellem de unge. Oplevelsen af ligeværdighed og fælles interesse medførte, at unge fra den primære målgruppe følte sig godt modtaget og turde bidrage og deltage på lige fod med de unge fra den sekundære målgruppe. Det er en stor kontrast til de unges hidtidige erfaringer med at føle sig ekskluderet fra almene fællesskaber.

*"De har ikke haft den der "de er nye, nu skal vi vise dem". De var imødekomende og nysgerrige, så vi var lige så meget en del af det som dem. Det er dejligt, for så får man lyst til at komme igen, når man ved, at det er sådanne mennesker, der er der." (Ung, 21 år)*

### **Inddragelse af de unge var svær, men med de rette rammer tager de unge medansvar og ejerskab**

Det lykkes ikke at inddrage unge i den tidlige udvikling af nye fællesskaber. Erfaringen var dog, at de unge med tiden og de rette rammer tog medansvar og følte ejerskab for fællesskaberne. Det er gennemgående i fællesskaberne, at de unge fungerer som kulturbærere og repræsentanter for en god og respektfuld kultur. De unges medbestemmelse, ejerskab og ansvar understøtter projektets målsætning om, at de unge oplever motivation og mulighed for være en aktiv og bidragende del af de sundhedsfremmende fællesskaber.

### **Medarbejderne oplever, at de almene aktører tager medansvar, som frigør ressourcer**

Medarbejderne oplever, at de almene aktører bidrager med at skabe ny og positiv udvikling hos de unge. Samtidig bidrager de almene aktører med at brobygge de unge til almensamfundets fællesskaber, hvilket frigør ressourcer til den socialfaglige indsats. Omvendt kræver det ressourcer at indgå samarbejde med almene aktører, da indgåelse af samarbejde ofte kræver økonomi, og da

det kræver ressourcer at identificere rette samarbejdspartner samt indgå og vedligeholde samarbejde.

### **Forandringer hos de unge**

Næsten alle unge har oplevet positive forandringer i både deres psykiske, sociale og fysiske sundhed qua deres deltagelse i ungefællesskaberne.

### **Fornyet tro på egen formåen**

Troen på egen formåen er en vigtig indikator på psykisk sundhed og trivsel. Flere unge fortæller, at det var det fælles tredje, som gjorde, at de valgte at deltage i fællesskabet. De oplever hurtigt, at fællesskaberne har de rette rammer, støtte og stabilitet til, at de både kan dyrke deres interesse og få ny viden og færdigheder samtidig med, at de øver sig på at være en del af et fællesskab. Det giver dem med tiden en følelse af at være gode nok og en fornyet tro på deres egen formåen. Det understreges af, at 84 % i spørgeskemaundersøgelsen svarer, at deres tid i fællesskabet har haft meget positiv eller positiv betydning for deres syn på fremtiden.

*"Her i Turning Tables er jeg blevet bekræftet i, at jeg er god nok. Før slappede jeg ikke af, når jeg lavede musik, men her er der bare comfortable. Der er en helt vild god energi, og alle respekterer hinanden" (Ung 23 år)*

### **Opdyrket evne til at begå sig socialt skaber ringe i vandet**

Flere unge fortæller, at de ved deltagelse i fællesskaberne og møder med andre unge får nedbrudt nogle af deres fordomme. Det bevirker, at de bliver mere åbne for personer, de ikke kender og lykkes med at indgå i fællesskaber på nye måder, som gør, at de trives bedre. Hele 84 % svarer, at deres tid i fællesskabet har meget positiv eller positiv betydning for deres relationer til folk uden for fællesskabet.

*"Hvis der er nogen, der siger noget, du ikke kan lide, så betyder det ikke, at du skal begynde at lave en scene og skændes med dem. Og det er ok, at andre folk ikke har samme mening som dig, og du skal ikke hidse dig op over det. Det føler jeg, at jeg har taget med herfra. Også privat." (Ung, 19 år)*

### **Mulighed for at bryde ud af sin ensomhed**

Både i interviews og spørgeskemaundersøgelse angiver alle unge, at de føler sig som en del af et fællesskab, hvilket har positiv betydning for deres sociale sundhed. Derudover svarer 89 %, at de har oplevet at få nye relationer eller venner i fællesskabet. Netop dét, at være en del af et fællesskab, forstærker de unges succesoplevelser. Både fordi de bryder med deres egen ensomhed, finder støtte og opbakning fra hinanden, og fordi de oplever at have et fælles mål at arbejde hen imod.

*"Siden jeg blev clean, har jeg ikke haft ret mange venner, og derfor har jeg følt mig rigtig ensom. Så bare det der med at kunne snakke med nogle andre. Altså vi behøver jo ikke blive venner for livet, det er bare vildt rart at lave noget sammen med andre. Det synes jeg har været helt vildt rart, når jeg har følt mig ensom og fx ikke har set nogen i en hel uge, altså ud over på arbejdet" (Ung 21 år)*

### **Øget fysisk og psykisk sundhed igennem fysisk aktivitet, mad og afslapning**

Mange af de unge beskriver, at de ofte har svært ved at komme afsted til diverse hverdagsaktiviteter. Det kan have en række negative konsekvenser for deres sundhed generelt, herunder at de kommer til at leve et inaktivt og isoleret liv. For mange af de unge er alene dét at møde op i ungefællesskaberne derfor fremmende for deres sundhed. Fællesskaberne gør således noget positivt for de unges velvære og sundhed i dagligdagen. Det bekræftes af spørgeskemaundersøgelsen, hvor 89 % af de unge svarer, at tiden i det pågældende fællesskab i høj eller nogen grad har givet dem mere overskud i hverdagen.

### **Konturer af social mobilitet**

De unges tilknytning til uddannelse eller beskæftigelse blev ikke monitoreret. Fokus var at belyse, om deltagelse i fællesskaberne medførte forandringer hos de unge, som forudsætninger for social mobilitet.

### **Fra modspiller til medspiller**

I ungefællesskaberne får de unge roller som kreative, skabende og samarbejdende mennesker, og de indtager positioner som eksperter qua samskabelsesmodellen. I flere af fællesskaberne oplever de unge dermed, at de er en aktiv ressource. Fx i Turning Tables hvor de anerkendes som kunstnere, at unge fra Fald Fremad anerkendes som "rigtige" faldeksperter/hjælpetrænere, og at de unge i Torsdagscaféen er ansvarlige for madlavningen, mens de unge i Fodboldfællesskabet deltager på lige fod med medarbejderne.

*I starten blev jeg fucking sur, når jeg spillede fodbold. Hvis der var en, der sparkede mig, så blev jeg bare total dum og sparkede igen, og ja "fuck dig". Men i forhold til det med mit temperament, så er jeg blevet meget bedre. Jeg er blevet mere nede på jorden, ikke kun inde på banen, men også sådan der ude for banen, ikke? (Ung, 23 år)*

### **Fra udsat ung til rollemodel**

De unge indtager en ny position som rollemodel i Følgepraktikken, hvor de qua egne erfaringer bliver en betydningsfuld ressource i Ungdommens Røde Kors' frivilligaktiviteter. Ligeledes i Torsdagscaféen, Flavourskabet og Fodboldfællesskabet, hvor "gamle" unge bærer kulturen i fællesskabet videre til nye unge.

*"For mit vedkommende er det for at kunne give en anden ung den tryghed, som jeg ikke selv har fået. Og ikke de svigt, som jeg oplevede, fra de mennesker, der ikke skulle have svigtet. At være den person, som måske kan hjælpe dem lidt på vej." (Ung, 20 år)*

### **Nye positioner i fællesskaberne er nøgle til social mobilitet**

De unge får mulighed for at træde ud af gamle roller og starte på en frisk i ungefællesskaberne. Fx når de unge fra Flavourskabet og musikfællesskabet kan træde ind i et rusmiddelfrit fællesskab, hvor de ikke behøver at forholde sig til andres eller eget forhold til rusmidler, eller når dårlige erfaringer og fordomme udviskes i Fodboldfællesskabet. Når udsatte unge indtager en ny position i et fællesskab, bliver det muligt for dem selv, og andre, at se dem på en ny måde. Det har ikke kun betydning for deres selvforståelse. Det giver dem også nye handlemuligheder, og gør det muligt at bryde med uhensigtsmæssige handlemønstre, hvilket er en vigtig del af bevægelsen hen imod almensamfundets fællesskaber.

### **Samarbejde med almene aktører skaber realistiske læringsplatforme**

Samarbejdet med de almene aktører gør ungefællesskaberne til realistiske læringsplatforme, som det er vanskeligt at skabe i kommunalt regi alene. De unge bliver del af et fællesskab, der ligner almensamfundets fællesskaber, som giver de unge oplevelsen af at lære noget nyt og erfaringer, som de kan bruge i andre typer fællesskaber. De har fået en succesoplevelse, der giver dem mod på at prøve noget nyt i deres liv.

### **Hurtig og fleksibel brobygning**

Der er flere unge, der i projektperioden er blevet forankret i almensamfundets fællesskaber med direkte afsæt i ungefællesskaberne og samarbejdet med de almene aktører. En ung på kontanthjælp, der deltog i Flavourskabet, er startet på uddannelsen som naturformidler. En ung fik

fritidsjob som hjælpetræner i Fald Fremad. Tre unge i Fodboldfællesskabet startede i ordinære klubber. To andre fra Fodboldfællesskabet blev uddannet dommere og arbejder nu som dommere i turneringskampe i regi af DBU. To unge, der deltog i Følgepraktikken, valgte at fortsætte som frivillige hos Ungdommens Røde Kors.

## Udviklingspotentiale i BROFI

BROFI har erfaringer med at samarbejde med almene aktører fra tidligere, men Et Sundt Ungeliv muliggjorde afprøvning af samskabende social innovation i langt større skala. Både medarbejdere og unge har oplevet, at de etablerede ungefællesskaber har udgjort værdifulde læringsplatforme, hvor de unge får erfaringer med noget, der ligner almensamfundets fællesskaber. Erfaringer som giver de unge mod på, og lyst til, at indtræde i almene fællesskaber.

Selvom det er for tidligt at sige noget om social mobilitet blandt de involverede unge på længere sigt, viser projektsresultaterne, at samarbejdet med almene aktører kan tilbyde en fleksibel brobygning til almensamfundets fællesskaber, der gør det muligt for de unge at indtage nye positioner. Evalueringen af projekt Et Sundt Ungeliv viser imidlertid, at det ikke kun er den direkte brobygning mellem fællesskaberne og de almene aktører, der understøtter de unges sociale mobilitet. Evalueringen har afdækket, at ungefællesskaberne understøtter de unge i at afprøve nye positioner internt i fællesskaberne og derved fungerer som læringsplatforme for de unge. At indtage nye positioner gør det muligt at være noget andet i egne og andres øjne og er dermed en vigtig del af den bevægelse, der sker, når unge træder ind i nye fællesskaber.

Et Sundt Ungeliv har bidraget med vigtige erfaringer og læring til arbejdet med sundhedsfremmende ungefællesskaber i BROFI, som afsæt for positiv social mobilitet blandt unge. Dette kommer blandt andet til udtryk i BROFI's udviklingsplan for 2021-22, som prioriterer at fortsætte indsatsen med at understøtte og brobygge unge til positive fællesskaber med udgangspunkt i erfaringerne fra Et Sundt Ungeliv. I BROFI er der derfor et ønske om at få mere viden og større erfaringsgrundlag gennem fortsat udviklingsarbejde indenfor sundhedsfremmende ungefællesskaber.

Dette udviklingsspor taler desuden ind i den faglige omstillingsplan for hele børne- og ungeområdet i Socialforvaltningen 'En Plads i Fællesskabet' (KK 2021), der med sit spor 'Skolegang og deltagelse i positive fællesskaber' understøtter et øget fokus på udviklingen af sunde ungefællesskaber.

### Vil du vide mere om projekt Et Sundt Ungeliv?

Læs mere på websitet: [Link til udsatte unge](#)

Den samlede evaluering af Et Sundt Ungeliv kan rekvireres ved henvendelse til [bv9j@kk.dk](mailto:bv9j@kk.dk)

### **Referencer**

CFR (2017): Center for Forebyggelse og Rådgivning. "Sundhed og trivsel blandt unge på gadeplan", (Kan rekvireres ved forespørgsel).

Cameron (2010): The Common Factors Model: Implications for Trans-theoretical Clinic Social Practice. *Social Work*, Vol. 55, no. 1: 63-73.

Drisko (2004): Common factors in psychotherapy outcome: Meta-analytic findings and their implications for practice and research. *Families in Society: The journal of Contemporary Human Services*.

Husen (1985): *Socialpædagogik og Arbejdsprocesser*, Socialpædagogernes Faglige Organisation, 1. udgave.

KK (2021): [Link til 'Omstillingsplan for udsatte børn og unge 2021-2024' på Københavns Kommunes hjemmeside](#)

## Bilag 1

### Dialogmøder med nøglepersoner fra eksterne aktører

<b>Frivillige organisationer / NGO'er / non-profit-organisationer</b>	Ungdommens Røde Kors Turning Tables Askovfonden, herunder KBH+ og ASPA FISKEN Haveselskabets Have GRO SELV
<b>Uddannelsesinstitutioner</b>	Hotel- og Restaurantskolen + Projekt Højskole Uden Mure + Projekt Virke- trang NEXT Forsvaret Københavns Professionshøjskole
<b>Private medlem-sorganisationer</b>	Sex og Samfund
<b>Socialøkonomiske virksomheder</b>	PLAY
<b>Private virksomheder og fonde</b>	TagTomat Lola I Bedste Fald F.C. København + Bold i Byen Mielcke og Hurtigkarl Miljøpunkt Indre By og Christianshavn
<b>Kommunale aktører</b>	Idrætsprojektet Ungecenter i Jobcenter København Særlig Beskæftigelse (SOF) Kultur- og Fritidsforvaltningen RCYN
<b>Foreninger</b>	Fodboldklubben Union