



Unge i Bedre Trivsel

Evaluering

DE[®]
FACT
UM

Unge i Bedre Trivsel

Evaluering

©DEFACTUM, Region Midtjylland, februar 2025

Publikationen kan frit refereres med tydelig kildeangivelse.

For yderligere oplysninger rettes henvendelse til:
DEFACTUM, faglig leder og chefkonsulent Jens Hansen

E-mail: Jens.hansen@stab.rm.dk

Telefon: 21337719

Olof Palmes Alle 15

8200 Aarhus N

Rapporten kan downloades fra www.defactum.dk.

Indholdsfortegnelse

1 Indledning	4
1.1 Unge i Bedre Trivsel	4
1.2 Projektændringer	4
1.3 Læsevejledning.....	5
2 Sammenfattende konklusion	6
3 Evalueringen	10
3.1 Datagrundlag	10
4 Den klassebaserede indsats	11
4.1 Om indsatsen	11
4.2 Karakteristik af eleverne	12
4.3 Elevernes vurderinger af den klassebaserede indsats.....	13
4.4 Elevernes udvikling	15
4.5 Skolernes vurderinger af den klassebaserede indsats	17
4.6 Online forældremøder.....	20
5 Forankring af indsatsen	21
5.1 Projektsamarbejdet	21
5.2 Kompetencer til at videreføre indsatsen	22
5.3 Skolernes fremtidsplaner for indsatsen	23

1 Indledning

1.1 Unge i Bedre Trivsel

En lang række undersøgelser har i de seneste år dokumenteret en bekymrende stigning i unges mistrivsel. Det er blevet stadig tydeligere, at en voksende andel af unge kæmper med psykiske udfordringer, sociale problemer og stress, som påvirker deres trivsel både i og udenfor skolen. Desværre kæmper mange unge ofte alene med deres udfordringer i lang tid, før de får adgang til den nødvendige hjælp.

De unges udfordringer er komplekse og udspringer både af traditionelle former for udsathed, som familiers sociale og økonomiske vanskeligheder, og nyere former for udsathed, der rammer en bredere gruppe af unge. Den nyere udsathed viser sig blandt andet i form af det øgede præstationspres i skolen og den konstante tilstedeværelse af sociale medier, som kan forstærke følelsen af utilstrækkelighed og bidrage til mistrivsel¹.

Ekspertter er uenige om, hvor alvorligt vi bør vurdere denne udvikling, men én ting er klart: rammerne for ungdomslivet har ændret sig markant, og mistrivsel er blevet en udfordring for en større og mere mangfoldig gruppe af unge, end vi tidligere har set. Hvor det tidligere primært var unge med en svær opvækst, der oplevede mistrivsel, er det nu et fænomen, der rammer langt bredere. På tværs af denne udvikling er der en bred enighed om behovet for at iværksætte forebyggende indsatser, som kan hjælpe unge med at mestre deres liv og udfordringer.

I tråd med dette understreger Trivselskommissionen vigtigheden af tidlig opsporing, styrkelse af fællesskaber og udvikling af robusthed som centrale strategier for at fremme unges trivsel².

Eleverne på de to skoler har deltaget i tre undervisningsgange faciliteret af psykologer fra SIND Rådgivning, med fokus på temaerne usikkerhed, ensomhed og fællesskab. Målet har været at hjælpe de unge med at forstå, at udfordringer er en naturlig del af livet, samt at skabe et trygt og åbent rum, hvor de kan dele deres oplevelser. Derved har indsatsen også bidraget til at reducere stigma omkring psykiske lidelser.

Forløbet er blevet gennemført som en klassebaseret indsats med særlig opmærksomhed på at styrke trivslen hos socialt udsatte elever.

Projektet er blevet gennemført af SIND Rådgivning og evalueret af DEFACTUM med støtte fra Den A.P. Møllerske Støttefond. Denne rapport præsenterer resultaterne af evalueringen af indsatsen.

1.2 Projektændringer

Projektet *Unge i Bedre Trivsel* blev oprindeligt udviklet som en gruppebaseret indsats. I projektets indledning var fokus således på at udvikle et gruppetilbud, hvor udvalgte og særligt sårbare elever kunne deltage i samtaler med trivsel som omdrejningspunkt.

Undervejs opstod der dog flere udfordringer med denne tilgang. For det første manglede der tilstrækkelig interesse fra de relevante elever, som ofte fandt det stigmatiserende at blive udpeget til indsatsen og deltage i samtaler om personlige problemer med jævnaldrende fra

¹ Katznelson, N., Pless, M., Görlich, A., Gravensen, L., & Sørensen, N. B. (2021). *Ny udsathed: Nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel*. Center for Ungdomsforskning (CeFU), Institut for Kultur og Læring.

² <https://www.trivselskommissionen.dk>

samme skole. For det andet havde lærerne vanskeligt ved præcist at identificere, hvilke elever der ville få størst udbytte af gruppetilbuddet.

Derudover var gruppetilbuddene præget af svingende fremmøde, da elever ofte var fraværende på grund af sygdom, fødselsdage eller andre aktiviteter. Dette påvirkede kontinuiteten og dermed udbyttet for deltagerne. Endelig viste det sig udfordrende at finde tidspunkter for gruppemøder, der kunne harmonere med skoleskemaer og fritidsaktiviteter på tværs af klasser.

På baggrund af disse erfaringer blev indsatsen omlagt til en klassebaseret og mere forebyggende tilgang, der havde særlig opmærksomhed på at styrke trivlsen hos socialt udsatte elever.

Denne evalueringsrapport koncentrerer sig derfor udelukkende om erfaringerne og resultaterne fra den klassebaserede indsats, som yderligere beskrives i rapportens kapitel 4.

1.3 Læsevejledning

Rapporten består af følgende kapitler:

Kapitel 2: Her præsenteres evalueringens konklusioner.

Kapitel 3: Beskriver evalueringens tilgang og metode.

Kapitel 4: Udfolder den klassebaserede tilgang, giver en karakteristik af de elever, der har deltaget i den klassebaserede indsats og præsenterer resultaterne af indsatsen.

Kapitel 5: Belyser potentialet for forankring af indsatsen på skolerne.

2 Sammenfattende konklusion

Unge i Bedre Trivsel

Projektet Unge i Bedre Trivsel blev gennemført i perioden oktober 2022 til februar 2025 i et samarbejde mellem SIND Rådgivning og to folkeskoler i Aarhus Kommune, Katrinebjergskolen og Frederiksbjerg Skole.

Formålet var at udvikle og implementere en trivselsindsats med særligt fokus på socialt udsatte elever i udkolingen. Indsatsen skulle styrke elevernes forståelse af, at udfordringer er en naturlig del af livet, samt skabe et trygt og åbent rum, hvor de kunne dele deres oplevelser. Samtidig var målet at bidrage til at afstigmatisere psykiske lidelser.

DEFACTUM har evalueret projektet, som blev finansieret af Den AP Møllerske Støttefond. Evalueringen har løbende tilpasset sig projektets udvikling, hvor fokus skiftede fra en gruppebaseret indsats (dybden) til en mere forebyggende og klassebaseret tilgang (bredden).

Den oprindelige indsats med samtalegrupper viste sig at have flere udfordringer, da eleverne kunne føle sig stigmatiserede, havde svært ved at prioritere gruppen i forhold til deres fritid og oplevede usikkerhed omkring, hvem der ellers deltog. På baggrund af disse erfaringer står det klart, at en klassebaseret indsats, er en mere hensigtsmæssig tilgang, hvor der kan arbejdes med klassens fællesskab i en ramme, der giver bedre mulighed for at alle elever kan deltage uden frygt for stigmatisering.

Denne rapport præsenterer de samlede resultater af evalueringen med fokus på den klassebaserede indsats, der blev udviklet og afprøvet i projektets senere faser.

Den klassebaserede indsats har bestået af tre workshops, hvor halvdelen af en klasse ad gangen har arbejdet med temaerne usikkerhed, ensomhed og fællesskab. De første workshops blev afholdt i november 2023 på Frederiksbjerg Skole, mens Katrinebjergskolen påbegyndte forløbet i januar 2024. I alt har 8 klasser (16 hold) deltaget på Frederiksbjerg Skole, mens 6 klasser (12 hold) har gennemført forløbet på Katrinebjergskolen.

Elevernes vurderinger af den klassebaserede indsats

Flertallet af eleverne (67 %) oplevede, at de havde mulighed for at deltage aktivt og komme til orde i workshops, og en tilsvarende stor andel fandt de anvendte øvelser og legen gode. Samtidig vurderede 80 %, at de havde lært, at bekymringer er en normal del af livet, hvilket understøtter forløbets formål om at skabe en mere realistisk forståelse af egne og andres følelser.

Evalueringen viser et forbedringspotentiale i forhold til tydeliggørelsen af forløbets formål, da 47 % af eleverne ikke fandt det klart, hvorfor de skulle deltage. Der var også en blandet opfattelse af læringsudbyttet, idet 41 % ikke følte, at de havde tilegnet sig ny viden.

Elevernes vurdering af temaerne usikkerhed, ensomhed og fællesskab var ligeledes blandet. Mens 51 % fandt temaerne nogenlunde eller meget spændende, var det kun 11 %, der fandt dem meget interessante, og 50 % vurderede dem som kun lidt eller slet ikke spændende. Dette indikerer et behov for at undersøge, hvordan temaerne kan gøres mere engagerende og relevante for flere elever i en klassebaseret tilgang, der er særligt målrettet socialt udsatte elever.

Evalueringen viser, at langt de fleste udkolings elever på både Katrinebjergskolen og Frederiksbjerg Skole trives godt i hjemmet, i fritiden og i skolen. Skolen er imidlertid den

arena, hvor eleverne oplever den laveste trivsel, hvilket understreger behovet for en målrettet indsats på dette område. Cirka hver tiende elev angiver, at de ikke trives i skolen, og piger rapporterer generelt en lavere trivsel end drenge, særligt i skolesammenhæng.

Elevernes vurderinger af, hvordan de har udviklet sig fra start til slut indenfor forløbets tre temaer viser kun små ændringer i elevernes oplevelse af ensomhed, fællesskab og usikkerhed. Oplevelsen af ensomhed er steget en smule, hvilket kan skyldes en øget bevidsthed om sociale relationer snarere end en reel forværring. Følelsen af at være en del af klassens fællesskab er stort set uændret, og oplevelsen af at kunne være sig selv i klassen har heller ikke ændret sig væsentligt.

Det er ikke overraskende, at der ikke kan observeres en markant udvikling hos eleverne som helhed. Indsatsen har været relativt begrænset, og da størstedelen af eleverne allerede trives godt, har mange af dem formentlig ikke oplevet et væsentligt personligt udbytte af forløbet. Overgangen til en klassebaseret tilgang, hvor indsatsen også omfattede elever, der i forvejen trives, gjorde det forventeligt, at den målbare effekt ville være mindre tydelig.

Skolernes vurderinger af den klassebaserede indsats

Generelt vurderer de interviewede lærere og faglige fyrtårne indsatsen og dens betydning mere positivt end eleverne. Lærere og faglige fyrtårne vurderer, at de valgte temaer har været spændende og relevante, fordi de enten afspejler elevernes egne erfaringer eller relaterer sig til deres oplevelser med venner og klassekammerater. Ifølge informanterne har temaerne skabt nuancerede drøftelser og åbnet for samtaler, der har udviklet sig forskelligt afhængigt af klassens dynamik.

Lærere og faglige fyrtårne vurderer desuden, at eleverne generelt var motiverede for at deltage i forløbet, både ved den første og de efterfølgende workshops. Nogle nævner i den sammenhæng, at det har haft en positiv betydning for eleverne, at forløbet blev ledet af eksterne psykologer, hvilket gav det en særlig legitimitet og gjorde det lettere for eleverne at åbne op. Dog varierede modtagelsen afhængigt af klassens dynamik – nogle klasser tog godt imod forløbet, mens andre var mere tilbageholdende over for at drøfte svære emner med en fremmed fagperson.

Informanterne fra skolerne vurderer, at indsatsen har haft en vis effekt på eleverne, men at betydningen varierer afhængigt af klassens elevsammensætning. Ifølge informanterne har den klassebaserede tilgang været mest gavnlig for en gruppe af elever, som de betegner som sårbare. For denne gruppe har indsatsen skabt et trygt forum, hvor de har oplevet, at ensomhed og usikkerhed er følelser, som deles af mange klassekammerater.

Opdelingen i halve klasser har desuden gjort det lettere for disse elever at deltage i samtalerne uden at føle sig udstillet. De faglige fyrtårne har observeret, at flere sårbare elever har været mere deltagende i forløbet, end de tidligere har været i classesammenhænge. Dette er et positivt resultat, særligt set i lyset af, at den klassebaserede indsats netop havde til formål at nå de socialt udsatte elever.

Til gengæld vurderes forløbet ikke at være tilstrækkeligt for de mest udsatte elever, der ofte har brug for mere individuelt tilpassede tilbud. Flere informanter påpeger i den sammenhæng, at skolerne i forvejen har et godt system til at opfange disse elever, fx via PPR.

Samtidig er det informanternes oplevelse, at nogle ressourcestærke elever har haft svært ved at relatere sig til temaerne og ikke har engageret sig i så høj grad. Desuden er det informanternes oplevelse, at nogle elever, især drenge, har udvist modstand mod at tale om følelser i en fælles ramme.

Samlet set viser evalueringen, at den umiddelbare effekt af forløbet er vanskelig at observere. Flere informanter indikerer dog, at forløbet kan have en langsigtet betydning, især ved at skabe refleksion over emner som usikkerhed og fællesskab. Dette kan hjælpe eleverne med at få en bedre forståelse af både deres egne og andres følelser, hvilket på sigt kan styrke deres evne til at håndtere fremtidige udfordringer.

De begrænsede forandringer kan skyldes forløbets varighed og intensitet samt det faktum, at trivsel og udvikling tager tid. En mere kontinuerlig og langvarig indsats er formentlig nødvendig for at opnå varige styrkede relationer og bedre klassefællesskaber. Der kan derfor være en fordel i at starte forløbet tidligere, fx i 5. eller 6. klasse, med lettere samtaler om nogle af temaerne, som senere kan udfoldes i udskolingen.

Online forældremøder

Som en del af den klassebaserede indsats har psykologer fra SIND Rådgivning afholdt online informationsmøder for elevernes forældre. Der blev afholdt ét oplæg per deltagende klasse, hvilket resulterede i seks oplæg for Katrinebjergskolen og otte for Frederiksbjerg Skole.

Forældrene deltog med et ønske om at få redskaber til at støtte deres børn, bakke op om projektet og skabe en sammenhæng til det forløb, deres børn har gennemgået. Generelt oplevede de, at mødet gav dem værdifuld viden om børns trivsel samt konkrete værktøjer til at håndtere følelsesmæssige udfordringer. De fleste fandt forældremødet relevant og vil anbefale det til andre.

Evalueringen peger dog på et behov for at styrke forældreinddragelsen fremadrettet, eksempelvis ved at integrere temaerne i eksisterende forældremøder for at nå en bredere målgruppe.

Vurdering af projektsamarbejdet

Vurderingen af projektsamarbejdet og hvor ressourcekrævende indsatsen har været, varierer afhængigt af informanternes rolle. Skoleledelsen har været mest kritisk og fremhæver manglende forventningsafstemning ved projektstart som en udfordring. De påpeger, at en tydeligere rollefordeling og en mere gradvis implementering kunne have lettet skolernes ejerskab og integration af indsatsen i hverdagen.

Omvendt har lærere og især de faglige fyrtårne, som har været tættere involveret i den praktiske gennemførelse, haft en mere positiv oplevelse af samarbejdet. De har generelt oplevet samarbejdet som smidigt og fleksibelt, hvor SIND Rådgivning har været lydhøre over for ændringer, hvilket bl.a. resulterede i justeringer af workshops og en mere struktureret planlægning. Det påpeges dog, at samarbejdet har været sårbart, da der kun har været to faglige fyrtårne på hver skole, hvilket har betydet, at de har haft et stort ansvar som bindeled mellem den klassebaserede indsats og den øvrige indsats på skolen.

Skolernes kompetencer til at videreføre indsatsen

De faglige fyrtårne vurderer, at de har de nødvendige kompetencer til at videreføre den klassebaserede indsats, da den ligger tæt op ad eksisterende undervisningsformer. De oplever generelt ikke tilgangen som ny eller fremmed og føler sig godt klædt på til at fortsætte arbejdet. Hvis projektets fokus fortsat havde været på gruppesamtaler med særligt udsatte unge, vurderer de faglige fyrtårne, at de ville have haft mulighed for at lære mere, da denne tilgang adskiller sig mere fra deres almindelige undervisning.

De faglige fyrtårne ser imidlertid en udfordring i, at mange lærere ikke har fået tilstrækkelig viden om indsatsen, hvilket begrænser muligheden for at forankre den bredt i skolens

dagligdag. I den sammenhæng efterlyser nogle lærere et større kendskab til indsatsen, da deres begrænsede viden om forløbets indhold har gjort det vanskeligt at skabe en rød tråd mellem indsatsen og den øvrige undervisning. Omvendt oplevede andre lærere ikke noget stort behov for at kende alle detaljer i indsatsen. De havde tillid til, at psykologerne fra SIND kunne gennemføre et godt forløb og vurderede, at de kun behøvede information om specifikke områder, de skulle følge op på. Flere lærere fremhæver desuden, at det ville have krævet væsentligt flere ressourcer at deltage aktivt i workshops, da det ville betyde, at andre lærere eller vikarer skulle overtage undervisningen for den halvdel af klassen, der ikke deltog.

Skolernes fremtidsplaner for indsatsen

Evalueringen viser, at begge skoler har konkrete planer for at forankre indsatsen. Der er enighed om, at der ikke er væsentlige barrierer for at fortsætte arbejdet, bortset fra behovet for at prioritere timer til indsatsen. På den baggrund kan det konkluderes, at det er lykket i projektperioden at udvikle en fleksibel indsats, der kan integreres i skolernes nuværende rammer og tilpasses skolernes specifikke behov i fremtidige forløb.

Den nuværende struktur med opdeling af klassen i to grupper vurderes som praktisk gennemførlig fremover. Der kan dog være behov for at justere formatet for at integrere temaerne mere effektivt i den daglige undervisning. I den sammenhæng kan det være en fordel, at indsatsen ledes af et fagligt fyrtårn i tæt samarbejde med klasselæreren, så læreren kan spille en vigtig rolle i at opretholde og videreføre den læring og det sprog, som eleverne har tilegnet sig under workshopsene.

Katrinebjergskolen planlægger at integrere elementer fra indsatsen i deres eksisterende arbejde med Social Læring og vil gennemføre længere forløb med en dybere bearbejdning af livsmestringstemaerne i klassens tid. Frederiksbjerg Skole vil fortsætte indsatsen i skoleåret 25/26, eventuelt med fokus på færre temaer og en tættere integration af disse i den daglige undervisning.

3 Evalueringen

Evalueringen af den klassebaserede indsats har haft fokus på to centrale områder: Dels at undersøge, hvilke konkrete resultater indsatsen har haft for elevernes trivsel, og dels at vurdere potentialet for en varig forankring af indsatsen på de to deltagende skoler. Evalueringen har dermed som mål at svare på to spørgsmål:

Spørgsmål 1: "Hvilken virkning har den klassebaserede indsats for eleverne?"

Spørgsmål 2: "Hvilket potentiale er der for forankring af den klassebaserede indsats på de to skoler?"

Derudover har evalueringen haft et selvstændigt læringsformål, idet den løbende har bidraget til justering og videreudvikling af indsatsen. Gennem hele projektperioden er evalueringens foreløbige resultater blevet opsummeret, præsenteret og drøftet med projektledelse og styregruppe.

Evalueringen kan dermed karakteriseres som en kombination af virknings- og udviklingsevaluering, hvor evalueringsspørgsmålene er belyst ved at kombinere kvantitative og kvalitative metoder.

3.1 Datagrundlag

Evalueringen bygger på følgende datagrundlag:

Spørgeskemaundersøgelse hos elever: For at måle elevernes udvikling i trivsel og deres oplevelse af indsatsen blev der anvendt spørgeskemaer, som eleverne udfyldte både ved opstart og afslutning af indsatsen. I alt har 262 elever besvaret et spørgeskema ved opstart af indsatsen, og 215 elever har svaret ved forløbets afslutning.

Klasseteams' vurdering af indsatsen: I juni 2024 blev der gennemført en undersøgelse blandt klasseteams. Lærerne udfyldte et kort spørgeskema, hvor de beskrev deres observationer af, hvordan indsatsen havde påvirket eleverne. Evalueringen bygger på besvarelser fra 11 lærere.

Evaluering af onlinemøde med forældre: Som en del af indsatsen har psykologer fra SIND Rådgivning afholdt onlinemøder for forældre. Via Aula blev forældrene inviteret til et kort møde, hvor de fik information om indsatsen og blev vejledt i, hvordan de kan tale med deres børn om emner som usikkerhed, ensomhed og fællesskab. Efter mødet udfyldte forældrene et kort spørgeskema. Evalueringen bygger på besvarelser fra 19 forældre.

Interviewundersøgelse på skoler: I november 2024 blev der gennemført personlige interviews med repræsentanter fra skoleledelsen og lærere fra de to skoler. I alt deltog syv ansatte i interviewene. Formålet var at identificere muligheder og udfordringer ved forankring af den klassebaserede indsats efter projektperiodens afslutning.

4 Den klassebaserede indsats

I dette kapitel præsenteres en beskrivelse af den klassebaserede indsats samt en karakteristik af de elever, der har deltaget i forløbet. Kapitlet indeholder også en analyse af både elevernes og skolernes vurdering af indsatsen, samt en gennemgang af, hvordan eleverne har udviklet sig i løbet af forløbet.

4.1 Om indsatsen

Udviklingen af den klassebaserede indsats har taget udgangspunkt i et ønske om at skabe et tilbud, der kan være med til at aftabuisere og normalisere de følelsesmæssigt konfliktfyldte perioder, som mange unge mennesker oplever i løbet af deres ungdom.

Indsatsen blev udviklet med fokus på at bringe tilbuddet ud til de unge, hvor de allerede er – nemlig i deres skoler – for at nå dem i deres daglige rammer og skabe en tryk og naturlig tilgang til de udfordringer, de står overfor.

Med udgangspunkt i SIND Rådgivnings erfaringer fra arbejdet med unge mennesker og aktuel forskning blev der fastlagt tre centrale temaer: usikkerhed, ensomhed og fællesskab. Disse temaer dannede fundamentet for de klassebaserede workshops, der blev designet for at støtte de unge i deres personlige udvikling og øge deres trivsel i en periode præget af forandringer.

De tre temaer, der uddybes nedenfor, er valgt, fordi de er universelle og har en central betydning for, hvordan vi som mennesker forstår os selv og vores liv. Alle tre temaer handler om grundlæggende følelser, som alle unge kan relatere sig til.

Hver workshop har haft en varighed af 2 x 45 minutter. De første workshops blev afholdt i november 2023 på Frederiksbjerg Skole, mens Katrinebjergskolen påbegyndte forløbet i januar 2024. På Frederiksbjerg Skole har i alt 8 klasser (16 hold) deltaget, mens 6 klasser (12 hold) har gennemført forløbet på Katrinebjergskolen.

Begge skoler har udpeget to såkaldte "faglige fyrtårne", som i tæt samarbejde med psykologerne fra SIND Rådgivning har bidraget til udviklingen af indsatsen. I takt med processen har de faglige fyrtårne fået en stadig større rolle i selv at facilitere workshops.

Udover de gennemførte workshops har SIND Rådgivning i hele projektperioden stået til rådighed for individuelle samtaler og rådgivning af unge, forældre og personale. Det vil sige, at de unge og voksne som ikke direkte har været i berøring med projektets primære indsats, har haft mulighed for at deltage i individuelle rådgivningsforløb gennem hele projektperioden.

Usikkerhed

Forløbet er blevet indledt med temaet usikkerhed, fordi det er det mest universelle af de tre temaer. Usikkerhed handler om de følelser, der opstår i kroppen, når man står i nye og ukendte situationer – noget der ofte sker i ungdomsårene. I projektet har det været vigtigt at normalisere den uro, der kan opstå i sådanne situationer, især når man ser andre omkring sig virke rolige, mens man selv er nybegynder i at forstå sine egne reaktioner. Fokus har været på at give de unge sunde strategier til at håndtere uroen og samtidig øge opmærksomheden på de eksisterende strategier, de allerede bruger – selvom de måske ikke altid er sunde. Nervesystemet reagerer automatisk på farer og skaber adfærd, der giver ro, hvilket betyder, at man kan ende med at gentage usunde mønstre uden at være klar over det.

Ensomhed

Temaet ensomhed bygger videre på workshoppen om usikkerhed ved at fokusere på, hvordan adfærd kan understøtte en usund tilstand. Ensomhed handler om oplevelsen af ikke at kunne opfylde sine sociale behov, som er individuelle for hver person. Ensomhed opstår ikke kun, når der mangler social kontakt, men kan også opstå ved social overbelastning. Projektet har haft til formål at belyse, at ens sociale behov kan variere, og at man f.eks. kan føle sig socialt udmattet efter en skoledag, selvom man har været sammen med andre. Det har været vigtigt at understrege, at det er normalt at have forskellige behov, og at der kan opstå en følelse af ensomhed, når man går på kompromis med sine behov – f.eks. ved at overtale sig selv til at deltage i sociale arrangementer, selvom ens behov faktisk er noget andet. At vurdere ens sociale behov er en svær opgave, og evnen til dette bygger i høj grad på erfaring.

Fællesskab

Det afsluttende tema om fællesskab handler om at få de unge til at reflektere over, hvilke fællesskaber de er en del af, og om disse fællesskaber er noget, de selv har valgt, eller om de er givet på forhånd. Denne refleksion kan hjælpe med at mindske risikoen for, at ensomhedsfølelsen får en negativ og længerevarende indvirkning. Der bliver også lagt vægt på aktiviteter, der kan styrke klassefællesskabet og skabe gode oplevelser sammen. Temaet adresserer desuden de interne konflikter, der kan opstå i et socialt fællesskab, og hvilke muligheder der er for at håndtere dem og komme styrket videre.

4.2 Karakteristik af eleverne

Unge i Bedre Trivsel er blevet gennemført på to skoler i Aarhus Kommune: Frederiksbjerg Skole og Katrinebjergskolen. To tredjedele (66%) af de elever, der har deltaget i forløbet og besvaret et spørgeskema, kommer fra Frederiksbjerg Skole, mens en tredjedel (34%) kommer fra Katrinebjergskolen.

TABEL 1: ELEVERNES BAGGRUNDSFORHOLD (N:265)

		Total
Skole	Frederiksbjerg Skole	176 (66%)
	Katrinebjergskolen	89 (34%)
Køn	Pige	129 (49%)
	Dreng	130 (49%)
	Andet/ønsker ikke at oplyse	6 (2%)
Klasse	7. klasse	55 (21%)
	8. klasse	176 (66%)
	9. klasse	34 (13%)

Der har været en ligelig fordeling af køn, idet 49% af deltagerne er piger, og 49% er drenge. En mindre andel på 2% har angivet enten "andet" eller valgt ikke at oplyse deres køn. Kønsfordelingen varierer dog mellem de to skoler. På Frederiksbjerg Skole udgør pigerne en større andel (53%), mens drengene er i flertal på Katrinebjergskolen, hvor de udgør 58% af deltagerne.

Forløbet har været målrettet forskellige klassetrin på de to skoler. På Frederiksbjerg Skole har indsatsen udelukkende involveret 8. klassetrin, mens Katrinebjergskolen har inkluderet

både 7. klasse (55 elever) og 9. klasse (34 elever). På tværs af begge skoler er størstedelen af deltagerne fra 8. klasse (66%), efterfulgt af 7. klasse (21%) og 9. klasse (13%).

Elevernes trivsel ved opstart

Ved opstart af indsatsen blev eleverne spurgt om, hvordan de har det for tiden i tre forskellige arenaer: I skolen, derhjemme og med vennerne/i fritiden.

Samlet set viser svarene, at langt de fleste elever i udskolingen på både Katrinebjergskolen og Frederiksbjerg Skole trives godt på alle tre områder. Eleverne på Katrinebjergskolen vurderer deres trivsel en smule højere end elever på Frederiksbjerg Skole, men forskellene er små, og det overordnede billede er, at eleverne trives godt.

Trivslen vurderes at være nogenlunde på samme niveau både derhjemme og i fritiden, mens skolen er den arena, hvor eleverne vurderer deres trivsel som lavest. Dette mønster er også blevet bekræftet i andre undersøgelser, hvor samme spørgsmål er anvendt³. Cirka hver tiende elev på begge skoler angiver, at de ikke trives eller slet ikke trives i skolen. Resultatet understreger vigtigheden af at fokusere på skolen som et centralt indsatsområde for at forbedre elevernes trivsel.

TABEL 2: ELEVERNES TRIVSEL I FORSKELLIGE ARENAER

Hvordan har du det for tiden?	Jeg har det rigtig godt	Jeg har det godt	Jeg har det ikke godt	Jeg har det slet ikke godt
I skolen (Katrinebjergskolen)	21%	70%	7%	2%
I skolen (Frederiksbjerg Skole)	30%	59%	7%	3%
Derhjemme (Katrinebjergskolen)	62%	35%	3%	1%
Derhjemme (Frederiksbjerg Skole)	55%	38%	5%	2%
Med vennerne/i fritiden (Katrinebjergskolen)	60%	38%	2%	0%
Med vennerne/i fritiden (Frederiksbjerg Skole)	60%	36%	3%	1%

Når man ser på piger og drenges vurdering af trivsel i de tre arenaer, viser der sig markante kønsforskelle. Generelt oplever piger en lavere trivsel, især i skolen. 16 % af pigerne vurderer, at de enten ikke trives eller slet ikke trives i skolen, mens kun 5 % af drengene deler denne opfattelse. Denne kønsforskel i trivselsvurderinger er også blevet dokumenteret i flere andre undersøgelser, herunder i rapporter fra Børns Vilkår⁴.

4.3 Elevernes vurderinger af den klassebaserede indsats

I den afsluttende del af projektperioden blev spørgeskemaerne til eleverne udvidet med spørgsmål om deres oplevede læringsudbytte og erfaringer med indsatsen. Denne udvidelse blev gennemført på et tidspunkt, hvor indsatsen var blevet justeret flere gange, hvilket betyder, at elevernes svar giver den mest retvisende vurdering af den endelige indsats.

I alt besvarede 66 elever på de ekstra spørgsmål, hvoraf 17 svar kom fra Katrinebjergskolen. På grund af det begrænsede antal svar fra denne skole er der ikke foretaget en opdeling af resultaterne på skoleniveau.

³ Ungeprofilen.dk, BørnUngeliv.

⁴ Børns Vilkår. (2022). Børn og unge kæmper for at passe ind: Analyse fra Børns Vilkår. Børns Vilkår.

TABEL 3: ELEVERNES OPLEVELSE AF FORLØBET (N:66)

	Helt enig	Delvist enig	Delvist uenig	Helt uenig	Ved ikke
Det blev tydeligt forklaret, hvorfor vi skulle have forløbet med psykologerne	17%	23%	29%	18%	14%
Der var god tid til, at vi kunne sige noget i forløbet med psykologerne	32%	35%	12%	12%	9%
Der var gode øvelser og lege	36%	36%	9%	12%	6%

Flertallet af eleverne (67%) følte, at de havde mulighed for at komme til orde og deltage aktivt i forløbet, og en tilsvarende stor andel oplevede, at øvelserne og legene var gode. Der er dog et særligt forbedringspotentiale, når det gælder tydeliggørelse af formålet med forløbet. Hele 47% af eleverne vurderede, at det ikke var klart nok, hvorfor de skulle deltage i forløbet med psykologerne. Det skal understreges, at elevernes svar ikke giver indikation på, om denne uklarhed skyldes kommunikationen fra skolen eller psykologerne

Elevernes vurderinger af deres læring i forløbet

En stor andel af eleverne (80%) vurderer, at de i forløbet har lært at bekymringer er en normal del af alles liv, og at de ikke er alene om at have bekymringer. Set i forhold til forløbets formål er det en vigtig læring, der kan bidrage til en sundere og mere realistisk opfattelse af sig selv og andre.

Der er en blandet opfattelse af, om eleverne har lært noget nyt, idet en betydelig andel (41%) vurderer, at de ikke har tilegnet sig ny viden. Det er dog vigtigt at understrege, at forløbet i lige så høj grad har haft fokus på at italesætte vigtige temaer i klassen, så alle elever hørte de samme budskaber og kunne reflektere over dem sammen, fremfor at eleverne nødvendigvis skulle erhverve sig ny viden.

TABEL 4: ELEVERNES VURDERINGER AF DERES LÆRING (N:66)

	Helt enig	Delvist enig	Delvist uenig	Helt uenig	Ved ikke
Jeg har lært at alle kan have bekymringer	56%	24%	3%	5%	12%
Jeg har lært noget, jeg ikke vidste på forhånd	11%	39%	18%	23%	9%

Elevernes vurderinger af temaerne

Elevernes vurdering af forløbets temaer (usikkerhed, ensomhed og fællesskab) viser en blandet respons. 51% af eleverne finder temaerne enten meget eller nogenlunde spændende, hvilket indikerer, at en stor del har en vis interesse. Dog er det kun en lille gruppe (11%), der synes, at temaerne er meget spændende. Samtidig vurderer 50% af eleverne temaerne som enten kun en smule spændende eller slet ikke interessante, hvilket

peger på et behov for at undersøge, hvordan temaerne kan gøres mere engagerende og relevante for flere elever.

TABEL 5: ELEVERNES OPLEVELSE AF TEMAERNE (N:231)

	Passer præcist	Passer nogenlunde	Passer en smule	Passer slet ikke
Udsagn: Temaerne i forløbet (ensomhed, usikkerhed, fællesskab) var spændende	11%	40%	25%	25%

Elevernes forslag til ændringer af indsatsen

I spørgeskemaerne har eleverne haft mulighed for at komme med forslag til ændringer af forløbet. Deres forslag omfatter både praktiske og indholdsmæssige forbedringer. Her præsenteres nogle af de mest fremtrædende forslag fra eleverne:

Flere lege og aktiviteter: Mange elever nævnte, at de gerne ville have flere aktiviteter og lege, som kunne gøre forløbet mere engagerende. Nogle fremhævede specifikt øvelser som "Bolden" og "The Mind", samt generelt mere sjove og fysiske aktiviteter.

Variation i aktiviteterne: Flere elever nævnte, at aktiviteterne kunne gøres mere varierede for at fastholde deres interesse. Der blev blandt andet nævnt, at der kunne være mindre skrivning.

Rigtige situationer: Der var en kommentar om, at det kunne være nyttigt at inddrage øvelser, hvor man "står i situationen og prøver følelsen" for bedre at forstå temaerne.

Længere eller flere pauser: Flere elever foreslog, at der skulle være længere pauser.

Flere konkrete redskaber: Der er også efterspørgsel på mere konkrete redskaber, som eleverne kan bruge aktivt i deres hverdag. Enkelte har givet udtryk for, at de har savnet mere praktiske løsninger på, hvad man kan gøre i situationer, hvor man føler sig ensom eller usikker.

4.4 Elevernes udvikling

Ved både opstart og afslutning af indsatsen har eleverne udfyldt korte elektroniske spørgeskemaer, som blandt andet belyser deres udvikling på indsatsens tre fokusområder: Den usikkerhed, man kan opleve som ung, oplevelsen af ensomhed og følelsen af at høre til i et fællesskab. I dette afsnit præsenteres data om elevernes udvikling på disse tre områder.

Ensomhed

Elevernes ensomhed er målt ved at spørge direkte "føler du dig ensom?".

TABEL 6: ELEVERNES OPLEVELSE AF ENSOMHED

Føler du dig ensom?	Opstart (N: 265)	Afslutning (N: 215)	Ændring i %-point
Nej	70%	63%	-7
Ja, af og til	22%	31%	+9
Ja, tit	5%	4%	-1
Ja, meget tit	3%	2%	-1

Ved opstart svarer 70 % af eleverne, at de ikke føler sig ensomme, men ved afslutning er denne andel faldet til 63 %. Samtidig er andelen, der oplever ensomhed "af og til", steget fra 22 % ved opstart til 31 % ved afslutning. Andelen af elever, der svarer "ja, tit" eller "ja, meget tit", er faldet fra 8 % til 6 %. Elevernes svar er desuden på linje med landsgennemsnittet i Den Nationale Trivselsmåling, som årligt gennemføres af Undervisningsministeriet⁵.

Samlet set viser målingen, at eleverne ikke oplever sig mindre ensomme efter forløbet og endda viser en lille stigning i andelen af elever, der oplever at være ensomme. Dette resultat kan naturligvis skyldes mange forhold, der ikke nødvendigvis har noget at gøre med forløbet. Det kan være et resultat af, at eleverne ved afslutningen af forløbet er blevet mere opmærksomme på behovet for social kontakt.

Fællesskab

Elevernes oplevelse af fællesskab er målt ved at spørge "Er du med i fællesskabet i klassen?" hvilket er afgørende for trivsel og følelsen af at høre til. Undersøgelsen tegner et billede af, at langt de fleste elever (cirka fire ud af fem) oplever sig enten altid eller for det meste inkluderet, mens en lille gruppe oplever store vanskeligheder med at føle sig del af fællesskabet.

TABEL 7: ELEVERNES OPLEVELSE AF AT VÆRE MED I FÆLLESSKABET

Spørgsmål: Er du med i fællesskabet i klassen?	Opstart (N: 263)	Afslutning (N:215)	Ændring i %-point
Ja, altid	34%	29%	-5
Ja, for det meste	49%	48%	-1
En gang i mellem	12%	17%	+5
Sjældent eller aldrig	5%	5%	0

Samlet set viser dataene, at elevernes oplevelse af at være en del af fællesskabet i klassen har ændret sig en smule i negativ retning i løbet af indsatsen. Denne lille negative ændring kan skyldes flere faktorer. For det første kan det skyldes, at indsatsen ikke direkte har fokuseret på fællesskabsaktiviteter eller interventioner, der specifikt adresserer og styrker klassefællesskabet. Derudover kan indsatsen med tre workshops have været for begrænset til at skabe en betydelig ændring i elevernes følelse af fællesskab, og det er muligt, at effekten vil blive tydeligere på et senere tidspunkt.

Usikkerhed

Elevernes oplevelse af usikkerhed er målt ved hjælp af spørgsmålet "Jeg føler, at jeg kan være mig selv i klassen", som kan betragtes som et indirekte udtryk for en elevs oplevelse af usikkerhed, især når det handler om sociale relationer følelsen af at være accepteret i klassen.

⁵ <https://www.uvm.dk/folkeskolen/test-evaluering-og-skoleudvikling/trivselsmaaling>

TABEL 8: ELEVERNES OPLEVELSE AF USIKKERHED

Spørgsmål: Jeg føler, at jeg kan være mig selv i klassen	Opstart (N: 263)	Afslutning (N:215)	Ændring i %-point
Passer præcist	33%	33%	0
Passer nogenlunde	46%	45%	+1
Passer en smule	14%	15%	-1
Passer slet ikke	6%	7%	-1

Samlet set viser dataene, at elevernes oplevelse af at kunne være sig selv i klassen har ændret sig en smule i løbet af indsatsen, men ændringerne er generelt små. En tredjedel af eleverne føler, at de kan være sig selv, og en stor andel (45-46 %) føler, at udsagnet passer nogenlunde. Dette tyder på, at eleverne i vid udstrækning har en følelse af at være accepteret i deres klassefællesskab, men at en mindre gruppe stadig oplever usikkerhed.

De små ændringer fra start til slut kan skyldes flere faktorer. Det er muligt, at forløbet ikke har været tilstrækkeligt intensivt eller målrettet til at skabe markante forandringer i de elevers oplevelse af usikkerhed, som i forvejen havde en mere udfordret oplevelse af at kunne være sig selv. Det kan også være, at de mindre ændringer skyldes, at det tager længere tid at opbygge et varigt fundament af selvsikkerhed og følelsen af tilhørsforhold i klassefællesskabet.

4.5 Skolernes vurderinger af den klassebaserede indsats

Dette afsnit opsummerer evalueringen af, hvordan de to medvirkende skoler vurderer den klassebaserede indsats. Afsnittet er baseret på interviews med skoleledelse, faglige fyrtårne og lærere samt en spørgeskemaundersøgelse, der er gennemført blandt klasseteams.

Vurderingen af om eleverne har været motiverede for indsatsen

Sammenfattende viser interviewene med lærere og faglige fyrtårne, at eleverne generelt har været motiverede for at deltage i forløbet.

Flere peger på, at elevernes motivation har været høj både ved den første workshop og ved de efterfølgende to workshops. Det ses som et tegn på, at eleverne ikke kun var motiverede første gang, hvor nye tiltag ofte kan vække interesse, men at de også fortsat var engagerede de efterfølgende gange. En af informanterne fortæller følgende om, hvordan de har kunnet observere elevernes motivation: *Hos unge i den aldersgruppe skal man også måle motivationen på, hvad der ikke bliver sagt. Der har ikke været en stemning af brok, at det var kedeligt eller andet, eller andre udtryk, som de unge ellers hurtigt kan finde frem".*

En vigtig faktor for elevernes motivation var, at forløbet blev gennemført af eksterne fagpersoner. Lærerne bemærkede, at det gjorde indsatsen mere spændende for eleverne, da de ofte ser lærerne som autoriteter, der allerede kender dem godt, og som derfor kan være sværere at åbne op for. Det havde stor betydning for eleverne, at forløbet blev ledet af psykologer, da det gav forløbet en særlig legitimitet. Eleverne opfattede psykologerne som eksperter på emner som ensomhed og usikkerhed. Der blev også nævnt, at det kunne være lettere for eksterne fagpersoner at holde sig til en fast dagsorden og fokusere på temaerne, da lærerne i deres rolle nogle gange kan finde det svært at styre samtalerne, især når eleverne bringer personlige emner på banen, som hurtigt kan føre samtalen ad andre spor. Dette kan skabe en mere løs og mindre struktureret dialog i klasselokalet.

Det blev også påpeget, at ikke alle klasser reagerede ens på at have en ekstern fagperson. I nogle klasser var der stor åbenhed og positiv modtagelse af forløbet, mens en anden klasse,

som havde et mere relationsbåret fællesskab, viste større modstand mod at tale om svære emner med en fremmed fagperson. Dette indikerer, at modtagelsen af forløbet kan variere afhængigt af klassens dynamik.

Vurderingen af de tre temaers relevans

Informanterne vurderer generelt, at de valgte temaer – usikkerhed, ensomhed og – er velvalgte for eleverne i den pågældende aldersgruppe. De mener, at temaerne er relevante for alle elever, da de på en eller anden måde kan relateres til enten egne erfaringer eller oplevelser med venner eller klassekammerater.

En af informanterne bemærker, at selvom man kunne have valgt andre temaer, er de tre nævnte bestemt relevante, da de fører til mange forskellige og nuancerede drøftelser i workshops og undervisning. Temaerne åbner op for samtaler, der kan tage forskellige drejninger afhængigt af klassens sammensætning og de individuelle elevers oplevelser. Samlet set er der enighed om, at de valgte temaer har været meget relevante og passende for eleverne.

Vurderingen af hvilken virkning indsatsen har haft for eleverne

Sammenfattende vurderer informanterne, at indsatsen har haft en vis effekt på eleverne, men at dens betydning varierer afhængigt af både elevgruppen og klassens dynamik.

Den klassebaserede tilgang har især været gavnlige for de elever, der befinder sig lige over den mest udsatte gruppe. En af informanterne har denne opfattelse af indsatsens relevans for denne gruppe: *"Jeg tænker, at den her indsats er særligt velegnet til den gruppe, der kan kaldes sårbare elever, altså ikke dem der har det allerdårligst, men lige trinnet over det. For den gruppe af elever kan det have en rigtig god effekt, at der i det store fællesskab bliver talt om ensomhed, usikkerhed og fællesskab uden at de specifikt bliver peget ud som dem, det omfatter"*.

Flere informanter vurderer, at opdelingen i hold med halve klasser har haft en positiv indvirkning på disse elever. I en mindre gruppe har de haft lettere ved at deltage i samtalerne uden at føle sig udstillet. Denne tilgang har givet dem en større tryghed til at åbne op om deres følelser, og mange har fået en øjenåbner ved at opdage, at de ikke er alene om deres oplevelser.

Om den oplevelse af de sårbare elevers deltagelse i indsatsen fortæller en af informanterne: *"Jeg har kunnet observere i de tre workshops, at nogle elever, der normalt er mere tilbageholdende med at byde ind, har åbnet sig og fortalt ting, de ellers ikke gør i klassen"*.

Dette er et positivt resultat, særligt set i lyset af, at den klassebaserede indsats netop havde til formål at nå de socialt udsatte elever.

På den anden side fortæller informanterne, at forløbet ikke i så høj grad er målrettet de mest udsatte elever og deres individuelle behov og udfordringer. Informanterne påpeger, at indsatsen ikke er tilstrækkelig til at hjælpe de elever, der har de største udfordringer. Som en af informanterne udtrykker det: *"Den klassebaserede indsats er slet ikke nok til at løfte de elever, der har virkelig store udfordringer. Det er ikke en indsats, der er specielt møntet på dem."* For denne gruppe elever kræves en mere omfattende og individuelt tilpasset indsats og flere informanter påpeger, at der for elever med de allersværeste udfordringer allerede findes forskellige tiltag, der kan sættes i værk, fx via PPR.

Der er desuden blandt informanterne en vurdering af, at nogle af de mere ressourcestærke elever har fundet forløbet mindre relevant. Disse elever har i nogle tilfælde haft svært ved at relatere sig til de temaer, der blev taget op i workshopsene, da de måske ikke oplever de samme udfordringer med ensomhed eller usikkerhed som nogle af deres klassekammerater.

Dette har medført, at nogle ressourcestærke elever ikke har engageret sig i samtalerne på samme måde og har haft svært ved at se værdien af forløbet.

Derudover har der i enkelte klasser været elever, især drenge, der har vist modstand mod at tale om følelser i en klassebaseret ramme. Der kan være en kultur i nogle klasser, hvor det ikke er acceptabelt at åbne op om følelser, og hvor man kan frygte at blive set som svag eller sårbar.

Selvom den umiddelbare virkning af forløbet kan være svær at vurdere, fortæller flere informanter, at processen i sig selv kan have en langsigtet effekt. Eleverne har fået mulighed for at reflektere over emner som ensomhed og usikkerhed, og for nogle kan disse samtaler have en positiv indvirkning på deres evne til at håndtere lignende udfordringer i fremtiden. Ved at få indsigt i deres egne og andres følelser kan eleverne blive bedre rustet til at håndtere vanskelige situationer senere i livet.

Den rette årgang

8. klasse vurderes generelt som et passende tidspunkt for indsatsen, da eleverne på denne årgang begynder at møde flere sociale udfordringer. For nogle elever, især drenge, kan 9. klasse dog være et bedre tidspunkt, da de måske først her begynder at være modne nok til at profitere af en trivselsindsats. Samtidig er der blandt informanterne en erkendelse af, at det vil være svært at indføre flere tiltag i 9. klasse på grund af det store fokus på eksamener og afslutning af folkeskolen. En af interviewpersonerne påpeger, at indsatsen burde starte tidligere, f.eks. i 6. klasse, for at opdage elever med trivselsvanskeligheder i tide og dermed give lærerne bedre mulighed for at støtte dem.

Klasseteams vurderinger af indsatsen

I juni 2024 blev der gennemført en undersøgelse blandt klasseteams, hvor lærerne udfyldte et kort spørgeskema om deres observationer af, hvordan indsatsen havde påvirket eleverne. Evalueringen er baseret på besvarelser fra 11 lærere, heraf fire svar fra Katrinebjergskolen og syv svar fra Frederiksbjerg Skole.

Det er vigtigt at tage højde for, at undersøgelsen fandt sted på et tidspunkt, hvor der stadig blev foretaget flere tilpasninger af indsatsen. Derfor skal resultaterne fortolkes med opmærksomhed på, at nogle af de ændringer, som lærerne omtaler, kan være blevet implementeret efterfølgende.

Da der kun er 11 besvarelser, er det ikke relevant at præsentere resultaterne statistisk. Samlet set viser lærernes besvarelser, at de på det tidspunkt, hvor undersøgelsen blev gennemført, ikke har oplevet markante forandringer i elevernes adfærd og trivsel. Flere lærere bemærker, at de ikke har set nogen betydelige ændringer i hverken sociale relationer eller håndteringen af følelsesmæssige og præstationsrelaterede udfordringer. Nogle lærere er dog åbne for, at indsatsen kan have en langsigtet effekt, men de mener, at det er for tidligt at vurdere dens fulde indvirkning.

Lærerne udtrykker desuden, at det kan være vanskeligt at vurdere, hvilken konkret betydning indsatsen har haft for eleverne, da de sociale dynamikker i klassen og elevernes præstationsrelaterede udfordringer ofte ændrer sig over tid. Denne dynamik gør det svært at identificere klare og direkte forandringer som følge af forløbet.

Lærerne giver generelt positiv feedback på de aktiviteter og øvelser i indsatsen, der engagerede eleverne og gav dem mulighed for at skabe relationer, som fx gennem spil og leg. Samtidig påpeger flere lærere, at der var for meget teoretisk snak fra underviserne, og at der manglede flere praktiske aktiviteter og øvelser. Der er et ønske om mere variation i forløbene, så de enkelte workshops ikke virker for ensartede, og så forløbet adskiller sig tydeligere fra den almindelige klasseundervisning. Derudover påpeges vigtigheden af, at forløbet i højere grad kan overføres og integreres i den daglige undervisning.

4.6 Online forældremøder

Som en del af den klassebaserede indsats har psykologer fra SIND Rådgivning afholdt online informationsmøder for elevernes forældre. Formålet med møderne har været at give forældrene en dybere forståelse af indsatsens formål samt at tilbyde vejledning i, hvordan de kan støtte deres børn i at håndtere emner som usikkerhed, ensomhed og fællesskab.

Der er afholdt ét online forældreoplæg per deltagende klasse, hvilket betyder, at der i alt har været seks oplæg for Katrinebjergskolen og otte oplæg for Frederiksbjerg Skole.

Dette afsnit præsenterer en evaluering af onlinemøderne baseret på besvarelser fra 19 forældre, der efterfølgende udfyldte et spørgeskema.

Rekrutteringen til møderne er foregået gennem flere kanaler, herunder flyers uddelt ved skole-hjem-samtaler, annoncering på Aula via en video om indsatsen samt oplæg ved forældremøder. Derudover har SIND Rådgivning deltaget på forældremøder og lærerteams har direkte kontaktet forældre, som de vurderede kunne have særlig glæde af at deltage.

Forældres vurderinger af onlinemøderne

Forældres motivation for at deltage i onlinemødet omhandler blandt andet et ønske om at få redskaber til at håndtere udfordringer med eget barn, at det er et relevant projekt man som forælder, gerne vil bakke om, og at man som forælder gerne vil skabe en sammenhæng til det forløb børnene har været igennem.

Forældrenes svar på spørgsmålene om deres udbytte af mødet viser, at de overvejende har oplevet, at mødet har været nyttigt i forhold til at støtte deres børn med følelsesmæssige udfordringer. Der er også en markant opfattelse af, at mødet har givet forældrene øget viden om børns trivsel og mistrivsel. Den brede enighed om, at mødet har givet nyttige redskaber og viden, indikerer, at forældremødet har været et positivt og relevant tiltag, som har haft en god effekt i projektet. De deltagende forældre vil desuden i høj grad anbefale andre forældre at deltage i et lignende møde.

Selvom resultatet er positivt, peger det på et behov for at overveje, hvordan man kan få flere forældre til at deltage i fremtidige møder. Det kunne være en idé at integrere information og drøftelse af temaerne i andre forældremøder eller arrangementer, hvor flere forældre allerede er samlet, for at sikre en større opbakning og deltagelse fremadrettet.

TABEL 9: FORÆLDRES VURDERING AF ONLINEMØDET (N:19)

Hvilket udbytte fik du af mødet?	I høj grad	I nogen grad	I mindre grad	Slet ikke
Jeg er bedre rustet til at tale med mit barn om følelsen af usikkerhed og nervøsitet	26%	74%	0%	%
Jeg er bedre rustet til at tale med mit barn om følelsen af ensomhed	21%	74%	5%	%
Jeg har fået mere viden om børns trivsel og mistrivsel	39%	61%	0%	%

Forældrene har ganske få forslag til forbedringer af onlinemøderne. Nogle forældre nævnte, at mødet kunne have været længere, da det kunne være svært at dække alt på kort tid, mens andre påpegede, at præsentationen på mødet gik hurtigt, og de derfor gik glip af nogle informationer. En forælder foreslog, at præsentationen kunne sendes ud via Aula.

5 Forankring af indsatsen

I dette kapitel vil der blive set nærmere på forankring af indsatsen på de to medvirkende skoler. Her vil fokus være på, hvordan samarbejdet mellem skolerne og projektet har forløbet, og hvordan dette samarbejde har påvirket skolernes ejerskab til indsatsen. Der vil også blive set på, hvordan personalet vurderer deres faglige kompetencer til at videreføre den klassebaserede tilgang, samt hvordan skolerne konkret forventer at videreføre indsatsen.

5.1 Projektsamarbejdet

Der er meget blandede vurderinger af, hvor ressourcekrævende forløbet har været for skolerne. Nogle vurderer, at samarbejdet har været smidigt og godt, og at koordineringen er blevet håndteret effektivt. Et eksempel på dette er den justering af workshops der skete undervejs på baggrund af input fra lærere og elever, hvor der blev indført flere aktiviteter og øvelser i workshops. Ifølge informanterne forbedrede den ændring dynamikken i grupperne.

En anden positiv oplevelse har været den praktiske koordinering, som lærerne har sat stor pris på. SIND Rådgivning har været lydhøre overfor ændringsforslag og har været villige til at justere planlægningen. Et konkret eksempel på fleksibiliteten var den praktiske koordinering af tidspunkter for workshops. Oprindeligt blev datoer for workshops fastlagt løbende, men på baggrund af erfaringerne i skoleåret 2023/2024, hvor der blev brugt meget tid på koordinering og planlægning af workshops, ændrede man i skoleåret 2024/2025 processen, således at der forud for opstart blev afholdt møder mellem SIND Rådgivning og klasseteams for at skemalægge workshops. Dette har skabt en mere struktureret og velfungerende planlægning, som har været til gavn for både lærere og projektets afvikling.

Nogle informanter vurderer, at indsatsen har været meget ressourcekrævende, især hvad angår den tid og de ressourcer, der er blevet brugt på koordineringen. En del af de udfordringer, informanterne peger på, relaterer sig til manglende forventningsafstemning fra projektstart, hvilket har skabt uklarhed omkring roller og ansvarsfordeling. Denne kritik fremføres især fra skoleledelsens side, hvor det fremhæves, at en grundigere indledende dialog kunne have styrket skolernes ejerskab til indsatsen. En bedre afklaring af formålet med indsatsen, samt en tydelig rollefordeling og en realistisk tilgang til, hvordan indsatsen kan implementeres i en skolehverdag, ville have styrket samarbejdet. I den sammenhæng påpeges, at det kunne have været en fordel at starte projektet i mindre skala, for eksempel med én enkelt klasse frem for en hel årgang.

De faglige fyrtårne vurderer samarbejdet med psykologerne fra SIND Rådgivning som meget positivt og konstruktivt. Samarbejdet har været præget af høj faglig dygtighed, og psykologerne har været åbne for at inddrage de faglige fyrtårnes viden om eleverne i tilrettelæggelsen af forløbene. De har haft mulighed for at dele deres observationer og har haft efterfølgende dialog med psykologerne ved bekymringer om enkelte elever. Samtidig har samarbejdet været sårbart, da der kun har været to faglige fyrtårne på hver skole, hvilket har betydet, at de har haft et stort ansvar som bindeled mellem den klassebaserede indsats og den øvrige indsats på skolen.

5.2 Kompetencer til at videreføre indsatsen

Lærerne

Informanterne giver blandede vurderinger af, hvorvidt der har været tilstrækkelig kompetenceudvikling af lærerne i forløbet.

En af bevæggrundene for skolernes deltagelse i projektet var, at samarbejdet med SIND Rådgivning kunne tilføre ny viden og nye perspektiver på arbejdet med børns trivsel for en bredere kreds af lærere. Denne specialviden blev ifølge skolerne ikke tilført i så høj grad som ønsket, da dele af den planlagte kompetenceudvikling for lærerne ikke blev gennemført.

Flere lærere nævner, at de kun har haft et overfladisk kendskab til forløbets indhold og derfor ikke har haft mulighed for at integrere materialet i klassen. Disse lærere vurderer, at det kunne have været gavnligt, hvis de havde deltaget i workshops for at opnå en fælles referenceramme og et fælles sprog med eleverne. En af lærerne siger følgende: *"De tre temaer hænger meget tæt sammen, så hen over de tre gange opstår der et fælles sprog mellem eleverne, som lærerne med fordel kunne have haft indblik i. Meget af dét der er talt om, vil fx sagtens kunne indgå i danskundervisningen"*.

Der er dog også lærere, der ikke følte behov for at være tættere involveret i indsatsen. De forklarede, at de havde tillid til, at psykologerne fra SIND kunne gennemføre et godt forløb, og at de ikke nødvendigvis behøvede detaljeret information om indholdet, medmindre der var noget specifikt, de skulle følge op på. Denne holdning afspejler lærernes prioriteringer, idet flere nævnte, at det ikke er realistisk at have fokus på alle initiativer på en skole. Samtidig blev det understreget, at det ville have krævet flere ressourcer, hvis lærerne skulle have deltaget aktivt i workshops, da det ville have krævet, at andre lærere eller vikarer skulle dække den halvdel af klassen, der ikke deltog.

De faglige fyrtårne

De faglige fyrtårne har oplevet at have tydelige roller i samarbejdet med psykologerne, hvor én har haft en observerende rolle, mens en anden har været mere aktiv i workshops for derigennem at opbygge erfaring med at gennemføre den klassebaserede indsats på egen hånd i fremtiden.

Generelt føler de faglige fyrtårne sig godt rustet til at videreføre den klassebaserede indsats, da den i høj grad minder om den måde, de allerede arbejder på, fx som en del af AKT-teamet. Deres erfaring med undervisning gør, at de ikke oplever den klassebaserede indsats som særlig ny, og de mener, at de har de rette kompetencer til at fortsætte arbejdet. Hvis projektets fokus fortsat havde været på gruppesamtaler med særligt udsatte unge, vurderer de faglige fyrtårne, at de ville have haft mulighed for at lære mere, da denne tilgang adskiller sig mere fra deres almindelige undervisning.

De faglige fyrtårne vurderer, at det i flere tilfælde har været en fordel, at forløbet blev faciliteret af psykologer, da deres psykologfaglige viden har bidraget med noget særligt, især når der opstod følelsesmæssige reaktioner fra de unge. Samtidig understreger de, at de som lærere også er vant til at håndtere børns følelsesmæssige reaktioner og derfor er godt rustet til at varetage et forløb, hvor de unge kan blive kede af det.

Selvom de faglige fyrtårne føler sig fagligt klædt på, påpeger de en svaghed ved projektet: Mange lærere har ikke fået tilstrækkelig viden om tilgangen, hvilket betyder, at de ikke har haft de nødvendige forudsætninger for at integrere indsatsen effektivt i deres daglige undervisning. En af de faglige fyrtårne siger: *"Den enkelte lærer har ikke fået samme viden som jeg har som fagligt fyrtårn, og det er ikke optimalt. Når vi skal arbejde med elevernes trivsel, er det en forudsætning, at alle lærere har en fælles minimumsviden og tilgang. Der har været for mange lærere, der kun har kendt tilgangen i overskrifter og som ikke har haft*

forudsætningerne for at bringe den klassebaserede indsats og dét der sker i dagligdagen i klassen, tættere sammen”.

5.3 Skolernes fremtidsplaner for indsatsen

Der er bred enighed blandt de interviewede om, at der er et klart behov for trivselsfremmende indsatser ligesom den klassebaserede tilgang. Flere fremhæver især, at unge, der oplever præstationspres, har brug for støtte til at håndtere de krav, de møder både i skolen og – for nogle – også hjemmefra.

Informanter fra begge skoler vurderer, at den klassebaserede indsats er et godt supplement til skolernes øvrige trivselsindsatser, men også at indsatsen ikke kan erstatte nogle af de nuværende indsatser. En af informanterne udtaler følgende: *”Den klassebaserede indsats passer på mange måder rigtig godt ind i de trivselsindsatser, der i øvrigt finder sted på skolen. Vi arbejder jo med risikoadfærd, rusmidler, sociale medier og den slags i vores udskolingsprogram. Den klassebaserede indsats er et fint supplement til de tiltag, så på den måde er indsatsen ikke en øde ø på skolen”.*

Hverken skoleledelse eller faglige fyrtårne oplever, at det er væsentlige barrierer for at fortsætte arbejdet og kun forudsætter en prioritering af timer til indsatsen.

Informanterne påpeger, at den fremtidige bemanning af grupperne bør overvejes nøje. I projektperioden har der i flere grupper været tre voksne til stede: to psykologer fra SIND Rådgivning og det faglige fyrtårn fra skolen. Denne bemanning vil sandsynligvis ikke kunne opretholdes i en fremtidig indsats, hvilket betyder, at indsatsen må tilpasses og tænkes anderledes i en fremtidig opbygning.

Begge skoler har konkrete planer for at videreføre indsatsen, og de faglige fyrtårne ser det som en naturlig udvikling at bruge rammerne fra den nuværende indsats, herunder nogle af de anvendte øvelser, og tilpasse dem til skolens specifikke behov i fremtidige forløb. Strukturen, hvor klassen opdeles i to, vurderes som praktisk gennemførlig i fremtidige forløb, og de tre temaer, der har været arbejdet med, vil sandsynligvis kunne anvendes igen. Der kan dog være behov for at justere formatet, så der lægges større vægt på, hvordan temaerne kan integreres i klassens daglige undervisning.

Katrinebjergskolen

På tidspunktet for interviewet i november 2024 havde Katrinebjergskolen konkrete planer om at videreføre elementer fra den klassebaserede indsats i deres eksisterende arbejde med Social Læring (SL) i NEST-klasserne. Fremadrettet var der planer om at køre længere forløb, hvor et af livsmestringstemaerne skulle arbejdes med i klassens tid over en længere periode, eksempelvis tre uger. Dette ville give mere tid til at bearbejde temaerne, fremfor enkelt dags workshop-formatet, der blev anvendt i den oprindelige indsats. Skolen havde planer om at igangsætte denne model på 8. årgang efter årsskiftet 24/25, som en direkte opfølgning på erfaringerne fra den klassebaserede indsats.

Frederiksbjerg Skole

På Frederiksbjerg Skole er der en opfattelse af, at det giver god mening at fortsætte indsatsen, da den naturligt passer ind i den måde, skolen allerede arbejder med trivsel på. I skoleåret 25/26 er det planen, at skolens ressource team skal starte et forløb for den kommende 8. klasse, hvor de vil basere sig på strukturen fra den klassebaserede indsats, hvor klassen opdeles i to grupper. Der er en overvejelse om at fokusere på kun to af de oprindelige temaer og samtidig øge fokus på, hvordan arbejdet med temaerne kan integreres mere direkte i klassens almindelige undervisning.

