



LOUISE TIDMAND  
METTE MARIE LEDERTOUG

# EMPOWER4U

FRA UDSAT ANBRAGT TIL EGEN TILVÆRELSE

FASE 2



AARHUS UNIVERSITET



## EMPOWER4U

- fra udsat anbragt til egen tilværelse

---

### FASE 2

Forfatter: Louise Tidmand, Postdoc, PhD.  
Aarhus Universitet

Mette Marie Ledertoug, Postdoc, PhD.  
Aarhus Universitet

Titel: EMPOWER4U – fra udsat anbragt til egen tilværelseEMPOWER4U

Forfatter: Louise Tidmand, Postdoc, PhD

M: +45 2276 6339

E: loti@edu.au.dk

W: <http://au.dk/loti@edu>

Mette Marie Ledertoug, Postdoc, PhD

M: +45 2870 7920

E: mele@edu.au.dk

W: <http://au.dk/mele@edu>

### **DPU**

Aarhus Universitet

Danmarks institut for Pædagogik og Uddannelse

Afdeling for pædagogisk psykologi

Tuborgvej 164, bygning D, lokale D 219A

2400 København NV

Udgivet af: DPU, Aarhus Universitet, juli 2020

Copyright: Forfatteren

Udgave: 1.udgave

Kopiering: Tilladt med tydelig kildeangivelse

## INDHOLD

EMPOWER4U – FRA UDSAT ANBRAGT TIL EGEN TILVÆRELSE – FASE 2 .....	7
Pilotprojektet "mit drømmejob" .....	8
Målgruppe .....	9
Projektindhold og aktiviteter .....	9
Konsekvenser af Covid-19 virus .....	10
Fase 2 indhold og aktiviteter .....	10
Samplingsprocedure for unge .....	13
Samplingsprocedure for mentorer .....	13
Uddannelse af mentorer .....	14
Målsætning for fase 2 .....	15
Følgforskning .....	15
Metodeovervejelser .....	18
Metodemæssigt opdeles projektet i følgende faser .....	19
Rapportering af opfølgning på fase 1 .....	20
Delkonklusion .....	26
Kvalitativt fokusgruppeinterview 23. november 2019 .....	27
Analyse af det kvalitative fokusgruppeinterview .....	28
Citater der understøtter nogle af de skitserede tematikker og underaspekter .....	31
Delkonklusion .....	32
Konklusion på opfølgning af fase 1 .....	33
Rapportering af fase 2 resultater .....	33
Handlingstillid .....	33
Konklusion på handlingstillid fase 2 .....	37
Mental sundhed .....	39
Konklusion på mental sundhed fase 2 .....	43
Konklusion på den kvantitative empiri fase 2 .....	46
Fokusgruppeinterview med mentorer .....	51
Delkonklusion på fokusgruppeinterview med mentorer .....	57
Fokusgruppeinterview med unge fase 2 .....	58
Delkonklusion på fokusgruppeinterview med unge fase 2 .....	61

Citater der understøtter analysefundene.....	62
Timeline interview med unge fase 2 .....	63
Timelineinterview den 7. marts 2020 med ung 1 (en ung kvinde):.....	64
Timelineinterview den 7. marts 2020 med ung 2 (en ung mand): .....	67
Timelineinterview den 4. juli 2020 med ung 3 (en ung kvinde):.....	69
Timelineinterview den 4 juli 2020 med ung 4 (en ung kvinde) .....	71
Timelineinterview den 4. juli 2020 med ung 5 (en ung kvinde):.....	74
Delkonklusion på kvalitative timeline interview .....	77
Opfølgning på "Mit drømmejob" .....	77
Konklusion på den kvalitative empiri fase 2.....	80
Konklusion for projektets fase 2.....	81
Sammenfatning og konklusion .....	83
Anbefalinger til eventuel fase 3 .....	85

EMPOWER4U – FASE 2 er et følgeforsknings- og udviklingsprojekt, der har til formål at udvikle udsatte anbragte/tidligere anbragte unge personligt og socialt, så de rustes til at klare overgangen fra anbragt til egen tilværelse. Projektforløbet har til hensigt at styrke de udsatte unges livsduelighed gennem udvikling af de unges mentale robusthed og deres personlige og sociale kompetencer. En styrkelse heraf vil forbedre de unges tro på egne evner og dermed forbedre forudsætningerne for at kunne klare sig i egen bolig, gennemføre en uddannelse og/eller få et arbejde, som den unge vedholdende kan beholde.

I såvel forskningen som ved efterværnsindsats er der en tendens til at fokusere på de mere hårde kompetencer, hvor de unges succes og mulighed for at kunne leve et godt og selvstændigt voksenliv typisk vurderes på baggrund af, hvor godt den unge klarer sig i forhold til at opnå en uddannelse, fastholde et arbejde, betale sine regninger og holde sig væk fra kriminalitet og misbrug. Risikoen ved dette perspektiv er, at de mere bløde kompetencer som kommunikation, selvregulering, selvværd, netværk og relationer bliver ignoreret. Disse personlige og sociale kompetencer er imidlertid helt centrale i forhold til at sikre, at de unge også mentalt er rustet til at kunne varetage en selvstændig voksentilværelse. Det fulde potentiale i en indsats opnås bedst ved et balanceret fokus på både hårde og bløde kompetencer, som bl.a. fremhævet af Undervisningsministeriet<sup>1</sup>. EMPOWER4U skal supplere efterværnsindsatsen hårde fokus ved at tage udgangspunkt i at styrke den enkeltes livsduelighed. EMPOWER4U udvikler og styrker den unges mentale, sociale og personlige kompetencer.

EMPOWER4U er derfor et specialdesignet projektforløb i flere faser, der er udviklet til gruppen af unge af Børnehjælpsdagen (BHD) i samarbejde med innovations- og læringsvirksomheden True North (<http://www.truenorth.dk/>). True North er specialiseret i camps for personlig og social udvikling af unge gennem brug af metoder for accelereret indlæring i et oplevelses- og kroporienteret program. Børnehjælpsdagen bidrager med udvikling af et forløb af 1,5 års varighed udviklet på baggrund af specialviden om de unge, så lærings- og udviklingsmetoder ikke skyder over mål i forhold til, hvad de unge magter og evner.

Forskningsdesignet er tilrettelagt til opfølgning af fase 1 ( se tidligere rapport [http://pure.au.dk/portal/files/129118582/Rapport\\_EMPOWER4U.pdf](http://pure.au.dk/portal/files/129118582/Rapport_EMPOWER4U.pdf)) samt EMPOWER4U fase 2, der fandt sted over et år fra sommeren 2019 til sommeren 2020 med deltagelse af 45 nye unge og består af intensive flerdages camps kombineret med

<sup>1</sup> Klar, parat, uddannelse – inspiration om uddannelsesparathed", Undervisningsministeriets håndbogsserie nr. 12 2010

individuel mentorstøtte til de unge samt opfølgende Tjek-ind dage og sociale arrangementer med forankring og evaluering.

EMPOWER4U fase 2 projektet bygger på de erfaringer og de anbefalinger, som fase 1 gav. Fase 2 har således, i forhold til fase 1, haft et øget fokus på:

- a) Endnu mere styrkelse af relationsdannelsen
- b) Styrkelse af selvbeskyttelsen for deltagerne individuelt
- c) Geografisk forstærkning i form af deltagerne kommer fra samme delområde af Danmark
- d) Opmærksomhedspunkter i og udvikling af programmets indhold omkring optimisme og selvregulering
- e) Styrkelse af mentorindsatsen både på rekrutteringsdelen og uddannelsesdelen
- f) Børnehjælpsdagens overtagelse og videreudvikling af uddannelse.
- g) Forøgelse af antal startdeltagere med 25 % fra 40 til 50
- h) Øge antallet af "nedslag" til ca. det dobbelte i perioden imellem boot- og boostcampen
- i) Udvidelse af alderskriteriet for deltagelse som følge af målgruppens differentierede udviklingstrin fra 17 år op til 24 år.
- j) Etablering af samarbejder med kommuner.
- k) Bedre forankring af det tillærte.

## PILOTPROJEKTET "MIT DRØMMEJOB"

EMPOWER4U fase 2 har desuden haft tilknyttet pilotindsatsen "Mit drømmejob". I pilotindsatsen "Mit drømmejob" tages der udgangspunkt i, hvad den enkelte unge selv drømmer om i sit arbejdsliv. Herefter afdækkes kvalifikationer, krav og muligheder, hvorefter der igangsættes og følges et forløb for de unge, der viser klar motivation for at komme i et job.

Børnehjælpsdagens rolle har været at matche den unge med en faglig relevant jobmentor i en konkret virksomhed, samt at fungere som psykologisk støtteenhed under hele forløbet. Udvidelsen bygger på et unikt samarbejde mellem Børnehjælpsdagen, unge og virksomheder. Flere end 10 virksomheder tilkendegav deres interesse i at ville yde CSR ved at tage en praktikant/trainée ind i deres virksomhed og støtte denne i målet om et specifikt arbejde, allerede inden projektstart af fase 2.



I pilotprojektet har det været vigtigt, at den unge er med igennem hele processen, og selv har mulighed for at lave tilvalg og fravalg, ud fra nøgleordene: Drømme, drivkraft og motivation. "Mit drømmejob" har taget deltagerne fra EMPOWER4U fase 2 med videre, hvor der i et trekantssamarbejde er arbejdet med at styrke, udvikle og fastholde de unges ressourcer i et fremadskuende perspektiv. Målet er, at den unge bliver ansat i virksomheden eller igangsætter/færdiggør en uddannelse, der relaterer sig til det job, som den unge har stiftet bekendtskab med i virksomheden.

"Mit drømmejob" har haft til formål at spore de unge ind på en varig ændring i deres tilværelse gennem beskæftigelse, hvor de både bliver selvstændiggjorte og selvforsørgende i forhold til det offentlige system og endvidere får andel i de anerkendelsesfaktorer, som knytter sig til samfundets reproduktive sfære, som eksempelvis løn, arbejdsidentitet, kollegaer, social betydning m.v..

Denne del af projektet gennemføres – såfremt den unge giver samtykke hertil – om muligt i et samarbejde med den konkrete kommune, den unge er tilknyttet, således at der er synergi i indsatserne. Om det er i et samarbejde med børne- og ungeafdelingen, jobcentret og/eller socialmyndigheden afhænger af den unges alder og placering i sagsbehandlersystemet.

## MÅLGRUPPE

Projektets fase 2 primær målgruppe består af nuværende og tidligere anbragte unge mellem 17-24 år, der enten er på vej ud af anbringelse inden for det næste år, eller allerede er i gang med at etablere et liv på egne ben, men som vurderes at mangle færdigheder i at kunne klare sig selv.

Målgruppen for projektets opfølgning på fase 1 er unge, der har deltaget i EMPOWER4U fase 1. Opfølgningen består i at følge effekten af projektets fase 1 halvandet år efter afslutning af læringsforløbet.

## PROJEKTINDHOLD OG AKTIVITETER

Fase 1: Opfølgning med kvantitative og kvalitative målinger af tidligere deltagere i EMPOWER4U FASE 1, november 2019

Fase 2: Følgeforsknings- og udviklingsprojekt med 45 nye unge som deltagere i perioden fra juni 2019 til august 2020.

## KONSEKVENSER AF COVID-19 VIRUS

I forbindelse med pandemien Covid-19, erklærede den danske statsminister Mette Frederiksen nedlukning af Danmark den 11. marts 2020. Dette har haft konsekvenser for projektets gennemførelse i henhold til projektets tidsplan. Således er der et social event planlagt til lørdag den 28. marts 2020, som ikke kunne afholdes, men som forventet afholdt i september 2020, og afslutningen planlagt til den 18. april 2020 blev udskudt af to omgange til den 21. juni 2020, hvor det igen var tilladt at forsamles i mindre grupper med afstand. Nedlukningen af Danmark har også haft konsekvenser for muligheder for, at den unge kunne mødes fysisk med sin mentor.

I forhold til Mit Drømmejob, har Covid – 19 haft store konsekvenser for, hvornår de unge har kunnet starte i den aftalte praktik eller påbegynde et arbejde (se også afsnittet "Opfølgning på Mit Drømmejob").

## FASE 2 INDHOLD OG AKTIVITETER

Fase 2: Følgeforsknings- og udviklingsprojekt med 45 unge som deltagere.

De 45 unge er hvervet via et særligt tilrettelagt program i månederne op til projektets start. Fase 2 består af otte komponenter:

- BootCamp: en camp af 5 dages varighed fra 30. juni – 4. juli 2019.
- BoostCamp: en camp af 3 dages varighed fra 9. – 11. februar 2020
- Tjek-ind dage, hvor der arbejdes med det indhold, som der har været arbejdet med på de to camps. Dagene blev afholdt: Lørdag, d. 17. august 2019, Lørdag, d. 28. september 2019, Lørdag, d. 9. november 2019, Lørdag, d. 11. januar 2020 og Lørdag, d. 7. marts 2020.
- Sociale Events, der afholdes for de unge med fokus er på de sociale relationer. Disse dage er afholdt: Lørdag, d. 7. september 2019, Lørdag, d. 19. oktober 2019 og Lørdag, d. 30. november 2019. Der var planlagt et social event lørdag, d. 28. marts 2020, som blev udskudt p.g.a. Covid-19. Arrangementet forventes afholdt i september 2020.
- Afslutning og uddeling af diplomer: Lørdag, den 18. april 2020. Denne aktivitet kunne imidlertid ikke gennemføres på den planlagte dato p.g.a. Covid-19.

Afslutning blev således rykket af to omgange, først til den 23. maj og efterfølgende til 21. juni 2020.

- Individuel mentorstøtte til den unge.
- En løbende livline til hjælp og støtte fra Børnehjælpsdagen.
- Tilbud til alle unge om at deltage i pilotprojektet "Mit drømmejob"

2019												2020							
Fastholdelse 1												Fastholdelse 1+2							
Hvervning og planlægning						Programmet med camps og tjek-in						Afslutning og uddeling af diplomer							
												Drømmejob							
												Planlagt konference							
Hvervning og "kontrakt" med de unge						Deltager i mentorprogram, Tjek-in, Sociale Events og Camps													
Hvervning og træning af teamledere						Teamlederne deltager i Camps, Tjek-in og Sociale Events													
Hvervning og træning af mentorer						Mentorstøtte til de unge under hele forløbet													
jan	feb	ma	apr	maj	jun	jul	aug	sep	okt	nov	dec	jan	feb	ma	apr	maj	juni	juli	

Fig. 1. oversigt over fase 2 indhold og aktiviteter.

Fase 1 består udelukkende af opfølgning på det tidligere forløb.

I Fase 2 afholdes to camps. Først en 5-dages Bootcamp i uge 26/27 (skolernes sommerferie) og syv måneder senere en opfølgende Boostcamp af tre dages varighed (tre hverdage i skolernes vinterferie uge 6/7) begge med fokus på udsatte unges livsduelighed.

Aktiviteterne under de to camps er oplevelsesorienterede. Der undervises med metoder inden for accelereret indlæring. Aktiviteterne handler om at øge kendskabet til sig selv og sine kompetencer på en engagerende og vedkommende måde. Der arbejdes med fokusområderne optimisme, vedholdenhed, ejerskab, oprigtighed, relationsdannelse og selvfølelse.

De to camps har et dagsprogram med fast og klar struktur med et indhold af skiftevis læringsmålrettede og mentalt afkoblende og positivt-vinklede moduler.

Perioden fra den første til anden camp følges op med et personligt program for de unge for at styrke tillærte færdigheder under supervision og støtte af de unges mentorer og Børnehjælpsdagen. Det personlige program er inspireret af programmet, The Duke of Edinburgh Award.

Programmet tager udgangspunkt i, at den unge engageret og dedikeret arbejder mod at forbedre egne evner og dermed udvikler sig på det personlige plan. Oprindeligt gøres dette inden for områderne Fysik, Faglighed, Mod og Velgørenhed. Det oprindelige program tilpasses EMPOWER4U, så den unge selv definerer sine "udviklingsmål". Formålet med det personlige udviklingsprogram er at motivere deltagerne til at træde ud af deres komfortzone og lære dem mestring gennem en række små sejre i deres dagligdag. Mentorernes rolle er blandt andet at støtte, motivere og fastholde de unge i deres personlige udviklingsplan, så de når deres mål.

Imellem de to camps afholder Børnehjælpsdagen (BHD) ni dags-arrangementer, som skal støtte op om de unges udvikling og sikre større tillæring. Arrangementer er en kombination af oplæg i plenum med efterfølgende refleksion og træning i mindre grupper og har samtidig til formål at styrke deltagergruppens relationer på kryds og tværs.

Udbyttet af de to camps styrkes gennem det individuelle program, hvor den enkelte unge får mulighed for at bringe værktøjerne fra Bootcamp i spil under mentorens supervision og støtte. På Boostcamp forstærkes værktøjerne og samtidig bringes de unges erfaringer i spil. De unges oplevelser er afgørende for at skabe en fremadrettet lærings- og udviklingsmodel, der virker.

Mentorerne deltager delvist i den første Bootcamp, er trænet i deres opgave, og der bliver løbende fulgt op på deres rolle. Mentorerne forpligter sig til en kontinuerlig ugentlig kontakt med den unge i forhold til den unges opnåelse af aftalte mål i forbindelse med det personlige udviklingsprogram.

## SAMPLINGSPROCEDURE FOR UNGE

### Fase 1:

Børnehjælpsdagen har hvervet 39 deltagere til Fase 1. Hvervningen er foregået via en informationsdag, som alle anbragte unge i målgruppen indbydes til. På informationsdagen er deltagere informeret om, hvad de kan forvente af at deltage i forløbet, men også hvad der forventes af dem. Via oplysning, gennem øvelser og fortælling sikres, at de unge får en forsmag på, hvad der kommer til at ske. På informationsdagen møder de unge op sammen med en primærvoksen. Det behøver ikke være den mentor, der skal følge dem gennem forløbet. Efter informationsdagen skal de unge selv tilkendegive, hvorfor netop de skal med i forløbet.

Ud fra de unges motiverede tilkendegivelser er de deltagere udvalgt, som vurderes at have mest brug for at gennemgå forløbet, og som menes at kunne gennemføre det. Udvælgelsesprocessen skal sikre, at de topmotiverede bliver udpeget, idet der erfaringsmæssige er et vist frafald, når de unge stilles overfor mange krav.

### Fase 2:

Børnehjælpsdagen har hvervet 45 deltagere til Fase 2.

Der blev afholdt informationsdage, hvor flere unge deltog, nogle ledsaget af en kontakt-/støtteperson, plejeforældre eller andet. På informationsdagen blev EMPOWER4U programmet præsenteret, og enkelte øvelser med aktiv deltagelse af de fremmødte blev afprøvet. De fremmødte kunne stille spørgsmål og i øvrigt gå i dialog med Børnehjælpsdagen for at opnå mere viden om programmet. På baggrund af de unges motiverede tilkendegivelser er de deltagere udvalgt med det største behov for indsatsen og med størst sandsynlighed for at kunne gennemføre forløbet. Udvælgelsesprocessen har sikret, at de topmotiverede bliver udpeget, idet der erfaringsmæssige er et vist frafald, når de unge stilles overfor mange krav.

## SAMPLINGSPROCEDURE FOR MENTORER

Alle mentorerne har henvendt sig, efter at de har set opslag og/eller video på de sociale medier, jobindeks eller opslag på frivilligcenter.

Alle mentorer har udfyldt et ansøgningsskema med deres personlige oplysninger, motivation for at ansøge om at blive mentor, beskrivelse af sig selv, samt om de har erfaring med målgruppen og frivilligt arbejde. Ud fra denne beskrivelse er mentorerne

udvalgt og har derefter været igennem en personlig samtale ml. 20-30 minutters varighed. Her er der yderligere spurgt ind til deres motivation, personlige beretning samt hvem de er som menneske, og om de er i stand til at varetage opgaven som mentor. Alle dem, der gik videre efter telefonsamtalen, modtog en online manual (9 sider), der beskriver projektet, opgaven som mentor, underretningspligt m.m., samt en samarbejdsaftale. Efter at mentorerne har læst manualen og underskrevet samarbejdsaftalen er de officielt blevet mentorer i EMPOWER4U og inviteret i en lukket Facebook gruppe sammen med de andre mentorer.

Der er indhentet børneattest på alle mentorerne, omend alle unge, der deltager i EMPOWER4U er over 15 år.

## UDDANNELSE AF MENTORER

Alle mentorerne har modtaget en 9 siders online manual, hvor pædagogikken, metoden og tilgangen bag EMPOWER4U er beskrevet. Alle mentorerne var inviteret til at deltage på den sidste campdag på den første camp i starten af juli 2019. Ca. halvdelen deltog denne dag, hvor der blev afholdt en 3-timers workshop. Her blev det forklaret og illustreret i dybden, hvad forløbet indeholder, mentorrollen og hvad denne indebærer, samt måden der arbejdes med de unge på. Derudover blev der lavet scenarier/case eksempler, hvor mentorerne blev sat til at reflektere, diskutere og beskrive, hvad de ville gøre i de forskellige situationer. Hele mentorworkshoppen foregik på samme aktive og inddragende måde, som de unge i EMPOWER4U oplever. De fokusområder, der arbejdes med i forløbet (vedholdenhed, ejerskab, optimisme, oprigtighed, relationsdannelse og selvfølelse) blev nøje gennemgået, og mentorerne mødte den unge for første gang. Alle mentorerne har været medlem af en lukket Facebook gruppe, hvor Børnehjælpsdagen løbende har lagt billeder og beskrivelser op, hver gang de unge har været samlet og hvor der har været arbejdet med ét af fokusområderne. Der har ofte været ideer til, hvilke spørgsmål og emner mentorerne kunne tale med de unge om. Derudover har mentorerne hele tiden haft mulighed for at få sparring/rådgivning, hvis de oplevede udfordringer med mentorforløbet eller var i tvivl om noget. Dette har ca. 15 mentorer benyttet sig af. Der var planlagt en yderligere uddannelsesdag i januar 2020, men på grund af for få tilmeldte blev denne dag aflyst. Ligesom på den første camp, blev alle mentorerne inviteret til at deltage på den sidste campdag på den anden camp, der blev afholdt i februar 2020. Dog var der mange mentorer, der ikke kunne deltage, da campen blev afholdt i vinterferien.

## MÅLSÆTNING FOR FASE 2

Forventede resultater og målsætninger i fase 2:

1. 95 % af de unge, der fuldfører forløbet, og 90 % af deres mentorer vurderer, at de har tilegnet sig redskaber, som er direkte anvendelige og som kan overføres til deres hverdag,
2. 95 % af de unge, der fuldfører forløbet, og 90 % af deres mentorer vurderer, at de har styrket troen på sig selv og egne evner og formåen,
3. 90 % af de unge, der fuldfører forløbet, og 85 % af deres mentorer vurderer, at de er blevet mere livsduelige, hvilket betyder, at deltagerne har opnået øget bevidsthed om egne potentialer
4. mindst 20 deltagere siger ja tak til traineeforløb i forbindelse med "Mit drømmejob" i en specifik virksomhed, og
5. Mindst 10 af deltagerne kommer som direkte følge af projektet i beskæftigelse eller igangsætter en uddannelse med samtidig "tilknytning" til en virksomhed.

På lang sigt er de forventede resultater:

- At væsentlig flere af deltagerne vælger at uddanne sig udover 9. klasse end gennemsnittet af anbragte/tidligere anbragte.
- At væsentlig flere af deltagerne får fast job på arbejdsmarkedet end gennemsnittet af anbragte/tidligere anbragte og dermed bliver selvforsørgende.
- At overgangen fra anbragt til egen bolig samlet set opleves af de unge, der har deltaget, som lettere at tackle.
- At flere dermed bryder den social arv.

## FØLGEFORSKNING

Børnehjælpsdagens viden og erfaringer med målgruppen i kombination med True Norths metoder inden for accelereret læring og personlig udvikling udgør et unikt afsæt for at samskabe en særlig metodologi i forhold til at styrke udsatte anbragte/tidligere anbragte 17-24-årige unge personligt og socialt, så de rustes til overgangen til voksenlivet. Det er derfor relevant at frembringe forskningsbaseret viden om, hvad denne særlige metodologi kan.

Forskningsspørgsmål lyder derfor således:

I hvilken udstrækning ses målbar og/eller oplevet effekt af interventionen EMPOWER4U fase 1, 1½ år efter de unges deltagelse i forløbet, på deltagernes handlingstillid og udvikling?

I hvilken udstrækning ses målbar og/eller oplevet effekt af intervention EMPOWER4U fase 2 på deltagernes:

1. Handlingstillid og forventning til egen mestring?
2. Trivsel?
3. I fase 2 skal det kvalitativt undersøges, hvorfor nogle deltagere i så høj grad har profiteret af fase 1, og i dag er ambassadører for indsatsen til foredrag og overfor nye deltagere, mens andre deltagere enten ikke har profiteret eller har oplevet tilbagegang, så der sikres en mere målrettet hvervning af de, der kan få mest udbytte.

Følgeforskningen i både fase 1 og fase 2 er sket gennem et mixed methods konvergent forskningsdesign, hvor kvantitative målinger før og efter belyser den målbare effekt, mens kvalitative målinger belyser den oplevede effekt hos en gruppe af de unge samt hos en gruppe mentorer.

De to datasæt for kvantitative og kvalitative målinger skaber forskellige former for indsigt, der kan perspektiveres og afklares yderligere via kombination og sammenfletning. Styrken ved mixed methods design er netop, at man anvender forskellige metoder til både at belyse forskningsspørgsmål og validere resultaterne af forskningen.

Fase 1:

De kvantitative målinger af målbar effekt er i fase 1 foretaget med:

- The General Self-Efficacy Scale (Bandura, 1993) til vurdering af handlingstillid og forventning til egen mestring
- Sundhedsprofilen til vurdering af trivsel og resiliens (Beckmann, 2004)

The General Self-Efficacy Scale og Sundhedsprofilen er indhentet som surveydata og data blev overført til Excel ark, hvorfra beregninger af Cohens D effekt blev foretaget.



De kvalitative målinger af oplevet effekt er foretaget med:

- Timeline interviews med 4 unge – 2 unge kvinder og 2 unge mænd.
- Fokusgruppeinterview med gruppe af mentorer.

Evalueringsdelen af projektet bestod således afslutningsvis af såvel målbare som oplevede effekter og konklusionerne herpå, samt de perspektiver, som kunne udtrages heraf.

I opfølgingsfasen for fase 1 bestod de kvantitative målinger af:

- The General Self-Efficacy Scale (Bandura, 1993) til vurdering af handlingstillid og forventning til egen mestring.
- Sundhedsprofilen udgik.

I opfølgingsfasen for fase 1 bestod de kvalitative målinger af:

- Fokusgruppeinterview med 8 unge deltagere.

Fase 2:

De kvantitative målinger af målbar effekt er foretaget i fase 2 med:

- The General Self-Efficacy Scale (Bandura, 1993) til vurdering af handlingstillid og forventning til egen mestring.
- Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale - WEMWBS (Brown, Janmohamed & Parkinson, 2008)

Både The General Self-Efficacy Scale og WEMWBS er indhentet som surveydata og data blev overført til Excel ark, hvorfra beregninger af Cohens D effekt blev foretaget.

De kvalitative målinger af oplevet effekt er foretaget med:

- Timeline interviews med 5 unge – 4 unge kvinder og 1 ung mand.
- Fokusgruppeinterview med 7 unge deltagere.
- Fokusgruppeinterview á to omgange med grupper af 2 + 2 mentorer.

## METODEOVERVEJELSER

Projektet er teoretisk og forskningsmæssigt funderet i positiv psykologi med afsæt i individuelle styrker og ressourcer (Seligman & Peterson, 2004), Self-efficacy (handlingstillid) (Bandura 1993, 2012), samt optimal trivsel med fokus på realisering af potentialer (Seligman, 2011).

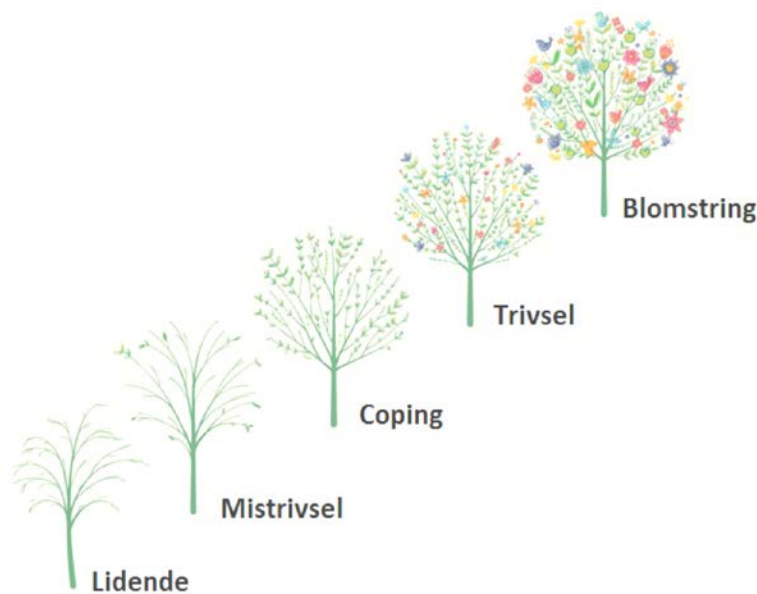


Fig. 2. Modellen illustrerer et trivselskontinuum fra lidende til blomstring.

I trivselskontinuumet symboliserer det hensygnende træ uden blade det lidende menneske, mens træet, der endnu har nogle få blade tilbage, symboliserer et træ i mistrivsel. I midten ses coping-træet, der står rankt med mange blade, som magter at håndtere vejr og vind. Trivsels-træet er ud over at være et rankt træ også et træ med blomster i knop og med enkelte blomster udsprunget, mens det blomstrende træ står i fuldt flor med et væld af blomster og i al sin farvepragt.

Målsætning for projektet er, at flest muligt udsatte unge opnår et niveau af coping og understøttes i processen mod udvikling og blomstring. Desuden er målsætningen at skabe ny viden om, hvilke faktorer, der bedst understøtter en sådan udvikling.

## METODEMÆSSIGT OPDELES PROJEKTET I FØLGENDE FASER

1. Kvantitative målinger af handlingstillid og kvalitativt fokusgruppeinterview med unge som opfølgning for fase 1 samt kvantitative baseline-målinger af handlingstillid og trivsel for fase 2.
2. Interventionsprogram bestående af to camps, 5 Tjek-ind dage, 4 sociale arrangementer samt et individuelt mentorforløb.
3. Kvalitative interviews
  - Fokusgruppe-interviews med en gruppe af unge deltagere.
  - Fokusgruppe-interviews med gruppe af mentorer.
  - Timeline-interview med 5 unge.
4. Kvantitative effektmålinger af handlingstillid og trivsel.

I nærværende projekt benyttes et mixed methods design med både kvantitative og kvalitative data. Styrken i denne metode er: "At den i mindre grad er påvirket af bias, der kan være indbygget i én enkelt metode, at undersøgelsen kan belyse eller teste flere og mere komplicerede aspekter af en given teori, og at der er indbygget en slags replikation i selve undersøgelsen, der kan styrke gyldigheden eller forklaringskraften af undersøgelsens resultater" (Gundelach et al., 2014, s. 18).

Ud over at blande flere forskningsstilarter laves der med mixed methods en integration for at skabe kobling eller bygge bro mellem de forskellige delelementer i følgeforskningsprojektet, hvilket anvendes til at skabe flere perspektiver samt en større og mere fyldestgørende forståelse for feltet end muligt for de kvantitative og kvalitative metoder hver for sig.

Det benyttede følgeforskningsdesign er et *'Konvergent design'*, hvor intentionen er at flette resultaterne af henholdsvis kvantitative og kvalitative data. Sammenfletningen skaber både et kvantitativt og et kvalitativt billede til besvarelse af forskningsspørgsmål, og da begge datasæt (fase 1 + fase 2 samt baseline- og eftermålinger) skaber forskellige former for indsigt, bidrager kombination og sammenfletning til afklaring fra forskellige vinkler og perspektiver. Det stærkeste konvergente design inkluderer, at de valgte metoder kvantitative og kvalitative vægtes lige. Albert Einstein er tillagt ordene 'Not everything that counts can be counted', hvilket her illustrerer ønskværdigheden af et design, hvor kvantitative og kvalitative data supplerer hinanden ligeværdigt, så både det målbare og det oplevede 'tæller' og samlet kan give et mere fyldestgørende billede. Kvantitative data og kvalitative data analyseres i første omgang separat og efterfølgende samlet.

De kvantitative data fra surveys behandles og udregnes med Cohens D effektmålinger for før- og efter-effekter. De kvalitative data fra fokusgruppe-interviews såvel som timeline-interviews analyseres med afsæt i 6 faser:

1. Der blev umiddelbart efter interviewet skrevet et cover sheet, hvilket er nedskrivning af det, der har gjort indtryk, stemningen og det umiddelbare indtryk, som interviewer har givet lige efter afholdelse af interviewet.
2. Interviewet er lyttet igennem i sin fulde helhed.
3. Dele af interviewet er transskriberet.
4. Der er foretaget en kondenseret meningsanalyse med reference til tematikkerne fra interviewguiden.
5. Interviewet er kodet i henhold til tematikkerne og underaspekter af tematikkerne.
6. Citater er udvalgt til de enkelte tematikker og underaspekter.

## RAPPORTERING AF OPFØLGNING PÅ FASE 1

39 unge deltog i projekt EMPOWER4U fase 1. Gruppen af deltagere har i alt gennemført fire målinger af deres handlingstillid. At have handlingstillid betyder, at man har positive forventninger til, at man selv råder over de nødvendige evner og ressourcer til at klare de udfordringer, man er stillet overfor. Spørgeskemaet, som de unge har besvaret, består af 10 spørgsmål og er oprettet som en SurveyMonkey, hvor de unge svarer online.

Første måling fandt sted i oktober 2017 og udgør projektets baseline måling af handlingstillid før projektstart. Anden måling var en midtvejsmåling i februar 2018. Tredje måling deltog de unge i efter endt camp-forløb i april 2018, og sidste måling er foretaget i perioden fra slut august – slut oktober 2019, svarende til ca. 1 ½ år efter forløbets afslutning. I denne rapportering inkluderes udelukkende målingerne fra oktober 2017, april 2018 og oktober 2019. I første måling deltog alle 39 unge. Ved tredje måling deltog 36 unge, svarende til et frafald på tre unge (7%). Ved fjerde og sidste måling deltog 35 unge, svarende til et frafald på fire unge (10%).

I spørgeskemaet, der omhandler handlingstillid, besvarer de unge i alt 10 spørgsmål.

Spørgsmålene lyder:

- 1) Jeg kan altid løse vanskelige problemer, hvis jeg prøver ihærdigt nok
- 2) Hvis nogen modarbejder mig, finder jeg en måde til at opnå det, jeg vil
- 3) Det er let for mig at holde fast ved mine planer og realisere mine mål
- 4) Jeg er sikker på, at jeg kan håndtere uventede hændelser
- 5) Takket være mine personlige ressourcer ved jeg, hvordan jeg skal klare uforudsete situationer
- 6) Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats
- 7) Jeg bevarer roen, når der er problemer, da jeg stoler på mine evner til at løse dem
- 8) Når jeg støder på et problem, kan jeg som regel finde flere løsninger
- 9) Hvis jeg er i vanskeligheder, kan jeg som regel finde en udvej
- 10) Lige meget hvad der sker, kan jeg som regel klare det.

Spørgsmålene kan besvares med:

1 = Passer slet ikke

2 = Passer en smule

3 = Passer nogenlunde

4 = Passer præcist.

Ud fra de samlede besvarelser på spørgeskemaet, der omhandler handlingstillid, måles effekten af indsatsen i EMPOWER4U projektets fase 1 ud fra en effektmåling kaldet Cohens D, hvor 0,2 svarer til lille effekt, 0,4 til middel effekt og 0,8 til stor effekt. I udregningen tages højde for frafaldet af unge ved både tredje og fjerde måling.

### **Effekt på Handlingstillid af indsatsen målt fra 1. - 4. måling**

Effekten af den samlede indsats i EMPOWER4U fase 1 målt på handlingstillid i perioden fra projektstart oktober 2017 til oktober 2019 er **0,49**, hvilket svarer til en effekt over middel.

Ser vi på målingen på handlingstillid foretaget i april 2018 var effekten på daværende tidspunkt 0,38.

Der er således sket en positiv udvikling i handlingstillid hos de unge i de næsten 1 ½ år, der er gået siden april 2018 og til den sidste måling foretaget i perioden fra august 2019 – oktober 2019. Det er udtryk for, at effekten ikke kun har holdt sit niveau fra målingen i april 2018, men at den er steget yderligere i den mellemliggende periode.

Ser vi specifikt på effekten fra første måling i oktober 2017 til slutmålingen oktober 2019 fordelt på de enkelte spørgsmål, ser det således ud:

Spørgsmål 1 =	Spørgsmål 2 =	Spørgsmål 3 =	Spørgsmål 4 =	Spørgsmål 5 =
0,27	0,47	0,29	0,38	0,42
Spørgsmål 6 =	Spørgsmål 7 =	Spørgsmål 8 =	Spørgsmål 9 =	Spørgsmål 10 =
0,19	0,22	0,11	-0,08	0,04

Fig 3. Effektmåling fordelt på hvert enkelt spørgsmål i spørgeskemaet

Der ses stor forskel på effekten i forhold til de enkelte spørgsmål.

Størst effekt på handlingstillid ses:

- på spørgsmål 2: Hvis nogen modarbejder mig, finder jeg en måde til at opnå det, jeg vil - med effekt 0,47,
- på spørgsmål 5: Takket være mine personlige ressourcer, ved jeg, hvordan jeg skal klare uforudsete situationer - med effekt 0,42, samt
- på spørgsmål 4: Jeg er sikker på, at jeg kan håndtere uventede hændelser - med effekt 0,38.

Lav effekt på handlingstillid ses:

- på spørgsmål 3: Det er let for mig at holde fast ved mine planer og realisere mine mål - med effekt 0,29,
- på spørgsmål 1: Jeg kan altid løse vanskelige problemer, hvis jeg prøver ihærdigt nok - med effekt 0,27,
- på spørgsmål 7: Jeg bevarer roen, når der er problemer, da jeg stoler på mine evner til at løse dem - med effekt 0,22, og
- på spørgsmål 6: Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats - med effekt 0,19.

Ingen eller lille negativ effekt ses:

- på spørgsmål 8: Når jeg støder på et problem, kan jeg som regel finde flere løsninger – med effekt 0,11,
- på spørgsmål 10: lige meget hvad der sker, kan jeg som regel klare det – med effekt 0,04, og
- på spørgsmål 9: Hvis jeg er i vanskeligheder, kan jeg som regel finde en udvej – med effekt -0,08.

I forhold til effekten af indsatsen målt på handlingstillid i målingen, der afspejler udviklingen i perioden fra oktober 2017 til april 2018 og denne måling, der afspejler udviklingen fra perioden oktober 2017 til oktober 2019, kan vi se, at der er positiv fremgang på 7 ud af 9 spørgsmål, mens effekten på spørgsmål 1 er status quo. Det bekræfter den samlede positive fremgang, der er sket i perioden fra april 2018 og frem til oktober 2019.

De to målinger på spørgsmål 9 og 10, der i oktober 2019 viser ingen eller lille negativ effekt, har haft en positiv udvikling fra målingerne fra april 2018, svarende til en fremgang for spørgsmål 9 på 0,078 og en fremgang på spørgsmål 10 på 0,37.

Spørgsmål 8 har som eneste spørgsmål bevæget sig i negativ retning, idet der her ses en tilbagegang fra 0,62 til 0,11, svarende til -0,51.

Ser vi på de individuelle besvarelser, hvor en besvarelse maksimalt kan udløse 40 points ved at svare "passer præcist" på samtlige 10 spørgsmål og minimalt kan udløse 10 points ved at svare "passer slet ikke" på samtlige 10 spørgsmål ses:

Tabel 1: *Oversigt over svarsum for målingerne oktober 2017, april 2018 og oktober 2019, såvel som forskel mellem målingerne i perioden oktober 2017 til oktober 2019.*

Deltager	Oktober 2017	April 2018	Oktober 2019	Forskel oktober 2017 - oktober 2019
2	21	37	30	+ 9
3	25	33	33	+ 8
5	29	31	35	+6
6	27	29	36	+9
7	27	34	35	+8
8	17	13	19	+2
9	30	33	36	+6
10	30	21	29	-1
11	26	23	22	-4
12	30	21	21	-9
13	32	33	21	-11
14	18	33	27	+9
15	24	26	22	-2
16	26	32	31	+5
17	26	34	32	+6
18	22	28	28	+6
19	35	31	20	-15
20	29	33	30	+1



21	27	28	30	+3
22	19	24	24	+5
25	26	31	25	-1
26	28	23	28	0
27	35	35	35	0
28	29	28	29	0
29	26	38	36	+10
30	28	29	28	0
31	18	25	33	+15
32	25	35	37	+12
33	24	33	35	+11
34	28	35	32	+4
35	32	25	33	+1
36	27	34	33	+6
37	31	36	36	+5
38	34	31	15	-19
39	33	29	26	-7

Af tabel 1 fremgår det, at særligt tre målinger skiller sig ud fra den generelle udvikling, som målingerne viser. Det drejer sig om målingerne for deltagere 19, 38 og 39 markeret med blå. Disse målinger afspejler en negativ udvikling i handlingstillid i perioden fra oktober 2017 til april 2018 og denne negative udvikling forstærkes i perioden fra april 2018 frem til oktober 2019.

Målingerne for deltagere 8 og 35 markeret med gult afspejler en udvikling i handlingstillid, der i første periode fra oktober 2017 til april 2018 viser en negativ udvikling, men som i perioden fra april 2018 til oktober 2019 viser en positiv udvikling svarende til en forskel i målingerne på + 2 for deltager 8 og + 1 for deltager 35.

Som det ses af tabel 1, er der meget stor forskel hos de unge deltagere i forhold til, i hvilken periode de oplever den største fremgang. Bemærk her, at forskellen ikke er en effektmåling.

## DELKONKLUSION

Vi kan således aflæse, at effekten af indsatsen, der i april 2018 var på 0,38 er steget yderligere til 0,49 i perioden fra april 2018 – oktober 2019. Det vidner om, at de unge generelt har holdt fast i deres positive udvikling af handlingstillid målt efter sidste camp og frem til oktober 2019.

Den samlede effekt af indsatsen med EMPOWER4U fase 1 målt med Cohens D i oktober 2019 svarer til 0,49 svarende til en effekt over middel. Samtidig ses der stor forskel på effekt i forhold til deltagernes besvarelser af de enkelte spørgsmål i spørgeskemaet, hvor der således ses både områder, hvor deltagerne har oplevet middel effekt, områder med lav effekt samt områder med ingen eller endda negativ effekt. Det er værd at bemærke, at i de slutmålinger, hvor der måles ingen eller negativ effekt, har der alligevel været en positiv udvikling i effekten set i forhold til målingen april 2018.

Ser vi på de individuelle deltagere, ses der generelt en positiv udvikling i deltagernes individuelle oplevelser af deres handlingstillid. I alt oplever 23 en positiv forskel i handlingstillid i oktober 2019 mod 21 i april 2018. I oktober 2019 var der 8 deltagere, der gav udtryk for en negativ forskel i deres handlingstillid. I målingen fra april 2018 var der 11 deltagere, der gav udtryk for dette. 4 deltagere oplevede ingen samlet forandring i april 2018, dette tal var i oktober 2019 3 deltagere. I perioden fra oktober 2017 – april 2018 var frafaldet ved målingen på 3 deltagere. I målingen oktober 2019 var frafaldet ved målingen 4 deltagere. Det bemærkes, at der kun er sammenfald mellem to frafaldne deltagere ved de respektive målinger. Der er således på baggrund af dette tale om i alt 2 deltagere, der må formodes at være helt udgået af projektet i perioden efter den første måling i oktober 2017 og frem til målingen i april 2018, jf. tabel 1.

## KVALITATIVT FOKUSGRUPPEINTERVIEW 23. NOVEMBER 2019

Den 23. november 2019 blev der gennemført et fokusgruppeinterview af 1 ½ times varighed med deltagelse af 6 unge fra EMPOWER4U projektets første fase, kaldet Hold 1. Fordelingen af de unge var på køn: 4 drenge og 2 piger.

Interviewet blev afholdt på Danhostel på Amager nær København i forbindelse med afholdelse af gensyns-camp for de unge, der deltog i EMPOWER4U fase 1, kaldet Hold 1.

Ved ankomst blev de unge modtaget i døren af Projektchef Maria Deria fra Børnehjælpsdagen. Maria er en person, som de unge kender, og hun fulgte de unge hen til lokalet, hvor interviewet skulle foregå. Ved ankomst til lokalet blev alle budt velkommen af Maria, der også introducerede interviewer Louise Tidmand. I lokalet var der sørget for vand og glas, papir og skriveredskaber, og alle deltagere med undtagelse af Louise Tidmand sad, så de kunne se døren og havde uhindret adgang til denne.

Louise Tidmand bød også velkommen til de unge efter, at Maria havde forladt lokalet. Louise Tidmand fortalte om rammerne for interviewet for at skabe et trygt og tillidsfuldt rum. Der blev lagt vægt på at informere de unge om tidsrammen og pausen undervejs, om at alle i interviewet blev anonymiseret, og at det var frivilligt at deltage. Desuden fortalte Louise kort om sin interviewguide, der havde fokus på "siden sidst" i forhold til særligt at få indblik i de unges oplevelse af deres egen:

- Trivsel; herunder humør, aktivitetsniveau, gode oplevelser og fokus.
- Robusthed; herunder handlestrategier, at modstå modgang, have handlemuligheder og kunne se dem.
- Handlekraft; herunder at være handleorienteret, tage initiativer til forandringer i sit liv, være aktiv, at "stå ved roret på eget skib".
- Selvværd; selvbillede, relationer, venner, at være god nok, at tro på sig selv.

Deltagerne blev informeret om, at de til enhver tid kunne spørge eller byde ind til samtalen.

Louise Tidmand fortalte, at interviewet ville blive optaget, og at optagelsen ikke ville komme andre end hende for øre, men at den ville blive brugt til at informere om projektet og om deres oplevelse af deres deltagelse i projektet. Louise sikrede sig, at alle var indforstået hermed.

## ANALYSE AF DET KVALITATIVE FOKUSGRUPPEINTERVIEW

Interviewet er blevet analyseret ud fra følgende faser:

1. Der blev umiddelbart efter interviewet skrevet et cover sheet, hvilket er nedskrivning af det, der har gjort indtryk, stemningen og det umiddelbare indtryk, som interviewer har givet lige efter afholdelse af interviewet.
2. Interviewet er lyttet igennem i sin fulde helhed.
3. Dele af interviewet er transskriberet.
4. Der er foretaget en kondenseret meningsanalyse med reference til tematikkerne fra interviewguiden.
5. Interviewet er kodet i henhold til tematikkerne og underaspekter af tematikkerne.
6. Citater er udvalgt til de enkelte tematikker og underaspekter.

Tabel 2: Nogle væsentlige tematikker, der fremstod i interviewet kan skitseres således:

Tematikker	Kommer til udtryk konkret	Milepæle og ressourcer, de unge trækker på
At få og tage ansvar At få chancen - at nogen tror på mig At tænke på fremtiden	At blive forfremmet til job med ansvar At tage studentereksamen At vide, hvilken uddannelsesvej, man vil gå	Vedholdenhed Mod Øvelsen om at have en drøm Mod
At tro på sig selv At stå på egne ben	At flytte til studiebolig At blive en del af nye fællesskaber	Mentor er en stor hjælp
At overskride egne grænser At turde være sig selv	At skulle tale og fremlægge foran andre	
At lave fejl og turde bede om hjælp	At vide, at det er okay at være mig	Øvelsen med labyrinten
At have handlestrategier	At skrive dagligt At bede om hjælp At have et godt team omkring sig	Styring af min tilstand At tage ejerskab
Betydningen af relationer	At kunne mærke, hvilke relationer, der trækker dig ned og hvilke relationer, der er gode for dig At vælge relationer til og fra i eget liv	At tage ejerskab
Det personlige narrativ	Har fået lavet tatoveringer i forbindelse med EMPOWER4U	At gøre sin historie til sin styrke At have symbolet på sin udvikling på kroppen

At være rollemodel	At tage ud som frivillig og tale for andre børn og unge  At være med som ungeteamleder	Egen historie og huske sig selv på de små ændringer. At huske, hvor de kom fra og, hvor de er kommet til.  Hvis jeg kan, kan du også.
--------------------	--	--

## CITATER DER UNDERSTØTTER NOGLE AF DE SKITSEREDE TEMATIKKER OG UNDERASPEKTER

"Hvis jeg tror nok på mig selv, så kan jeg godt her i livet"

"Vi har fået mange redskaber til at komme ud af vores tilstand, når vi er rigtig ked af det"

"Vedholdenhed – jeg bliver stædig, fordi jeg vil ikke være der, hvor du er – jeg vil ikke bare sætte mig ned og lave ingenting – jeg har nogle mål, jeg gerne vil opnå"

"At kunne tale om det, gør det nemmere. At kunne holde en samtale med nogen, var noget, jeg ikke kunne før EMPOWER4U".

"EMPOWER, de har jo givet os sindssygt meget, og jeg føler jo rigtigt meget, at jeg vil rigtigt gerne kunne give tilbage ... jeg kom igennem det her, og det her virker for mig, så prøv det, ellers finder vi noget, der virker for dig. Hvis bare det giver den mindste mulighed ... der er en chance, du kan komme igennem det"

"Hvis bare vi har et mål og nogen til at hjælpe os, så kan vi komme virkelig langt".

"Det er fint nok at være mig selv, jeg kan godt være mig selv, og folk kan godt acceptere den måde, jeg er på, hvilket så også gjorde, at jeg godt kunne gennemføre min uddannelse (...) det er en ret stor ting"

"Jeg er blevet bevidst om, hvilken uddannelsesvej, jeg vil gå"

"jeg vågner op og siger, du kan godt det her – eller der er lys for enden af tunnelen – eller siger tre ting, som jeg er taknemmelig for"

"Jeg er rigtig stolt over, hvor jeg er nået hen i dag. Og jeg ville ikke være nået her til, hvis jeg ikke havde den baggrund, jeg har".

"Før EMPOWER4U vidste jeg ikke, om jeg skulle være stolt eller flov over min baggrund".

"Nu skulle vi give lidt igen, følte vi. Vi har fået tatoveret E4U, som jo står for EMPOWER4U, som jo er projektet, som vi er på...(...)... et tydeligt nyt lag på historien"

"Man starter fra en ende af, møder nye mennesker og uanset hvor du tager hen i livet er der nye muligheder, nye slutninger, men den er jo aldrig skrevet færdig – bladene er alle de mennesker, der møder en. De kan være god indflydelse, nødvendige for dig eller ikke, men uanset har de en effekt for, hvilke valg du tager og hvilken sti, du tager i livet"



## DELKONKLUSION

Til interviewet var der en god stemning. De unge er glade for at se hinanden. De har et fællesskab, og der er høj grad af tillid i rummet. Pigerne sætter sig ved siden af hinanden, og to af de drenge, der er gode venner og som har kendt hinanden længe inden EMPOWER4U sætter sig også ved siden af hinanden. Der er især god kontakt mellem de tre unge, der også er udvalgt til at være ungeteamledere for hold 2 i projektet.

Alle har de "rykket sig" overordentlig meget, og de er gode til at fortælle om det og ikke mindst, er de meget gode til at forklare hvilke værktøjer, de bruger i deres hverdag, og især når der er udfordringer i hverdagen. De bruger helt konkret og benævner værktøjerne med de navne på øvelser, som de har lært i EMPOWER4U.

Deres selvbillede og selvfortælling har ændret sig. Nu er de ikke bange for at fortælle om deres historie – de erkender, at det er netop dén historie, der gør dem til de personer, som de er i dag – og at det er deres historie sammen med EMPOWER4U, der har givet dem muligheder i livet. De er optaget af at være rollemodeller for andre; at kunne hjælpe andre unge, der står i lignende situationer. Flere af dem tager ud på skoler og fortæller om deres historie og om, at man kan komme videre i livet og få "et godt liv" på trods – eller måske snarere – på grund af sin fortid og opvækstvilkår.

At kunne sin historie og tage afsæt i den som en ressource giver anledning til også at se det som et element, der kan skabe perspektiv for andre, der har det nemt i livet – og for hvem "små problemer" (som at ville have en ny Iphone) ikke står mål med, hvordan andre har det eller står mål med, hvad der egentligt er store problemer.

Af tabel 2 fremgår nogle af de tematikker, som optog de unge under interviewet og som sammen med citaterne har dannet baggrund for den ovenstående kondenserede meningsanalyse af fokusgruppeinterviewet.



## KONKLUSION PÅ OPFØLGNING AF FASE 1

Som det fremgår af både de kvantitative såvel som de kvalitative data, har EMPOWER4U fase 1 gjort en positiv forskel for de unge, der har deltaget generelt set. Med en positiv Cohens D effekt på 0,49 for handlingstillid i perioden frem til og med oktober 2019 og et fokusgruppeinterview, der understøtter denne positive effekt og uddyber med eksempler, kan det konkluderes, at projektet har en positiv effekt for de unge, der deltager.

Dog bør det nævnes, at der er en spredning i de individuelle svar, hvor enkeltpersoners datasæt ikke understøtter den generelle konklusion, om end der i de persondatasæt, hvor der opleves en negativ effekt fra første måling til oktober 2017 frem til oktober 2019 kan påvises en positiv udvikling i perioden fra april 2018 til oktober 2019.

## RAPPORTERING AF FASE 2 RESULTATER

45 unge deltager i projekt EMPOWER4U fase 2 (kaldet Hold 2) og besvarede baseline-målingen i juni 2019 før projektstart og 38 unge deltog i målingen i februar 2019, hvilket svarer til et frafald på 15 %.

Gruppen har gennemført to kvantitative målinger af deres handlingstillid og deres mentale sundhed.

Desuden er foretaget et kvalitativt fokusgruppeinterview med 7 unge i marts 2020 samt 5 timelineinterview i marts og juli 2020, og endelig er der foretaget to fokusgruppeinterview med i alt fire mentorer fordelt på 2 mentorer i marts 2020 og 2 mentorer i juli 2020.

## HANDLINGSTILLID

At have handlingstillid betyder, at man har positive forventninger til, at man selv råder over de nødvendige evner og ressourcer til at klare de udfordringer, man er stillet overfor.

Spørgeskemaet, de unge har besvaret, består af 10 spørgsmål og er oprettet som en SurveyMonkey, de unge besvarer online.

1. Jeg kan altid løse vanskelige problemer, hvis jeg prøver ihærdigt nok
2. Hvis nogen modarbejder mig, finder jeg en måde at opnå det, jeg vil
3. Det er let for mig at holde fast ved mine planer og realisere mine mål
4. Jeg er sikker på, at jeg kan håndtere uventede hændelser
5. Takket være mine personlige ressourcer, ved jeg, hvordan jeg skal klare uforudsete situationer
6. Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats
7. Jeg bevarer roen, når der er problemer, da jeg stoler på mine evner til at løse dem
8. Når jeg støder på et problem, kan jeg som regel finde flere løsninger
9. Hvis jeg er i vanskeligheder, kan jeg som regel finde en udvej
10. Lige meget hvad der sker, kan jeg som regel klare det

Spørgsmålene kan besvares med:

1 = Passer slet ikke

2 = Passer en smule

3 = Passer nogenlunde

4 = Passer præcist.

Den **foreløbige** effekt af indsatsen i EMPOWER4U fase 2 projektet er beregnet med effektmålingen Cohens D, hvor 0,2 svarer til lille effekt, 0,4 til middel effekt og 0,8 til stor effekt.

Den samlede effekt på handlingstillid er på nuværende tidspunkt svarende til **0,69**, hvilket svarer til langt over middeleffekt. Fordelt på de enkelte spørgsmål er effekten:

Spørgsmål 1 = 0,62	Spørgsmål 2 = 0,27	Spørgsmål 3 = 0,60	Spørgsmål 4 = 0,10	Spørgsmål 5 = 0,64
Spørgsmål 6 = 0,77	Spørgsmål 7 = 0,40	Spørgsmål 8 = 0,32	Spørgsmål 9 = 0,71	Spørgsmål 10 = 0,79

*Fig. 4* Effektmåling fordelt på hvert enkelt spørgsmål i spørgeskemaet.

Der ses således stor forskel på effekten i forhold til de enkelte spørgsmål.

Størst effekt på handlingstillid ses på:

- spørgsmål 10: Lige meget hvad der sker, kan jeg som regel klare det: effekt 0,79
- spørgsmål 6: Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats: effekt 0,77
- spørgsmål 9: Hvis jeg er i vanskeligheder, kan jeg som regel finde en udvej: effekt 0,71

Lav effekt på handlingstillid ses på:

- Spørgsmål 4: Jeg er sikker på, at jeg kan håndtere uventede hændelser: effekt 0,10
- Spørgsmål 2: Hvis nogen modarbejder mig, finder jeg en måde at opnå det, jeg vil: effekt 0,27
- Spørgsmål 8: Når jeg støder på et problem, kan jeg som regel finde flere løsninger: effekt 0,32

Samlet set er der sket en positiv fremgang i alle spørgsmålene. Ser vi på individuelle besvarelser, kan en besvarelse maksimalt udløse 40 point ved at svare "Passer præcist" på samtlige 10 spørgsmål, og minimalt udløse 10 point ved at svare "Passer slet ikke" på samtlige 10 spørgsmål.

Der ses:

- 10 unge, der har oplevet tilbagegang i den totale score
- 28 unge, der har oplevet fremgang i den totale score,

Men mens de 10 unge, der oplever tilbagegang i gennemsnit går -5,2 point tilbage, så går de 28 unge, der oplever fremgang i gennemsnit 7,25 point frem.

Tabel 3. *Oversigt over svarsum for målingerne juni 2019 og februar 2020. Grøn farve indikerer fremgang mens blå farve indikerer tilbagegang.*

Deltager	Juni 2019	Februar 2020	Forskel
1	19	36	17
2	30	35	5
3	14	21	7
4	33	28	-5
5	24	23	-1
6	16	18	2
7	34	24	-10
10	22	27	5
11	21	28	7
13	18	16	-2
14	24	18	-6
15	20	39	19
16	25	35	10
17	31	28	-3
18	27	31	4
19	20	37	17
20	27	20	-7
21	23	25	2
22	19	33	14
23	31	25	-6
24	24	29	5
25	25	25	0
26	20	23	3
27	23	30	7
29	25	31	6
30	25	30	5
32	18	20	2
33	20	31	11
34	24	31	7
35	26	31	5
36	40	34	-6
37	11	19	8
38	29	30	1
40	19	24	5

41	28	36	8
42	20	28	8
43	18	31	13
44	32	26	-6

## KONKLUSION PÅ HANDLINGSTILLID FASE 2

Den samlede effekt af indsatsen med EMPOWER4U målt med Cohens D svarer til en effekt på handlingstillid på **0,69**, hvilket er en del over en middel effekt.

I denne effekt ses en tydelig bevægelse væk fra besvarelsene "Passer slet ikke", og "Passer en smule" over i kategorierne "Passer nogenlunde" og "Passer præcist" (se figur 1).

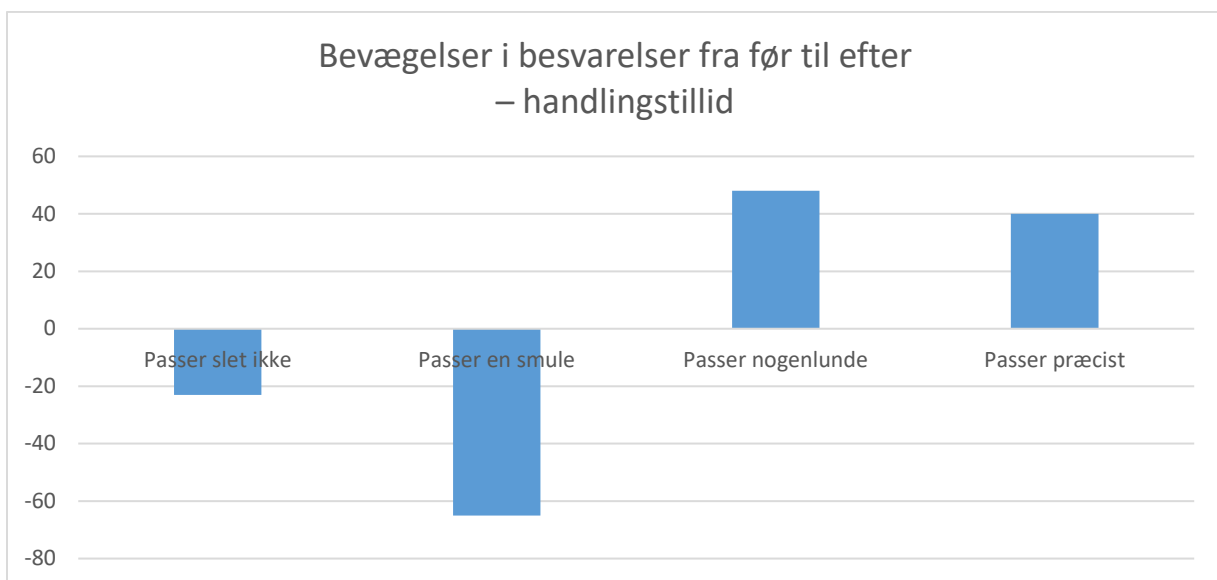
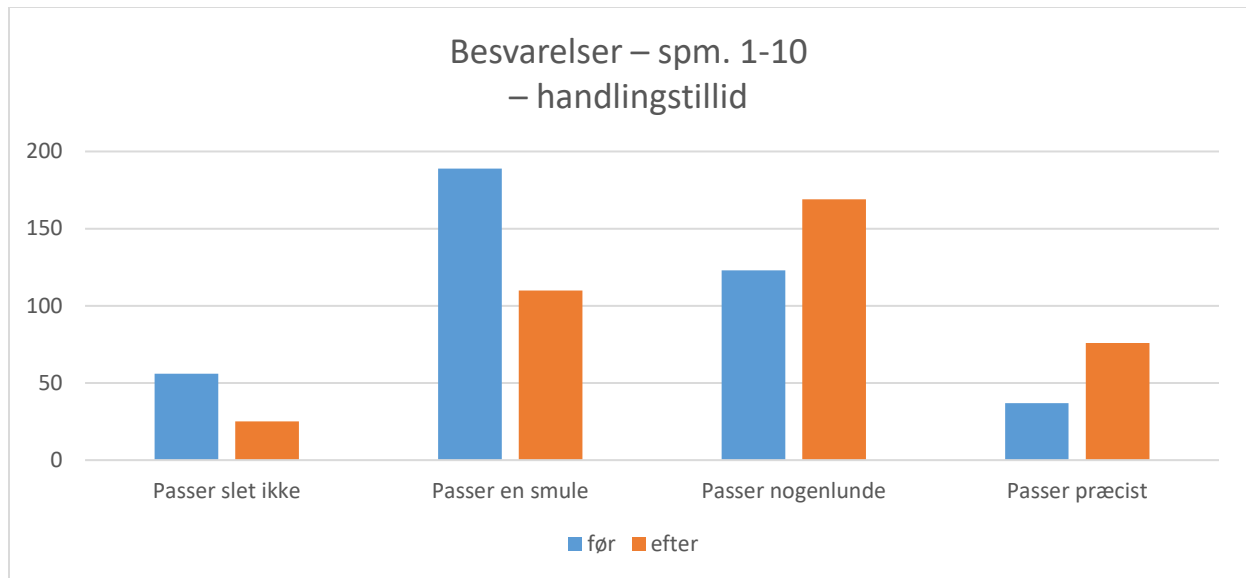


Fig. 5. Bevægelser i besvarelser fra juni 2019 til februar 2020.



Figur 6. Bevægelser fra før til efter i besvarelsene om handlingstillid.

Det er særligt i spørgsmålene:

Spørgsmål 1 "Jeg kan altid løse vanskelige problemer, hvis jeg prøver ihærdigt nok" (-100 %)

Spørgsmål 3 "Det er let for mig at holde fast ved mine planer og realisere mine mål" (-100 %)

Spørgsmål 6 "Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats" (-100 %),

hvor de unge, der svarede "Passer slet ikke" i første måling, udviser en større bevidsthed om deres egne evner og handlingstillid i eftermålingen.

I den anden ende af skalaen ses der en kraftig stigning i "Passer præcis" besvarelsene på spørgsmålene:

Spørgsmål 1 "Jeg kan altid løse vanskelige problemer, hvis jeg prøver ihærdigt nok" (+ 100%)

Spørgsmål 5 "Takket være mine personlige ressourcer, ved jeg, hvordan jeg skal klare uforudsete situationer" (+ 100%)

Spørgsmål 6 "Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats" (+ 183%)

Spørgsmål 7 "Jeg bevarer roen, når der er problemer, da jeg stoler på mine evner til at løse dem" (+ 125%)

Spørgsmål 9 "Hvis jeg er i vanskeligheder, kan jeg som regel finde en udvej" (+ 167%)

Spørgsmål 10 "Lige meget hvad der sker, kan jeg som regel klare det" (+ 150%)

Disse bevægelser giver et klart billede af, at de unge i løbet af projektperioden har fået en erkendelse om deres egne ressourcer og en indsigt i, at de altid har indflydelse på deres egen situation.

På spørgsmålet om, hvorfor nogle unge udvikler sig positivt mere end andre i de målinger, der er foretaget på handlingstillid i projektets fase 2, kan vi se, af de tal markeret med blå i tabel 3, at af de unge, der har oplevet en negativ udvikling under forløbet, har 6 ud af de 10 unge i denne gruppe en før score på 31 eller derover, 3 unge havde en før score på mellem 24-27 og en enkelt ung havde en før score på 18. Således har de unge, der har oplevet en negativ udvikling i handlingstillid haft en overvejende høj score i handlingstillid til at begynde med.

## MENTAL SUNDHED

Mental sundhed er en tilstand af trivsel, hvor det enkelte menneske kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress og indgå i fællesskaber med andre mennesker.

Spørgeskemaet, de unge har besvaret, består af 14 spørgsmål og er oprettet som en SurveyMonkey, de unge besvarer online.

1. Jeg har følt mig optimistisk i forhold til fremtiden
2. Jeg har følt mig nyttig
3. Jeg har følt mig afslappet
4. Jeg har været interesseret i andre mennesker
5. Jeg har haft overskud af energi
6. Jeg har klaret problemer godt
7. Jeg har tænkt klart
8. Jeg har haft det godt med mig selv
9. Jeg har følt mig tæt på andre mennesker
10. Jeg har følt mig selvsikker
11. Jeg har været i stand til at danne min egen mening om ting

12. Jeg har følt mig elsket  
 13. Jeg har været interesseret i nye ting  
 14. Jeg har følt mig fornøjet

Spørgsmålene kan besvares med:

1 = På intet tidspunkt

2 = Sjældent

3 = Noget af tiden

4 = Ofte

5 = Hele tiden

Den **foreløbige** effekt af indsatsen i EMPOWER4U projektet er beregnet med effektmålingen Cohens D, hvor 0,2 svarer til lille effekt, 0,4 til middel effekt og 0,8 til stor effekt.

Den samlede effekt på mental sundhed er på nuværende tidspunkt svarende til **0,31**, hvilket svarer til over lille effekt. Fordelt på de enkelte spørgsmål er effekten:

Spørgsmål 1 = 0,50	Spørgsmål 2 = 0,00	Spørgsmål 3 = 0,18	Spørgsmål 4 = 0,66	Spørgsmål 5 = 0,34
Spørgsmål 6 = 0,39	Spørgsmål 7 = 0,21	Spørgsmål 8 = 0,01	Spørgsmål 9 = 0,35	Spørgsmål 10 = 0,03
Spørgsmål 11 = 0,39	Spørgsmål 12 = 0,06	Spørgsmål 13 = -0,07	Spørgsmål 14 = 0,01	

Fig. 7: Effektmåling fordelt på hvert enkelt spørgsmål i spørgeskemaet.

Der ses således stor forskel på effekten i forhold til de enkelte spørgsmål.

Størst effekt på mental sundhed ses på:

Spørgsmål 1: Jeg har følt mig optimistisk i forhold til fremtiden; effekt 0,50

Spørgsmål 4: Jeg har haft overskud og energi; effekt 0,66



Lav effekt på handlingstillid ses på:

Spørgsmål 2: Jeg har følt mig afslappet; effekt 0,00

Spørgsmål 8: Jeg har haft det godt med mig selv; effekt 0,01

Spørgsmål 13: Jeg har været interesseret i nye ting; effekt -0,07

Spørgsmål 14: Jeg har følt mig fornøjet; effekt 0,01

Samlet set er der sket en positiv fremgang i alle spørgsmålene. Ser vi på individuelle besvarelser, kan en besvarelse maksimalt udløse 40 point ved at svare "Passer præcist" på samtlige 10 spørgsmål, og minimalt udløse 10 point ved at svare "Passer slet ikke" på samtlige 10 spørgsmål.

Der ses:

- 21 unge, der har oplevet fremgang i den totale score
- 16 unge, der har oplevet tilbagegang i den totale score
- 1 unge oplever ingen ændring

Men mens de 16 unge, der oplever tilbagegang, i gennemsnit går -9,6 point tilbage, så går de 21 unge, der oplever fremgang i gennemsnit 11,8 point frem.

Tabel 4. *Oversigt over svarsum for målingerne juni 2019 og februar 2020. Grøn markering indikerer fremgang, blå markering indikerer tilbagegang mens gul markering indikerer status quo.*

Deltager	Måling 1	Måling 2	Forskel
1	53	68	15
2	38	56	18
3	34	48	14
4	63	54	-9
5	52	40	-12
6	48	30	-18
7	50	31	-19
10	50	57	7
11	37	54	17
13	46	35	-11
14	39	34	-5

15	45	66	21
16	46	57	11
17	41	42	1
18	53	41	-12
19	41	57	16
20	50	41	-9
21	37	48	11
22	44	54	10
23	55	33	-22
24	53	49	-4
25	36	52	16
26	40	45	5
27	46	45	-1
29	45	42	-3
30	45	43	-2
32	42	47	5
33	49	52	3
34	54	54	0
35	32	60	28
36	70	59	-11
37	48	54	6
38	44	41	-3
40	31	46	15
41	49	59	10
42	41	48	7
43	33	44	11
44	56	44	-12

## KONKLUSION PÅ MENTAL SUNDHED FASE 2

Den samlede effekt af indsatsen med EMPOWER4U målt med Cohens D svarer til en effekt på mental sundhed på **0,31**, hvilket svarer til en effekt over, hvad der vurderes til en lille effekt.

I denne effekt ses der dog en tydelig bevægelse væk fra besvarelserne "På intet tidspunkt", "Sjældent" og "Noget af tiden" over i kategorierne "Ofte" og "Hele tiden" (se figur 8 og 9).

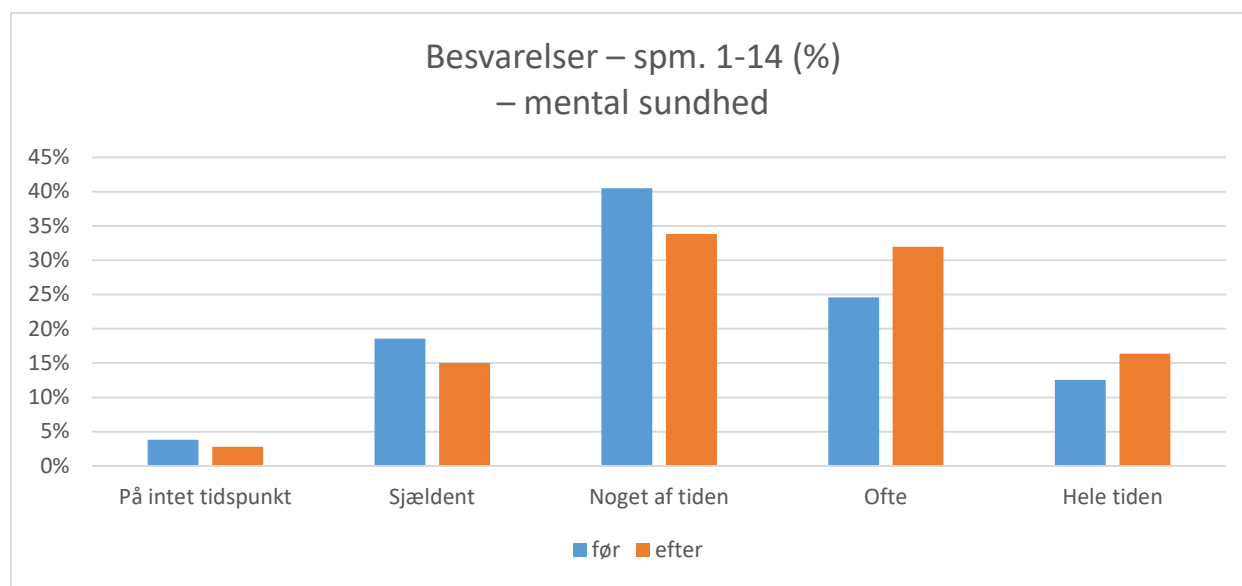
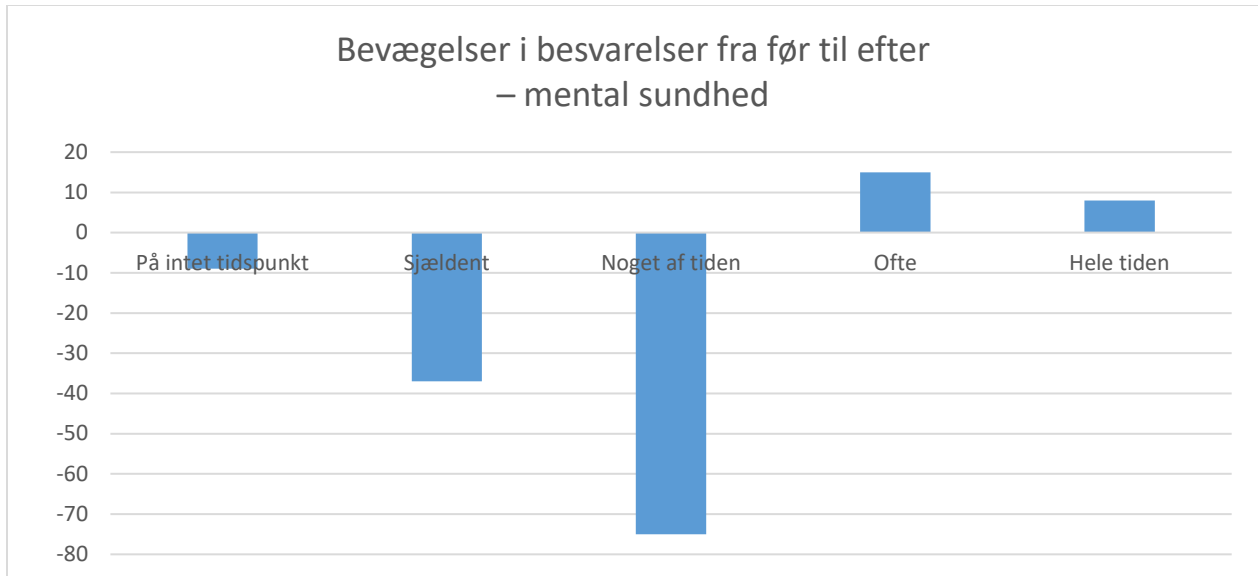


Fig. 8: Oversigt over besvarelserne for mental sundhed fordelt i procent



Figur 9: Bevægelser fra før til efter i besvarelserne om mental sundhed.

Det er særligt i spørgsmålene:

Spørgsmål 3 "Jeg har følt mig afslappet" (- 100 %),

Spørgsmål 4 "Jeg har været interesseret i andre mennesker" (- 100 %),

Spørgsmål 9 "Jeg har følt mig tæt på andre mennesker" (- 100 %),

Spørgsmål 11 "Jeg har været i stand til at danne min egen mening om ting" (- 100 %) og

Spørgsmål 12 "Jeg har følt mig elsket" (- 100 %),

hvor unge, der svarede "På intet tidspunkt" i første måling, svarer anderledes i eftermålingen.

Men der ses også en tilgang i "På intet tidspunkt"-besvarelserne i:

Spørgsmål 6 "Jeg har klaret problemer godt" (+ 100 %) og

Spørgsmål 13 "Jeg har været interesseret i nye ting" (+ 400 %).

I den anden ende af skalaen ses der en kraftig stigning i "Ofte"-besvarelser på:

Spørgsmål 5 "Jeg har haft overskud af energi" (+ 500 %),

og i "Hele tiden"-besvarelser på:

Spørgsmål 1 "Jeg har følt mig optimistisk i forhold til fremtiden" (+ 100 %)

Spørgsmål 2 "Jeg har følt mig nyttig" (+ 100 %)

Spørgsmål 5 "Jeg har haft overskud af energi" (+ 100 %), og

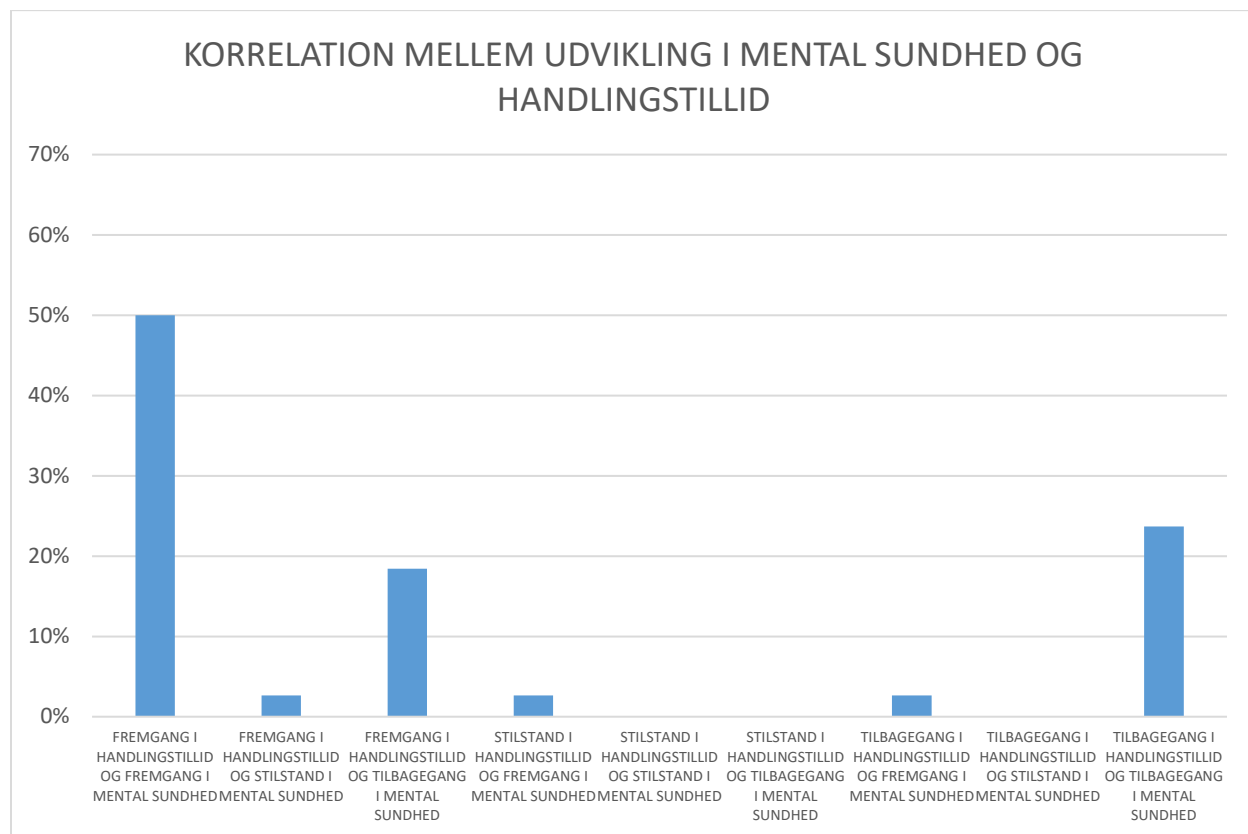
Spørgsmål 6 "Jeg har klaret problemer godt" (+ 200 %)

Om end det er et noget mere utydeligt billede, der tegner sig på den mentale sundhed end den klare tendens, der tegnede sig for handlingstilliden, så er der en progression i en stor del af de unges mentale sundhed.

Det har særligt været i relationerne, at de unge har mærket en fremgang (spørgsmål 2, 4, 9 og 12).

## KONKLUSION PÅ DEN KVANTITATIVE EMPIRI FASE 2

Ud fra de to sæt af kvantitative data, kan det konkluderes, at de unge har opnået en effekt på mental sundhed svarende til **0,31**, hvilket vurderes til over lille effekt. På handlingstillid har de unge opnået en effekt svarende til **0,69**, hvilket svarer til langt over middel effekt.

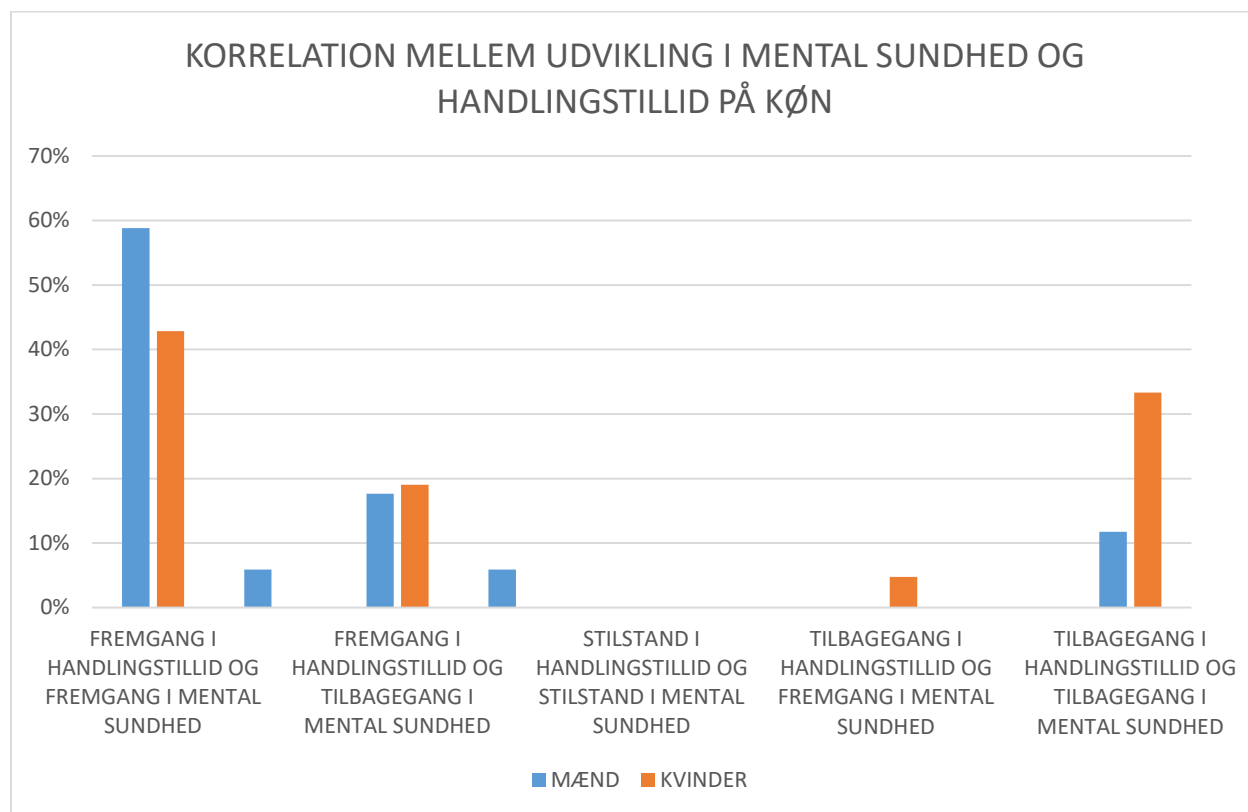


*Fig. 10:* Oversigt over korrelation mellem udvikling i mental sundhed og handlingstillid

Ser vi på, hvordan de unge udvikler sig på tværs af de kvantitative datasæt på mental sundhed og handlingstillid, så tegner der sig et tydeligt billede af, at hvis de unge oplever fremgang i én parameter, oplever de også fremgang i den anden, og vice versa; når de unge oplever tilbagegang i én parameter, oplever de også tilbagegang i den anden.

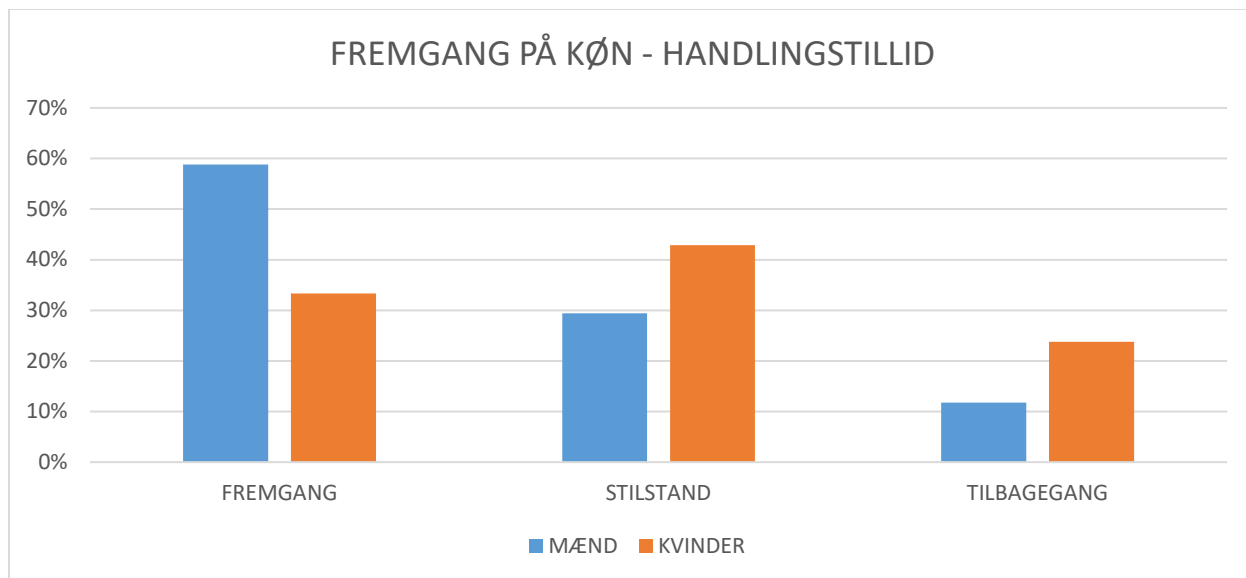
Mens at 50 % oplever fremgang i begge parametre, så oplever 24 % tilbagegang i begge parametre på tværs af køn. En større andel (18 %) oplever fremgang i handlingstillid, men tilbagegang i mental sundhed, hvilket understøtter øvrige målinger, der viser, at interventionen har særlig stor gennemslagskraft på de unges handlingstillid.

I forhold til rapportens 3. forskningsspørgsmål er der foretaget et valg om at undersøge dette ud fra det kvantitative datasæt opnået i fase 2 ved at se på korrelationen mellem datasættene fordelt på køn.



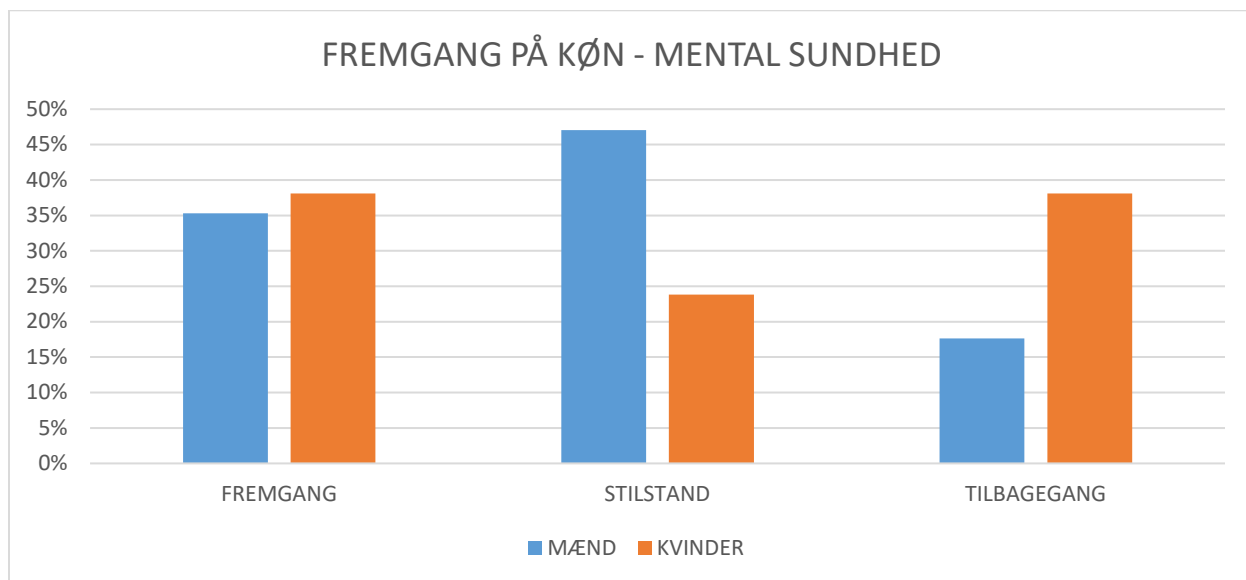
*Fig. 11:* Korrelation mellem udvikling i mental sundhed og handlingstillid fordelt på køn

Hvis vi sorterer for køn, så viser det sig, at det i højere grad er de unge mænd (59 %), der oplever fremgang i begge parametre end kvinder (43 %), men i højere grad kvinder (33 %), der oplever tilbagegang i begge parametre end mænd (12 %).



*Fig. 12:* Fremgang handlingstillid fordelt på køn

Hvis vi isolerer parametrene, så er det tydeligt, at mændene oplever fremgang på handlingstilliden (59 %) i højere grad end kvinder (33 %) og at kvinderne i højere grad oplever stilstand (43 %) end mændene (29 %) eller tilbagegang (24 %) end mændene (12 %) på parameteren handlingstillid.



*Fig. 13:* Fremgang på mental sundhed fordelt på køn



På mental sundhed er det ligeledes kvinderne (38 %), der oplever tilbagegang i højere grad end mændene (18 %), og mændene (47 %), der i højere grad oplever stilstand end kvinderne (24 %).

Generelt set er det ikke store spring, der finder sted – relativt få bevæger sig fra dårlig mental sundhed til god eller fra lav handlingstillid til høj, mens en del bevæger sig ét trin; f.eks. fra mellem til høj handlingstillid eller fra lav til mellem handlingstillid. Dog skal det bemærkes:

- 24 % af de unge mænd bevæger sig fra lav handlingstillid til høj

Vi kan således konkludere, at det særligt er de unge, der har scoret lavt i førmålingen, der oplever stor vækst i eftermålingen, dog på handlingstilliden er det i højere grad mændene (24 %), der oplever fremgangen end kvinderne (10 %).

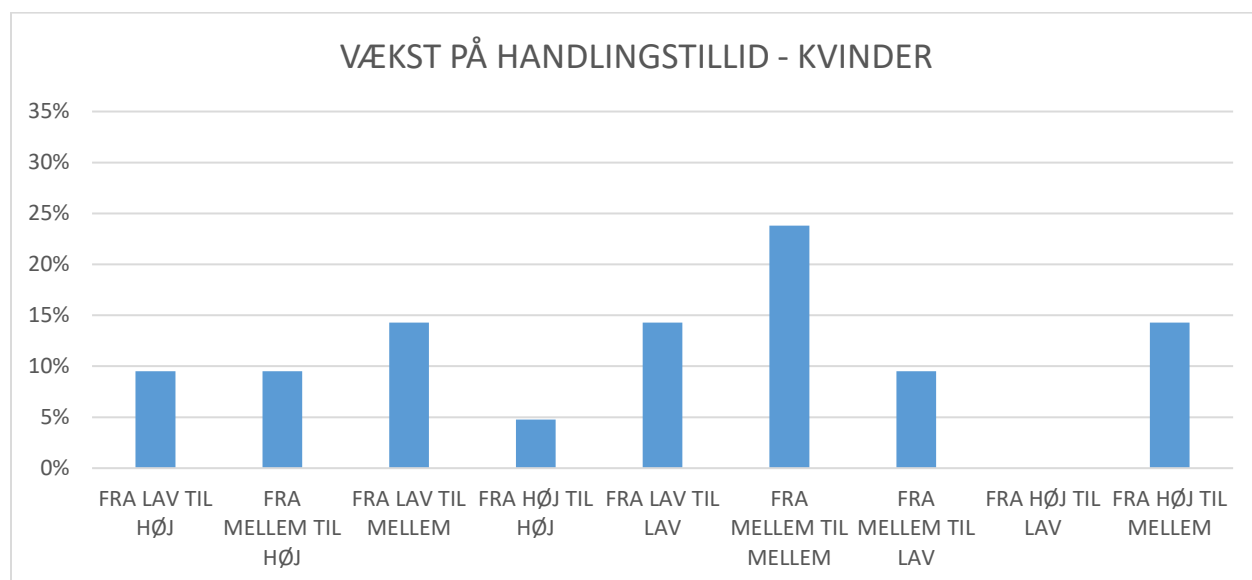


Fig. 14: Vækst på handlingstillid for kvinder

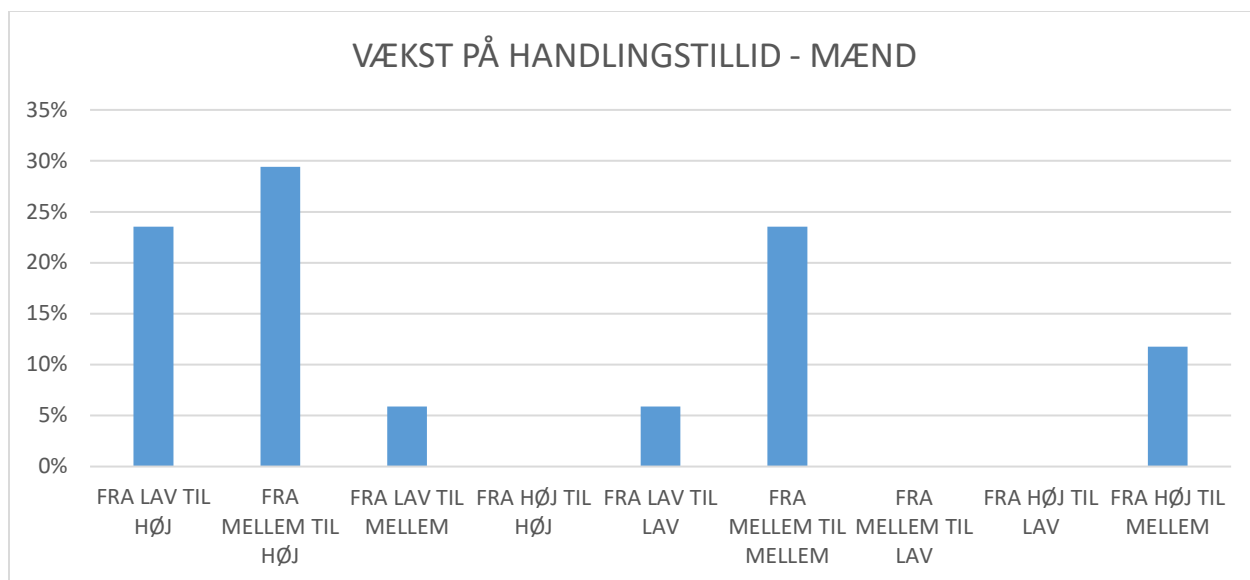


Fig. 15: Vækst på handlingstillid for mænd

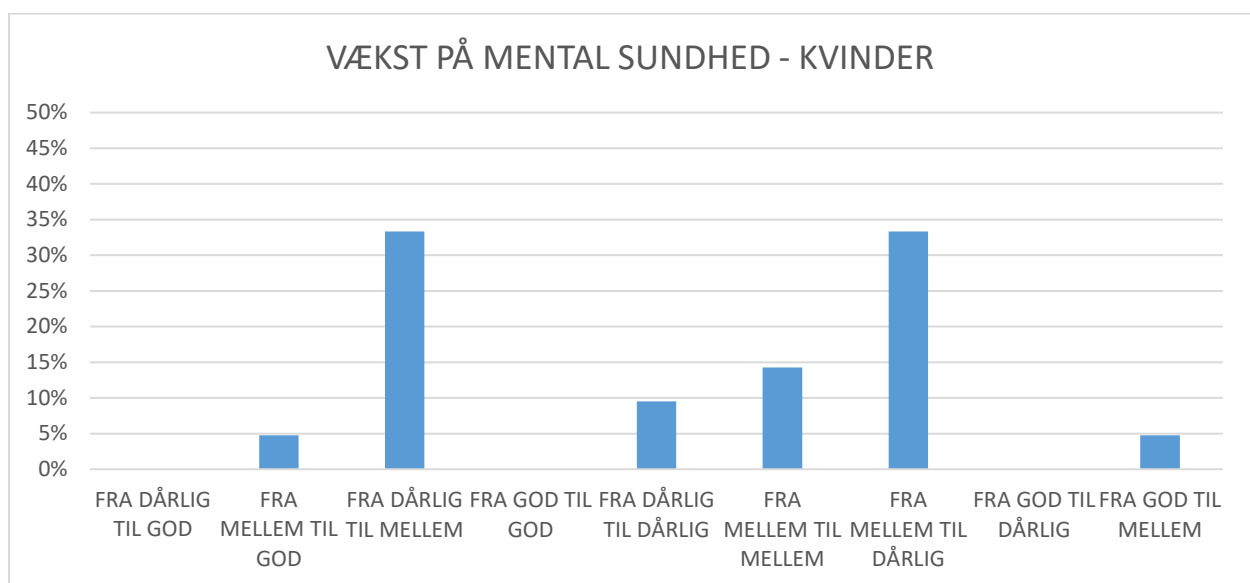


Fig. 16: Vækst for mental sundhed for kvinder

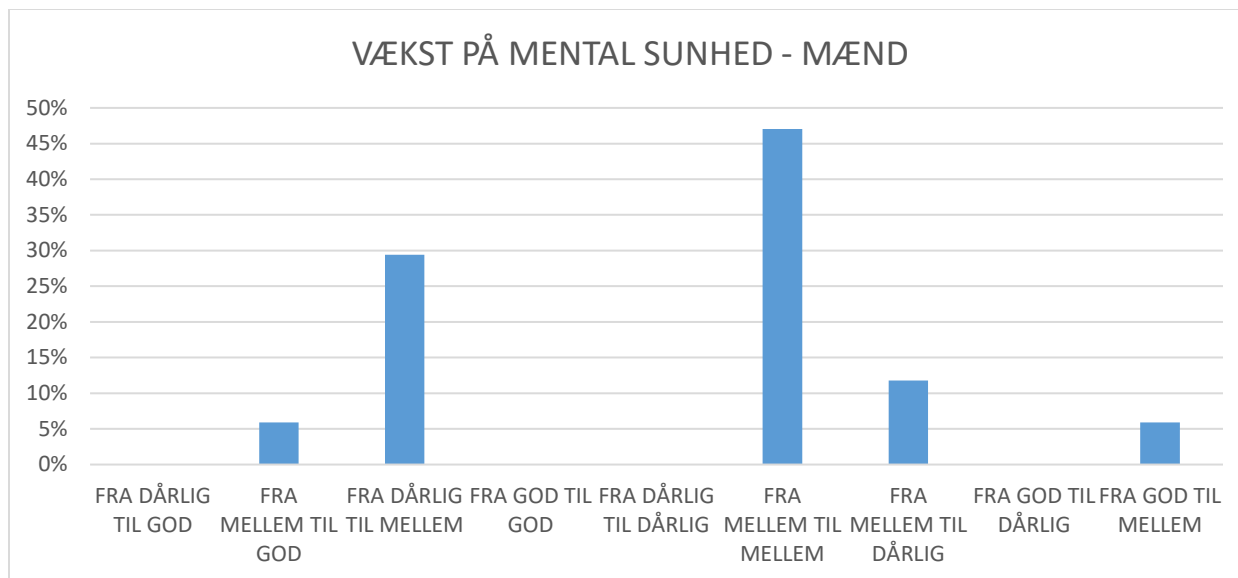


Fig. 17: Vækst for mental sundhed for mænd

## FOKUSGRUPPEINTERVIEW MED MENTORER

I EMPOWER4U fase 2 er gennemført to fokusgruppeinterview med mentorer. Det ene fandt sted den 7. marts 2020 med deltagelse af to mentorer, og det andet fandt sted den 5. juli 2020 også med deltagelse af to mentorer.

Fokusgruppeinterviewet er bygget op omkring nogle temaer, som interviewer har skrevet på stykker af papir og lagt på bordet. Disse temaer skal guide mentorerne igennem interviewet og give bevidsthed om, hvilke temaer, der tales ind i, når der tales om de unges proces og udvikling og om mentorernes egen proces i at være mentorer.

Temaerne er: 1. Jeres proces, 2. Den unges proces, 3. Selvværd/Selvtillid, 4. Trivsel, 5. Relationer, 6. Optimisme, 7. Robusthed og 8. Fremtid, planer og drømmejob.

Fremstillingen af fokusgruppeinterviewene med de i alt 4 mentorer er samlet og analysen er også foretaget samlet.

Empirien fra mentor fokusgruppeinterviewene er fremstillet, således, at det første skema omhandler mentors udtalelser om deres mentée, og det andet skema omfatter mentors udtalelse om egen motivation for at deltage, egen proces samt anbefalinger. De fire mentorer omtales som hhv. M1, M2, M3 og M4.

Tabel 5: *Tematikker fra fokusgruppeinterview med mentorer, der primært omhandler mentoreernes mentées*

Tema	Mentorerne giver udtryk for:	Det ses i konkrete handlinger hos deres mentées
Den unges proces	<p>M1: Historien om EMPOWER4U er selvforstærkende. Jeg kan se, at der er sket sindssygt meget, også i forhold til hendes arbejdsplads. Min mentée er landet i sig selv og er godt på vej. Hun kan nu sætte grænser for sin mor og kæreste. Jeg ser hende tage initiativer til lystbetonede aktiviteter, som at gå tur med veninder, lave chokolade eller bage. Hun er blevet løftet.</p> <p>M2: EMPOWER4U har rykket ham så meget, og det handler meget om selvværd og selvtillid. M2 oplever, at mentée er landet i sig selv og er blevet skarp på, hvem han er – han går ud i verden med oprejst pande. Han kender sine begrænsninger men også sine styrker. Fokus er på alt det, som han KAN, på mulighederne. Han er modnet rigtig meget, har fået lyst til lystbetonede aktiviteter, f.eks. begyndt at løbe, boksetræne, fordyber sig i lydbøger.</p> <p>M3: Min mentée var introvert, nervøs og usikker, da jeg mødte hende. Det er hun slet ikke i dag.</p> <p>M4: Min mentée var meget pakket ind i vat af sin plejefamilie. Hun var meget stille til at begynde med. Et godt tegn er, at hun er begyndt at kunne blive vred, for det betyder, at hun kan mærke sig selv.</p>	<p>M1 oplever, at hendes mentée har fortalt meget om sine arbejdsopgaver, og her har den unge været godt hjulpet. Hun skal ikke have bo-støtte mere.</p> <p>M1 udtrykker at være blevet løftet af EMPOWER4U, bl.a. gennem at italesætte et ønske om, at hendes mor havde været på EMPOWER4U, og at andre unge kunne have godt af EMPOWER4U.</p> <p>M2 ser virkelig mange udviklingstegn, bl.a. på kommunikation, på at mærke sig selv.</p> <p>M3: Hun har power, energi, hun stråler, har fået pondus.</p> <p>M4: Hun er ved at udvikle sin egen personlighed, at tro på sig selv, og ikke tro på, når andre siger, at det kan hun ikke finde ud af.</p>

Selvværd/Selvtillid	<p>M2: Det har givet min mentée et kæmpe boost at være den, der blev udvalgt til EMPOWER4U.</p> <p>M4 oplever, at mentée tror mere på sig selv og tager mere ansvar.</p> <p>M3 har oplevet, at mentée som udgangspunkt følte, at hun var til besvær og var en belastning for de voksne omkring hende. Dette blev der lavet om på i forløbet, idet mentée har styrket sit selvværd. Afgørende for de unge, er det, at de kan se udviklingen hos de ungeteamledere, der er tidligere deltagere på EMPOWER4U. Det betyder så meget for de unge, at de kan spejle sig i ungeteamlederne.</p>	<p>M2: Det er fantastisk at se, hvordan de unge støtter hinanden.</p> <p>M4: Jeg ser min mentée være meget mere handleorienteret, tager mere ansvar i sit liv. f.eks. skriver den unge, hvis hun bliver forsinket. Det gjorde hun ikke før.</p>
Trivsel	<p>M1: Min mentée har lært så meget, hun har lært at rumme flere kunder på sit arbejde, at kunne se dem i øjnene. Hun er blevet god til at sige fra, stå op for sig selv og vælge til og fra, bl.a. i forhold til relationer.</p>	<p>M1: Hun fungerer meget bedre i sit job. Hun er begyndt at spille fodbold igen. Hun har fravalgt nogle dårlige relationer, herunder en kæreste, og valgt nogle gode relationer til.</p>
Relationer	<p>M1 fik en tillidsfuld relation til sin mentée. Havde store ambitioner på den unges vegne. Jeg skulle egentligt bare vise, at jeg var der. Møde den unge, hvor hun var.</p> <p>M2 havde en god og tillidsfuld relation til sin mentée, idet de bor sammen på mentors opholdssted. EMPOWER4U har givet mulighed for at arbejde med nye ting, og med hvordan han selv kunne åbne op og tage ansvar. Det har været virkelig godt, at han har fået input andre steder fra, og at det foregår i en gruppe med andre unge. Han bliver mere frigjort.</p>	<p>M1: Mentée har ikke meldt afbud en eneste gang. Hun har åbnet op og fortalt tillidsfuldt.</p> <p>M2: Mentée som er diagnosticeret med autisme kan italesætte at have haft stort udbytte og været meget glad for forløbet.</p> <p>M3: Hun var i nogle relationer, der påvirkede hendes trivsel negativt. Hun har lært at se på relationer og mærke efter i sig selv, hvilke</p>

	<p>Mentée er blevet bedre til at opretholde relationer, også uden min hjælp.</p> <p>M3: Det er særligt på relationerne, at min mentée har udviklet sig.</p> <p>M4 oplever at mentée har fået venskaber.</p>	<p>relationer, der er gode og sunde at være i. Hun manglede grænser, men det har hun fået nu.</p>
Optimisme	<p>M1: Selvindsig er meget beskrivende for min mentées udvikling. EMPOWER4U har givet min mentée en tro på sig selv og på fremtiden. Oplever sin mentée som mere nysgerrig og med langt højere handlingstillid.</p> <p>M2: Min mentée tager mere ansvar</p>	<p>M1: Vi har bl.a. øvet en dialog for forskellige situationer.</p> <p>M2: Han tager ansvar for at komme til tiden nu.</p>
Robusthed	<p>M2: Min mentée har udviklet strategier til bla. selvtransport, og det er stort. Han er mere sikker på, at han kan klare forskellige situationer.</p> <p>M1 oplever sin mentée er bedre til at sige fra.</p> <p>M3: Min mentée er blevet god til at mestre de teknikker og redskaber, som hun har lært. Hun har lært at anerkende sin baggrund og livssituation.</p> <p>M4: Det er så vigtigt, at de unge har plejefamilier, der støtter op om EMPOWER4U, for de unge bliver mere robuste og selvstændige i EMPOWER4U.</p>	<p>M2: Den unge har taget scooterkørekort og er blevet meget mere selvstændig i forhold til selvtransport. Nu vil han gerne selv prøve at tage toget til København, hvor han besøger sin søster.</p> <p>M1: Den unge kan nu sige fra over for sin mor.</p> <p>M3: Mentée har accepteret sig selv og sin situation. Hun har erkendt, at hun ikke kan tage ansvar for at gøre hele verden god. Hun ser, at når der lukker en dør, så åbner der sig en anden dør.</p>
Fremtid, planer og drømmejob	<p>M1: Min mentée er blevet mere opmærksom på, hvor god, hun egentlig er. Bla. er hun blevet god til selv at følge op på planlægning af eks. ferie fra arbejde.</p>	<p>M1: Mentée har oplevet at en kollega fra arbejdet for givet ros og sagt, at mentée har flyttet sig og været både mere opsøgende og pro-</p>

	<p>Mentée er blevet klar på sit drømmejob, og hun formår at italesætte det, så det skal vi følge op på.</p> <p>M2: Jeg oplever, at min mentée er blevet initiativrig og problemløsningsorienteret</p>	<p>aktiv i forhold til sit arbejde.</p> <p>M2: Helt konkret har den unge løst et problem med ventetid på bus ved at gå i REMA.</p>
--	---	--

Tabel 6: *Tematikker fra fokusgruppeinterview med mentorer, der primært omhandler mentorernes motivation for at være mentor, mentorernes proces og anbefalinger*

Tema	Mentorerne giver udtryk for:	Anbefalinger
Mentors motivation for at være Mentor	<p>M1: Det var gennem et opslag på Facebook. Mentorrollen er på den gode måde "Ufarlig", idet mentor ikke er fra kommunen, familien eller arbejdspladsen. Det skaber mulighed for stor tillid til mentor.</p> <p>M2: Jeg har fulgt Børnehjælpsdagen i mange år, og da det omfattede vores geografiske område, blev jeg meget interesseret på vegne af en af de unge, der bor på vores opholdssted. Det var oplagt, at jeg kunne være mentor for den unge, som også bor hos os, idet den unge har en diagnose, og jeg kender den unge gennem mange år. Det er min oplevelse, at flere af de unge har kognitive udfordringer, så vi skal lægge barren rigtigt.</p> <p>M3 giver meget ros til Børnehjælpsdagen for god screening af mentorer.</p>	<p>M1, M2, M3 &amp; M4: Det kunne være så fint, hvis der blev lavet nogle små opsamlingsvideoer til både os, men også til de unge. Det kan være svært at omsætte de unges læringsudbytte til deres hverdag. Her kunne vi godt bruge mere viden om, hvad de har arbejdet med. Lige som da, vi var på introduktionsdag, hvor vi bl.a. så et rollespil. Alle unge ville have stort udbytte af at lave en timeline for deres udvikling. Mentorerne har følt sig godt rustet til opgaven. Mentée har taget imod mentors hjælp og været meget inspireret af at møde de andre i EMPOWER4U, der har samme baggrund og især møde unge, der kan være rollemodeller.</p>

	<p>M4 har gode erfaringer med at være mentor. Har mødt modstand fra mentées plejemor, og det har sat mentée i et dilemma.</p>	
<p>Mentorers egen proces</p>	<p>M1 har en psykoterapiuddannelse og er optaget af relationer og af, at gøre en forskel. Følte sig godt introduceret til forløbet både på første dag såvel som via FB. Det var godt at vide, hvad der var arbejdet med, så jeg kunne følge op på det. Også fordi min mentée ikke altid havde nået at skrive ned eller tage noter.</p> <p>EMPOWER4U er også et forløb for mentorerne, hvor vi lærer meget. Jeg har en god følelse af, at jeg har været med til også at så nogle frø. Afslutningsvis siger mentor TAK på sin mentées vegne. Hun fremhæver Drømmebanken, som virkelig har betydet meget for hendes mentée.</p> <p>M2 er enig i, at det er relationen, der bærer alt. Følte sig godt forberedt til opgaven gennem kendskab til projektets fire kernebegreber: Vedholdenhed, Ejerskab, Oprigtighed og Optimisme. Afslutningsvis vil mentor sige TAK for, at hendes mentée har fået tilbuddet EMPOWER4U, da det virkelig har gjort en positiv forskel. Det er et fantastisk koncept. Mentor fremhæver Drømmebanken, som virkelig har betydet meget for den unge. Det er god træning i at skrive en ansøgning og argumentere for sit ønske.</p> <p>M3: At være mentor giver så meget mening. For mig har jeg kunne bruge min egen baggrund. Det har været så berigende at være med.</p>	<p>M1: Det kunne være super godt, hvis der var et "billedalbum" fra camps, Tjek-ind osv., som kan understøtte vores opgave. M1 fortæller, at hendes mentée har svært ved at huske, og det derfor kunne hjælpe rigtig meget, hvis der var visuel støtte til hukommelsen.</p> <p>M2 støtter op, idet det er god støtte især til unge med kognitive handicaps. Det kunne også være en taleoptagelse til os mentorer, med essensen af dagen og dagens pointer. Man kunne samle os mentorer i små grupper á 2-4, så vi kan sparre sammen om opgaven. Det behøver ikke være fysisk møde, det kunne være online. Som ny mentor, vil det være godt at have nogle af sparre med om opgaven. Der gøres opmærksom på, at plejefamilierne skal forstå, at der er forskel på de mentorordninger, som kommunen tilbyder, hvor det er lønnede mentorer og så mentor i EMPOWER4U, der arbejder frivilligt.</p>



	<p>Det er jo også en læring for os. Vi kan være gode rollemodeller for de unge, så de ser, at netop deres historie er med til at gøre dem til de mennesker de er i dag, hvor de har så mange ressourcer. Det skal de lære selv at se.</p> <p>Det er vigtigt, at mentorerne går ind i det velvidende, at det kan være hårdt, og det er vigtigt, at de er vedholdende i forløbet. Tusind tak for at få lov at være med.</p> <p>M4: Det har været hårdt at være i et dilemma med mentées plejemor, der har været imod, at mentée skulle have en mentor. Det er vigtigt altid at se situationerne fra barnets/den unges perspektiv. Men det har været meget berigende at være med og få lov til at hjælpe andre. Og det er aldrig for sent at lære noget.</p>	<p>Plejefamilierne skal være klar til, at de unge udvikler sig i EMPOWER4U, og det kan betyde, at deres indflydelse på deres plejebarn mindskes, idet den unge bliver mere selvstændig.</p>
--	---	---

## DELKONKLUSION PÅ FOKUSGRUPPEINTERVIEW MED MENTORER

Generelt udtrykker de interviewede mentorer, at de alle oplever en stor positiv udvikling hos deres mentées. De roser den screeningproces, som Børnehjælpsdagen har lavet og den forberedelse, som mentorerne har fået. De har alle været meget engagerede i deres rolle som mentor, og de giver udtryk for, at det også er en læringsproces at være mentor. De har gode råd til, hvordan deres rolle som mentor kan understøttes yderligere i EMPOWER4U. Disse anbefalinger kan sammenfattes således:

- Der opfordres til, at mentorerne får større forklaring på den mentorbog, som de modtager til understøttelse af deres arbejde som mentor for en ung i EMPOWER4U.
- Billeder, små videoer eller lydoptagelser, der følger op på de aktiviteter og de læringspointer, som de unge får i EMPOWER4U, når de er på camps, Tjek-ind dage, sociale events. Det kan hjælpe mentorerne til at følge op og støtte den unge, og det kan understøtte den unges hukommelse i dialogen med mentor om forløbet.

- Det foreslås, at potentielle mentorer bliver inviteret til afslutningen på EMPOWER4U, idet det giver et godt indblik i, hvad de unge har arbejdet med i forløbet, og hvordan de har arbejdet.

## FOKUSGRUPPEINTERVIEW MED UNGE FASE 2

Fokusgruppeinterviewet med 7 unge fra EMPOWER4U fase 2 fandt sted den 7. marts 2020, hvor de unge var mødt op på Ungdomscenteret på Skanderborgvej 156, 8260 Viby J til deres sidste Tjek-ind møde.

De unge følges hen til lokalet af Maria Deria fra Børnehjælpsdagen, som de unge kender. Maria introducerer Louise Tidmand og fortæller, at Louise er den forsker, der følger forløbet, og at interviewet skal give viden om EMPOWER4U. Der er en meget god stemning, da de unge kommer ind i lokalet og sætter sig. Louise Tidmand byder velkommen og byder på vand. Der deles glas rundt og skænkes vand. Louise spørger, om der er nogle unge, der har brug for papir til at notere på eller andet. Alle tager imod at få vand. De unge sidder tæt på en række på samme side af bordet. Flere af dem holder hinanden under armen, og i løbet af interviewet er der meget øjenkontakt mellem de unge, og de taler positivt om hinanden og minder hinanden om den udvikling, som de har set hos hinanden. Det fremgår under interviewet, at nogle af de unge også er i team sammen. De unge repræsenterer dog flere teams.

Interviewet blev gennemført som et semistruktureret fokusgruppe-interview ud fra en interviewguide, der spurgte ind til de unges oplevelse af deres deltagelse i EMPOWER4U fase 2 i forhold til:

- Trivsel; herunder humør, aktivitetsniveau og optimisme
- Robusthed; herunder handlestrategier, modstå modgang, have handlemuligheder og kunne se dem
- Handlekraft; herunder handlingstillid, tage initiativer til forandringer i ens liv, at tage ejerskab
- Egen udvikling; herunder selvværd, selvtillid, selvbillede, relationer, at være god nok og at tro på sig selv.
- Fremtid; herunder læringsudbytte fra forløbet, fremtidsplaner, optimisme.

Analysen tog udgangspunkt i de seks faser:

1. Der blev umiddelbart efter interviewet skrevet et cover sheet, hvilket er nedskrivning af det, der har gjort indtryk, stemningen og det umiddelbare indtryk, som interviewer har givet lige efter afholdelse af interviewet.

2. Interviewet er lyttet igennem i sin fulde helhed.
3. Dele af interviewet er transskriberet.
4. Der er foretaget en kondenseret meningsanalyse med reference til tematikkerne fra interviewguiden.
5. Interviewet er kodet i henhold til tematikkerne og underaspekter af tematikkerne.
6. Citater er udvalgt til de enkelte tematikker og underaspekter.

Tabel 7: Nogle væsentlige tematikker, der fremstod i interviewet kan skitseres således:

Tematikker	Kommer til udtryk konkret	Milepæle og ressourcer, de unge trækker på
Trivsel <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selvregulering</li> <li>• Fællesskab</li> <li>• At turde være dén, man er.</li> </ul>	At kunne sætte sig i den andens sted og forstå, hvorfor den person reagerer som han gør, i stedet for bare at blive irriteret og sige noget dumt om og til personen. At have nogle at spejle sig i uden at skulle bekymre sig. Ændre handlemønstre på arbejde ved at tage initiativ til, at der ikke er telefoner fremme under frokost. Alle giver udtryk for at have fået mange nye venner, både fra eget team og fra de andre teams. At kunne se, hvor det gik godt og være løsningsorienteret.	Mentalisering/Empati  Fællesskab
Robusthed	At se mere positivt på "det, der er udenfor", forstået som verden og livet. At tænke mere positivt generelt.	Optimisme Tankemønstre

	At kunne ændre sine tanker.	
<p>Handlekraft</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Start småt og byg ovenpå</li> <li>• At fastholde det, man har lært</li> <li>• Handlingstillid</li> </ul>	<p>At tage initiativ i aktiviteter på Tjek-ind dage.</p> <p>Siger nej til at få telefonen i pauserne.</p> <p>At turde begå fejl.</p> <p>Fællesskabet bakker op og støtter en i at fortsætte med at bruge de ting, vi har lært.</p>	<p>Samarbejde</p> <p>Øvelsen med at jonglere med tørklæder</p> <p>Fællesskab og Relationer</p>
<p>Egen Udvikling</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• At blive klog på sig selv</li> <li>• Tolerance for forskellighed</li> </ul>	<p>Fra negativ til positiv, glad, optimistisk og humoristisk.</p> <p>Fra stille og meget lukket til glad og åben.</p> <p>Fra genert, stille og se meget ned i jorden til at kunne se op, at der ikke er noget, der er farligt. At være tryk og mere energisk og initiativrig</p> <p>Fra altid at have FAIM brillerne på til ikke længere at bruge dem.</p> <p>At kunne se sig selv udefra.</p> <p>At få et andet fokus på sig selv til at få det bedre.</p> <p>Bevidst at kunne tilvælge relationer, der er gode og fravælge relationer, der er dårlige.</p> <p>Ikke at dømme andre, uden at vide, hvem de er.</p>	<p>Optimisme</p> <p>Fællesskab og Relationer</p> <p>Værktøjer og materialet</p> <p>Ejerskab</p>
Fremtid	At vi holder sammen og oprette en gruppe, så vi kan lave en reunion og holde kontakten og holde det ved lige.	Fællesskabet og Relationer

<p>Udbytte</p> <p>Hvad tager jeg med fra min deltagelse?</p>	<p>Venner, netværk, nogle fede oplevelser, at opleve hinanden i mange forskellige situationer og vide, at jeg ikke er alene om at have det sådan.</p> <p>At jeg er god nok, som jeg er.</p> <p>At man selv kan vise følelser og ikke er alene om at have de følelser.</p> <p>Et smil på læben.</p> <p>Værktøjerne og materialet, som jeg kan bruge hele livet.</p> <p>At tage ejerskab og turde være mig selv.</p> <p>At kunne sige fra – at kunne sige nej tak.</p>	<p>At smide FAIM<sup>2</sup> brillerne</p> <p>Fællesskabet og Relationerne</p> <p>Ejerskab</p>
--	--	--

## DELKONKLUSION PÅ FOKUSGRUPPEINTERVIEW MED UNGE FASE 2

De unge fortæller samstemmigt, at de værktøjer og redskaber, som de har lært gennem forløbet spiller sammen og hænger sammen. De fortæller, at de ofte bruger flere værktøjer til at løse en opgave. De refererer samstemmigt til et læringspunkt, som de kalder: Fokus – Sprog – Krop, og fortæller, at hvis man ændrer på én af de tre parameter, vil det medføre ændring på de to andre parameter.

De unge fremhæver, at de på forløbet mener, at det har været afgørende for deres læring, at de har fået lov til at ”erfare og prøve værktøjerne af i praksis”, frem for at det bare er blevet dem fortalt, hvordan et værktøj virker. Det er gennem denne praksis, at deres læring er sket, og de har fået nogle aha-oplevelser i deres refleksioner over de øvelser og værktøjer, som de har arbejdet med.

<sup>2</sup> FAIM er en forkortelse af Fokus på Andres Indtryk af Mig.

## CITATER DER UNDERSTØTTER ANALYSEFUNDENE.

"Noget, jeg tager med mig, er mine drømme. De små drømme, som jeg har, og at det er okay at tage små skridt ... og at du skal følge din egen vej"

"Jeg tager ejerskab og tør være den, jeg er"

"Det er okay at begå en fejl engang imellem"

"Jeg er blevet meget mindre genert. Nu husker jeg, at jeg er god nok, og at det er okay at have en dårlig dag, men jeg er god nok alligevel"

"Hvis vi havde haft vores telefoner, var det hele gået op i hat og briller. Så havde vi slet ikke fået det samme ud af det".

"Mit forbrug på telefonen var før i tiden 20 timer i døgnet, nu er det kun 4. Jeg vil hellere være en del af fællesskabet"

"Det bliver naturligt at handle anderledes end før, og de andre kan minde en om en teknik eller et værktøj, som man måske har glemt"

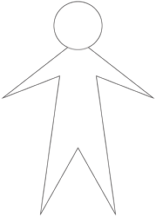
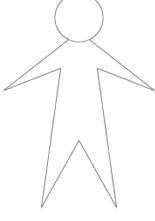
"Jeg sagde nej til at få min telefon udleveret i pauserne, fordi jeg vidste at den kunne friste mig"

## TIMELINE INTERVIEW MED UNGE FASE 2

Der blev foretaget i alt 5 timeline interview. To interview blev foretaget i forbindelse med de unges fremmøde til Tjek-ind den 7. marts 2020, og yderligere tre interviews blev foretaget den 4. juli 2020.

Et time-line interview er bygget op omkring en tidslinje, der illustreres på et langt stykke papir. I dette tilfælde starter tidslinjen med Før- EMPOWER4U og slutter med "NU". På tidslinjen er indtegnet nogle forudbestemte nedslag i tid, og der er plads til, at den unge selv kan tilføje andre nedslag i tid.

Tidslinjen kan illustreres således:

<p>Før EMPOWER4U</p>  <p>Sommer 2019</p>	<p>Bootcamp</p>	<p>Mentor</p>	<p>Tjek-in/ Social events</p>	<p>Boostcamp</p>	<p>Nu</p>  <p>Forår/sommer 2020</p>
--	-----------------	---------------	---------------------------------------	------------------	---

Timelineinterviewet er bygget op omkring den fysiske illustration, som også er udgangspunktet for interviewguiden. Der spørges således ind til;

- Hvordan den unge vil beskrive sig selv FØR sin deltagelse i EMPOWER4U. Den unge opfordres til at tegne ansigtsudtryk på figuren på illustrationen og yderligere skrive eller tegne.
- Hvordan den unges vil beskrive sin udvikling over tid med nedslag i: Tjek-ind dage og Social events og evt. andre nedslag i tid, som den unge selv tilføjer.
- Afslutningsvis spørges ind til, hvordan den unge vil beskrive sig selv i dag. Igen opfordres den unge til at tegne ansigtsudtryk på den tomme figur på illustrationen og supplere med ord, sætninger eller tegning.

## TIMELINEINTERVIEW DEN 7. MARTS 2020 MED UNG 1 (EN UNG KVINDE):

En glad kvinde. Hun møder 1½ time før til Tjek-ind dag for at deltage i interviewet. Hun smiler og er glad. Louise Tidmand byder indenfor og tilbyder vand. Louise forklarer, hvad der skal foregå og sikrer sig, at den unge ved, at hun til enhver tid kan trække sig og afbryde interviewet.

Før EMPOWER4U	<p>Mit liv var meget en rutsjebane, det var meget kaotisk. Jeg stod midt i at flytte fra min plejefamilie til en træningslejlighed. Jeg var i tvivl om, hvordan det skulle lykkes. Efter mit liv startede med kommunen, har jeg flyttet meget mellem opholdssteder og plejefamilier. Efter jeg startede på EMPOWER4U, kunne jeg begynde at se en løsning på, hvordan mit liv kunne komme til at se ud ved at stå fast på det, som jeg vil.</p> <p>Jeg var en meget lille pige, der var meget lukket og forvirret, og jeg stolede ikke på folk, for jeg vidste ikke, hvad folk ville mig, hvordan de kunne hjælpe mig, fordi jeg havde haft en kaotisk barndom.</p>
Bootcamp & Boostcamp	<p>Jeg kunne begynde at opbygge nogle løsninger til, hvordan jeg kunne bygge videre på mit liv og blive en ordentlig voksen; en voksen, der har styr på, hvad der skal ske og tage ejerskab over, hvad hun vil, og selv er med til at bygge sit voksenliv, som hun gerne vil have. Ved at jeg startede på EMPOWER4U, er jeg blevet stærkere. Man skal være klar til, at man bliver åbnet op og får vist alle sine følelser, og at man taler om ting, som kan være svære. Det vil gøre lidt ondt, så man skal være dér, hvor man tør åbne sig op, for at få mest ud af det. Det er en personlig uddannelse at være på EMPOWER4U.</p>
Tjek-ind & Social events	<p>Tjek-ind har været meget omkring at lære sig selv at kende, at gå fra ung til voksen, og vi har fået en bog, som vi kan slå op i, og som vi kan bruge – f.eks. lære, hvordan jeg vil reagere i forskellige situationer, og hvordan jeg også kan hjælpe andre med de redskaber, som vi har lært. Konkret var jeg på et tidspunkt i mit liv i et sort hul, her brugte jeg den spot-model, som vi har fået. Den har jeg brugt ret meget, for den giver et indblik i, hvordan man kan løse dét, der fylder; at lytte til mig selv og stå fast på dét, jeg gerne vil.</p> <p>Jeg har haft et par veninder, som jeg har kunnet hjælpe ved at bruge spot-modellen. Og det tog de imod, det giver en indre ro at se det i fysisk form. Og nu bruger de den. Det er en kæmpe ting, at kunne hjælpe andre. Ved de her Tjek-ind har det gjort mig stærkere ved, at jeg kan se, at hvis jeg kommer ud i en situation,</p>



	<p>hvor jeg føler mig presset, så ved jeg, hvordan min krop reagerer, og hvad jeg kan gøre.</p> <p>Social Events har handlet meget om sammenhold og fællesskab med andre, og selvom du er lidt anderledes, du har en anden barndom, så kan du faktisk stadigvæk hænge sammen og du kan lave noget. Vi har et godt sammenhold, og der er ingen, der bliver lukket ude. Vi bliver modtaget som dem, vi er.</p>
Mentor	<p>Jeg fik min mentor i starten af EMPOWER4U, og hun har virkelig hjulpet mig og givet mig en lykkelig start. Hun har givet mig nogle "spark" undervejs, hvis jeg selv gik lidt i stå. Så sagde hun, nu gør vi det sammen og ser, hvordan det ender. Det har været en kæmpe hjælp til, at jeg har holdt ud og gennemført tingene. Vi har mest ses, både når der er problemer og når det går godt. Det er rigtig godt at have en mentor, der er udefra. Jeg har stadig min mentor.</p>
NU	<p>Efter jeg har været på EMPOWER4U er der ikke så mange sorte huller, for jeg kan nå at fange det i opløbet. Feks. et skænderi med mine forældre. Før ville jeg lægge al skylden over på mig selv, men efterhånden kan jeg se flere perspektiver, og jeg har lært at stole mere på mig selv, og ikke tage skylden for alt. Hvis jeg fokuserer mere på mit eget liv, inden jeg hjælper andre, så vil det give en større hjælpsomhed. Man kan sige, at min rutsjebane er blevet meget mindre, og der er ikke så mange loops. Jeg begynder at kunne følge mere med i mit eget liv, og nu her kan jeg selv bestemme, hvordan mit liv skal være. Fra at sidde i den bagerste vogn i rutsjebanen, sidder jeg nu i den første vogn og står selv ved roret. Snart skal jeg flytte ud i min egen lejlighed og selv betale regninger og gøre en uddannelse færdig. Jeg bliver færdig her til sommer og skal fortsætte i uddannelsen. Jeg har kunnet holde fast i min uddannelse, fordi der har været nogle hér, der har støttet mig. Der har været nogle, der har sagt: dét, du vil, er dét, du gør, og det er dét, du kan lykkes med i sidste ende. Det har givet mig ro indeni. Hvis du holder fast, kan du blive til noget stort.</p> <p>Det her år har budt på mange forskellige situationer og følelser, og alle følelser har været i spil. Men mest af alt har jeg fået venner for livet! Og vi har fået nogle voksne, der har kunne sætte sig ind i vores situation, så det er et år, der har givet mig rigtig meget. Jeg forventer af min fremtid, at den bliver god og stor. For et år siden, stod jeg og tænkte, at der kommer ikke til at ske noget, og det bliver bare mig selv i en lille verden. Nu tager jeg det med</p>

	<p>åbne arme, nu er det en stor verden, der åbner en masse døre, hvor du kan lære, og der er mennesker i mit liv, der vil hjælpe mig og passe på mig, jeg skal bare tage imod dem. For et år siden havde jeg ingen tillid til andre mennesker. Min tillid til mennesker er stor, for vi kan hjælpe hinanden på flere måder, hvis ikke den ene person kan, så er der en anden, der kan.</p> <p>"Vi har haft en masse øvelser i teams'ene, og her har vi lyttet til hinanden og vist anerkendelse og takket hinanden for at dele, og vist mod, og hvis du kan, så kan jeg også, fordi vi står stærkt sammen".</p> <p>Det er en mærkelig følelse at have tillid til andre mennesker, når man ikke har haft den førhen, og så man lige pludselig får den. Det bliver til en glædesform, men også en wow-følelse, kan jeg også have den. Jeg er glad for den, men også lidt nervøs for, hvordan jeg kan bruge den sidenhen. Men her får jeg hjælp af de voksne og af min mentor. Jeg lærer, hvordan min krop reagerer, og hvordan den lærer at rumme disse følelser. Før var min krop og mig to forskellige steder i forhold til at skulle arbejde sammen. Jeg har meget mere kontakt til min krop nu. Jeg har lært, at jeg kan faktisk godt noget, hvis jeg bare selv tror på det.</p> <p>Jeg tænker, at vi bliver ved med at holde kontakten, os i EMPOWER4U. Jeg glæder mig til min fremtid, jeg er ikke mere bange for den. Jeg bruger metoderne fra EMPOWER4U!</p> <p>I dag kan jeg se, hvad folk vil mig, jeg kan se, hvad jeg vil med mit liv, og jeg kan se, hvor stor en glæde, det gør, at man holder sammen, og man har nogle venner, der gerne vil en.</p> <p>Det er vildt at se den her tidslinje. Måske kunne jeg lave en til at hænge derhjemme.</p> <p>Afslutningsvis tager den unge et billede af tidslinjen, der gør stort indtryk på hende.</p>
--	---

---

**TIMELINEINTERVIEW DEN 7. MARTS 2020 MED UNG 2 (EN UNG MAND):**

En glad ung mand følges til lokalet af Maria fra Børnehjælpsdagen. Louise Tidmand byder indenfor og forklarer formatet for interviewet og tilbyder vand. Louise forklarer, hvad der skal foregå og sikrer sig, at den unge ved, at han til enhver tid kan trække sig og afbryde interviewet.

Før EMPOWER4U	Før EMPOWER4U vidste jeg ikke rigtigt, hvad jeg ville. Da jeg mødte op til den første camp, sad jeg i min bil, og tænkte ... skal jeg ikke bare tage hjem igen, eller kan det her hjælpe mig ... skal jeg give det et skud, ellers kan jeg altid bare tage hjem. Så jeg besluttede at gå ind, og jeg blev modtaget af en masse dejlige ledere og teamledere, og så fik jeg at vide, at jeg ikke måtte have min telefon. Der gik elevatoren ned, og jeg tænkte, at det kan ikke passe, at jeg ikke skal have min telefon. Jeg fik talt om det med en teamleder, og forstod hvorfor. Før EMPOWER4U var jeg sådan en hård type. Jeg dømte folk lige med det samme, bare på deres udseende. Jeg respekterede ikke andre. Jeg havde bygget mit eget skjold op, siden jeg var 13-14 år gammel. Alle kunne bare rende mig. Jeg var ligeglad med dem.
Bootcamp	Vi lavede øvelser, hvor vi havde en bog, vi skulle skrive i. Jeg kunne ikke nå at skrive på den givne tid, så til sidst tog jeg mod til mig og initiativ til at sige det, og jeg kunne se, at der var andre end mig, der var ordblinde. Og det, at jeg sagde noget, gav forandring, så vi fik mere tid. Det var fedt at opleve. Midt på ugen gik jeg helt psykisk ned. Jeg sad i min bil helt alene med tårerne trillende ned af kinderne. En af de "voksne" kom ud til mig og sagde, at det var okay at græde, hvilket jeg virkelig var imod, ingen skulle se mig græde. Men efter det, så græd jeg bare. Jeg synes, det var hårdt at se de andre kede af det, og det gav ingen mening for mig at se dem. Men i vores snak gik det op for mig, at det jo var mit eget, der skulle give mening for mig. Der vendte det, og jeg gik med tilbage. Det var nogle lange dage, men det gav mig blod på tanden, så jeg blev ved. Der var én aften, hvor vi skulle have en stille aften i teamet. Der skulle vi tale om en opgave, der hedder: hvis du kender mig bedst, så vil du vide at ... Og da det blev min tur, gik jeg fuldt ind i det. Jeg havde fået tillid til mit team gennem aftenen. Og jeg besluttede at være ærlig, for det havde de været over for mig. Det lattede mit indre væsen. Jeg har altid ville holde tingene inde i mig selv. Men her lod jeg det komme ud. Og så gik det op for mig,

	<p>at jeg er ikke den eneste, der har det svært. Teamlederne var virkelig gode. Jeg har altid levet som en soldat, hvor det ikke er tilladt at græde. Men på campen begynder jeg at danne en lille familie med mit team. Jeg vil ikke have, at det slutter. Jeg har overvejet at være unge-teamleder, hvis der bliver en mulighed.</p>
Tjek-ind & Social events	<p>Til første Tjek-ind, var det megafantastisk at se de andre igen, og jeg blev meget overrasket over, hvor glade de andre var for at se mig. Det satte mange tanker i gang. Det gav virkelig god energi. Vi havde et social event til Tivoli Friheden, megasjovt og hyggeligt.</p>
Boostcamp	<p>Jeg begynder at danne nogle nye handlemønstre, hvor jeg har optimisme, værdier og handlinger, og så holder jeg mig sådan lidt tilbage. Jeg vil ikke udstille mig selv, hvem jeg er og hvor jeg kommer fra og min familiebaggrund. Men i EMPOWER4U kan jeg, for dem kender jeg. Efter boostcampen begynder jeg at sove bedre og få mere energi. Jeg begynder at tage ejerskab.</p>
NU	<p>Noget af det, som jeg tager med, er bevidstheden om FAIM brillerne. Vi skal være os selv. Vi skal være dem, vi er. Det er det vigtigste værktøj for mig. Jeg havde FAIM briller på altid, og det har jeg ikke nu. Det er først her i EMPOWER4U, at jeg har taget dem af og knækket dem. Det er den største forandring. Jeg har ikke haft de briller på i et år! Jeg er mig, og jeg er gammel nok til at bestemme. Det er et valg, og det har konsekvenser. At folk ser en på en anden måde end dengang, hvor jeg havde FAIM brillerne på. Jeg brød med mit gamle liv, sagde fra over for en gammel ven. Og det kostede et venskab. Jeg er glad for at være den, jeg er i dag på grund af EMPOWER4U! Det har givet mig gode hjælpemidler til at komme videre i mit liv. Jeg er meget taknemmelig. Før i tiden spurgte jeg ikke om hjælp. Det kan jeg i dag. Jeg er et godt menneske. Jeg har en mørk side og en lys side, og nu fylder den lyse side mere. Jeg har fundet den lyse kerne inde i mig selv. Jeg er blevet mere åben og taknemmelig, jeg spørger om råd og hjælp, hører musik, der giver mig godt humør. Jeg kan tale med folk, uden at dømme dem. Jeg respekterer folk. Jeg er glad for at være den mand, jeg er i dag, og havde det ikke været for EMPOWER4U, så var det endt galt til sidst. Jeg er glad for, at jeg har lært FAIM brillerne at kende og jeg har lært mine egne grænser at kende for, hvad jeg vil, og hvad jeg ikke vil. Det vil jeg gerne takke for. Det er jeg rigtig glad for. Inderst inde, er jeg megaked af, at det skal ende,</p>

	for jeg vil bare ikke have at det skal ende. Jeg ville ønske, at jeg kunne stoppe tiden.
--	--

---

#### TIMELINEINTERVIEW DEN 4. JULI 2020 MED UNG 3 (EN UNG KVINDE):

En glad og stolt studine møder op til interviewet med sin studenterhue på. Hun har kørt i over en time for at nå frem. Det regner. Hun smiler og er glad. Louise Tidmand byder indenfor og tilbyder vand. Louise forklarer, hvad der skal foregå og sikrer sig, at den unge ved, at hun til enhver tid kan trække sig og afbryde interviewet.

Før EMPOWER4U	En glad, men usikker pige. Jeg er meget optaget af, hvad andre tænker om mig, usikker på, om jeg var god nok, som jeg var. Havde en facade på altid, uden at være tro mod mig selv. Jeg var populær, men jeg var ikke mig. Jeg var megen usikker, jeg troede, at jeg bare var et nul.
Bootcamp	<p>Det betyder rigtig meget for mig at møde nogen, der er lige som mig. Jeg behøver ikke forklare alting, og fandt ud af, at der var andre, der havde det ligesom mig. Der sker rigtig meget med mig på campen. Jeg var rigtig glad dér – både indeni og udenpå! Vi fik så mange redskaber. Bare at få lov at være mig. Jeg har lært at tage en diskussion, at jeg skal ikke finde mig i alt, ikke give op, når jeg er sikker i min sag. Vi lærte alle redskaber og værktøjer gennem eksempler og selv at prøve.</p> <p>En øvelse, der har gjort meget indtryk, er øvelsen med at slå gennem et bræt – at slå gennem sin usikkerhed, at se sin frygt i øjnene. Det føltes bare så rigtigt, det sætter sig i kroppen. Det var hårdt, men jeg vidste, at jeg var nød til det. Jeg valgte tidligere at være meget overfladisk, at gå med flokken, jeg var nem at overtale.</p> <p>Jeg har lært at være meget mere selvsikker, så det er nogle andre mennesker, som jeg tiltrækker. Jeg tiltrækker både gode og dårlige mennesker, men jeg ved, hvornår det er gode mennesker. Og de behøver ikke længere at gå i min klasse. Jeg er mere åben nu for at møde mennesker, der er uden for min klasse.</p> <p>Jeg er ikke så god til at holde kontakten til dem fra EMPOWER4U, fordi det kan fylde alt for meget i mit hoved at lytte til deres</p>

	problemer. Jeg bliver meget påvirket af folk, så det påvirker mig, hvis de har det dårligt.
Tjek-ind & Social events	Jeg har ikke været til så mange Tjek-ind arrangementer. Jeg har fået mest ud af bootcampen og af boostcampen.
Boostcamp	Det var rart at være der, det mindede mig om sommercampen. Det var os alle, der mødtes igen, vi sov sammen, havde aftenhygge og det var rart også at se de andre blomstre. Folk er blevet meget mere selvsikre, og det er også rart at se, at andre havde fået det bedre.
Mentor	Min mentor har på alle måder støttet op. Jeg lærte værktøjerne på campen, men det er min mentor, der har lært mig rigtigt at bruge dem. Hun tog bare imod mig med åbne arme, og hun kaldte mig skat og krammede mig – det gav så meget mening. Vi har stadig kontakt. Hun betyder så meget for mig. Vi aftaler at mødes, og så laver vi alle mulige ting sammen. Jeg brugte hende især i starten. Nu har jeg alt det her EMPOWER4U i min krop, og det er nu, at det skal bruges. Og her styrker min mentor mig meget. Især omkring, at jeg har skilt mig af med et rigtigt dårligt venskab. Der øvede jeg med min mentor, hvad jeg kunne sige i den konfrontation. Det hjalp mig. Jeg var som en lille hund i det venskab, og det skulle jeg ud af. Der var mentor med til at forberede mig, og det gik så godt. Jeg kender de "røde flag", og jeg er ikke længere bange for konfrontation. Det, at min mentor har været meget konkret, har hjulpet mig rigtig meget. Hun har forberedt mig på forskellige situationer – vi har øvet dem, så jeg har været forberedt.
NU	<p>Det år er gået megahurtigt. Jeg er i det her år blevet bekræftet i mine gode venskaber, nogle af dem tilbage fra min efterskoletid. Så jeg har både pige- og drengevenner, og jeg kan også være alene, og jeg har fået øjnene op for, hvor mange, der ikke er sig selv. Jeg kan bare se det, se, hvor usikre de er – også en del af de populære piger, de er så usikre. Min kæreste har også bemærket, at jeg har ændret mig positivt. Ham lærte jeg at kende lige inden Bootcampen.</p> <p>I dag vil jeg beskrive mig selv som selvsikker, rar og opmærksom på relationer, jeg er en fighter, jeg ved, at hårdt arbejde giver pote, jeg er mere åben, men med en kritisk sans. Jeg er mig selv, og at bruge FAIM briller er et valg.</p> <p>Jeg har en drøm og et drømmejob.</p>

Mit drømmejob:	Jeg ved ikke så meget om det endnu, da jeg har haft så mange eksamener. Der er flere ting, der skal ske i de kommende to år for at jeg kan få mit drømmejob, men det skal jeg arbejde på. Lige nu vil jeg bare arbejde og tjene penge. Men drømmejobbet kunne være med til at, jeg kan komme i mål med min drøm. Der kan man jo sætte nogle delmål.
----------------	---

#### TIMELINEINTERVIEW DEN 4 JULI 2020 MED UNG 4 (EN UNG KVINDE)

En glad og stolt studine møder op til interviewet med sin studenterhue på. Hun har været nogle timer undervejs med offentlig transport for at nå frem. Det regner. Hun smiler og er glad. Louise Tidmand byder indenfor og tilbyder vand. Louise forklarer, hvad der skal foregå og sikrer sig, at den unge ved, at hun til enhver tid kan trække sig og afbryde interviewet.

Før EMPOWER4U	En ikke så glad person, meget stille og genert. Ikke god til at bede om hjælp. Skolen var meget hård, mange fag, og jeg var ikke glad. Jeg boede på en mininstitution (en slags børnehjem, men med få børn). Jeg var flyttet derfra, men mine søskende bor der stadig. Jeg kommer der stadig nogle timer hver uge, og det var min kontaktperson, der introducerede mig for EMPOWER4U. På det tidspunkt var jeg et godt sted, hvor jeg var parat til at ændre på mit liv. Så jeg var ikke i tvivl. Det er vigtigt, at man er et sted i sit liv, hvor man er klar til at ændre sig. For mig, var jeg nået til et sted i mit liv, hvor jeg var klar over, at jeg ikke kunne klare det hele alene. Jeg havde sådan nogle aggressionsproblemer, jeg kunne blive virkelig sur og være det i lang tid, også at have skænderier med folk.
Bootcamp	Jeg kan huske, at jeg synes, at det var meget grænseoverskridende at komme ind uden at kende nogen, og skulle aflevere sin telefon. Jeg var nervøs for, at jeg slet ikke ville få nogen venner. Men jeg synes også, at det var spændende, og jeg havde glæder mig til det. Det handlede meget om at fokusere på sig selv, at være den bedste udgave af sig selv. Jeg synes, det var meget hårdt, især at se så meget indad. Der var mange øvelser, og vi var i teams, så man åbnede sig meget op for sit team. På meget kort tid, følte jeg, at mit team kendte mig lige så godt som mig selv. Det var ret utroligt. Jeg synes også, at det var helt vildt spændende. Teamet støtter op om én, så man får troen på sig selv. Det var den camp i

	<p>hele forløbet, der virkelig gjorde mest for mig. Jeg gik derfra med meget mere tro på mig selv. Efter campen kunne jeg tage de beslutninger, der skulle til for, at jeg kunne få det bedre, f.eks. at slå op med min kæreste. Det var vildt at opleve, at det kunne gå så hurtigt, og også hvor hårdt det var følelsesmæssigt. Jeg græd virkelig meget. Der var mange følelser, som kom op i én. Men der var god støtte, både fra teamet, men også de "voksne". Det gav mig en vigtig bevidsthed om, hvad man kan gøre. Nu har jeg lært at prøve at se et problem fra den andens synspunkt, især hvis jeg bliver sur, så er jeg blevet meget bedre til at fokusere på de positive ting i stedet for at fokusere på de negative ting. Jeg har lært at kalde min drøm for min plan.</p>
Skolestart	<p>Jeg kan virkelig ikke lide at være i skolen. Det er hårdt at være sammen med så mange mennesker. Jeg klarer mig godt, men jeg vælger selv at trække mig. Jeg kan ikke både være social en hel dag og samtidig lære noget i skolen. Jeg synes, det er svært at være der, og det er svært, hvad andre tænker om mig. Jeg har altid bare gerne ville være normal og vokse op i en kernefamilie ligesom så mange andre. Så jeg startede til psykolog, og det hjalp rigtig meget. Men det har også været virkelig hårdt. Nogle gange var det på starten af dagen, og så kunne jeg slet ikke fortsætte i skolen, men måtte bare hjem og sove. Jeg fortæller min psykolog om campen, og mange af de ting, som hun fortalte, hænger godt sammen med det, som vi lærte på campen. Sådant noget som, hvilke mennesker, man er sammen med, og at det er vigtigt også at have alenetid.</p>
Tjek-ind & Social events	<p>Tjek-ind dagene var gode, men det var kort tid at være sammen. Det tema, som har gjort størst indtryk på mig, var det Tjek-ind om ejerskab. Der var én ude og holde et foredrag, og det kunne jeg relatere til. Han fortalte, hvordan han var kommet ud af sit misbrug, og han fortalte, hvordan han havde ændret sit liv, og det var virkelig inspirerende og også virkelig hårdt. Det var dér, det gik op for mig, at jeg var nødt til at gøre noget anderledes. Det var virkelig hårdt.</p>
Boostcamp	<p>På den første camp var fokus mest på os selv, og på boost campen var fokus mere på fællesskabet. Man får frisket ting op fra campen, men det var virkelig rart at komme og se de andre. Og man kunne se, at nogle havde udviklet sig meget.</p>



	Jeg oplevede at have et stærkere bånd til mit team. Vi har ikke så meget kontakt til hinanden i hverdagen, men det er helt sikker nogle mennesker, som jeg altid vil have et bånd til.
Mentor	Jeg fik en mentor, men jeg kunne ikke overskue at skulle lære en helt ny person at kende, fordi jeg allerede havde nogle mennesker i mit liv, der kunne hjælpe, og det var nok for mig. Det er individuelt, hvor meget der er brug for, og jeg havde allerede en mentor gennem seks år, og hun var også med den sidste weekend, så hun har været min mentor. Jeg er helt sikker på, at jeg har brugt de mange værktøjer, uden at jeg har vidst, at det var lige det eller det værktøj, som jeg har brugt.
NU	<p>Nogle gange er det svært at se forandringerne, når man står midt i det. Men nu her kan jeg se det.</p> <p>Afslutningen var dagen inden min sidste eksamen og inden, jeg blev student. Men jeg var her, og det var lidt vemodigt. Jeg synes, at det kunne være godt med nogle flere Tjek-ind med hinanden nu, måske hver 3. måned eller hvert halve år, for at tjekke ind med hinanden. I dag har jeg en helt anden tro på mig selv, end jeg havde før. Det kan godt betale sig at sige sin mening, fordi min mening faktisk betyder noget. Der skal en glad mund på figuren. Jeg er den første i min nære familie, der bliver student, det havde jeg aldrig troet. Jeg er blevet meget bedre til at acceptere mig selv og til at være mig selv, være tro mod mig selv. Jeg er blevet meget bedre til at fokusere på de positive ting.</p> <p>Da jeg boede alene, var jeg træt af, at der ikke var nogen, der gjorde noget. Så til sidst tog jeg sagen i egen hånd. Jeg har selv taget beslutning om at flytte, og der tog jeg selv initiativ, og nu er det meget bedre. I stedet for at bo alene, er jeg flyttet i et bofællesskab med andre piger, der også læser. Det har også hjulpet mig sidenhen, at jeg godt selv kan. Det er første gang, hvor jeg selv oplever, at dét, jeg gør, faktisk er ret sejt.</p> <p>Det er vildt at se på denne tidslinje og se, hvor meget der er sket. Det er rart, at jeg ikke har det sådan mere som før EMPOWER4U. Så får jeg troen på, at hvis jeg kunne komme derfra og hertil, så kan jeg også komme videre. Nu tænker jeg over, hvordan jeg selv gerne vil være, og ikke hvordan tror jeg, at andre gerne vil have, at jeg er. Det har været et meget lærerigt og spændende år. Jeg glæder mig til at komme videre og til drømmeuddannelsen og drømmejobbet.</p>

Mit drømmejob:	Jeg vil gerne være pædagog, så vi har talt om, at jeg skal arbejde i en børnehave. Det er virkelig rart, at der er nogen, der gerne vil hjælpe mig med det. Det hjælper mig til at tro på det, at de tror på mig. Det hjælper i hvert tilfælde meget, bare det med at én fra EMPOWER4U ringede til mig og spurgte ind til, hvad jeg ville. Og personen var sikker på, at det kan jeg godt, og det betyder bare rigtig meget. Det er virkelig rart, at der er nogen, der viser interesse for én. Det, håber jeg, bliver rigtig godt.
----------------	---

---

#### TIMELINEINTERVIEW DEN 4. JULI 2020 MED UNG 5 (EN UNG KVINDE):

En glad kvinde. Hun har været nogle timer undervejs med offentlig transport for at nå frem. Det regner. Hun smiler og er glad. Louise Tidmand byder indenfor og tilbyder vand. Louise forklarer, hvad der skal foregå og sikrer sig, at den unge ved, at hun til enhver tid kan trække sig og afbryde interviewet.

Før EMPOWER4U	Var meget genert, især ved at lære nye mennesker at kende. Havde en fast lukket vennekreds. Jeg var tit alene i weekenderne, da mine venner var sammen med andre venner. Følte sig ofte alene og ensom. Lod ikke andre vide, hvis hun havde det svært, fordi hun ikke ønskede opmærksomhed eller, at andre skulle bekymre sig. Kunne altid tale med sin plejemor og sin veninde, og holdt sig til at vise sine følelser kun til dem. Blev opfordret til at deltage i EMPOWER4U af sin plejemor. Jeg ville gerne selv deltage, for også at have noget at lave i sommerferien og for at få flere venner. Jeg var spændt og nervøs for, hvad de andre tænkte om mig og ved at møde op til den første camp.
Bootcamp	Følte hurtigt, at hun passede ind, idet de alle havde samme baggrund, og følte, at ingen dømte nogen. Det gav på forhånd et fællesskab. Det gjorde meget, at alle havde den samme baggrund. Har tidligere deltaget i Røde Kors sommercamps i flere år, men har altid været den eneste, der har været anbragt. Her var det anderledes rart at have samme baggrund. Fortæller om de mange metoder, de unge lærer, som man kan bruge i sin hverdag og også til at kunne flytte hjemmefra. Nævner øvelsen med at jonglere, og forklarer, at man lærer af sine fejl ved at øve sig. Fortæller, hvordan

	<p>hun har brugt denne øvelse efterfølgende i forbindelse med at blive tilbudt job som svømmetræner. Fortæller om de forskellige processer og øvelser, som campen indeholdt. Teamet udgjorde et "fælles sted", hvor hun følte, at det var en lille familie, og hvor hun var tryk, og hvor hun kunne åbne sig op. Fortæller, hvordan hun blev meget mindre genert i sit team. I starten var hun nervøs for, hvad de andre ville tænke om hende, men det aftog fuldstændig i teamet. Teamet har stor betydning for hende i dag, især to venskaber har udviklet sig og er meget tætte. Har fået venskaber til alle i teamet. Lægger vægt på, at campen har betydet, at hun føler, at hun ikke er alene.</p> <p>"Der er andre, der har samme baggrund som mig, og de forstår mig. Vi har noget fælles, som vi deler. Det var rart at vide, at jeg skulle se de andre over hele forløbet. Jeg havde fået venskaber og et fællesskab. Jeg arbejder med at bruge det, vi har lært i min egen hverdag. Man skal huske, at vi lærer på mange forskellige metoder, og jeg har brug for, at det bliver konkret i praksis. Derfor kan jeg især huske metoden med at jonglere".</p>
Tjek-ind & Social events	<p>Har været til alle Tjek-ind på nær én. Det har været lidt som den første camp. Men vi har mødt flere, som fortæller, hvad de ting og metoder, vi har lært på campen, har betydet for dem i deres liv. Det har været meget spændende og inspirerende. Især ham, der fortalte om det med rockermiljøet. Det kunne jeg relatere til tilbage til min barndom. Også da Peter Mygind fortalte om optimisme. Det var også meget inspirerende. På Tjek-ind arbejder vi så med metoden efter oplægget og med, hvordan vi selv kan bruge det i vores egen hverdag. Jeg bruger f.eks. optimisme konstant. Jeg prøver at se det gode i alle folk. Det er rart at se de andre igen, men det er ikke det samme som på camps'ene. På camps'ene har vi mere tid til at se dem, der ikke er i vores team. Det kunne være fint, hvis der til Tjek-ind var afsat en time til, at vi også kunne nå at tale med de andre, der ikke er i ens eget team. Det er fedt at kunne nå også at tale med de andre også.</p>
Boost camp	<p>Det gode ved camps er, at man har tid til også at tale med dem, der ikke lige er i vores eget team. Det var som at komme på camp igen, fællesskabet og vennerne.</p>
Mentor	<p>Vi (min plejemor og jeg) havde lidt misforstået, hvad jeg skulle bruge min mentor til. Jeg troede, at hun skulle hjælpe mig med at bruge metoderne i min egen hverdag, men det var faktisk mest at</p>

	<p>tale om metoderne på campen, og ikke så meget i forhold til min hverdag. Jeg kunne tænke mig, at der kom handlinger på i forhold til min hverdag, og ikke så meget bare at snakke om metoderne. Det ville jeg have haft gavn af. Så tror jeg, at jeg bedre kunne få omsat metoderne til konkrete situationer. Men det var fint at have en mentor at tale med. Hun har også lært mig nogle andre metoder, f.eks. til at være mere social. Vi skrev sammen, for jeg havde også mange andre ting, men vi mødtes en 7-8 gange, og vi har stadig kontakt, og vi vil blive ved med at have kontakten og fortsætte med at være min mentor. Hun har jo været en del af min udvikling i EMPOWER4U.</p>
NU	<p>Jeg er blevet mere social, og det har min mentor hjulpet mig med, og hun har lært mig andre metoder også. Min plejemor kan også se, hvor meget jeg har ændret mig med EMPOWER4U. Det kunne være godt, hvis min plejemor fik mere at vide om EMPOWER4U, så hun bedre kan hjælpe mig. Det kunne være nogle små videoer eller en dag, hvor de kom på kursus og fik rådgivning til, hvordan de kan hjælpe os med at bruge metoderne i hverdagen. Hun kender mig jo og ved, hvordan jeg lærer tingene. Afslutningsvis tegner den unge kvinde en meget glad mund på figuren af sig selv og fortæller, at hun ikke længere er ensom. Hun ville ønske, at EMPOWER4U varede længere, at hun f.eks. kunne komme på det igen. Måske det kunne vare 3-4 måneder ekstra.</p>
Mit drømmejob:	<p>Jeg fik hjælp til at få en praktik, og det var megagodt. Jeg blev endnu mere afklaret omkring, hvad jeg skal i mit liv. Da praktikken sluttede, sagde chefen, at han gerne ville ansætte mig, hvis der blev mulighed for det. Jeg fik ros hver eneste dag for det, jeg lavede. Det er en fed idé, også hvis der var nogen, der kunne følge op på f.eks. praktikken. Jeg har søgt ind på HF og er også kommet ind. Så det giver mig to år mere til at blive afklaret i, hvilken uddannelse jeg skal tage. Mit Drømmejob er en virkelig god idé, især for dem, der ikke har så mange andre til at hjælpe dem.</p>

## DELKONKLUSION PÅ KVALITATIVE TIMELINE INTERVIEW

Som det fremgår af de kvalitative timeline interview, har alle unge haft deres egen proces i forløbet. Dog er det fælles for dem alle, at de har udviklet sig positivt, og at de kan sætte ord på den udvikling, og relatere deres udvikling til EMPOWER4U. De synes meget bevidste om det arbejde, de har lavet med sig selv både i løbet af camps, Tjek-ind dage, sociale arrangementer, med mentor og i den mellemliggende tid mellem arrangementerne. Enslående for dem alle er, at de gennem deltagelse i EMPOWER4U har opnået selvindsigt, de har taget ejerskab, udviklet optimisme og erhvervet konkrete redskaber/værktøjer i form af øvelser og handlinger, som de kan integrere i deres liv. De unge oplever at være en del af et stærkt fællesskab og finder stor tolerance for hinandens forskelligheder i det fællesskab, at de alle er eller har været anbragt. For flere af de unge, er det første gang, at de finder ligesindede med samme baggrund som dem selv. At deltage i EMPOWER4U har styrket de unge i troen på sig selv og givet dem kompetencer til at handle i eget liv. Den kvalitative empiri indikerer, at flere af de unge er i færd med at bryde deres sociale arv.

## OPFØLGNING PÅ "MIT DRØMMEJOB"

Som beskrevet i afsnittet PILOTPROJEKTET MIT DRØMMEJOB, har EMPOWER4U fase 2 haft 38 af de deltagende unge tilknyttet pilotprojektet. I nogle af de kvalitative timelineinterview fremgår det, at netop Mit Drømmejob har haft afgørende betydning for de unge, der har deltaget. De unge, der har været en del af pilotprojektet, giver udtryk for, at det har været en vigtig og væsentlig opfølgning på EMPOWER4U. Samtidig giver de unge udtryk for, at pilotprojektet har styrket deres udvikling i at tage ejerskab for eget liv, have optimisme og stå ved roret i eget liv.

En ung udtrykker det således:

*"Det er virkelig rart, at der er nogen, der gerne vil hjælpe mig med det. Det hjælper mig til at tro på det, at de tror på mig. Det hjælper i hvert tilfælde meget, bare det med at én fra EMPOWER4U ringede til mig og spurgte ind til, hvad jeg ville. Og personen var sikker på, at det kan jeg godt, og det betyder bare rigtig meget. Det er virkelig rart, at der er nogen, der viser interesse for én"*

En status over pilotprojektet Mit Drømmejob kan opgøres således på nuværende tidspunkt den 14. august 2020:

- 7 unge har gennemført praktik
- 9 unge har planlagt praktik, men endnu ikke gennemført grundet Corona eller andet
- 4 unge har sagt ja til, at de gerne vil have et praktikforløb, men stedet er endnu ikke fundet
- 12 unge er i beskæftigelse
- 23 unge er under uddannelse

Som det fremgår af status for pilotprojektet, er Mit Drømmejob en aktivitet, der rummer et potentiale for at skabe et efterværn for de unge efter deltagelse på EMPOWER4U, der tager afsæt i den tillid og det fællesskab, som de unge har opbygget i det år, de har deltaget i EMPOWER4U.

De unge, der har deltaget i både fokusgruppeinterview såvel som timeline interview giver samstemmigt udtryk for et ønske om, at EMPOWER4U kunne vare længere. I den sammenhæng udgør pilotprojektet Mit Drømmejob en mulighed for at udgøre et efterværn, hvor de unge opretholder deres positive udvikling, relationer til de andre unge fra EMPOWER4U og bidrager til, at de unge kan opretholde de positive relationer og tilknytning til et positivt fællesskab.

I alt deltager 32 unge i pilotprojektet "Mit drømmejob". Af disse 32 unge, har 19 unge pr. 14. august 2020 opfyldt "Mit drømmejob"-forløbet.

I gruppen af unge, der har gennemført "Mit drømmejob"-pilotprojektet, har det været interessant at identificere projektets evne til at fastholde eller fremme de unges uddannelses- eller erhvervsstatus. Ydermere ønsker vi at identificere hvilke unge, der særligt har succes med deltagelse i "Mit drømmejob"-pilotprojektet for at effektivisere rekrutteringen og øge effekten.

I det følgende er der foretaget en korrelationsberegning mellem en række parametre, som specificeres yderligere på næste side.

*Forudsætning: Der er vedtaget en progression i erhvervs-/uddannelsesstatus, som giver ledighed 0 point, under uddannelse 1 point og erhvervsaktiv 2 point. Der kan argumenteres for, at det ikke er bedre at være i arbejde end at være i uddannelse, da valget om at uddanne sig er en langsigtet investering og et ønske om at dygtiggøre sig, som kan have større værdi end at søge arbejde med de kvalifikationer, som man*

*besidder, men vi har truffet dette valg i processen med at kvantificere data, således at det var muligt at beregne på data yderligere.*

I gennemgangen af data for projektet "Mit drømmejob", har jeg valgt at fokusere på korrelationen mellem deltagernes erhvervs-/uddannelsesstatus efter projektets afslutning og:

- Køn
- Opfyldt "Mit drømmejob"-forløbet
- Erhvervs-/uddannelsesstatus før
- Resultater af arbejdet i Empower4U med handlingstillid

Der er fundet disse korrelationer:

Tabel 1: *Korrelationsmatrix for deltagelse i "Mit drømmejob". Korrelation på -1 og 1 er lineære, mens at værdier tæt på 0 har lille eller ingen korrelation.*

	<i>Køn</i>	<i>Drømmejob</i>	<i>Status før</i>	<i>Status efter</i>	<i>Forskel</i>	<i>Handlingstillid</i>
Køn	1					
Drømmejob	0,111357699	1				
Status før	-0,014145	<b>0,40849122</b>	1			
Status efter	-0,0582104	<b>0,21254699</b>	<b>0,71772346</b>	1		
Forskel	0,0538227	<b>-0,2972252</b>	<b>-0,4787235</b>	0,26776123	1	
Handlingstillid	<b>0,32463337</b>	-0,1766201	0,10595593	0,05045971	-0,0829854	1

Konklusioner (Styrken af korrelationen er angivet i parentes):

Særligt mandlige deltagere udvikler høj handlingstillid (SVAG)

De deltagere i projektet, som tager beslutning om at deltage i "Mit drømmejob", er oftere i uddannelse og oftest i arbejde (MELLEM)

Deltagelse i "Mit drømmejob" har positiv betydning for positiv udvikling i erhvervs-/uddannelsesstatus efter (MELLEM)

Lav erhvervs-/uddannelsesstatus (ledighed) før deltagelse i "Mit drømmejob" har betydning for positiv udvikling af erhvervs-/uddannelsesstatus (STÆRK)

Mange i ledighed bliver erhvervs- eller uddannelsesaktive (MELLEEM)

Der er således påvist en mellem korrelation mellem deltagelse i pilotprojektet "Mit drømmejob" og progression i uddannelses- og erhvervsstatus for deltagerne. Og det er især særlig høj grad de unge, der har været ledige før deltagelsen, der er lykkedes med at påbegynde en uddannelse eller at blive erhvervsaktive, selvom unge deltagere, der vælger at deltage, oftere er i uddannelse eller i arbejde i forvejen.

## KONKLUSION PÅ DEN KVALITATIVE EMPIRI FASE 2

Den kvalitative empiri for fase 2 udgøres dels af et fokusgruppeinterview med 7 unge fra fase 2 i forbindelse med et Tjek-ind møde den 7. marts 2020, dels af i alt 5 timeline interviews med unge fra fase 2 afholdt hhv. den 7. marts og den 4. juli 2020 og to fokusgruppeinterviews med i alt 4 mentorer afholdt hhv. den 7. marts og den 4. juli 2020. Det er blevet til i alt 9 ½ times interviews med deltagere fra fase 2.

Sammenfattende for den kvalitative empiri kan konkluderes, at:

- de unge italesætter, at de oplever et stort udbytte af at deltage i EMPOWER4U. Flere giver udtryk for, at det har ændret deres liv markant, så de i dag møder verden styrket på selvtillid/selvværd, med handlingstillid, de tager ansvar og ejerskab til deres liv. Det kommer til udtryk på mange måder, men mest markant er det kommet til udtryk gennem de unges og mentorerne italesættelse af, at de unge har taget stilling til de relationer, som de har været i, og de er blevet bevidste om, hvilke relationer, der er gode og sunde for dem, og hvilke relationer, der er det modsatte – og de har på baggrund heraf fravalgt dårlige relationer.
- alle unge giver tydeligt udtryk for, at det for hver enkelt af dem har meget stor værdi at være blevet en del af det fællesskab, som de unge oplever at have til hinanden. Et fællesskab, hvor de alle har et fælles tredje, hvilket er deres historie og baggrund som anbragte eller tidligere anbragte. For nogle unge er det første gang, at de ikke føler sig anderledes i selskab med andre unge. Deres relationer til hinanden er især stærke i de teams, som de har været i under forløbet, men de har generelt også formået at skabe og vedligeholde relationer til andre unge fra EMPOWER4U, som de ikke har været i team med.



- de unge såvel som mentorerne giver udtryk for, at de unge har lært konkrete og brugbare værktøjer, som de kan benytte i deres hverdagsliv med henblik på, hvad der er et godt liv for dem med optimisme, oprigtighed, vedholdenhed, ejerskab, relationsdannelse og selvfølelse.
- mentorerne giver udtryk for, at det har været både berigende og lærerigt at deltage, og de har adskillige forslag til, hvordan de kan blive endnu bedre i deres rolle som mentorer i samarbejdet med EMPOWER4U.

## KONKLUSION FOR PROJEKTETS FASE 2

Målsætningerne for fase 2 var:

1. 95 % af de unge, der fuldfører forløbet, og 90 % af deres mentorer vurderer, at de har tilegnet sig redskaber, som er direkte anvendelige og som kan overføres til deres hverdag,
2. 95 % af de unge, der fuldfører forløbet, og 90 % af deres mentorer vurderer, at de har styrket troen på sig selv og egne evner og formåen,
3. 90 % af de unge, der fuldfører forløbet, og 85 % af deres mentorer vurderer, at de er blevet mere livsduelige, hvilket betyder, at deltagerne har opnået øget bevidsthed om egne potentialer
4. mindst 20 deltagere siger ja tak til traineeforløb i forbindelse med "Mit drømmejob" i en specifik virksomhed, og
5. Mindst 10 af deltagerne kommer som direkte følge af projektet i beskæftigelse eller igangsætter en uddannelse med samtidig "tilknytning" til en virksomhed.

Disse målsætninger er opfyldt til fulde på ungesiden, hvor alle 38 unge har besvaret det udsendte spørgeskema idet:

1. 97 % mener at have tilegnet sig redskaber, som er direkte anvendelige og overførbare i hverdagen.
2. 95% mener at have styrket troen på sig selv og sine evner og formåen.
3. 95% mener at være blevet mere livsduelig, hvilket betyder, at de har opnået øget bevidsthed om deres potentialer.
4. 24 unge deltagere har sagt ja tak til traineeforløb/praktik i forbindelse med "Mit drømmejob" i en specifik virksomhed, og
5. 14 af deltagerne er som direkte følge af projektet kommet i beskæftigelse eller igangsætter en uddannelse. Dog fremgår det ikke, om uddannelserne er med samtidig "tilknytning" til en virksomhed.

På mentorsiden er antallet af mentorer, der har besvaret spørgeskemaet beklageligvis kun 11 mentorer. De svarer som følger:

1. 91% vurderer, at deres mentée har tilegnet sig redskaber, som er direkte anvendelige og overførbare til dennes hverdag
2. 82% vurderer, at deres mentée har styrket troen på sig selv og egne evner og formåen.
3. 73% vurderer, at deres mentée er blevet mere livsduelig, hvilket betyder, at denne har opnået øget bevidsthed om egne potentialer.

Således er punkt 1 af målsætningerne på mentorsiden opfyldt, mens punkt 2 og 3 af målsætningerne ikke er opfyldt.

Forskningsspørgsmålene 1 og 2 besvares både kvalitativt såvel som kvantitativt, og det skal bemærkes, at der i rapporten er svaret og redegjort for forskningsspørgsmål 3 i henhold til datasættene indhentet i fase 2. Der svares således på spørgsmålet med afsæt i både kvantitativ og kvalitativ empiri. Dette valg er foretaget, da det giver et mere fyldestgørende svar at inddrage alle indhentede data i fase 2 end blot at kunne inddrage det ene kvalitative fokusgruppeinterview med deltagerne fra fase 1, der blev foretaget i november 2019.

På forskningsspørgsmål 3 om, hvem der profiterer mest af deres deltagelse i projektet, og hvem, der profiterer mindre af at deltage, kan vi ud fra den kvantitative empiri konkludere, at det især er de unge mænd, der profiterer, og at der er korrelation mellem, at de udvikler sig positivt både på handlingstillid og på mental sundhed.

Den kvalitative empiri pegede på nogle faktorer, der synes at være afgørende for en positiv udvikling ved deltagelse i EMPOWER4U. Empirien peger på faktorer som:

- Den unge skal være et sted i sit liv, hvor han/hun er motiveret for at ville foretage ændringer i sit liv
- Mentor skal have indsigt i de værktøjer, som de unge lærer, således at mentor kan følge op og yde støtte
- At teamledere, ungeteamledere og teamet omkring den unge udtrykker at have tro på den unge og tilbyder fællesskab, støtte og opbakning.
- At de unge oplever, at der i deltagelsen også er tid til blot at være sammen, ud over, når der er programsatte aktiviteter.

Den kvantitative empiri konkluderer også en generel positiv effekt på de unges handlingstillid på 0,69, svarende til langt over middel effekt, og på 0,31 på mental sundhed, hvilket svarer til under middel effekt.

Især den positive udvikling på handlingstillid understøttes af den kvalitative empiri, hvor fra det kan konkluderes at:

- De unge italesætter, at de oplever et stort udbytte af at deltage i EMPOWER4U. Flere giver udtryk for, at det har ændret deres liv markant, så de i dag møder verden styrket på selvtillid/selvverd, med handlingstillid, de tager ansvar og ejerskab til deres liv. Det kommer til udtryk på mange måder, men mest markant er det kommet til udtryk gennem de unges og mentorernes italesættelse af, at de unge har taget stilling til de relationer, som de har været i, og de er blevet bevidste om, hvilke relationer, der er gode og sunde for dem, og hvilke relationer, der er det modsatte – og de har på baggrund heraf fravalgt dårlige relationer.
- Alle unge giver tydeligt udtryk for, at det for hver enkelt af dem har meget stor værdi at være blevet en del af det fællesskab, som de unge oplever at have til hinanden. Et fællesskab, hvor de alle har et fælles tredje, hvilket er deres historie og baggrund som anbragte eller tidligere anbragte. For nogle unge er det første gang, at de ikke føler sig anderledes i selskab med andre unge. Deres relationer til hinanden er især stærke i de teams, som de har været i under forløbet, men de har generelt også formået at skabe og vedligeholde relationer til andre unge fra EMPOWER4U, som de ikke har været i team med.
- De unge såvel som mentorerne giver udtryk for, at de unge har lært konkrete og brugbare værktøjer, som de kan benytte i deres hverdagsliv med henblik på, hvad der er et godt liv for dem med optimisme, oprigtighed, vedholdenhed, ejerskab, relationsdannelse og selvfølelse.
- Mentorerne giver udtryk for, at det har været både berigende og lærerigt at deltage, og de har adskillige forslag til, hvordan de kan blive endnu bedre i deres rolle som mentorer i samarbejdet med EMPOWER4U.

## SAMMENFATNING OG KONKLUSION

Forskningsspørgsmålene, der er redegjort for i denne rapport lyder:

I hvilken udstrækning ses målbar og/eller oplevet effekt af interventionen EMPOWER4U fase 1 1½ år efter de unges opstart på forløbet på deltagernes handlingstillid.

I hvilken udstrækning ses målbar og/eller oplevet effekt af interventionen EMPOWER4U fase 2 på deltagernes:

1. Handlingstillid og forventning til egen mestring.
2. Trivsel.
3. I fase 2 skal det kvalitativt undersøges, hvorfor nogle deltagere i så høj grad har profiteret af fase 1, og i dag er ambassadører for indsatsen til foredrag og overfor nye deltagere, mens andre deltagere enten ikke har profiteret eller har oplevet tilbagegang, så der sikres en mere målrettet hvervning af de, der kan få mest udbytte.

Det skal bemærkes, at der i rapporten er redegjort for spørgsmål 3 i henhold til datasættene indhentet i fase 2. Der svares således på spørgsmålet med afsæt i både kvantitativ og kvalitativ empiri. Dette valg er foretaget, da det giver et mere fyldestgørende svar at inddrage alle indhentede data i fase 2 end blot at kunne inddrage det ene kvalitative fokusgruppeinterview med deltagerne fra fase 1, der blev foretaget i november 2019.

EMPOWER4U har haft en fase 1 og en fase 2. I den afsluttende rapport fra fase 1 fremgik en række anbefalinger, som er blevet implementeret i fase 2.

Empirien fra de to faser taler et tydeligt sprog, idet de unge kvantitativt har haft en langt større positiv udvikling i fase 2 set i forhold til fase 1. Således var effekten målt med Cohens D på handlingstillid i fase 1 det første år på 0,38 svarende til lige under middel, hvor den til sammenligning i fase 2 var 0,69 svarende til langt over middel. Empirien fra fase 1 giver ydermere en indikation for, at den opnåede effekt efter et års deltagelse i EMPOWER4U har potentiale til at vokse over tid, idet en eftermåling på handlingstillid på fase 1 gruppen af unge, 1½ år efter deltagelse i EMPOWER4U, viste en effekt på 0,49, hvilket vil sige en stigning på 0,11 i forhold til effektmålingen umiddelbart efter endt forløb. Det vidner om, at deltagelse på EMPOWER4U har en langtidseffekt, idet de unge implementerer deres læringsudbytte over tid efter endt forløb.

Den kvalitative empiri understøtter denne udvikling ved at kaste lys over, på hvilken måde de unge og deres mentorer italesætter denne udvikling. De unge udtaler i interviews, at læringen over tid bliver en naturlig del af deres handlingsrepertoire, idet de med støtte og opbakning fra deres team og mentor integrerer det lærte og udvikler nye mestringsstrategier.

Gennem en analyse på tværs af den kvantitative empiri fra fase 2, er det muligt at sige lidt om, hvilke unge, der profiterer mest og mindst af EMPOWER4U. Det fremgår således, at det især er de unge mænd, der profiterer mest, efterfulgt af de unge kvinder. Sammenholder vi disse kvantitative fund med den kvalitative empiri, fremgår det, at de

unge og deres mentorer fremhæver nogle faktorer, der har stor betydning for positiv udvikling, uanset køn, under og efter forløbet. Disse faktorer er;

- At den unge er motiveret for at lave forandringer i sit liv.
- At den unge oplever fællesskabet, som opnås på første camp, og at dette fællesskab styrkes gennem hele forløbet.
- At de metoder og værktøjer, som de unge lærer under forløbet, afprøves konkret i praksis.
- At de unge mærker den tro på, at de kan, som teamledere, unge-teamledere og det lille team såvel som det store team udtrykker gennem hele forløbet.
- At mentor kender til de redskaber, som de unge lærer, så mentor kan følge op og hjælpe den unge med at overføre læringen til egen hverdag.

Sammenfattende kan det konkluderes, at de unge, der deltager og gennemfører et EMPOWER4U forløb har et positivt udbytte i gennemsnit på både handlingstillid og mental sundhed. Det skal dog bemærkes, at der er stor variation i de unges kvantitative målinger.

Den kvalitative empiri understøtter den generelle positive udvikling på både handlingstillid og mental sundhed, som den kvantitative empiri er udtryk for. Det skal her bemærkes, at alle interview er foretaget med unge, der har gennemført hele EMPOWER4U forløbet i enten fase 1 eller fase 2.

Pilotprojektet Mit Drømmejob, der har været tilknyttet fase 2, viser at have positive resultater, idet alle 38 unge, der deltager i Mit Drømmejob har forholdt sig aktivt til egen fremtid og italesat ønsker for den fremtid. De kvalitative timelineinterview understøtter denne antagelse, idet de unge her udtaler, at Mit Drømmejob har været med til at forankre læringsudbyttet af EMPOWER4U forløbet i konkrete fremtidsplaner. De unge udtrykker sig meget positivt i forhold til, at det er kendte personer fra EMPOWER4U, der står for Mit Drømmejob, idet det er personer, som de unge har tillid til, og den tiltro, som de unge bliver vist i Mit Drømmejob, har en positiv afsmitning på de unges egen handlingstillid og tro på sig selv.

### ANBEFALINGER TIL EVENTUEL FASE 3

Som tidligere fremstillet i denne rapport blev anbefalingerne fra slutrapporten på fase 1 implementeret i fase 2, og det har siden vist sig i både den kvalitative såvel som kvantitative empiri, at de unge opnåede en større positiv udvikling i fase 2 end i fase 1.

Især på parameteren handlingstillid blev dette tydeligt i effektmålingen, hvor de unge efter endt forløb i fase 1 opnåede en effekt på 0,38 svarende til lidt under middel, mens de unge efter endt forløb i fase 2 havde opnået en effekt på parameteren handlingstillid på hele 0,69, hvilket svarer til langt over middel. Denne måling på handlingstillid er helt central, idet handlingstillid er udtryk for den unges positive forventninger til, at han eller hun selv råder over de nødvendige evner og ressourcer til at klare de udfordringer, han eller hun stilles overfor.

Ud fra analyserne og resultaterne i denne rapport, fremsættes følgende anbefalinger til en eventuel fase 3:

- Udarbejde et forskningsdesign, der, i højere grad end det har været tilfældet i fase 1 og 2, kan kaste lys over, hvilke faktorer eller årsager der er til, at nogle unge falder fra EMPOWER4U i løbet af projektet.
- Udarbejde et forskningsdesign, der har fokus på en større indsigt i, hvilke betydninger det har for de unge at deltage i Mit Drømmejob. Her kunne man arbejde ud fra et styrkebaseret perspektiv med afsæt i de 24 VIA karakterstyrker, for herigennem at oparbejde en fælles sproglig referenceramme for de unge såvel som for teamledere m.fl. til at tale om og udvikle ressourcer og styrker i relation til uddannelses- og jobperspektiver.
- Mentorerne i nærværende fase 2 har udtrykt en række anbefalinger, der udtrykker et ønske om at få større indsigt i det arbejder, som de unge deltager i på camps, Tjek-ind og sociale events i EMPOWER4U, for herigennem at kunne udøve en endnu større og mere relevant støtte for den unge, som de er mentor for, forstået som at kunne hjælpe den unge med at omsætte læringen til egen hverdag. Det kunne være gennem små informationsvideoer, lydoptagelser eller billeder, der forklarer mentorerne om de læringsmål og læringspointer, de unge har arbejdet med.

Alt i alt har EMPOWER4U-projektets fase 1 såvel som fase 2 vist sig at have en afgørende forskel for mange anbragte eller tidligere anbragte unge på vejen over i voksenlivet.

Pilotprojektet "Mit drømmejob" i fase 2 har vist sig at have et endnu uudforsket potentiale i arbejdet med de unges livsduelighed og overgang til voksenlivet, enten i uddannelse eller på arbejdsmarkedet.

Der er derfor god grund til at undersøge, dels om der tilsvarende er en langtidsvirkning for handlingstillid for fase 2-deltagerne, som vi så det hos deltagerne fra fase 1, og dels om der ligeledes er en langtids effekt af arbejdet med "Mit drømmejob". Ved at udforske

de to parametre, vil der kunne kastes lys over både målbare effekter såvel som oplevede effekter af, om der overhovedet, og i så fald hvordan, handlingstillid har indflydelse på de unges fastholdelse i de praktikker, arbejde og uddannelsesforløb, som de for nuværende har planlagt eller er påbegyndt. En sådan undersøgelse ville desuden kunne introducere et styrkeperspektiv i form af de 24 VIA karakterstyrker, såfremt det måtte ønskes.

Mange hilsner,

Louise Tidmand, Postdoc, PhD

M: +45 2870 7920

E: [loti@edu.au.dk](mailto:loti@edu.au.dk)

W: <http://au.dk/loti@edu>

Mette Marie Ledertoug, Postdoc, PhD

M: +45 22766339

E: [mele@edu.au.dk](mailto:mele@edu.au.dk)

<http://au.dk/loti@edu>

## DPU

Aarhus Universitet

Danmarks institut for Pædagogik og Uddannelse

Afdeling for pædagogisk psykologi

Tuborgvej 164, bygning D, lokale D 219A

2400 København NV