



ERFARINGSOPSAMLING:

NÅR BØRN BLOMSTRER

Et trivselsgruppeprojekt i Selvhjælp Sydvest
støttet af Socialstyrelsens pulje *Flere med i lokale fællesskaber*
2020-2024



NÅR BØRN BLOMSTRER

- om at træde ud af mobningens skygge og ind i fællesskabets styrke

© Selvhjælp Sydvest

Materialet er udarbejdet af
Heidi Borum Ortega
Daglig leder

Selvhjælp Sydvest
Brundtlandparken 2
6520 Toftlund

Tlf.: 22 44 25 00
E-mail: mail@selvhjaelpsydvest.dk

www.selvhaelpsydvest.dk

Grafisk design: Heidi Borum Ortega
Print: Kongeå Print Og Design

Forsidebillede: Pixabay
Fotograf: Heidi Borum Ortega, medmindre andet er angivet

Udgivet 2025

INDHOLD

Forord.....	5
Hovedresultater.....	6
Formål.....	10
Nøgletal.....	11
Børnene og de unge.....	12
Indsatsens effekt.....	14
De frivillige.....	18
Samarbejde.....	24
Nye veje.....	34
Af hjertet tak.....	38

"DET HAR HELT SIKKERT GJORT EN
FORSKEL (AT DELTAGE I GRUPPEN). NU VED
JEG, AT NÅR DER SKER NOGET SVÆRT, SÅ
HAR JEG STYRKER INDENI MIG TIL AT
KLARE DET SELV"

PIGE, 14 ÅR



FORORD

I over 25 år har det været Selvhjælp Sydvest fornemmeste opgave at facilitere medmenneskelig støtte til mennesker, der står i en svær livssituation. Støtten ydes gennem frivilligbaserede selvhjælps- og netværksgrupper og har tidligere været struktureret omkring primært voksne deltagere.

Med trivselsgruppeprojektet Når børn blomstrer er det ikke alene blevet muligt at tilbyde selvhjælpsgrupper for børn og unge i projektperioden, det har også åbnet op for yderligere samarbejde og dermed muliggjort en videreudvikling og fastforankring af grupperne. Det betyder, at Selvhjælp Sydvest nu også, på mere struktureret vis, kan tilbyde selvhjælpsgrupper for børn og unge, der oplever mistrivsel. Det kan for eksempel være sygdom, sorg, skilsmisse, ensomhed, mobning eller andre problematikker, der gør, at man kan føle sig alene og savne et trykt fællesskab at dele sine tanker og oplevelser med.

Det gør mig stolt at se, hvad vi er lykkedes med igennem tiden og taknemmelig over, at så mange mennesker undervejs har været en støtte for og sparring til Selvhjælp Sydvest, i forbindelse med både projektet Når børn blomstrer og foreningen i sin helhed.

Med denne opsamling ønsker vi at give et lille indblik i projektet og de erfaringer, vi har gjort os undervejs. Til sidst runder vi af med perspektiver på de nye veje, der har vist sig undervejs i projektperioden, og som vi i skrivende stund er i gang med at forfølge.

Vi håber, at du vil tage godt imod vores skriv og de gode historier fra projektet.

- God læselyst!

HEIDI BORUM ORTEGA

Daglig leder, Selvhjælp Sydvest

HOVEDRESULTATER

Herunder opsummeres de grundlæggende erfaringer fra projektet Når børn blomstrer.



UDVIDET ALDERSGRUPPE

Målgruppen var i første omgang børn og unge i alderen 10-15 år. Denne er blevet udvidet og grupperne tilbydes nu til alle børn og unge i alderen 8-17 år.



ANDRE PROBLEMATIKKER END MOBNING

Grupperne var tænkt til børn og unge, som har oplevet eller oplever mobning, men ret hurtig blev de udvidet til at omhandle andre former for mistroivsel som fx skilsmisse, konflikter i skolen/hjemmet, lavt selvværd eller ensomhed.



TYDELIG TRIVSELSFREMMENDE EFFEKT

Indsatsen viser at have positiv indvirkning på 4 parametre, hvoraf det overordnede aspekt er oplevelsen af større trivsel og livsglæde hos børnene og de unge, herunder et styrket selvværd, mindsket ensomhedsfølelse og øget mestring/empowerment.



NY TYPE AF FRIVILLIGE

Projektet har resulteret i en ny type af frivillige; yngre, som endnu er på arbejdsmarkedet og som udover at gøre en forskel for børn/unge, også er optaget af egen læring og udvikling. De har ønsket at samarbejde med de samme medfrivillige, hvorfor vi har haft fokus på mere 'faste' teams af frivillige.



UNIKT SAMARBEJDE SKABER NYE VEJE

Det unikke samarbejde mellem frivillig forening, privat virksomhed og kommune har, med klar forventningsafstemning og rollefordeling, respekt og plads til hinandens styrker, samt et fælles værdigrundlag om at gavne målgruppen, skabt nye veje - og dermed ført til ansættelse af ny børne- og ungekoordinator takket være støtte fra Tønder Kommune.



ET MENINGSFULDT FÆLLESSKAB

Erfaringen viser endvidere at deltagelse i et meningsfuldt fællesskab, hvor alle får lov at byde ind med egne styrker omkring et fælles formål - er med til at skabe livsglæde og trivsel, uanset om man er frivillig, ansat, deltager eller samarbejdspartner i projektet.



"JEG HAR DET GODT,
NÅR JEG HAR VÆRET I GRUPPEN.
DET ER RART AT KUNNE SIGE TING
HØJT, UDEN AT DET KOMMER
VIDERE"

PIGE, 12 ÅR

Gruppeaktivitet med kørestolsbasket og badminton, på besøg hos foreningen PARA-Ildræt for alle i Døstrup.



TAK

En stor tak skal først og fremmest lyde til de mange dejlige børn og unge, der har haft mod på at deltage i en gruppe. Deres nysgerrighed og nærvær har bidraget til et fortroligt og trygt frirum, hvor der har været plads til at dele følelser, tanker og oplevelser med hinanden.

De har taget sig tid til at give os et helt særligt og ærligt indblik i, hvad der rører sig i deres liv, hvad der fylder og er svært. Ved at sige tingene højt, har de inspireret og delt ud af deres mod for dermed at bane vejen for, at andre børn har turdet følge efter. De har grinet, de har grædt, af glæde og af sorg. Fuldstændig som livet i sig selv, der byder på både med- og modgang.

Af hjertet tak til hver og en af jer, der har deltaget i et gruppeforløb i Når børn blomstrer.

FORMÅL

Selvhjælp Sydvest indgik i 2020 et projektsamarbejde med den pædagogiske konsulentvirksomhed RessourceDetektiven og Tønder Kommune med det formål at udvikle og afprøve et selvhjælpskoncept i form af trivselsgrupper for børn og unge, der mistrives på grund af mobning.

Med afsæt i selvhjælpsmetoden og Selvhjælp Sydvests mangeårige erfaring med facilitering af selvhjælpsgrupper, kombineres gruppeforløbene med redskaber fra den anerkendende og styrkebaserede tilgang, som RessourceDetektivens konsulenter er eksperter i.

Sammen har vi tilbudt børn og unge et fortroligt frirum, hvor de på den ene side har fået mulighed for at møde ligesindede, som de kan spejle sig i og dele tanker, følelser og erfaringer med. På den anden side har et ønske med projektet været at give børnene muligheden for at opleve, at de er eksperter i eget liv. Gennem læren om positiv psykologi og arbejdet med at (gen)finde egne medfødte styrker, har vi forsøgt at give børnene og de unge en tro på, at tingene kan ændre sig, og at de kan bruge styrkerne til at mestre de svære situationer, som de oplever at stå i. Vi styrketræner, som vi siger.

På den måde har de fået en mulighed for at se sig selv i et mere positivt lys og dermed skabe empowerment i eget liv.

Projektet har haft til formål at øge børn og unges trivsel, glæde og selvværd. Heraf kommer projektets titel: Når Børn Blomstrer. Det er vores oplevelse, at vi har opnået dette, og at trivselsgrupperne har givet børn og unge et sted at blomstre.

Projektet opnåede støtte fra Socialstyrelsens pulje Flere med i lokale fællesskaber og er foregået i perioden december 2020 til juni 2024.

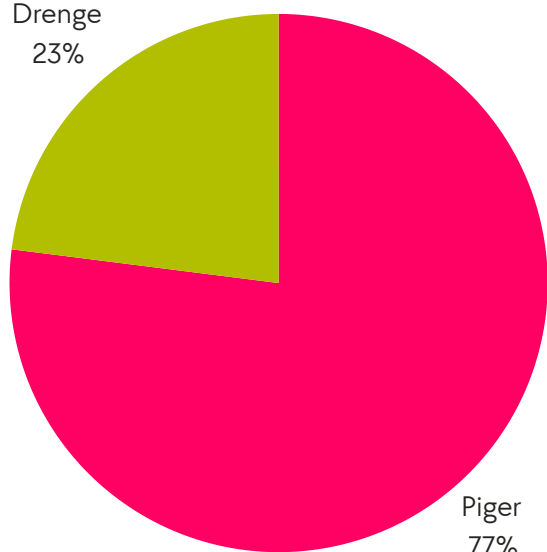
NØGLETAL



De deltagende børn og unge har været i alderen 8-17 år.



Drenge
23%



Piger
77%



13

gruppeforløb er gennemført

70

børn og unge har deltaget i en gruppe i projektperioden

54

af deltagerne var piger

16

af deltagerne var drenge

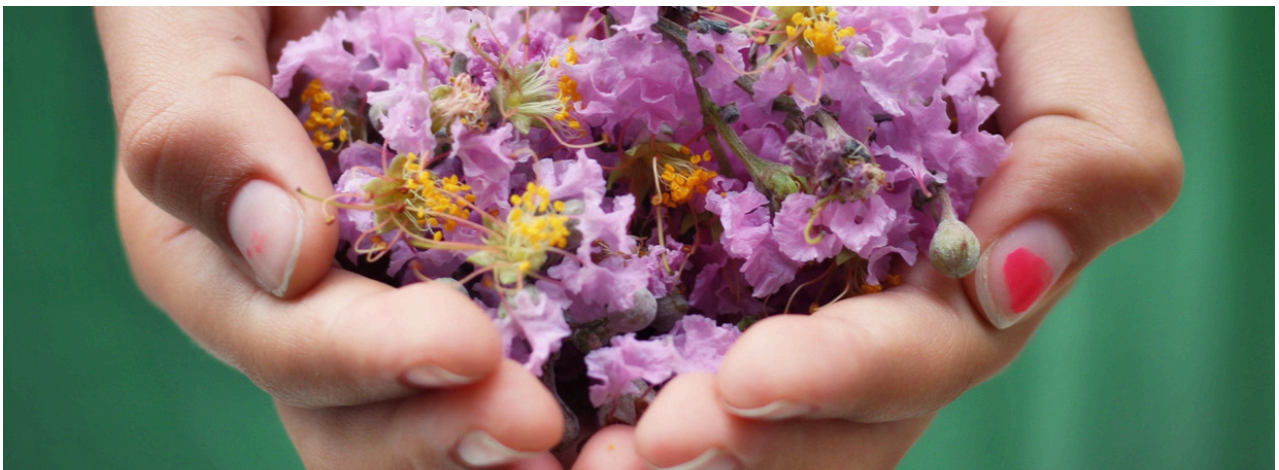
BØRNENE & DE UNGE

Projektets målgruppe var tænkt til at være børn og unge i alderen ca. 10-15 år (svarende til 4. - 8. klasse), der har oplevet eller oplever sig mobbet. Vi valgte denne målgruppe, fordi særligt børn i denne alder oplever sig mobbet, og fordi der sker utrolig meget med identitetsdannelsen i disse år, hvilket på sigt kan have stor betydning for et menneskes syn på sig selv og omverdenen. Forskning peger på, at børn, der bliver mobbet, oftere lider af angst og depression, klarer sig dårligere i skolen og har mindre sandsynlighed for at gennemføre en uddannelse. Som voksne vil de typisk have et dårligere fysisk helbred (Børns Vilkår: 2020).

Ret hurtigt i projektperioden stod det dog klart, at vi måtte tilpasse målgruppen, fra udelukkende at være børn og unge, der har oplevet mobning, til at omfatte børn og unge, der er i mistrivsel på baggrund af andre problematikker. Problematikkerne har ud over mobning blandt andet handlet om lavt selvværd, ensomhed, konflikter i skolen, blandt venner eller i hjemmet, forældres skilsmisse, eller at være pårørende til søskende eller forældre med fx fysisk eller psykisk sygdom.

Aldersgruppen blev også udvidet til at omfatte børn og unge i alderen 8-17 år. Grupperne har været inddelt i henholdsvis børnegrupper (8-12 år) og ungegrupper (13-17 år). En enkelt gruppe var med børn og unge i alderen 12-14 år.

I den treårige projektperiode er der gennemført 13 gruppeforløb med 70 deltagere, hvoraf de 16 var drenge og 54 piger. Det svarer til i runde tal, at 23% af deltagerne var drenge og 77% af deltagerne var piger.



"DET GØR EN VERDEN
TIL FORSKEL AT MØDE NOGEN,
SOM KENDER TIL DE FØLELSER
OG TANKER, MAN SELV GÅR MED,
FOR SÅ FØLER MAN SIG
IKKE SÅ FORKERT"

PIGE, 15 ÅR

INDSATSENS EFFEKT

Med evalueringen af projektet har vi ønsket at undersøge, hvorvidt gruppeforløbet har haft en positiv indvirkning på deltagernes trivsel, glæde og selvværd. Vi har derfor undervejs i projektperioden og 1-2 måneder efter endt gruppeforløb spurgt børnene/de unge, deres forældre og fagpersoner omkring barnet/den unge, hvordan de har oplevet deltagelsen i en gruppe og hvad deltagelsen har haft af effekt for barnet/den unge.

De kvalitative tilbagemeldinger viser overordnet 4 områder, hvor barnet/den unge har oplevet en positiv effekt af gruppeforløbet.

STØRRE TRIVSEL OG LIVSGLÆDE

Erfaringen fra projektet er, at deltagelse i en trivselsgruppe overordnet set har skabt større trivsel og livsglæde hos det enkelte barn/den unge.

Fælles for størstedelen af deltagerne har været en følelse af, at de savner nærværende og lyttende børn/unge/voksne omkring dem og mange beretter om oplevelser med at føle sig alene med det svære. Her går særligt to ting igen; oplevelsen af ikke at blive lyttet til og oplevelsen af ikke at blive forstået.

Det, at have deltaget i en gruppe med andre børn og unge, som også oplever, at det kan være svært indimellem, har gjort, at de har følt sig inkluderet i og vigtige for fællesskabet. Mange fortæller, hvordan de har oplevet at få nye venskaber gennem projektet - både i gruppen og i skolen og hvordan det har givet en stor glæde ved at være i gruppen, fordi det er "hyggeligt", "sjovt" og "alle er søde ved hinanden". De udtrykker, at de kan tage den glæde med sig uden for gruppen og bruge den i andre sammenhænge.

Derudover har frivilligheden også vist sig at have stor værdi, fordi børnene og de unge oplever, at både de andre børn/unge og de voksne deltager frivilligt og af lyst – ikke af pligt eller fordi man får løn for det. Børnene og de unge fortæller, at dét og oplevelsen af at blive set, hørt og forstået har været medvirkende til at give dem en følelse af at være 'noget værd'. Og det gør, at de vokser: De blomstrer.



STYRKET SELVVÆRD

Størstedelen af børnene og de unge har fortalt om lavt selvværd og manglende tro på sig selv, hvilket har gjort, at de har oplevet det svært at udtrykke sig og sige fra. Når vi spørger, hvordan det har været at deltage i en gruppe, nævnes det bl.a., at det har været rart, at "man kan være den, man er", "jeg føler mig mere sikker" og "det er godt, at man kan udtrykke sig". Mange fortæller, at de har fået mere mod på at sige fra og være ærlige, fordi de har fået mulighed for at 'bruge deres stemme' - og samtidig er blevet lyttet til og forstået. Deres selvværd er styrket.



MINDSKET ENSOMHEDSFØLELSE

Følelsen af ensomhed har været karakteristisk for projektets deltagere. Enten i form af en social ensomhed, hvor børnene og de unge beretter om at føle sig alene, ikke have venner, blive holdt udenfor og decideret mobbet, eller i form af en mere følelsesmæssig ensomhed, hvor de oplever ensomhed i fællesskabet, føler sig forkerte/anderledes eller fx ikke har nogen at tale med om det, der fylder. Tilbagemeldingerne viser, at børnene og de unge gennem gruppeforløbet oplever sig hørt, set og lyttet til i et ligeværdigt fællesskab, hvor alle bidrag er vigtige. Det at kunne spejle sig i nogen, der kender til de følelser og tanker, man selv går med, gør, at man ikke føler sig så forkert. Der er nogen, der har det ligesådan. Og det mindsker følelsen af ensomhed.



EMPOWERMENT

Et aspekt, der har været udtalt, er deltagernes manglende tro på egne evner og på at tingene kan ændre sig. Gennem gruppeforløbet og arbejdet med bl.a. at (gen)finde egne medfødte styrker, har børnene/de unge tilegnet sig værktøjer til at mestre de svære situationer, som de oplever at stå i. Mange beretter om, at de er blevet bedre til at samarbejde og sætte grænser, hvilket fx har resulteret i færre konflikter i skolen og i hjemmet. Det har medført en oplevelse af at kunne se sig selv i et mere positivt lys og være ekspert i eget liv. Det er empowerment.

Frivillige hækklere har bidraget med bamser til børnene og de unge.
Nogle har fungeret som 'trøstebamser', andre som et minde om tiden i gruppen.



STØRRE TRIVSEL OG LIVSGLÆDE

“MANGE ER GLADE
FOR MIG I SKOLEN.
FLERE KENDER MIG
NU, DERFOR LEGER
VI SAMMEN”

DRENG, 8 ÅR

STYRKET SELVVÆRD

“JEG VIDSTE
SLET IKKE, AT
JEG VAR SÅ GO’
TIL SÅ MEGET”

MINDSKET ENSOMHEDSFØLELSE

PIGE, 12 ÅR

“HER
FORSTÅR
JEG MIG”

DRENG, 10 ÅR

EMPOWERMENT

“DET HAR GIVET
MIG REDSKABER TIL
AT JEG HAR FÅET
DET MEGET BEDRE.
BÅDE I SKOLEN OG
SÆRLIGT, NÅR JEG
ER HOS MIN FAR.
OG SÅ HAR JEG
GJORT, AT JEG IKKE
LYVER MERE”

PIGE, 10 ÅR

DE FRIVILLIGE

Inden projektstart havde vi en tanke om, at når frivillige havde deltaget i dels introkursus, kompetenceudvikling og gruppeforløb, og dermed var blevet 'de erfarne frivillige', så kunne de flytte med rundt i kommunen i forbindelse med opstart af nye grupper. Dette for at nye frivillige kunne læres op gennem en følordning, akkurat som det er tilfældet ved foreningens voksengrupper.

Under de første afholdte gruppeforløb erfarede vi dog, at dette ikke var den bedste løsning i praksis. Dels fordi de frivillige skaber tillid til hinanden, undervejs som de lærer hinanden at kende, og det styrker samarbejdet om en given gruppe. Og fordi fortroligheden og glæden ved at samarbejde med den samme person er en stor motivationsfaktor for de frivillige. Derudover havde den geografiske placering af en gruppe stor betydning for den nye 'type' af frivillige; nemlig de lidt yngre mennesker, med fuldtidsarbejde og familieliv og hvor det frivillige arbejde, skal gå op i en større helhed med dette. Det betød også, at hverken lysten, tiden eller overskuddet var der fra de frivillige til også at skulle tage sig af kompetenceudviklingen af nye frivillige, som det egentlig var tænkt i projektansøgningen. Det, de frivillige kommer for og som er den primære motivationsfaktor, er at gøre en forskel for og med børnene og de unge mennesker.

Læringen har derfor været, at det er mere optimalt at bibeholde de samme frivillige i en form for faste grupper for hver by, hvor man samarbejder med de samme. Og så kan enkelte frivillige, der har lyst og overskud til at være flere steder i kommunen gøre det. Derfor har ansat daglig leder og ekstern konsulent stået for kompetenceudvikling af frivillige igennem hele projektperioden, hvilket samtidig også har mindsket sårbarheden ved evt. frafald af frivillige. Det viser sig også, at det har givet en tryghed for de frivillige og sikret ensartethed i grupperne. Den frivilliges oplæring og det at blive klædt godt på til at varetage rollen som gruppeleder er essentiel for, at den frivillige føler tryghed omkring opgaven.

Den sidste ting, vi vil nævne her, er tilbagemeldingerne om, at deltagelse i en gruppe som gruppeleder har haft en trivselsfremmende effekt for de frivillige. Det kommer bl.a. til udtryk gennem et utal af kommentarer om, hvor glade de frivillige har været for at være blevet taget godt imod, hvor dejligt det er at blive en del af et meningsfuldt fællesskab blandt medfrivillige, hvor man selv udvikler sig - og hvor betydningsfuldt det er at bidrage til, at børnene og de unge finder hinanden i et fortroligt frirum.

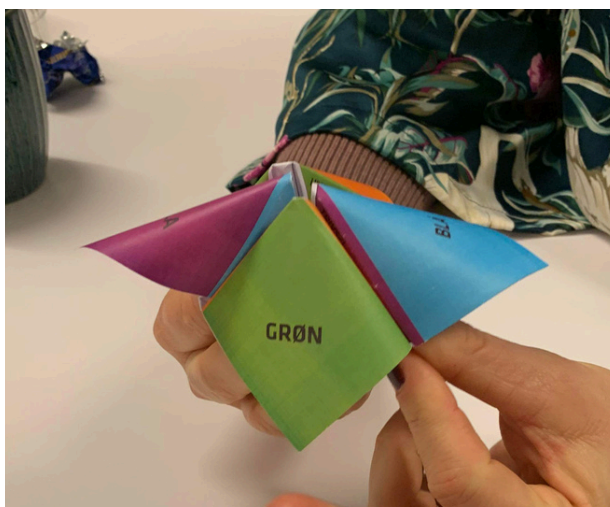


InFoto Højer

Alle frivillige i Selvhjælp Sydvest uddannes til at kunne facilitere selvhjælpsgrupper gennem bl.a. et todelt introkursus og 'føl-ordning' med en erfaren frivillig. Dette for at sikre, at de får et godt kendskab til vores forening, selvhjælpsmetoden og det værdigrundlag, vi arbejder ud fra: Gensidighed, Ligeværdighed og Medmenneskelighed.

Er man frivillig i projektet Når børn blomstrer, og dermed gruppeleder for børn og unge, har der været særlige krav om, at man endvidere skulle deltage i kompetenceudvikling for at få kendskab til den anerkendende tilgang, positiv psykologi, viden om og praksisnær erfaring med RessourceDetektivens redskaber.

Hvert år afholdes 3-4 frivilligmøder med fælles sparring og refleksion, som er med til at give løbende videndeling og nye perspektiver på den frivilliges rolle, samt skabe større socialt fællesskab blandt alle frivillige.



Samtale- og refleksionsøvelser til frivilligmøder



DÉT SIGER DE FRIVILLIGE:

“VI SYNES,
AT ALLE BØRNENE
PÅ DET HER HOLD
SIMPELTHEN HAR
GENNEMGÅET EN
KÆMPE STOR
UDVIKLING, WAUW
SIGER JEG BARE!
DET ER NOK DET
HOLD, DER
HURTIGST HAR
RYKKET SIG PÅ SÅ
KORT TID. DE HAR
SIMPELTHEN BARE
ÅBNET MERE OG
MERE OP,
EFTERHÅNDEN SOM
TRYGHEDEN HAR
INDFUNDET SIG”

KVINDE I 50'ERNE

“DET VAR
SOM AT KOMME HJEM.
JEG BLIVER FYLDT MED
VARME OG GLÆDE AF AT
VÆRE DERNED
(I GRUPPEN)”

KVINDE I 40'ERNE

“DET ER IKKE
KUN DEM, JEG
HJÆLPER, DET ER
LIGE SÅ MEGET
DEM, DER HJÆLPER
MIG MED AT
KOMME VIDERE MED
NOGLE TING”

MAND I 50'ERNE

”DET HER
(DET FRIVILLIGE
ARBEJDE) ER MED TIL
AT GØRE MIG TIL
EN DYGTIGERE
PÆDAGOG”

KVINDE I 30'ERNE

"DET AT VÆRE FRIVILLIG
GIVER MIG EN HEL MASSE. JEG MÆRKER,
JEG KAN GØRE EN FORSKEL, OG DET AT KUNNE
GØRE EN FORSKEL BETYDER VIRKELIG MEGET.
DET GIVER ENERGI, OG MAN HAR LYST TIL AT
GØRE MERE. JEG HAR SELV PRØVET SOM
BARN/TEENAGER AT MISTE TILLIDEN PÅ MIG SELV
OG IKKE TURDE GÅ UDENFOR EN DØR. DEN
OPLEVELSE VAR IKKE SJOV. SÅ HVIS JEG KAN
HJÆLPE EN TIL AT FINDE SIN SELVTILLID IGEN OG
TURDE VÆRE SIG SELV, SÅ ER DET
DET HELE VÆRD"

FRIVILLIG GRUPPELEDER, TØNDER OG SKÆRBÆK

SAMARBEJDE

Der har fra projektperiodens start været lagt op til et tæt samarbejde på tværs af civilsamfund, kommune og privat virksomhed, og udelukkende med den store velvilje, som vi har mødt undervejs fra forskellige både primære og sekundære samarbejdspartnere, samt andre interessenter og nysgerrige venner, har det kunnet lade sig gøre at skabe grobund for og fremdrift ind i projektet.

Herunder samler vi op på nogle af de erfaringer, vi har gjort os med udvalgte samarbejdspartnere, men det er væsentligt at nævne, at vi sætter stor pris på samtlige af de samarbejder, der har været med til at støtte op om og realisere projektet – også dem, der ikke er nævnt her.

SAMARBEJDE MED RESSOURCEDETEKTIVEN

Det er første gang, at Selvhjælp Sydvest er indgået i et så tæt samarbejde med en privat konsulentvirksomhed, og det skal ikke være nogen hemmelighed, at der undervejs i starten af projektperioden kom en del kommentarer eller måske bekymringer omkring dette samarbejde. For hvordan skulle en Nonprofitorganisation kunne samarbejde med en privat virksomhed? Kommentarerne er dog blevet gjort til skamme. For med et fælles mål om at skabe glæde, trivsel og selvværd for børn og unge i lokalområdet og med et fælles værdisæt, baseret på medmenneskelighed, ligeværdighed og gensidighed har samarbejdet vist sig at være helt unikt. Vi har i samarbejdet lagt vægt på at forventningsafstemme løbende, afklare rollefordelinger og ansvar, samt give plads til forskelligheder – og netop dét, har været med til at bane vejen for et spændende og lærerigt samarbejde.

RessourceDetektiven har bl.a. bidraget til fælles sparring og refleksion undervejs i hele projektperioden, stået for kompetenceudvikling af frivillige i den styrkebaserede tilgang, deltagelse i og konkrete øvelser til grupperne, supervision, afholdelse af temaaftener, videreudvikling og kvalificering af projektet og meget mere.

En kæmpestor tak skal lyde til Hanne og Karen fra RessourceDetektiven. For jeres input og videndeling undervejs, for jeres måde at være ressourcedetektiver på ind i projektet, sammen med børnene og de frivillige, altid med stor respekt for selvhjælpsuniverset. Tak for den begejstring, ærlighed og troværdighed, og ikke mindst det nærvær, I har bragt med jer.

A woman with her hair in a ponytail, wearing a white jumpsuit covered in splatters of red, green, and blue paint. She has paint on her face and hands, and she is looking directly at the camera with a determined, slightly angry expression. She is standing in a grassy field with trees in the background.

"VORES MEDFØDTE STYRKER
ER EN STÆLS – KVALITET.
DE FORSVINDER ALDRIG"

KAREN KIRKHOLM
KONSULENT, RESSOURCEDETEKTIVEN



Styrken Menneskelig indsigt fra RessourceDetektivens værktøjskasse. Fotograf: InFoto Højer.

JULEMÆRKEHJEMMET FJORDMARK

Julemærkehjemmet Fjordmark har spillet en stor rolle i rekrutteringen af børn og unge til trivselsgrupperne. En stor tak skal særligt lyde til Eva, der fra første færd har arbejdet hårdt på at skabe interne procedurer på Julemærkehjemmet Fjordmark således, at alle børn og unge fra Tønder Kommune, der har været på Julemærkehjemmet, gøres opmærksomme på muligheden for at deltage i en gruppe efter endt ophold.



BROEN TØNDER

Vi ved, at børn, der mistrives, har sværere ved at indgå i gruppesammenhænge end børn i trivsel, og derved også ringere muligheder for at deltage i et aktivt fritidsliv. Derfor har ønsket fra projektets begyndelse været, at vi med et tæt samarbejde til blandt andre Broen Tønder og Tønder Kommunes koordinator for Bevæg dig for livet kunne hjælpe børnene med at finde vej ind i et aktivt fritidsliv.

I projektet har erfaringen dog vist os, at størstedelen af børnene allerede er aktive i fritids- og foreningslivet, hvorfor arbejdet med brobygningen til fritidslivet, ikke har været aktuelt og relevant for langt størstedelen af børnene.

Til gengæld har samarbejdet med Broen Tønder resulteret i, at vi har kunne tilbyde alle de børn og unge, der har deltaget i en gruppe i Når børn blomstrer, at komme på en ferielejr i sommeren 2024. Ferielejren blev arrangeret af Broen Tønder. 17 børn og unge har deltaget i ferielejren og har over fire dage været med i mange sjove aktiviteter, hvor de har arbejdet videre med noget af alt det, som de har brugt i grupperne bl.a. styrkekortene.

Tilbagemeldingen fra børn, unge og forældre har været meget positiv og mange af børnene, som ellers har haft svært ved at få venner, oplever at have fået nye venner gennem grupperne og ferielejren.



Billede fra ferielejren 2024. Fotograf: Rasmus Julius

“SOM FRIVILLIG SOCIAL FORENING
HAR DET VÆRET SPÆNDENDE AT VÆRE EN DEL AF ET PROJEKT,
HVOR FLERE AKTØRER OM DE SAMME BØRN HAR KUNNET VÆRE
MED TIL AT SKABE ET RUM, HVOR BØRNENE HAR FUNDET ET NOGET
AT VÆRE FÆLLES OM – NEMLIG HJÆLP TIL SELVHJÆLP SAMT
OVERSKUD TIL AT HAVE EN MENINGSFULD AKTIV FRITID”

FORMAND FOR BROEN TØNDER,
HANNE AALLING RISAGER

.....

STYREGRUPPEN

Fra første øjeblik er projektet blevet set som et fælles projekt, hvor vi i et ligeværdigt samarbejde, har brugt hver vores styrker til gavn for de børn og unge, som har ønsket og haft behov for at deltage i grupperne. Styregruppen har haft til formål at samles om drøftelse og løsning af de udfordringer, der måtte komme undervejs - for at kunne sikre fremdrift i projektet.

Alle har bidraget til at løfte projektet med relevant sparring, konstruktive input, nye ideer, videreformidling og synlighed i forskellige eksterne sammenhænge.

En kæmpe tak skal lyde til følgende for at have deltaget i og samtidig været begejstrede ambassadører for projektet og dermed Selvhjælp Sydvest:

- Karen Kirkholm, RessourceDetektiven
- Hanne Aalling Risager, RessourceDetektiven
- Joan Schmidt, PPR, Tønder Kommune
- Eva Jessen, Julemærkehjemmet Fjordmark
- Marianne F. Nielsen, Broen Tønder
- Eva Iversen, Sundhedsafdelingen, Tønder Kommune
- Erik Haumann, Broen Danmark
- Liv Jensen, Frivilligcenter Tønder
- Mary Lorenzen, Børn og Unge, Tønder Kommune



Sideløbende med projektet Når børn blomstrer opstartede Selvhjælp Sydvest i samarbejde med Joan Schmidt fra Tønder Kommune sorggrupper for børn og unge, der har mistet en nær relation.



SYNLIGHED OG KENDSKAB

Vi har gennem hele projektperioden arbejdet for at skabe synlighed omkring projektet og udbrede kendskabet til trivselsgrupperne i hele kommunen. Vi vurderer at have opnået dette.

Vi har oplevet og oplever stor interesse for projektet og trivselsgrupperne fra både lokale, regionale og nationale aktører, herunder bl.a. kommunale frontmedarbejdere, politikere og en række afdelinger i Tønder Kommune, private børne- og familietilbud, psykiatrien i Region Syddanmark, samt andre sociale foreninger og landsorganisationer.

Kendskabet til projektet Når børn blomstrer og Selvhjælp Sydvests arbejde for børn, unge og voksne i en svær livssituation har medført flere spændende nye samarbejdsrelationer og invitationer til forskellige konferencer, samt stor anerkendelse lokalt som fx i forbindelse med prisen Årets Forening i Tønder Kommune.



I anledning af Frivillig Fredag gøres opmærksom på foreningen, her sammen med Rikke Okkels, Homestart Tønder.



ÅRETS FORENING 2022
Selvhjælp Sydvest

I modtager prisen for jeres store engagement,
I er med til at hjælpe mange mennesker, der står i en svær livssituation ved at tilbyde
hænder og støtte.

I skaber sammen for, at mennesker kan mødes i grupper og finde styrken i
fællesskabet.

I gør en iærlig forskel.

Tillykke med prisen Årets Forening 2022.

Kommunalskiftet, den 30. september 2022

Jørgen Popp Petersen
Borgmester

TØNDER KOMMUNE

Borgmester Jørgen Popp Petersen overrækker prisen Årets Forening 2022 i Tønder Kommune til daglig leder af Selvhjælp Sydvest Heidi Borum Ortega.

NYE VEJE

Den store interesse for og opbakning til projektet har resulteret i, at Kommunalbestyrelsen i Tønder Kommune har ønsket at videreføre og forankre projektet – i første omgang i en periode på 4 år fra januar 2024 til december 2027.

Selvhjælp Sydvest og Tønder Kommune har derfor indgået en partnerskabsaftale og sammen formuleret et projektgrundlag for trivselsgrupper for børn og unge i Tønder Kommune – hvad vi fremadrettet kalder *Når Børn Blomstrer - Selvhjælpsgrupper for børn og unge*.

Projektgrundlaget viderefører de positive resultater fra de seneste 3,5 år med dette projekt samtidig med, at der også er aftalt en videreudvikling af grupperne på baggrund af erfaringerne. Videreudviklingen vil bestå i:

- ➡ STYRKET SAMARBEJDE MED SKOLERNE
- ➡ FOKUS PÅ MERE SPECIFIKKE GRUPPER FOR BØRN OG UNGE MED SAMME LIVSUDFORDRING FX SKILSMISSE, SELVVÆRD ELLER MOBNING
- ➡ FOKUS PÅ ØGET TILSTEDEVÆRELSE – FRA 2 TIL ALLE 4 SKOLEDISTRIKTER I TØNDER KOMMUNE
- ➡ LØBENDE GRUPPEOPTAG FOR AT MINDSKE VENTETID
- ➡ EVIDENSBASERET EVALUERING

SAMARBEJDE MED SKOLERNE

En vigtig del af videreudviklingen er ønsket om et styrket og mere koordineret samarbejde med skolerne i Tønder kommune. Skolerne spiller en vigtig rolle i forhold til rekruttering af deltagere til grupperne, men kan også være med til løbende at kvalificere grupperne. Med bevillingen fra Tønder Kommune er det således blevet muligt for Selvhjælp Sydvest at tilbyde 12 fagpersoner fra de kommunale skoler et kursusforløb hos os, hvor de opnår kendskab til Selvhjælp Sydvest og til selvhjælpsgrupperne for børn og unge, ligesom de får mulighed for at arbejde med den anerkendende og styrkebaserede tilgang, som vi bruger i selvhjælpsgrupperne. Fagpersonerne bliver ambassadører for selvhjælpsgrupperne for børn og unge.

Kursusforløbet afvikles i samarbejdet med RessourceDetektiven, der har spillet en stor rolle i grupperne i dette projekt og forsat de næste to år vil stå for kompetenceudvikling af ansatte og frivillige omkring grupperne. Kurset for skolerne skal medvirke til et øget kendskab til hinanden og samtidig udgøre et fundament for det fremadrettede samarbejde, hvor vi i fællesskab kan skabe de bedste forudsætninger for at børn og unge finder vejen i det svære.

Skolernes rolle bliver at udbrede kendskabet til grupperne blandt kollegaer, forældre og elever på skolerne og således medvirke til at rekruttere nye deltagere – og evt. også frivillige. Ligesom skolerne løbende skal gøre Selvhjælp Sydvest opmærksom på evt. nye behov fx i forhold til specifikke grupper.



Kursusforløb for fagpersoner hos Selvhjælp Sydvest 2024.

ANSÆTTELSE AF BØRNE- OG UNGEKOORDINATOR

Bevillingen fra Tønder Kommune har betydet, at Selvhjælp Sydvest har kunnet ansætte en børne- og ungekoordinator med 37 timer pr. uge. Erfaringen fra projektet viser, at det slet ikke er nok med en medarbejder 10 timer ugentligt. Både ansat daglig leder fra Selvhjælp Sydvest og ekstern konsulent fra RessourceDetektiven har lagt mange interesselimer i projektet for at kunne følge med efterspørgslen og varetage alle opgaverne omkring grupperne.

Den nyansatte koordinator, Christine Maria Wilhelmsen, vil derfor fremadrettet varetage alle opgaver omkring grupperne, det værende pr og markedsføring, afholdelse af infomøder og oplæg, rekruttering af frivillige og børn, afholde forsamlinger med børn og unge og med nye frivillige, samt alt det, der kommer til undervejs i et gruppeforløb - med tilpasninger, spørgsmål fra forældre, samarbejds- relationer, kompetenceudvikling af frivillige, samt deltagelse i grupperne ved behov.



Christine Maria Wilhelmsen, ansat børne- og ungekoordinator siden marts 2024.

AF HJERTET TAK

Der er så mange mennesker, som har været involveret i projektet, både direkte og indirekte. Så mange mennesker, der på en eller anden måde har bidraget til, at alting er gået op i en højere enhed - også når det har været svært og udfordrende. Det er svært at beskrive med ord, men som Peter Plys siger så fint til Grisling i spørgsmålet om, hvordan man staver til kærlighed: *"Man staver det ikke..., man føler det."*

Jeg vil gerne rette en helt særlig tak til alle frivillige i Selvhjælp Sydvest. Til bestyrelsen for at tro på mig og lade mig drible med idéer og tanker og gøre disse til virkelighed. Til jer frivillige gruppeledere, der muliggør, at vi kan skabe det fortrolige frirum for børnene og de unge. I er hver og en guld værd.

Til Socialstyrelsen for at bevilge det fornemme tilskud og for rådgivning undervejs i projektet, til Karen fra RessourceDetektiven, som har været min tætteste 'makkerinde' i forbindelse med bl.a. planlægning, koordinering, udvikling af øvelser og deltagelse i gruppeforløbene. Hvor har vi sammen oplevet meget fantastisk med børnene og de unge mennesker. Tak!

Til Hanne fra RessourceDetektiven for at række ud om et nyt spændende samarbejde og til alle andre i styregruppen for at smitte med begejstring og engagement, skønne og konstruktive samtaler.

En stor tak til Tønder Kommune for at ville videreføre og -udvikle *Når børn Blomstrer - selvhjælpsgrupper for børn og unge* med såvel økonomisk støtte som faglig sparring. Sidst kan jeg ikke komme uden om Christine, som med sjæl og kærlighed til Selvhjælp Sydvests ånd allerede er i fuld gang med videreførelse af grupperne. Tak fordi du vil fortsætte det vigtige arbejde og for input til denne opsamling.



Heidi Borum Ortega, daglig leder hos Selvhjælp Sydvest siden 2018



Frivillige børn hjælper med nyt billede, 2024.



Flere grupper har sluttet af med bålhygge.



Lokalerne i Skærbæk.



Heidi og Lærke (ansat i projektet) på NGO-messe, 2023.



Heidi på besøg på Julemærkehjemmet Fjordmark.



Uddeling af prisen Årets Forening 2022 på Frivillig Fredag.



På besøg på Julemærkehjemmet Fjordmark.



Christine, uddeling af donation, 2024.



Diplomer til børnene efter endt gruppe.



Gruppeafslutning med spising og bowling.



Heidi og Marie (bestyrelsesforperson) til Konference om Mistrivsel blandt børn og unge, 2021.

