

# Bag om Fællesskabsmålingen

Fortællinger om social eksklusion og ønsker til social deltagelse



# Indhold

- 3 Forord
- 4 På kanten af fællesskabet
- 7 Undersøgelsens temaer
- 8 Oplevelser af udsathed – for unge, voksne og ældre
- 12 Ensomhed og skrøbelige netværk
- 14 Søges: En meningsfyldt hverdag
- 18 Støtte og udfordringer i velfærdssystemet
- 20 Ind i fællesskabet: Potentialer og perspektiver
- 22 Pointer og inspiration

# Forord

## Alle bør have mulighed for at blive en del af et fællesskab

Relationer og fællesskaber er afgørende for, om vi trives. I 2017 lancerede Mary Fonden, VIVE og TrygFonden Fællesskabsmålingen. En måling, der som den første af sin art i Danmark gav et indblik i befolkningens egen vurdering af, om de føler sig som en del af samfundets fællesskaber.

Hver femte dansker gav i målingen udtryk for at føle sig på kanten af eller helt uden for fællesskabet. De havde på grund af fysiske og psykiske helbredsproblemer begrænsede sociale relationer og muligheder for at deltage i de aktiviteter, som er almindelige for danskerne generelt.

Det er denne gruppes hverdag, vi gennem 78 interview går i dybden med i denne undersøgelse. Hvilke udfordringer for at deltage i fællesskabet oplever de? Og hvad skal der til, for at de (og vi) kan vende billedet?

Selvom ikke to historier er ens, og hverdagen for mennesker på kanten af fællesskabet er kompleks, så står en ting lysende klart: Ønsket om at være en del af fællesskabet, om at deltage og bidrage, er enslydende for alle.

Vejene ind i fællesskabet er mangfoldige. Hvis vi skal gøre os forhåbninger om at få endnu flere med, så kræver det, at vi i højere grad indretter tilbud, så de tager højde for den enkeltes udfordringer og ressourcer og samtidig går på tværs af sociale, sundhedsmæssige og beskæftigelsesrettede tilbud. En sådan opdeling kendetegner nemlig ikke den enkeltes liv og hverdag og er derfor også krævende at navigere i.

Undersøgelsen rummer ikke et konkret svar på, hvordan vi lykkes med at skabe en plads i fællesskabet til alle – men den giver os en indsigt i de komplekse udfordringer, der kendetegner hverdagslivet for dem, som befinder sig på kanten af samfundets fællesskaber. Ikke gennem statistikker, men gennem deres egne unikke fortællinger.

Vi håber, at denne undersøgelse kan bidrage til en konstruktiv debat om, hvordan vi som samfund, med udgangspunkt i borgernes egne stemmer, kan styrke den enkeltes muligheder for at indgå i de fællesskaber og aktiviteter, vi alle har brug for at være en del af.

Vi ønsker jer rigtig god læselyst.

Med venlig hilsen

Helle Østergaard  
Mary Fonden

Gurli Martinussen  
TrygFonden

# På kanten af fællesskabet

**Hvordan ser hverdagen ud for mennesker, som oplever at stå på kanten af de fællesskaber, der fylder i de fleste danskeres liv? Hvilke tanker gør de sig om deres liv, og hvilke ønsker har de til aktiviteter og tilbud, der i højere grad kan bringe dem ind i fællesskaberne?**

**Det er fokus for denne undersøgelse, som er gennemført af VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd for Mary Fonden og TrygFonden.**

I denne undersøgelse går vi bag om Fællesskabsmålingen, som udkom i 2017. Fællesskabsmålingen tog for første gang temperaturen på danskernes fællesskaber ved at spørge knap 2.300 danskere mellem 18 og 70 år om deres oplevelser med hverdagen, økonomien, helbredet og det at være – eller ikke være – en del af de fællesskaber, hvor vi mødes. Det kan fx være på arbejdspladser, skoler og uddannelsessteder, i foreningslivet og blandt familie og venner.

Fællesskabsmålingen viste, at langt de fleste danskere – cirka fire ud af fem – trives og oplever at være en del af samfundet. Den resterende femtedel oplever i større eller mindre grad at stå uden for fællesskaberne, og de døjer ofte med fysiske, psykiske og sociale problemer, som udgør en barriere for deres deltagelse. På den baggrund opdelte Fællesskabsmålingen

danskerne i tre grupper: Et flertal med få eller ingen problemer, en risikogruppe med sociale eller helbredsmæssige problemer på enkelte livsområder, der i nogen grad gjorde det svært for dem at deltage i fællesskaberne – og en udsattegruppe med så komplekse sociale og helbredsmæssige problemer, at de ofte var helt ekskluderede fra de fællesskaber, der fylder i de fleste menneskers hverdag (se figur side 6).

## **Fra statistisk opgørelse til det levede liv**

Formålet med denne undersøgelse er at uddybe Fællesskabsmålingens statistiske perspektiv med en kvalitativ analyse af hverdagsnære erfaringer og oplevelser. På de følgende sider stiller vi skarpt på hverdagen for den femtedel af danskerne, som ikke oplever at deltage fuldt og helt i fællesskabet.



Undersøgelsen bygger på kvalitative interview med 78 borgere, der alle befinder sig i det, Fællesskabsmålingen definerede som risikogruppen eller udsattegruppen. De fleste har vi mødt via tilbud og indsatser til borgere, som på forskellige måder befinder sig i udsathed, mens en mindre del blev udvalgt blandt deltagerne i Fællesskabsmålingen. Alle har deltaget i et individuelt interview på ca. en time.

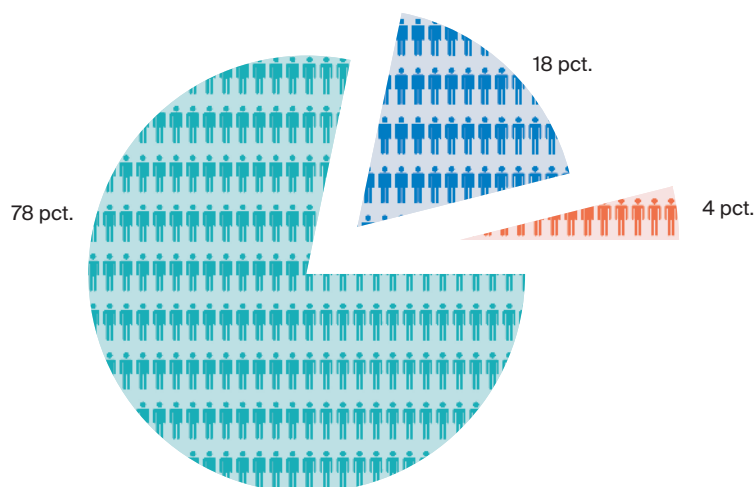
Virkeligheden er som bekendt langt mere kompleks, end statistiske opgørelser kan indfange, og i de 78 interview åbner der sig et væld af erfaringer og livshistorier, som vanskeligt lader sig systematisere i veldefinerede og velafgrænsede grupper. Man kan snarere tale om,

at deltagerne tilsammen tegner et kontinuum fra en mindre til en mere udsat position: Fra mennesker, der fx har arbejde og familie, men måske kæmper med stress eller fysiske helbredsproblemer, og som oplever, at de har nok at gøre med at holde sammen på familien – og til mennesker, der i mange år har kæmpet med svære sociale, fysiske og psykiske problemer, står uden for arbejdsmarkedet og stort set ikke har noget netværk tilbage.

Undersøgelsen giver stemme til deres oplevelser, og håbet er, at den kan tjene som inspiration i arbejdet med at skabe mere inkluderende fællesskaber – med afsæt i perspektiver og indsigter fra dem, der står udenfor.

## Fællesskabsmålingen: Tre grupper

(Andel af den voksne befolkning, 18-70 år)



# Undersøgelsens temaer

I interviewene træder en række temaer frem, som foldes ud på de følgende sider:

**FOR DET FØRSTE** ser udsathed forskellig ud for unge, voksne og ældre. Hos de yngste deltagere fylder psykisk sårbarhed meget, mens deltagere, der har rundet 30 år, typisk bruger meget tid på at navigere i velfærdssystemet og savner afklaring og stabilitet. De ældste deltagere er ofte resignerede og har svært ved at forestille sig, at deres liv kan ændre sig. Læs mere om dette tema fra side 8.

**FOR DET ANDET** fylder ensomhed rigtig meget hos mange af deltagerne – på tværs af alder. De fleste har skrøbelige netværk, og selv dem, der har familie og venner, har ofte en grundlæggende oplevelse af at stå alene med deres problemer. Læs mere om dette tema fra side 12.

**FOR DET TREDJE** er længslen efter en meningsfyldt hverdag meget stærk hos alle deltagerne. Hovedparten af dem står uden for arbejdsmarkedet og vil utroligt gerne have et job eller i hvert fald en funktion, der giver dem en oplevelse af, at andre mennesker har brug for dem. Læs mere om dette tema fra side 14.

**FOR DET FJERDE** har deltagerne forskellige erfaringer med velfærdssystemet – og forskellige ønsker til, hvordan de i højere grad kunne blive støttet til at bevæge sig ud i fællesskabet. Læs mere om dette tema fra side 20.

# Oplevelser af udsathed – for unge, voksne og ældre

**Interviewene viser, at forskellige aldersgrupper oplever udsathed vidt forskelligt. De yngre deltagere fortæller om psykiske problemer, der gør det svært for dem at klare en uddannelse eller et arbejde. De deltagere, som befinder sig midt i livet, længes efter stabilitet og vil gerne ud af de problemer, der har præget deres liv, mens de ældre deltagere er mere resignerede og ofte har forliget sig med deres situation.**

De fleste deltagere har svære oplevelser og vilkår med sig i bagagen, som har sat aftryk i deres nuværende livssituation. Udfordringerne er meget forskellige fra person til person, men der er nogle klare aldersmæssige mønstre i dem.

## Unge mellem 18 og 30 år

De fleste unge deltagere oplever ikke helt så massive sociale problemer, som flere af de ældre deltagere gør. De unges problemer udspringer oftest af psykiske lidelser og sårbarheder, og de unge, der fx misbruger hash, gør det ofte for at dulme psykiske symptomer. Psykiske vanskeligheder fylder altså meget i de unges hverdag, selvforståelse og handlemuligheder.

Mange af de unge fremstår ensomme, og mange skammer sig over ikke at være i gang med en uddannelse eller et arbejde som andre unge. Andre er i uddannelse, men har ikke altid overskuddet til at være aktive i de fællesskaber, der opstår på uddannelsesstederne og ender derfor i en marginaliseret rolle. De unge kæm-







Jeg kunne jo godt tænke mig nogle unge mennesker, men det kan godt være lidt svært i min alder, for det er jo ikke sådan noget med, som det var i gamle dage, hvor man går hen og spørger: "Kan vi lege?". Sådan virker det jo ikke helt længere, når man er voksen – og det der med at finde hobbyer, hvor der er unge mennesker som mig, det er sgu svært, fordi – igen – så har folk travlt med studiet eller ja, så har man fået børn og så videre. (Martin, 25 år)

per ofte med det dilemma, at de gerne vil have 'normale' venner, men samtidig har svært ved at skabe kontakt til unge uden for de sociale tilbud, hvor de møder ligesindede. Flere af dem har oplevet at føle sig udenfor eller forkerte blandt jævnaldrende eller har haft så dårlige oplevelser på uddannelser, at de er droppet ud.

De unge giver udtryk for, at det er skamfuldt og stigmatiserende at være ensom, når man er i starten af voksenlivet. De har så at sige en smallere margen for, hvornår de føler sig udenfor samfundets fællesskaber, end deltagere længere oppe i årene har.

### Voksne mellem 30 og 50 år

De deltagere, der befinder sig midt i livet, ønsker først at fremmest at få en form for stabilitet i hverdagen. Mange er på kontanthjælp og bruger en stor del af deres hverdag på at navigere i systemet og indgå i forskellige aktiverings- eller ressourceforløb. En mindre del er blevet tildelt førtidspension og skal til at skabe sig en hverdag omkring dette.

I denne gruppe finder vi også mennesker, der fx har mistet arbejdet på grund af stress eller har svært ved at arbejde på grund af en kronisk fysisk lidelse. De befinder sig ikke i massiv udsathed, men har ofte rigeligt at se til med at få hjemmet og familien til at hænge sammen, mens der er mindre overskud til at pleje venner og netværk eller engagere sig udenfor hjemmet.

Blandt de meste udsatte voksne fortæller mange, at de gerne vil videre i livet og falde til ro. Efter at have levet en årrække med misbrug, psykiske lidelser eller sociale problemer er de nået til et punkt, hvor de gerne vil vende skuden, og mange kommer derfor på sociale tilbud for at komme i bedring eller for at komme videre. Denne erkendelse af, at tiden er dyrebare, og at der ikke er plads til flere omveje, forekommer naturligt nok ikke så meget hos de unge.

Samtidig fortæller mange også, at de begynder at acceptere eller i hvert fald affinde sig med deres livssituation. Flere af de socialt



Altså jeg har vænnet mig til at se ned på mig selv, fordi jeg har været iblandt meget udsatte mennesker og har skullet identificere mig med dem, uden egentlig at have følt mig som dem. Og nu skal jeg ud og møde normale mennesker, ikke? Og så til at leve normalt igen. Det synes jeg er tomt. (Peter, 32 år)

meget udsatte deltagere har ikke store forhåbninger om at ændre deres liv markant, men ved at acceptere de betingelser, som livet har givet dem, kan de forsøge at arbejde sig hen imod et mere stabilt liv.

#### Ældre voksne mellem 50 og 70 år

"Ældre voksne" kan være en uvant betegnelse for folk, som for nogens vedkommende blot er i 50'erne, men med udsathed følger ofte tidlig aldring, og derfor fremstår mange af de modne deltagere ældre end deres alder. Flere dør med kroniske fysiske lidelser, fysiske mén fra misbrug, nedslidning eller skader og

ulykker, og mange kæmper også med psykiske udfordringer.

Langt de fleste deltagere over 50 år er enten på førtidspension eller folkepension, og derfor har de begrænset kontakt med kommune og sagsbehandlere. Mange af dem kommer på de sociale tilbud, og de fortæller ofte, at de er ensomme og har hårdt brug for det fællesskab, de kan finde på tilbuddene.

Mange af de mest udsatte fortæller, at de stort set ikke har kontakt til deres familie, enten fordi de aldrig har betragtet dem som en ressource,





eller fordi konflikter har ført til et brud med familien. For de mindre udsatte ældre er familien stadig et vigtigt omdrejningspunkt i hverdagen, og de går meget op i at vedligeholde de nære relationer til børn og børnebørn. Selvom familien eller fraværet af den således fylder meget for de fleste, fortæller mange også, at de ikke vil 'belemre' familien med deres problemer.

Uanset oplevelsen af deres situation giver mange ældre udtryk for en vis resignation: De kan ikke forestille sig, at deres livssituation ændrer sig, og flere fortæller, at de har 'fundet deres plads' i tilværelsen og ikke ser de store forandringer i fremtiden.



Jeg har nogle mén efter en blodprop, og altså, alt hvad der kommer af dårlige ting – folk der lige er døde, børn der har det skidt – alle sådan nogle ting bliver forstærket voldsomt psykisk for mig, så nogle gange får jeg sådan en tur, hvor jeg lige er sådan helt deprimeret og ked af det og har meget nemt til at græde, og så skal jeg faktisk bruge 2-3 dage til at komme over det træthedsmæssigt. (Kresten, 62 år)

# Ensomhed og skrøbelige netværk

**Ensomheden fylder rigtig meget for de fleste deltagere i undersøgelsen. Mange lever relativt isolerede liv med skrøbelige netværk omkring sig, og de oplever ofte, at de er alene med deres problemer.**

I interviewene fortæller deltagerne om en hverdag med få kontakter til andre mennesker og ofte en mangel på meningsfyldte aktiviteter. Flere deltagere fortæller, at de føler sig ensomme, men ensomheden har meget forskellig karakter afhængig af deres livssituation.

## Begrænsede kontakter

Mange af de mest udsatte deltagere har i en årrække levet mere eller mindre isoleret, mens andre sidder fast i sociale miljøer, de selv beskriver som usunde. For mange består deres kontakt primært af personalet og de andre brugere på de sociale tilbud, de kommer på.

Næsten alle de mest udsatte deltagere fortæller om brudte eller problematiske forhold til deres familie. Blandt de yngre er forholdet til forældrene ofte præget af konflikter eller brud, mens de voksne og ældre fortæller om problematiske forhold til deres børn og søskende eller om savnet af afdøde forældre.

Også en del af de mindre udsatte deltagere har en hverdag med begrænset kontakt til andre mennesker ud over den nærmeste familie. Det er fx mennesker, der døjer med fysiske sygdomme som KOL, gigt eller nedslidning. De bruger ofte størstedelen af deres tid hjemme, enten alene eller med familien. Nogle deltager i fritidsaktiviteter eller foreningsmiljøer, hvor de kommer lidt ud, men de får sjældent nye venner ad den vej. Særligt en del af de ældre går

ikke længere til aktiviteter, fordi helbredet står i vejen.

Nogle deltagere fortæller, at de føler sig ensomme, selvom de har både venner og familie at trække på. De problemer, de slås med, kan give dem følelsen af at være overladt til sig selv, selvom de faktisk har et netværk. Andre forklarer, at de ikke har et stort socialt behov og ikke oplever sig selv som ensomme, men blot som mennesker, der har brug for at kunne trække sig tilbage.

## Unge flygtige venskaber

En del af de yngre deltagere fortæller om flygtige og skiftende venskabsrelationer til jævnaldrende. Man får nye venner, som hurtigt mistes igen på grund af forskellige konflikter, og mange har også mistet venner og venner, som de har kendt fra barndommen eller gennem skolen. De beskriver, at mens deres problemer tog til i takt med, at voksenlivets krav trængte sig på, gik deres venner videre i livet og startede fx på videregående uddannelser, og så gled relationen ud.

Mange af de unge med psykiske lidelser og sårbarheder beskriver deres hverdag som kedelig og fortæller, at de egentlig ikke rigtig laver noget eller har faste aktiviteter. De fleste af de unge med psykiske lidelser er meget ensomme, og flere fortæller, at når de er hjemme, sidder de for det meste blot og ser fjernsyn – eller spiller computer for de unge mænds vedkommende.



Når jeg har haft en lang dag i skolen og kommer hjem, så er jeg bare derhjemme, og jeg ved ikke rigtig, hvad jeg skal bestille mig, hvad jeg skal lave. Altså så sidder jeg der og ville ønske, at jeg havde nogle venner. Altså, jeg har venner fra skolen, men der har jeg meget, meget svært ved at skulle tage kontakt til folk og sige: "Hey, skal vi ses, skal vi mødes, skal vi whatever?". Sådan noget har jeg svært ved. (Mathias, 23 år)



I weekenderne, fordi det er der, hvor de fleste fra min omgangskreds har deres familier, børnebørn og jeg ved ikke hvad, der kan jeg godt føle mig lidt ensom. Også søndag aften efter kl. 21, der siger min storesøster og moster: "Du skal ikke ringe efter kl. 21", og så siger jeg: "Nej, det gør jeg sgu heller ikke", men det kan godt være det tidspunkt, hvor jeg føler allermest trang til lige at sludre med en, og vi har sådan en regel i familien, at vi ikke ringer efter kl. 21, medmindre det er noget alvorligt. (Britta, 69 år)

Venskaber – og manglen på dem – fylder således rigtig meget for de unge.

#### Savner nære relationer

Mange af deltagerne ønsker sig et stærkere netværk, men at finde nye venner kræver ressourcer og overskud og kan være svært at finde, når man slås med problemer i sit liv. Frygten for at blive afvist af andre, fx fordi man har en psykisk lidelse, fylder meget hos især de unge.

Omvendt er ønsket om tætte venner eller en kæreste en drivkraft for mange, både unge og voksne – og noget, som forbindes med håbet om at komme ud af ensomheden. Uanset graden af deres udsathed fortæller mange af deltagerne, at de savner at have tætte relationer i hverdagen. Flere har både familie og social kontakt i hverdagen i kraft af et arbejde, uddannelse eller et socialt tilbud, hvor de kommer, men de mangler ofte de helt nære venskabsrelationer.

---

## Fællesskabsmålingen: Ensomhed



**2 pct.**

Flertallet



**35 pct.**

Risikogruppen



**86 pct.**

De socialt udsatte

... føler sig i nogen eller høj grad ensomme.

# Søges: En meningsfyldt hverdag

**Længslen efter indhold og mening i hverdagen fylder rigtig meget i deltageres fortællinger. Deres ønsker kredser om at få et arbejde eller i hvert fald blive del af et fællesskab, hvor de har en funktion og oplever, at de bidrager med noget. Disse ønsker fylder mere end ønsker til fritidsinteresser og foreningsliv.**

Spørger man deltagerne, hvad de kunne tænke sig at lave med andre mennesker, så handler svarene ofte om savnet efter noget meningsfyldt at tage sig til i hverdagen – det vil sige i det tidsrum, hvor de fleste danskere går på arbejde. Hvis et almindeligt lønarbejde ikke er muligt, så i hvert fald nogle arbejdsmæssige aktiviteter, hvor de kan bidrage med noget, som er til nytte for andre mennesker.

## Ønsker til beskæftigelse

Deltagerne har rigtig mange ønsker og drømme til, hvad de gerne vil, og hvordan de kunne bidrage i samfundet.

Ønskerne spænder vidt, men med nogle klare temaer: Mange af mændene kunne godt tænke

sig praktisk arbejde som fx pedel, lagermand, ufaglært håndværker eller lignende. Kvindernes ønsker går ofte i retning af serviceopgaver i fx kantiner, restauranter eller frisørsaloner. Nogle ønsker går på tværs af køn, fx gartner- og havearbejde, udendørs renhold og renovation, at dyrke grøntsager eller arbejde i økologisk landbrug. Og endelig har nogle deltagere – både mænd og kvinder – ønsker om kreativt arbejde og aktiviteter, fx kunst, keramisk arbejde eller maling og tegning.

En mindre del af deltagerne er allerede på arbejdsmarkedet. De fortæller ofte om, hvor svært det har været at få et job, og om udfordringerne med at fastholde det, de har fået. Nogle deltagere har mistet tilknytningen til



Jeg er faktisk begyndt at arbejde hos en frisør oppe i byen. Der er jeg to gange om ugen, du ved, hvor jeg hjælper lidt til og gør rent. (...) Jeg er jo blevet førtidspensionist på grund af mit misbrug, så på arbejdsmarkedet, der kommer jeg jo ikke i den forstand mere. Men jeg vil jo stadig gerne kunne lave et eller andet, for det kan jeg godt nu. (...) Jeg er megaglad for at være deroppe, fordi de er jo også glade for mig, og de er glade for den hjælp, jeg giver. Det giver mig meget, at jeg kan give noget og gøre nogle mennesker glade på den måde. (Bente, 46 år)



Der er egentlig ikke så meget, der holder mig tilbage [fra at gå til en sport], det er mest min hjerne, tror jeg, der ikke lige kan få presset det ind. Men det bliver der forhåbentlig lavet om på, håber jeg. Nu må vi se. (Anna, 27 år)

arbejdsmarkedet på grund af fx stress, depression eller fysiske lidelser, og endelig er nogle i virksomhedspraktikforløb, hvor de venter på at se, om de har en chance for at blive ansat, når praktikken udløber.

Drømmen om nyttig beskæftigelse fylder meget hos de allerfleste. Deltagerne oplever selv at have mange ressourcer at byde ind med, og føler at de nemmere kunne finde en plads i fællesskabet, hvis disse ressourcer blev bragt i spil.

#### Foreningsliv kræver trykthed

De deltagere, der allerede nu er aktive i foreningslivet, går ofte til en form for sport, men der er også deltagere, der fx går til kor, i strikkegruppe eller en madklub. Det er først og fremmest nogle af dem, der har mindre komplekse problemer i deres liv, som går til sådanne aktiviteter. Blandt de mest udsatte er næsten ingen aktive i idrætsforeninger og lignende, og de benytter sig i højere grad af aktiviteter på de sociale tilbud, hvor de kan føle sig trygge sammen med

ligesindede. Blandt de øvrige deltagere nævnes sport og fysiske aktiviteter som eksempler på ting, man kunne tænke sig at gå til, mens det øvrige foreningsliv fylder relativt lidt.

Mange deltagere føler ikke, de passer ind i det almindelige foreningsliv og oplever, at de skal have mere overskud, før de kan gå til noget, endsige tilbyde sig som frivillige. De giver udtryk for, at de ikke kan bidrage med så meget og udelukker muligheden på forhånd, fordi de ikke kan se sig selv i rollen som frivillig. Andre oplever, at de først selv skal få det bedre eller fx slippe et misbrug, før de kan bidrage med noget.

En del kunne dog godt tænke sig at være aktive, hvis de kunne føle sig trygge og taget godt imod i foreningslivet med det, de nu engang kan bidrage med. Det handler ikke kun om at vide, at man bliver taget under armen og hjulpet i gang med selve aktiviteten, men også at man kan se sig selv i det pågældende fællesskab, og at man er sikker på at blive accepteret

## Fællesskabsmålingen: Ønsker et arbejde



92 pct.

Flertallet



92 pct.

Risikogruppen



79 pct.

De socialt udsatte

... af de arbejdsløse og sygemeldte deltagere ønsker at komme i arbejde.



Jeg synes selv, jeg kan mange ting. Så det havde været nice at være et sted, hvor det handlede mere om de ting, jeg lavede, end at jeg havde det hårdt. (...) Der er ligesom ikke nogen mellemvej. Enten så er du velfungerende, er der til tiden, du græder aldrig, og du har det godt, og du er mega fly, eller også er du hernede [på aktivitetstilbud], hvor måske har du et misbrug eller måske – du ved, der er ingen mellemting af, hvad jeg har opfattet. Så af de to vil jeg hellere være sådan et sted her. Altså det andet [et alment uddannelsesstilbud] kunne slet ikke lade sig gøre for mig. (Christine, 24 år)

som den, man er. Flere af de ældre efterspørger fx frivillige opgaver, som ikke skal være for omfangsrige eller fysisk krævende. Mange af dem har tidligere været aktive i foreningslivet, men har måttet melde sig ud af på grund af kroniske fysiske lidelser og frygten for at være til besvær. De mest udsatte deltagere fortæller, at hvis de skulle finde nye aktiviteter, så ville de snarere søge i retning af de sociale tilbud end ud i foreningslivet. Her føler de bedst, at de kan deltage og bidrage på lige fod med andre.

Noget tyder altså på, at der for den enkelte er et potentiale i foreningslivet og i civilsamfundet i bredere forstand, men det er svært at indfri, før andre behov er dækket. Venner, en kæreste og en meningsfuld beskæftigelse fylder helt klart mest i deltagernes fortællinger og ønsker.

### Unge søger jævnaldrende

En del af undersøgelsens deltagere er unge med forskellige former for psykiske lidelser og sårbarheder. De har et spinkelt netværk og føler sig ofte meget ensomme.

Mange af dem har haft stor glæde af at benytte samværstilbud for unge med psykiske og sociale sårbarheder eller andre tilbud specifikt henvendt til unge. For nogle af dem er deres eneste kontakt til jævnaldrende de andre unge

– både brugere og frivillige – som de kan møde på tilbuddene. Her kan de deltage i aktiviteter som madlavning, spil, filmaftener og lignende med de andre unge. Det er tilbud, der er drevet af civilsamfundets organisationer og bemandet af frivillige, og for de unge spiller det en stor rolle, at de netop møder frivillige på deres egen alder og ikke lønnede medarbejdere, der får penge for at levere samvær og social støtte.

Der er derfor et stort behov for målrettede sociale tilbud til denne gruppe af unge – vel at mærke tilbud, hvor de føler sig som deltagere snarere end klienter. Det er også vigtigt for de unge, at stedet holder åbent om aftenen eller i weekenden, hvor andre unge normalt mødes og hygger sig.

Selvom de unge har stor glæde af tilbuddene, så fortæller mange af dem også, at de helst vil have et netværk blandt andre unge uden for de sociale tilbud. Det er imidlertid svært for dem at skabe relationer til mere ressourcestærke unge, og mange af dem har dårlige erfaringer med de sociale fællesskaber på bl.a. uddannelsesstederne. De kan føle sig forkerte og udenfor blandt jævnaldrende, og en del er endt med at droppe ud. Her peger undersøgelsen på et behov for at styrke rummeligheden og understøttelsen af de psykisk sårbare unge i uddannelsessystemet.





deres vigtigste sociale kontakt. De er generelt meget glade for værestedernes mulighed for omsorg og samvær, men har også mange ønsker til værestedernes tilbud – ikke mindst om flere udflugter og arrangementer ud af huset. Mange fortæller om hyggelige ture til andre væresteder – fx i nabobyen, hvor de har fået mulighed for at møde nye mennesker. Dem, der har deltaget i aktiviteter som ferielejre og stævner for socialt udsatte, som fx arrangeres af Landsforeningen af Væresteder, taler meget positivt om oplevelsen.

Forslag som filmklub, madklub og spilleaftener bliver også nævnt, og på flere af tilbudene findes disse aktiviteter allerede. Flere deltagere fortæller dog, at de begrænsede åbningstider gør det svært for dem at deltage. Værestedernes åbningstider passer ikke altid til brugernes døgnrytmer og behov – og aften og weekender er ofte det tidspunkt, hvor brugerne føler sig mest ensomme og savner værestedets fællesskab.

#### Flere tilbud på de sociale væresteder

Nogle af deltagerne er meget udsatte mennesker, der gennem længere tid har mistet fodfæstet i tilværelsen og i vid udstrækning står uden for fællesskaberne. De fleste har brudte relationer bag sig, både til familie og tidligere venner, og for dem er de sociale væresteder

Meget tyder altså på, at der et stort potentiale for at styrke værestedernes aktiviteter og funktioner, så de i højere grad bliver i stand til at tilbyde brugerne gode oplevelser, der bryder den ofte svære og problemfyldte hverdag, som mange af disse mennesker oplever.



Jeg har meldt mig ind i LVS – Landsforeningen af Væresteder, hvor jeg er med [på LVS' feriecamp] i Randers. Vi var der en hel uge, og der gik det rigtig godt, fordi der holdt jeg mig sgu egentlig væk fra bajere og sådan noget. (...) Man møder nogle andre fællesskaber på kryds og tværs, og det er meget sjovt at møde nogle nye hele tiden. (...) Det løfter mig at være sammen med nogle mennesker. Altså det er sgu værd at leve, og jeg gider heller ikke sidde hjemme. Jeg har behov for at komme ud og snakke med mennesker. (Leif, 54 år)

# Støtte og udfordringer i velfærdssystemet

**Mange af deltagerne har mødt velfærdssystemets indsatser og tilbud gennem et langt liv i udsathed. De fortæller om svære forløb og om problemer med at navigere mellem de forskellige dele af systemet, men også om medarbejdere, der har hjulpet og støttet dem til et bedre liv.**

Mange af de problemer, som deltagerne fremhæver i deres møder med velfærdssystemet, er velkendte og velbeskrevne i tidligere undersøgelser. Det drejer sig fx om ikke at få hjælp og støtte nok i hverdagen, at den psykiatriske behandling primært har fokus på medicin mere end de sociale behov, eller at det kan være svært at følge regelmæssige behandlingsforløb i misbrugsbehandlingen, når man har det skidt. Ikke mindst fortæller mange om frustrationen ved at møde skiftende sagsbehandlere og igen og igen skulle krænge traumatiske, svære og skamfulde følelser ud over for nye medarbejdere, der hver gang vil høre historien fra borgeren selv. På den måde peger

også denne undersøgelse på, at der fortsat er brug for at skabe mere sammenhæng i indsatserne på tværs af sektorer og for den enkelte borger.

Der er dog også en del af deltagerne, der fortæller om gode forløb. Det kan fx være bostøttemedarbejdere, som giver dem god hjælp og støtte i det daglige og hjælper med at tage kontakt til nye tilbud, eller som har hjulpet nogle af de borgere, der er flyttet i egen bolig efter en periode i hjemløshed. Flere har også haft god glæde af mentorer, der har støttet dem til at deltage i beskæftigelsesindsatser og behandlingstilbud.



Det handler om at kunne snakke med den samme hver gang, om alle tingene. Og ikke alle mulige mærkelige hele tiden. (...) Så man ikke skal sidde og sige: Jamen, jeg bruger det her (alkohol og hash). Så siger de: "Hvorfor"? Og nogle gange kan man fortælle det til dem, og andre gange så er man sådan: "Ej, glem det". Så skrider jeg videre, jeg kan ikke overskue det. (Uffe, 51 år)



Jeg ved ikke, om du nogensinde har været på en psykiatrisk afdeling, det er så trist. Det er gardiner, der hænger i laser, det er videobånd, I kid you not, rækker af videobånd under et fjernsyn, som for længe siden har mistet den der videomaskine. Men de står der bare endnu, som sådan et levn fra fortiden, hvor man bare sådan føler sig glemt. (Jeanette, 39 år)



Lige da jeg blev færdiguddannet, blev jeg næsten sygemeldt 3-4 måneder efter og har været sygemeldt lige siden. Jeg afventer en afklaring på fleksjob. Det har så snart taget 7 år. (Lasse, 36 år)

### Ønsker sættes under pres

Arbejde og meningsfuld beskæftigelse fylder som nævnt meget i deltagerne ønsker for fremtiden. I mødet med velfærdssystemets beskæftigelsesindsatser oplever mange dog, at deres ønsker – og dermed også deres ressourcer – ikke i tilstrækkelig grad understøttes af de beskæftigelsesmæssige og sociale indsatser, der ofte slet ikke opleves sammen tænkt.

Nogle deltagere fortæller, at deres ønsker om rent faktisk at indgå i arbejdsfunktioner i det omfang, de kan, modarbejdes og sættes under pres af jobcentrenes krav om arbejdsprøvning og afklaring. Her kommer fokus i højere grad til at ligge på timeantallet end på at imødekomme det behov for social støtte, som borgeren stadig har, selvom han eller hun nu er kommet ud på en arbejdsplads. Omvendt er der også eksempler på, at den sociale indsats mangler en kobling til beskæftigelse, så der netop ikke er fokus på at få borgeren i gang med arbejdsmæssige aktiviteter, som kan give en mere meningsfyldt hverdag.

Endelig er der – heldigvis – også eksempler på borgere, som har fået mulighed for at komme i

en virksomhedspraktik, der giver særlig mening for dem og passer ind i de ønsker og drømme, de har til et arbejde. Disse borgere venter ofte spændte og nervøse på, om de bliver ansat på arbejdspladsen efter deres praktikforløb.

### Savner meningsfulde aktiviteter

Mange af deltagerne har erfaringer fra psykiatrien eller misbrugsbehandlingen. Der er meget forskellige beskrivelser af disse tilbud. Deltagerne forbinder naturligvis ofte de psykiatriske afdelinger med en periode, hvor de havde det meget dårligt. Mange har også erfaringer med, at der ikke var tid nok til den enkelte, eller at der manglede meningsfulde aktiviteter.

I misbrugsbehandlingen er der deltagere, der ikke har kunnet komme i døgnbehandling og har fået at vide, at de ikke var motiverede nok. Der er dog også eksempler på deltagere, der går på misbrugsbehandlingstilbud, hvor de sideløbende med behandlingssamtalerne også får tilbud om at arbejde kreativt på fx værksted. Deltagerne erfaringer peger på et fortsat behov for at tænke behandlingstilbudene, de beskæftigelsesrettede aktiviteter og den sociale støtte bedre sammen.

# Ind i fællesskabet: Potentialer og perspektiver

## Undersøgelsen peger på en række potentialer og perspektiver for at hjælpe borgere i udsathed tættere på fællesskaberne.

Deltagernes ønsker og drømme om aktiviteter og netværk står i skærende kontrast til den isolation og ensomhed, som de fleste af dem faktisk lever i. De psykiske lidelser og sårbarheder er en væsentlig grund til, at mange af deltagerne har svært ved at indgå i fællesskaber. Det skaber en ond cirkel, hvor følelsen af ensomhed igen forstærker den psykiske lidelse.

Det er afgørende at bryde denne onde cirkel. De mange ønsker og drømme, som deltagerne beskriver, udgør her en stor, uforløst ressource. Midt i al udsathed, vanskelighederne, ensomheden og isolationen oplever deltagerne selv, at de har meget, de kan bidrage med. Samtidig er det tydeligt, at ønsker og præferencer er individuelle. Nogle vil helst arbejde med mekanik, mens andre helst vil lave mad, stå i en butik eller lave keramik.

Der er dog et stykke vej til at indfri potentialerne. For de fleste deltagere i denne undersøgelse vil det formentlig kræve en tæt, håndholdt og integreret indsats på tværs af beskæftigelses-systemet og det sociale system at hjælpe dem til at finde egnede arbejdspladser og at støtte dem til at fastholde arbejdet – både beskæftigelsesmæssigt og socialt. Det kræver en samtænkning af indsatser, der kan være svære at tilvejebringe i velfærdssystemet i dag. Dertil kommer snitfladen til det psykiatriske behandlingssystem, der ofte har svært ved at give en tilstrækkelig specialiseret og integreret indsats til borgere med komplekse støttebehov.

På trods af disse systemiske udfordringer kan der ud fra deltagernes erfaringer og ønsker peges på forskellige afsæt for tiltag og indsatser.

### Sæt borgeren i centrum

De fleste mennesker har mange ønsker og drømme om, hvad de gerne vil i deres liv. Det gælder også udsatte borgere. På trods af psykiske, sociale og helbredsmæssige problemer har deltagerne i denne undersøgelse mange idéer til, hvordan de kunne bidrage i samfundet og hverdagen. Hvis velfærdssystemet og civilsamfundet kan understøtte borgerne i at realisere bare nogle af disse idéer og ønsker, vil det formentlig højne chancerne for, at borgerne får det bedre, får mere mening ind i hverdagen og finder plads i fællesskabet. Det er vigtigt at sætte borgernes egne ønsker og behov i centrum for indsatsen, da det giver det bedste udgangspunkt for forandring og recovery.

### Skab flere beskæftigelsesmuligheder

Der er behov for at udvikle nye tilbud og indsatser, som kan hjælpe borgerne i arbejde. De fleste deltagere i denne undersøgelse vil meget gerne have meningsfyldt beskæftigelse, og selvom dette behov måske kunne indfries på flere af den type værkstedsrettede aktivitetstilbud, som allerede findes i dag, så efterlyser deltagerne i høj grad at komme videre fra de skærmede tilbud og ud på det ordinære arbejdsmarked. Udfordringen er, hvordan vejen derud kan understøttes, så deres interesser, ressourcer og kompetencer bevares i proces-

sen, og der samtidig tages højde for, at de fortsat har brug for social støtte.

Det ligger uden for denne undersøgelses ramme at afdække, hvordan sådanne tilbud kunne se ud, men der kunne fx tænkes i nye medarbejderfunktioner mellem jobcentrene og det sociale system, der i højere grad kunne have et helhedsorienteret fokus på at understøtte borgernes ressourcer i et forløb. Der kunne også tænkes i sociale virksomheder eller i at udbygge afdelingerne med særlig fokus på inklusion.

### Styrk tilbud til psykisk sårbare unge

Det har stor værdi for unge med psykiske lidelser og sårbarheder at have adgang til tilbud, hvor de kan få rådgivning, støtte og ikke mindst kontakt til andre unge. Der er behov for flere af disse indsatser og tilbud, der kan afhjælpe den svære ensomhed og isolation, som de unge oplever allerede helt i starten af deres voksenliv. Set i lyset af den kraftige stigning i antallet af unge med psykiatriske diagnoser, der sker i disse år, er der tale om et stort behov, der retter sig både mod det offentlige velfærdssystem og civilsamfundets organisationer.

### Aktiviteter på sociale væresteder

Undersøgelsen peger også på behovet for at udvikle tilbuddene på de sociale væresteder for de allermest udsatte borgere, så de i højere grad kan danne ramme om aktiviteter, der bringer borgerne ud af isolationen. Besøg på værestedet i nabobyen, udflugter, fisketure og deltagelse i sommerlejre for værestedsbrugere og andre udsatte kan give mulighed for, at brugerne får nye oplevelser og kan møde



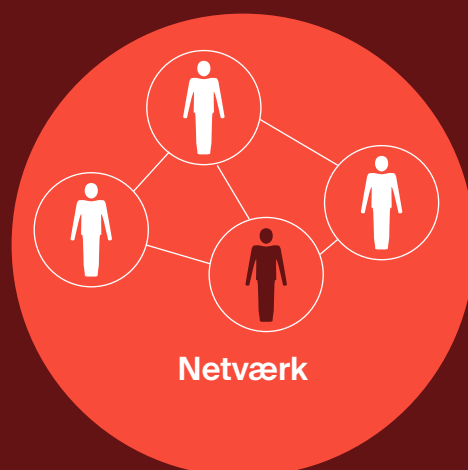
nye mennesker. Der kan også bygges bro mellem væresteder og lokalsamfund, fx gennem aktiviteter som markedspladser og deltagelse i renoverings- og istandsættelsesprojekter i lokalområdet.

### Brug foreningslivet med omtanke

Mange af de udsatte deltagere har mere fokus på at få hverdagen til at hænge sammen og få opfyldt andre centrale behov, før de kan forestille sig at blive frivillige eller deltage i en fritidsaktivitet. Mange vil egentlig gerne og er ikke afvisende, men kan ikke forestille sig det i deres nuværende livssituation og hverdag. Derfor dukker frivillighed og foreningsliv ikke så tit op blandt deltagernes ønsker til aktiviteter. Nogle unge efterspørger fitness eller sportsaktiviteter, men oplever økonomiske barrierer. Her kan et fripas være en vej til at gøre det muligt at gå til træning eller andre aktiviteter. For den enkelte borger er de primære barrierer for øget civilsamfundsdeltagelse dermed følelsen af underskud på livets andre områder – og i nogle tilfælde økonomi. For de mest udsatte handler det også om, at de først og fremmest opsøger aktiviteter og tilbud for ligesindede.

# Pointer og inspiration

- Ensomhed er et fællestræk for undersøgelsens deltagere. For mange er der stor skam forbundet med at opleve, at man står uden for fællesskabet – og langt de fleste deltagere ønsker sig en hverdag, hvor de bidrager til fællesskabet og oplever, at der er brug for det, de er og kan. Derfor er der brug for meningsfyldte aktiviteter, hvor de kan møde andre mennesker.
- Udsatheden antager forskellige former i forskellige faser af livet. Blandt de unge under 30 år er psykisk sårbarhed en vigtig faktor, mens deltagere over 30 år typisk bruger meget tid på at navigere i velfærdssystemet og savner afklaring og stabilitet. De ældste deltagere er ofte resignerede og har svært ved at forestille sig, at deres liv kan ændre sig. Derfor skal tilbudte aktiviteter tage hensyn til forskellige målgruppers og aldersgruppers behov.
- Meningsfuld beskæftigelse er de fleste deltageres største ønske, og de har mange idéer til, hvad de gerne vil lave. Hvis de kan understøttes til at realisere bare nogle af disse idéer, vil det formentlig højne chancerne for, at de finder plads i fællesskabet. Det er derfor behov for fortsat at udvikle nye tilbud og indsatser, som kan hjælpe borgerne i arbejde – herunder at styrke samskabelsen på tværs af beskæftigelsessystemet, det sociale system og civilsamfundet.



- Det er svært for udsatte mennesker at se sig selv i rollen som frivillige eller aktive i foreningslivet. En del af deltagerne vil gerne bidrage, men deres overskud og fremmøde kan svinge, og de kan derfor være nervøse for, om de bliver accepteret med det, de kan. Her kan organisationer og foreninger tænke i at etablere fleksible roller og opgaver, som også udsatte borgere kan påtage sig.
- Mange af de interviewede opsøger fællesskaberne på samværstilbud og væresteder, og de savner, at disse tilbud bliver styrket og udbygget. Det gælder fx psykisk sårbare unge, der finder stor værdi i samværs- og rådgivningstilbud med deltagelse af frivillige unge. Også for de mest udsatte deltagere betyder sociale væresteder meget, og de efterlyser flere aktiviteter på værestederne, der bringer dem i kontakt med lokalsamfundet. Her spiller civilsamfundets organisationer en afgørende rolle.
- Blandt de yngste deltagere er mange droppet ud af uddannelser, ofte fordi de mangler overskud til det sociale fællesskab. Her er der brug for at skabe rammer på uddannelserne, der også kan rumme unge med psykiske sårbarheder.
- Deltagernes udfordringer med at navigere i velfærdssystemet viser, at der fortsat er behov for at skabe bedre sammenhæng på tværs af behandlingsindsatser og sociale indsatser, fx mellem psykiatrisk behandling, misbrugsbehandling og bostøtteindsats.



Civilsamfund



Velfærdssystem

Hvordan ser hverdagen ud for mennesker, som oplever at stå på kanten af de fællesskaber, der fylder de fleste danskernes liv? Hvilke tanker gør de sig selv om deres liv, og hvilke ønsker har de til aktiviteter og tilbud, der i højere grad kan bringe dem ind i fællesskaberne?

Det kan du læse om i dette hæfte, som opsummerer resultaterne af VIVE-undersøgelsen "Bag om Fællesskabsmålingen". I 2017 tog Fællesskabsmålingen for første gang temperaturen på danskernes fællesskaber ved at spørge 2.292 danskere mellem 18 og 70 år om deres oplevelser med hverdagen, økonomien, helbredet og det at være – eller ikke være – en del af de fællesskaber, hvor vi mødes.

I dette hæfte uddyber vi Fællesskabsmålingens statistiske perspektiv med en kvalitativ analyse af hverdagsnære erfaringer og oplevelser. Undersøgelsen bygger på interview med 78 borgere, der på forskellige måder har fysiske, psykiske eller sociale udfordringer i hverdagen, der gør det svært for dem at være en del af fællesskabet. Undersøgelsen giver stemme til deres oplevelser, og håbet er, at den kan tjene som inspiration i arbejdet med at skabe mere inkluderende fællesskaber – med afsæt i perspektiver fra dem, der står udenfor.