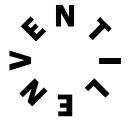


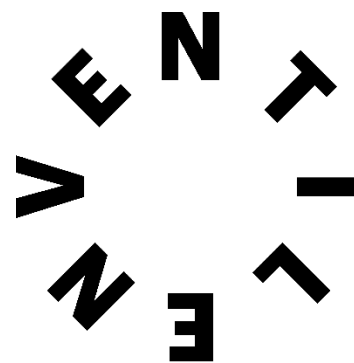
# Unge og ensomhed

Oplæg Ventilen Danmark  
Projektleder - Julie Jakobsen

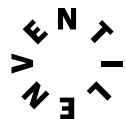


Gør ungdommen  
mindre ensom

# Ventilen Danmark



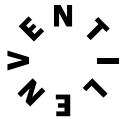
Fortæller



Gør ungdommen  
mindre ensom

# Mødesteder og KOMsammen

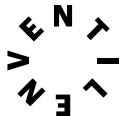
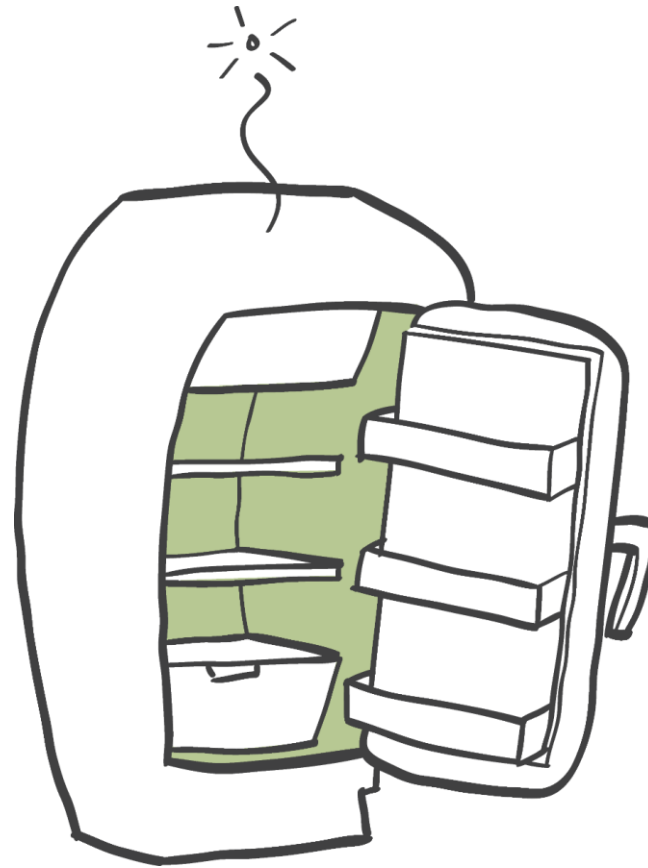
## - Mød Kasper



Gør ungdommen  
mindre ensom

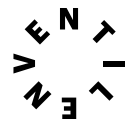
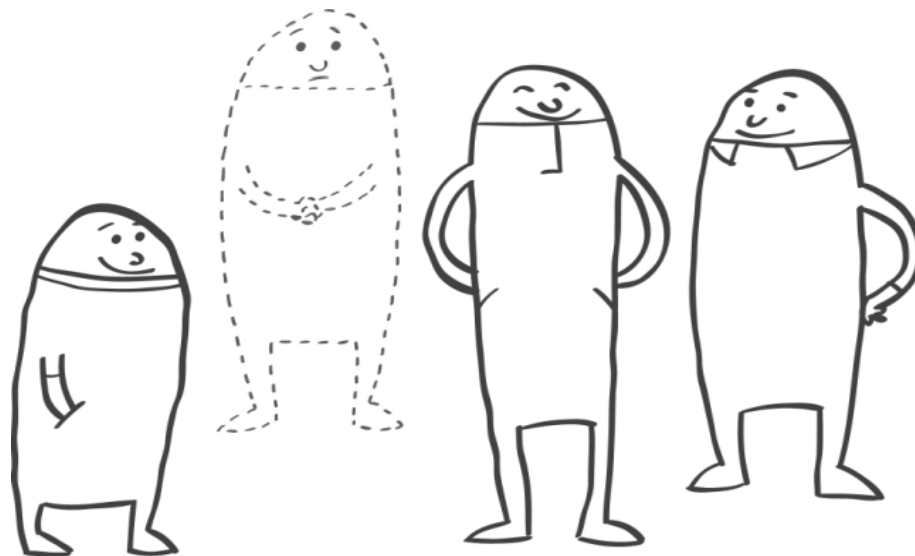
# Hvad er ensomhed?

Ensomhed er den negative **følelse**, der opstår, når dine sociale behov ikke bliver dækket.



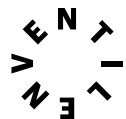
# Omfanget af ensomhed

- 22,9 % = 143.000 unge ml. 16 og 24 år
- Unge & ældre
- 31% unge føler sig ensomme ml. 16 og 29 år  
(DUF)

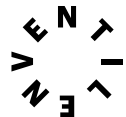
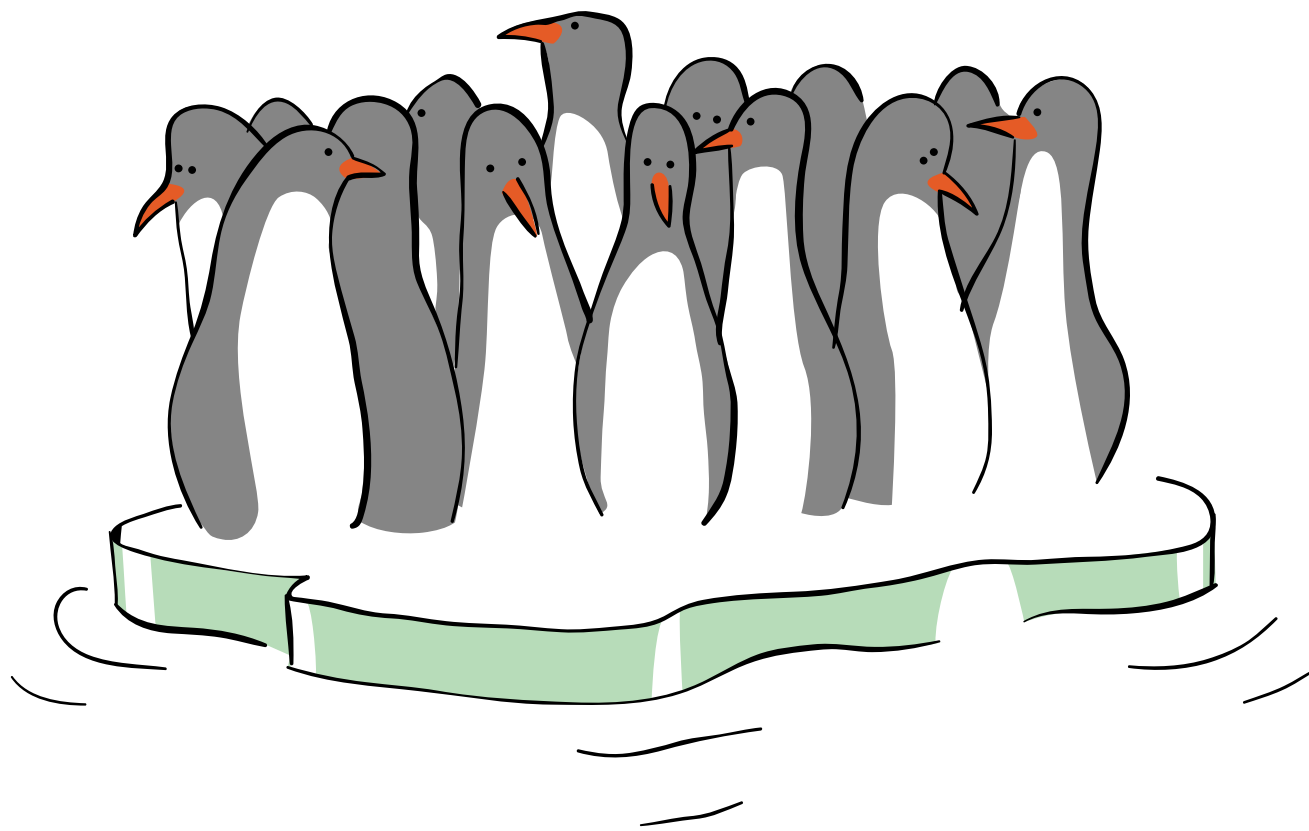


# Unge der føler sig ensomme

- Generte og afvisende
- Forventer nederlag – mangler mod
- Isolerer sig
- Tager tingene tungt
- Føler sig akavede
- Hjernen er på overarbejde

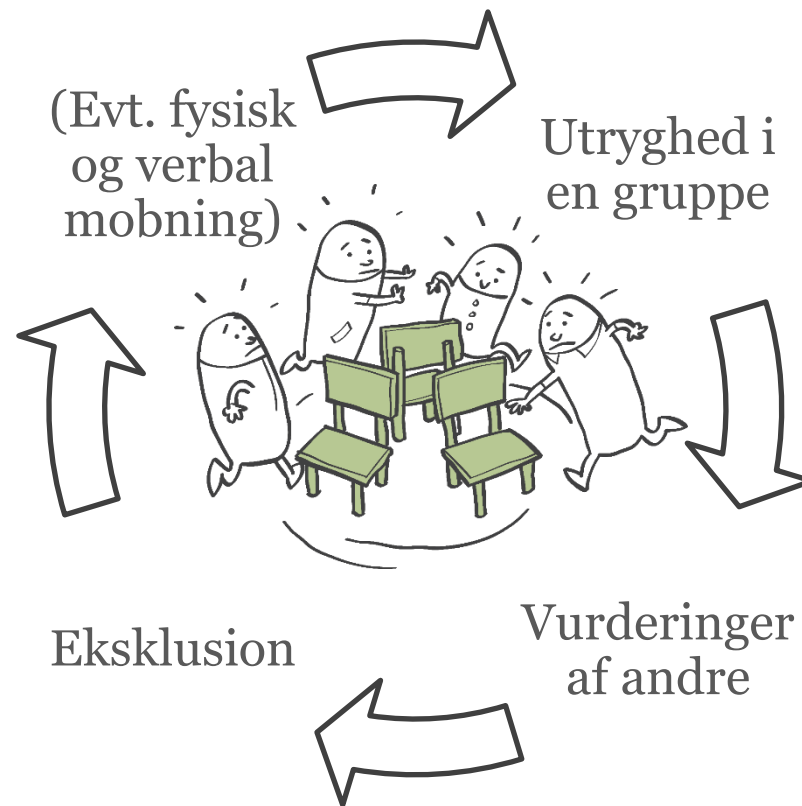


# Hvorfor opstår ensomheden

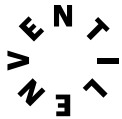


# Longing for belonging

## Når utrygheden ekskluderer

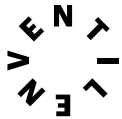
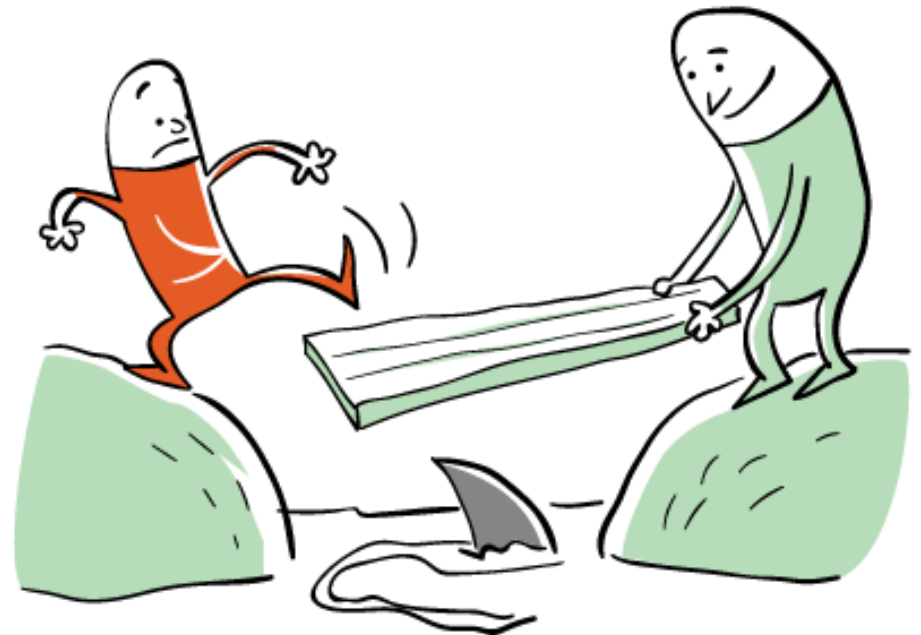


Kilde: eXbus; Søndergaard og Rabøl, 2011



# Risikozoner

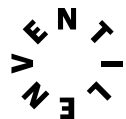
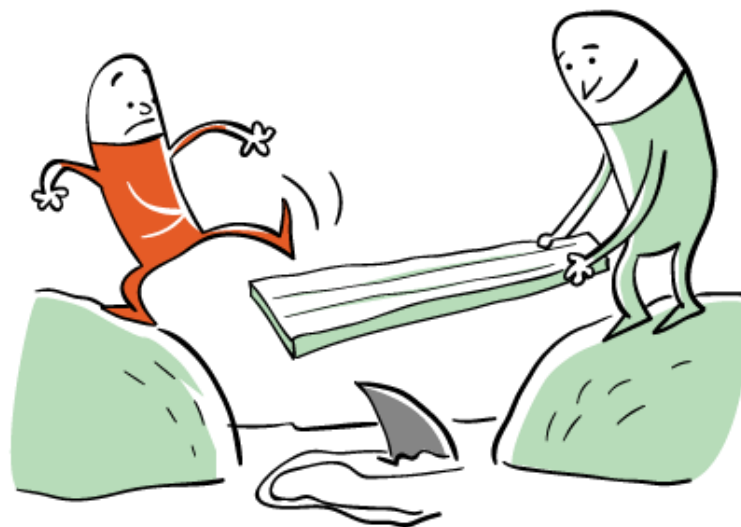
- Overgange og skift
- Sygdom og handicap
- "Anderledeshed"
- Sorg
- Svigt
- Præstationskultur



# Forebyggelse eller afhjælpning

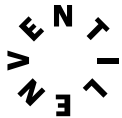
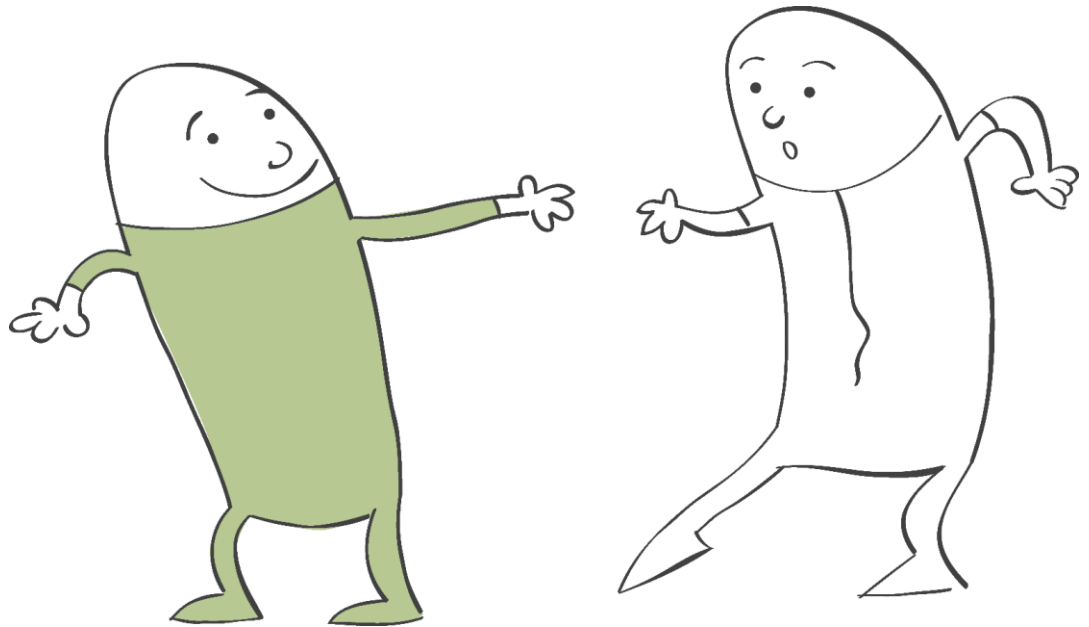
Individet mærker problemet – løsningen ligger i gruppen

- Interventioner: De specifikke virker
- Forebygge (langvarig) ensomhed
- Livssituationer med større risiko
- Modvirke negativ spiral
- Ensomhed er tabu – aftabuiser



# Hvad kan man gøre for fællesskabet?

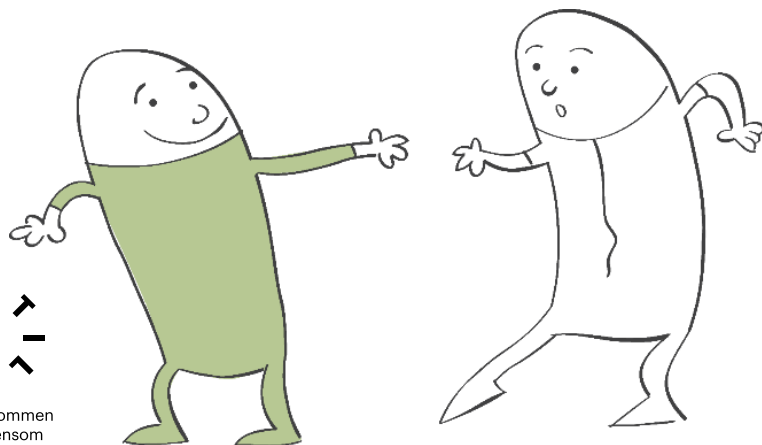
- Tryghedsskabende strukturer
- Forudsigelighed
- Faste plader
- Makkerskaber
- Hilsekultur



# Hvordan arbejder Ventilen?

- Ung-til-ung tilgang
- Aktiviteter som metode
- De unge bliver en del af et trygt fællesskab
- Genkendelse
- Socialt øverum

*"Jeg troede i bund og grund ikke på at folk ville være sammen med mig, men det har jeg fået troen på efter jeg er kommet i Ventilen" – ung fra et af Ventilens tilbud.*



# Hvordan arbejder Ventilen?

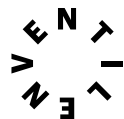
Struktureret tilgang til fællesskabet

*Oplæg: viden og redskaber*

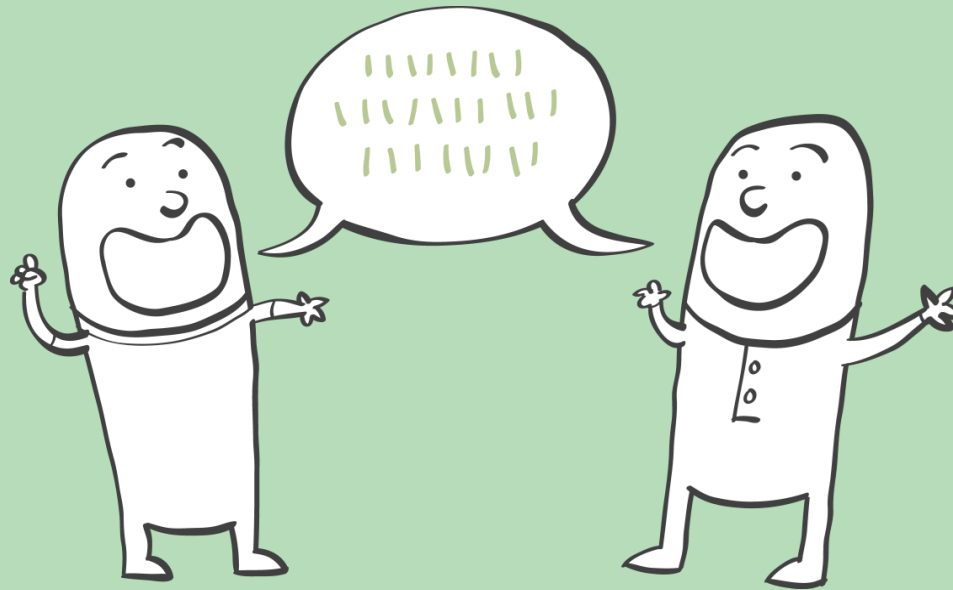
*Inspirationsworkshop: arbejde med kulturen*

*Forløb hvor man arbejder med fællesskabet. Prøver noget af, evaluerer og prøver igen*

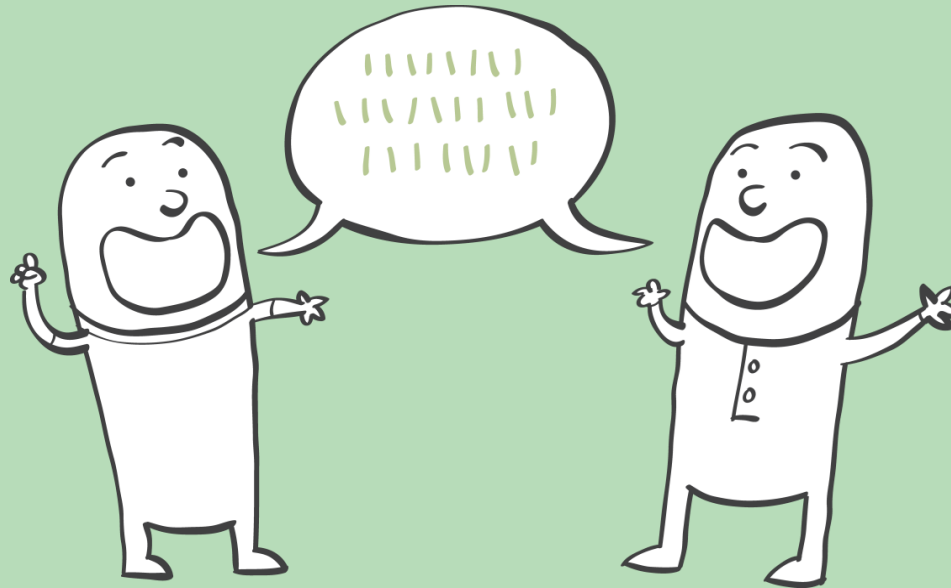
*Netverk: samlet pakke til at arbejde med trivsel og forebygge ensomhed*



# Hvad gør du for at hjælpe med at forebygge og bekæmpe ensomhed blandt unge, der hvor du er?



# Hvad kan du gøre fremadrettet?



# Tak for nu!

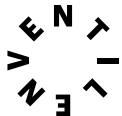
[www.ventilen.dk](http://www.ventilen.dk)

[Facebook.com/ventilend danmark](https://www.facebook.com/ventilend danmark)

IG: @ventilend danmark

[info@ventilen.dk](mailto:info@ventilen.dk)

Tlf: 70 208 308



Gør ungdommen  
mindre ensom