

Projekt rapport



Projektformål og projektbeskrivelse

I projekt En som mig [Ensomme mig] vil vi styrke unge i udskolingens sprog for ensomhed gennem et forløb, hvor 8. klasser i hele Region Nordjylland aktivt arbejder med at producere film og fortællinger om ensomhed med hjælp fra kunstnere fra Brønderslev Forfatterskole og Filmmaskinen i Frederikshavn. Ved at styrke de unges bevidsthed om ensomhed og give dem en mulighed for at sætte ord på de følelser og oplevelser, de har med ensomhed, vil vi være med til at løsne op for det tabu, som ensomhed også er. Et vigtigt skridt for at gøre op med ensomhed i ungdommen er netop evnen til at sætte ord på, både når man selv oplever det, eller når man er bekymret for andre. Ensom er ikke noget man er som en kronisk lidelse, ensomhed er noget alle mennesker oplever i livet, og derfor et grundvilkår alle må lære at takle. Lange nedlukninger har i den grad påvirket vores ungdom, og det om end endnu mere vigtigt, at vi på tværs af sundhed og kultur får nogle redskaber, hvor vi kan hjælpe unge til at snakke om deres oplevelser af ensomhed. Til at kvalificere arbejdet med ensomhed er Headspace en del af projektet, som på dette felt er den stærkeste partner i indsatsen mod unges ensomhed. Projektet vil danne grundlag for et undervisningsmateriale, der kan bruges i udskolingen, og har således et nationalt perspektiv.

I de seneste par år har ensomhed blandt unge været en opadgående kurve. Projektet har i skoleåret 2022/2023 besøgt 35 nordjyske 8. klasser. Formålet har været at give unge nordjyder et sprog for ensomhed, gennem et kulturelt tilbud, hvor Brønderslev Forfatterskole og FilmMaskinen besøger én udskolingsklasse i en hel dag og sammen med de unge skabte manuskripter og film, der tager afsæt i ensomhed.

Når En som mig [ensomme mig] har været på besøg i de nordjyske udskolingsklasser, har de også indsamlet viden om, hvordan det står til med elevernes oplevelse af ensomhed. Dette har de gjort gennem anonyme spørgeskemaer, som de har tilgået via deres mobiltelefoner. Spørgsmålene har haft fokus på, hvordan eleverne selv oplever ensomhed, samt hvordan de agerer, når de selv eller en klassekammerat oplever det.

Projektet har også haft den tilgang, at unge ikke står alene med ansvaret for deres egen trivsel – de voksne bærer nemlig også et stort ansvar her. For bedre at kunne forstå, hvilken rolle voksne spiller i deres øjne, har En som mig [ensomme mig] også bedt eleverne om at sætte ord på det. Det er blevet til planchen "Råd Til De Voksne", der nu hænger i de nordjyske udskolingsklasser, projektet har besøgt. Her har eleverne gruppevis lavet en håndfuld råd om, hvad de voksne kan gøre for at hjælpe unge, der oplever ensomhed. Dette har også givet projektet en viden om, hvad de unge har behov for fra de voksne.

Projektlog

I projektets spæde start, samlede vi en masse viden om ensomme unge gennem vores samarbejdspartnere Grib og Headspace. På baggrund af denne viden, og kunstnerens viden om henholdsvis film- og manuskriptproduktion, udviklede vi første udgave af undervisningsforløbet.

Undervisningen skulle fylde en hel skoledag, hvor eleverne skulle nå at skrive, producere og vise deres film til hinanden. Undervejs i projektet justerede vi i undervisningsmaterialet i takt med, at vi fik flere erfaringer og blev klogere. Noget af det, vi hurtigt blev bevidste om, var, hvor forskellige 8. klasser er – socialt, fagligt,

En som mig [Ensomme mig]

var de vant til at arbejde med iMovie eller andre klippeprogrammer, om de havde brug for mere eller mindre tid til delementerne, om de havde brug for ekstra støtte eller om de bare sprang på opgaven og arbejdede selvstændigt. De to kunstnere fra Filmmaskinen og Brønderslev Forfatterskole blev hurtigt eksperter i stilladsering og differentiering af undervisningen.

Eleverne blev som noget af det første på dagen præsenteret for vores oplæg om ensomhed, som vi har udviklet i samarbejde med HeadSpace. I oplægget bliver der formidlet, hvordan ensomhed føles, forskellen på at være ensom og alene, hvorfor ensomhed opstår osv. Her kunne vi se, at oplægget kom til at spille en stor rolle i dagens senere forløb. Hvad eleverne blev introduceret for i oplægget, kom ofte til at skabe rammerne for, hvorfor deres karakterer i manuskripter og film oplever ensomhed eller hvordan deres karakterer takler det. Dette understreger, at eleverne var meget modtagelige overfor den viden, vi kom med og var stærke i at omsætte den til noget brugbart i deres egne fortællinger omkring ensomhed. Det skaber også et klart billede af, at den viden om ensomhed vi kom med, er en viden de tog til sig.

Projektet mødte over 500 elever på sin rejse gennem de nordjyske skoler. Dette vil sige, at nordjyske unge med forskellige ting i bagagen kom igennem forløbet. Dette bestræbte vi os også på at være bevidste om i vores tilgang til, hvordan vi formidlede emnet til 8. klasserne, da vi uundgåeligt ville møde elever, for hvem emnet ensomhed ville ligge mere på sinde end hos andre.

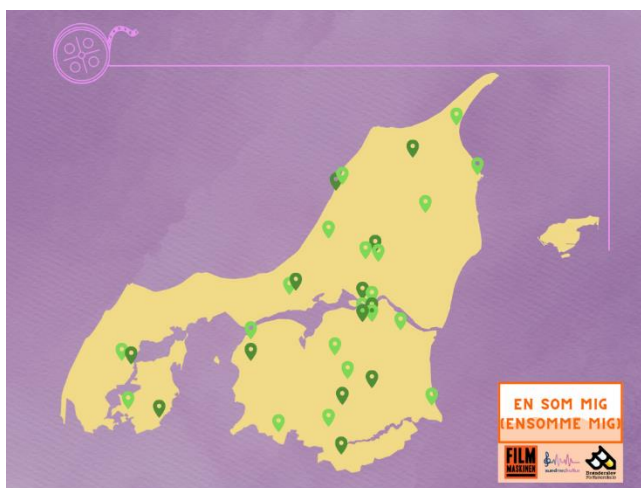
Undervejs i projektet udviklede vi på undervisningsmaterialet og al vores erfaring er nu kogt ind til det færdige undervisningsmateriale. Som afslutning på projektet afholdt vi en konference på Brønderslev Bibliotek, hvor samarbejdspartnere og andre interesserede var inviteret til at høre om vores erfaringer og resultater.

Projektets effekt

Da vi startede på En som mig [ensomme mig] arbejdede vi ud fra et mantra, der hed, at alle kommer til at opleve ensomhed på et tidspunkt og at følelsen kommer i alle afskygninger. Dette mantra er også noget, der skulle vise sig at være den gennemgående røde tråd i det filmrepertoire, som projektet står med i dag. Der blev i projektets forløb produceret i omegnen af 100 film af nordjyske 8. klasser. Selvom alle film havde afsæt i samme tema, har de budt på et bredt spænd af handlinger, hvorfra ét budskab står helt skarpt: Ensomhed kommer i alle størrelser.

Vi har over flere omgange set film, der tager udgangspunkt i en i gruppens egen oplevelse, hvor de brækkede et ben eller en arm, og derfor var ekskluderet fra fællesskabet i en periode, når de ikke kunne deltage i fysiske aktiviteter. En anden fast gengænger er, når hovedpersonen ikke bliver inviteret til en fest. I den anden del af spektret så vi også de mere alvorlige baggrunde for ensomhed, hvor hovedpersonen blev udsat for grov mobning eller havde alkoholiske forældre.

Når man siger ordet ensomhed, kan tankerne også ledes hen på et skræmmebillede, og her er de unge ikke anderledes. Det sker, at elever ønsker at lave en historie, hvor selvmord eller drab indgår i deres manuskripter. Her har det været vigtigt for os at tegne nogle klare linjer for, hvilke film, projektet kan stå



Hvordan skolebesøgene var fordelt i regionen

En som mig [Ensomme mig]

inde for. Vi ønsker at efterlade de klasser, vi har besøgt, med en bredere forståelse for, hvordan man kan takle ensomhed og aftabusere emnet for de unge. Derfor udfordrede vi også de elever til at tænke i andre baner, således deres historie fik en mere konstruktiv afvikling.

Ensomhed er altså en følelse, der kan have vidt forskellige afsæt og opleves på mange måder. Dette projekt har givet de unge et talerør, hvor de har haft mulighed for at udtrykke sig og lade deres oplevelser og perspektiv være midtpunkt. Det brede spænd i historier om ensomhed viser, at ensomhed også opleves i mange afskygninger blandt de unge; og disse oplevelser er blevet fortalt til både klassekammerater og klasselærer, når projektet har lagt vejen forbi de nordjyske 8. klasser.

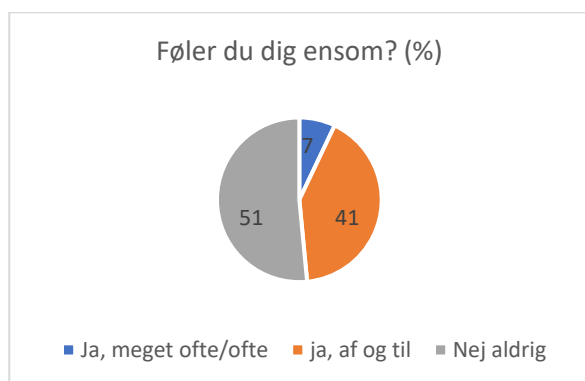
Projektet har også haft en relevant karakter for de folkeskolelærere, der har takket ja til tilbuddet af forskellige årsager. For nogle undervisere har projektet talt sig ind i et igangværende filmforløb, hvortil En som mig [ensomme mig] har fungeret som et godt supplement, da man får to fagpersoner ud at undervise i henholdsvis manuskriptskrivning og filmoptagelse, samtidig med at eleverne prøver deres teori af i praksis og skaber et produkt. Men for andre var fokuset på ensomhed også en vigtig komponent i tilbuddet. For Karin Braun Christensen, lærer på Søndergades skole, var trivselsaspektet også en stor faktor:

“Vi takkede ja til tilbuddet, fordi vi altid er interesserede i at få inspiration- i øvrigt et meget aktuelt emne pakket ind på en god måde - vi har meget opmærksomhed på emnet på skolen, så det passede godt ind. Vi var meget tilfredse med besøget. Det giver noget supergodt, når eleverne får lov til at fordybe sig en hel dag. Vi vil meget gerne have besøget en anden gang.”

Det har altså givet et godt udbytte, at et tungt emne som ensomhed er blevet pakket ind, således det både har en faglig relevans, men også kan gøres spændende, når eleverne skal behandle det.

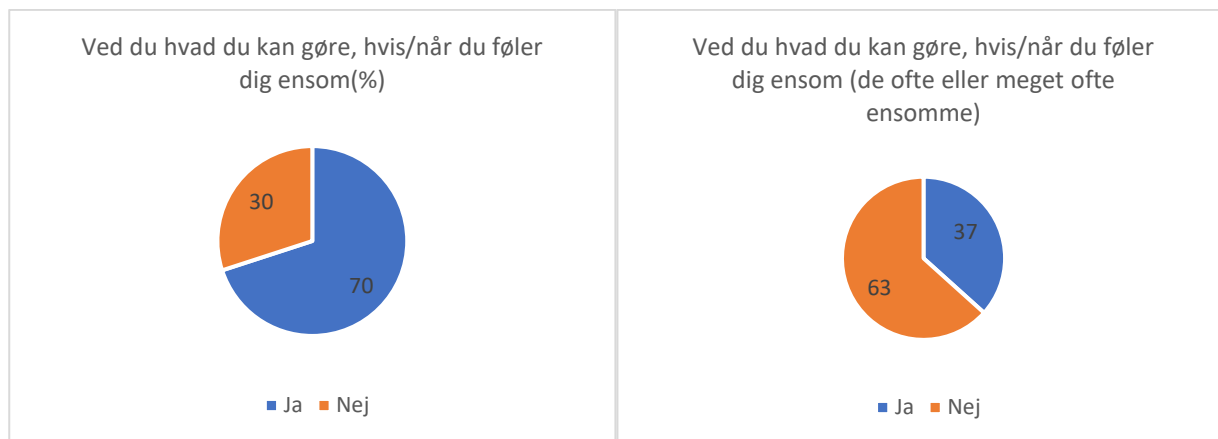
Ensomhed – hvordan står det til?

I hver klasse projektet har besøgt, har eleverne gennemført et spørgeskema omhandlende deres oplevelse af ensomhed. Som afslutning på dagen har eleverne gruppevis udfyldt et andet skema med eksempler på, hvad et godt fællesskab er, hvad de kan gøre for at mindske ensomhed samt gode råd til de voksne omkring dem.

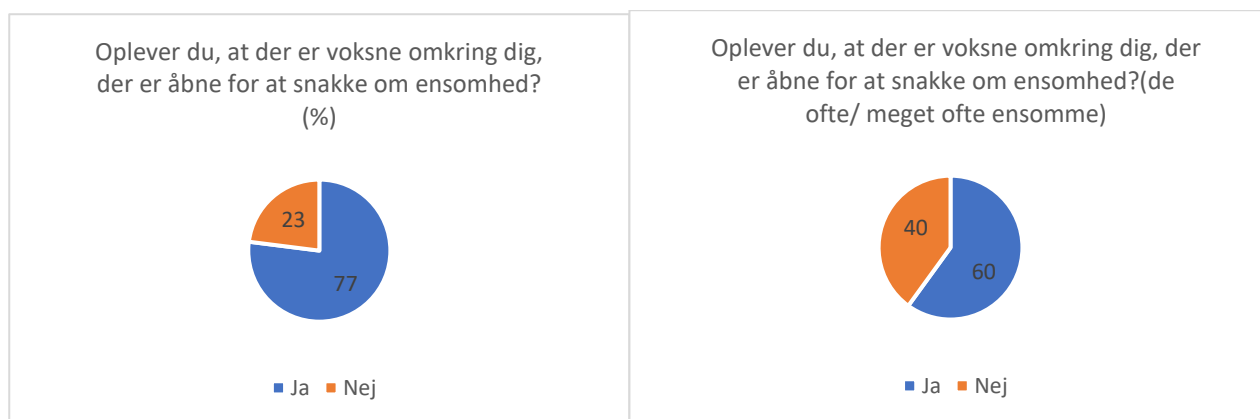


7 % af de adspurgte elever føler sig ofte/meget ofte ensomme, mens 41 % af og til føler ensomhed. Disse tal ligger på niveau med Skolebørnsundersøgelsen, hvor 6 % ofte/meget ofte føler sig ensomme (2018).

En som mig [Ensomme mig]



Hovedparten (70 %) af alle de unge i undersøgelsen ved hvad de kan gøre, hvis de føler sig ensomme. Desværre ser tallene markant anderledes ud, hvis vi kun tager dem, der ofte/meget ofte føler ensomhed. Her er det nemlig markant færre (37 %), der ved hvad de kan gøre. Det indikerer, at de elever der oplever ensomhed på egen krop i højere grad, står alene med at håndtere det, og ikke ved hvad de kan gøre.

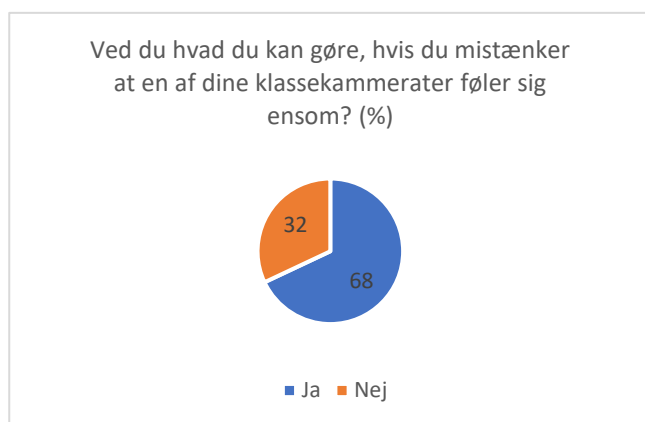


Samme mønster går igen, hvor hovedparten (77%) oplever at have voksne omkring sig, der er åbne for at snakke om ensomhed. Det samme gør sig gældende blandt 60 % af dem, der ofte oplever ensomhed.



En som mig [Ensomme mig]

Mere markant bliver det, når det handler om, om man kan tale sammen om at føle sig alene eller uden for i klassen. Her oplever 28 % af hele gruppen at det kan man, mens det kun gælder for 7 % blandt, de der oplever ensomhed.



Gode råd fra de unge

Vi har bedt de unge i projektet om at komme med 5 gode råd til de voksne omkring dem, til hvad de kan gøre, for at hjælpe de unge der oplever ensomhed. De mange gode råd fra de 35 skoleklasser kan opsummeres til følgende:

- Pak berøringsangsten væk. Hvis man som voksen har en fornemmelse af, at et barn står uden for fællesskabet, så spørg ind og skab et trygt rum omkring at snakke om det.
- Spørg ind og vær interesseret i de børn og unge du møder – hvordan har de det, hvad interesserer dem og trives de egentlig?
- Skab inkluderende rammer for børnene, f.eks. ved opmærksomhed på hvem der bliver sat sammen i gruppearbejde, pladser i klassen og fælles aktiviteter/arrangementer/ture med fokus på at alle bliver en del af fællesskabet
- Hjælp med at søge professionel hjælp, hvis der er noget, du ikke selv kan håndtere.
- Sæt det på dagsordenen i klassen, og skab et trygt rum for at tale om det i fællesskab

OG sidst men ikke mindst bare vær der. For som en af grupperne skriver blandt de gode råd til de voksne omkring dem: *"Hvis vi har det dårligt, kan det vigtigste i verden være, bare at vide at I er der."*

Kort projektkonklusion

Overordnet er det tydeligt, at de unge der rent faktisk oplever ensomhed, oplever udfordringer med at tale om det – og at de der ikke oplever det, ikke nødvendigvis er bevidste om, at de udfordringer er til stede. Resultaterne bakker op om vigtigheden ved at arbejde målrettet med at finde et fælles sprog for ensomhed, nedbryde tabu og øge forståelsen for, hvad der er på spil, når ensomhed rammer, samt at give de unge redskaber til hvad de kan gøre. En som mig [Ensomme mig] har vist, hvordan dette sprog kan gives gennem kunst, i dette tilfælde film. Projektet har vist, hvordan elever gennem et fælles tredje kan finde et sprog for ensomhed. For selvom filmene ikke var biografiske, så bundede de i de unges virkelighedsverden, og pludselig blev der sat ord på, hvad der kan skabe ensomhed, men også hvad man kan gøre for at hjælpe sig selv og andre ud af ensomhed.