

# Opp og hopp

En forskningsbasert evaluering av deltageres erfaringer  
med et arbeidsprosjekt i regi av Kirkens Bymisjon, Vestfold

Sluttrapport, oktober 2018

Karol L. Svanøe







Karol L. Svanøe

## **Opp og hopp**

**En forskningsbasert evaluering av deltageres  
erfaringer med et arbeidsprosjekt i regi av Kirkens  
Bymisjon, Vestfold**

**Sluttrapport, oktober 2018**

© 2018 Karol L. Svanøe  
Universitetet i Sørøst-Norge  
Fakultet for helse- og sosialvitenskap  
Institutt for helse- sosial- og velferdsfag  
Borre, 2018

Skriftserien fra Universitetet i Sørøst-Norge nr. 11

ISSN: 2535-5325 (Online)

ISBN: 978-82-7860-341-3 (Online)



Utgivelser i publiseres som Creative Commons\* og kan kopieres fritt og videreformidles til andre interesserte uten avgift. Navn på utgiver og forfatter(e) angis korrekt. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.no>

Omslagsfoto: Timothy Choy på Unsplash

<b>INNHOLD</b>	
<b>SAMMENDRAG .....</b>	<b>2</b>
<b>1.0 BAKGRUNN .....</b>	<b>3</b>
1.1 Prosjekt Opp og Hopp .....	3
1.2 Kunnskap om utsatt ungdom og virksomme tiltak .....	4
<b>2. 0 METODISKE BESKRIVELSER.....</b>	<b>6</b>
2.1 Oppdraget og organisering av evalueringsstudien .....	6
2.2 Evalueringsstudiens hensikt og forskningsspørsmål.....	7
2.3 Design og metode.....	7
2.3.1 Utvalg .....	8
2.3.2 Datasamling.....	8
2.3.3 Analyse av datamaterialet.....	9
2.4 Etske overveielser.....	9
<b>3. PRESENTASJONEN AV FUNN .....</b>	<b>11</b>
3.1 «Hva det gjør med meg».....	11
3.1.1. «Jeg blir akseptert for den jeg er og det jeg makter».....	11
3.1.2 «Jeg finner tryggheten i meg selv» .....	12
3.1.3 «Jeg orker og tåler mer» .....	13
3. 2 «Samvær med andre <i>vanlige</i> folk» .....	15
3.3 «Her møter jeg folk som bryr seg».....	16
3.4 «Jeg kan se en framtid» .....	18
3.5 Oppsummering av funn fra deltagerne .....	20
<b>4 DRØFTING .....</b>	<b>22</b>
4. 1 Økt mestringsfølelse.....	22
4.2 Økt sosial kompetanse .....	23
4.3 På vei et selvstendig voksenliv .....	25
4.4 Ting tar tid. Betydningen av oppfølging over tid.....	26
<b>5.0 KONKLUSJONER OG IMPLIKASJONER FOR VIDERE ARBEID.....</b>	<b>28</b>
<b>6.0 LITTERATUR.....</b>	<b>30</b>

## SAMMENDRAG

Denne rapporten er en evaluering av Stiftelsen Kirkens Bymisjon i Vestfold sitt prosjekt «Opp og Hopp», basert på deltagerens opplevelser. I rapporten beskrives prosjektets bakgrunn, organisering og deltakere. Forskning og kunnskap om utsatt ungdom presenteres. Deretter beskrives evalueringsstudiens hensikt, design og metoder. Forskningsspørsmålet det søkes svar på i denne rapporten er: *Hvilke erfaringer har ungdommene til deltakelse i prosjektet? Hva fungerer for dem i prosjektet og kan denne hjelpen eventuelt forbedres?* Analysen av 2 runder med semi-strukturerte intervjuer med 6 -8 måneders mellomrom oppsummeres i 4 tema: 1) «*hva det gjør med meg*»; 2) «*å være sammen med andre 'vanlige mennesker'*»; 3) «*her møter jeg folk som bryr seg*»; og 4) «*jeg kan se en framtid*». Temaene presenteres og belyses med sitater fra deltagerne, og drøftes i lys av tidligere forskningsresultater med lignende prosjekter. Rapporten avsluttes med å understreke at deltagerne opplever å få betydelig emosjonell støtte, praktisk hjelp og økt håp gjennom prosjektet. Samtidig er det viktig å presisere at veien til et ordinært utdannings- og arbeidsløp kan være lang og kreve tid for flere deltakere.

## 1.0 BAKGRUNN

### 1.1 Prosjekt Opp og Hopp

Kirkens Bymisjon i Vestfold (KBV) etablerte prosjektet Opp og Hopp sommeren 2016.

Prosjektet er treårig med mulighet for forlengelse inntil fem år. Prosjektet finansieres fra år til år av midler fra Arbeids- og velferdsdirektoratet (AVdir). Prosjektet fokuserer på å gi utsatt ungdom i aldersgruppen 18 – 25 år et lavterskeltilbud som kan bidra til at de tar tak i livet sitt. Målgruppen er ungdom som så langt ikke har klart å nyttiggjøre seg offentlige arbeidsrettede tiltak. Deltagere rekrutteres gjennom NAV og/eller Oppfølgingstjenesten (OT).

I prosjektet tilbys motivasjonsskapende og mestrende aktiviteter, bl.a. utvikling av redesign/signaturprodukter, botrening, gruppebaserte aktiviteter og ulike treningsformer (Kirkens bymisjon, 2016). Opprinnelig var prosjektet basert på tre ulike deler, dvs. arbeidsaktivitet, fysisk trening og boligskolen. Boligskolen er ikke kommet i gang.

Prosjektets hovedmålsetting er *«å bidra til økt integrering i samfunnsfellesskapet, økt livskvalitet og forbedrede levevilkår, samt forhindre at deltakerne forblir utenfor det ordinære arbeids- og utdanningsløp»* (Kirkens bymisjon, 2016). Målsettingen utdypes og konkretiseres i følgende delmål:

Deltagerne:

- skal oppleve økt mestringsfølelse gjennom arbeidsaktiviteter og treningstilbud som gir dem motivasjon til å ta tak i viktige områder i livet sitt
- får økt kunnskapstilegnelse om arbeidslivets forpliktelser og forventninger gjennom innholdet i arbeidstreningstilbudet
- får forbedret helse og forhold til egen kropp gjennom ulike treningsformer
- får økt kompetansen på basiskunnskaper som samfunnsspørsmål, allmennkunnskap, kosthold, renhold, dagliglivets gjøremål og forpliktelser
- får utvikle forbedret sosial kompetanse

(Kirkens Bymisjon, 2016)

Deltagernes interesser og utfordringer kartlegges av prosjektlederen når de blir med i prosjektet. Prosjektets hovedbase er i Bymisjonens bruktbuikk på Sem. Butikken tar inn brukte møbler og innbo, klær, bøker og sportsartikler. Disse rengjøres og repareres om nødvendig, før de settes ut til salg. Arbeidsoppgavene kan være alt fra henting av møbler og andre gjenstander, til sortering, vasking, istandsetting eller eventuelt kasting av tøy og gjenstander. Deltagerne kan også være med å sette opp utstilling av klær og møbler, prise gjenstander og betjene kunder og kassen i butikken. I starten av prosjektet var det også et produksjonsverksted der deltagere fikk redesigne egenutviklede produkter som ble lagt ut for salg. Dette tilbudet ble imidlertid lagt ned i mars d.å.

Dagens arbeidsoppgaver blir fordelt når deltagere ankommer Bruktbutikken. Oppgavene er avhengig av deltakernes behov og dagsform. Noen arbeidsoppgaver krever en viss opplæring og trening. Ikke alle arbeidsoppgaver oppleves like interessante eller relevante for alle. Et par deltagere fikk av ulike grunner tilbud om å jobbe i et annet tiltak ved et annet lokale. Deltagerne tilhører likevel «Opp og Hopp» prosjektet og ble inkludert i studien. Av hensyn til deres anonymitet, beskrives ikke tiltakene de deltok i, i detalj.

Alle som arbeider i Bruktbutikken får tilbud om å spise lunsj sammen. Noen av deltagerne får i oppdrag å dekke bord, sette ut mat, lage enkle varmretter eller vaske opp. Opp & Hopp tilbyr også regelmessig trening på treningsstudio, samt turer i skogen av og til.

## **1.2 Kunnskap om utsatt ungdom og virksomme tiltak**

Overgangen fra det å benevnes som «ungdom», til det å kalles «ung voksen», utvides i vår tid (Furlong, 2016). Begrepene brukes om hverandre i mye av forskningslitteraturen, men handler som oftest om personer fra 18 – 25 år (Arnett & Hughes, 2012). Unge i denne aldersgruppen er verken barn eller voksen, men har en fot både i barndom, ungdom og voksenliv (Anvik & Waldahl, 2016).

Som vi har vært inne på, har prosjektet Opp og Hopp fokus på såkalte «utsatte» unge voksne. Det er et samlebegrep for en svært uensartet gruppe unge med sammensatte vanskeligheter (Frøyland, Maximovea-Mentzoni & Fossetøl, 2016). Denne gruppen unge mennesker har fått ulike merkelapper: unge i risiko, unge utenfor, unge i sårbare livssituasjoner, marginalisert



ungdom (Anvik & Waldahl, 2016). Marginalisering beskriver en bevegelse mot utsiden av et samfunn i retning sosial ekskludering (Hammer & Hyggen, 2013). I en del av litteraturen, både europeisk og nordamerikansk, benevnes denne gruppen som NEETs – altså «not in employment, education or training» (Mawn, Oliver, Akhter, Bambra Torgerson, Bridle og Stain, 2017).

Begrepene brukes ofte om unge voksne som strever, enten med psykiske lidelser, lærevansker, rusvansker, kriminell aktivitet, funksjonsnedsettelse eller en kombinasjon av slike utfordringer (Frøyland, et.al. 2016).

Psykiske helseproblemer regnes som en av de største helseutfordringene i Norge (Napha, 2017). Psykisk uhelse fører bl.a. til vansker med å fullføre utdanning og å delta i arbeidsmarkedet (Sommer, 2016). Rusmiddelproblemer er så vanlige blant personer med en alvorlig psykisk lidelse, at samtidig rus- og psykisk lidelse snarere bør betraktes som regelen enn unntaket (Helsedirektoratet, 2014). Blant unge voksne som mottar helserelaterte ytelser, er det også mange som ikke har arbeidserfaring. De har ofte falt ut av utdanningssystemet på grunn av sine psykiske helseproblemer og plager (Kane, Köhler-Olsen og Reedtz, 2017). Manglende fullføring av videregående skole gir også en betydelig risiko for framtidig utenforskap. De som ikke fullfører, er overrepresentert blant mottakere av offentlige ytelser (Kane, et.al., 2017; Huitfeldt, Kirkebøen, Strømsvåg, Eielsen og Rønning, 2018; Grønli, 2014).

NAV- rapporter om fattigdom og levekår rapporterer om en gradvis økning de siste årene i antall unge og unge voksne som blir stående utenfor arbeidsmarkedet på grunn av psykisk uhelse (Langeland, Dokken, og Barstad, 2016). Nettopp det å falle ut av arbeidsmarkedet ser ut til å ramme ungdom i Vestfold særlig hardt. I aldersgruppen 20 til 29 år var 2,5 % av befolkningen i Vestfold på uføretrygd sammenlignet med 1,7 % på landsbasis i 2016 (NAV, 2016). I 2016 var 4,6 % på Arbeidsavklaringspenger (AAP) i Vestfold sammenlignet med 3,4 % på landsbasis. Av disse 4.6% er 70 % registrert med psykiske lidelser. I tillegg har mange av disse utfordringer med helse, manglende kompetanse, skole drop-out og liten eller ingen tilknytning til arbeidslivet (NAV, 2016). Ledighetstallene begynte å gå nedover i løpet av det første halvåret i 2017 (NAV, 2017), og har på landsbasis holdt seg mer eller mindre stabilt i 2018 (NAV, 2018). I Vestfold er tallene noe høyere (10%) enn landsgjennomsnittet når det gjelder unge voksne (mellom 18-30 år) uten jobb eller utdanning, og et eget prosjekt settes nå i gang for å motvirke dette (Brekke, 2018).

Hyggens rapport fra Nordisk ministerråd om Unge utenfor arbeid og utdanning i Norden (2015) viser til store forskjeller i forskningsresultater når det gjelder effekten av arbeidsrettede tiltak. Kvantitative studier basert på registerdata og store befolknings-undersøkelser viser ofte små eller ingen positive effekter av arbeidsrettede tiltak. Mens kvalitative evalueringsstudier av lokale enkelttiltak viser at deltagere og ansatte opplever at tiltakene stort sett fungerer etter hensikten. Hyggen finner det vanskelig å forklare dette på annen måte enn at studiene bygger på ulike data, ulike metoder og ulike spørsmål. Derfor blir også resultatene så ulike.

Relasjonen mellom den unge og hjelperen er blant de mest betydningsfulle faktorene når det gjelder å skape positive endringer i de unges liv (Lambert, 2013). De siste årene har Barnevernsproffene (ungdom/unge voksne med brukererfaring fra barnevernet) arbeidet for å få fram at kjærlighet er en verdi de mener bør prege fagfolks tilnærming i barnevernet. Thrana (2015, s.74) har forsket på dette i sin doktorgradsavhandling. I datagrunnlaget beskriver hun kjærlighet som en form for *anerkjennelse*, «det å se ungdommen som en 'legitim annen', utholdenhet i relasjonen, fysisk og emosjonell bekreftelse og gjensidighet i relasjonen». Evalueringsrapporten fra NAV, av 15 prosjekt med utsatt ungdom (Frøyland, et.al. 2016), fant at gode hjelpere ser muligheter, er uredde, positive, raus, tålmodige og bestemte når det trengs. I prosjektet «Ungdom i svevet», var ett av de tydeligste funnene at ungdom som sliter, ønsket å bli møtt av voksne som aktivt oppsøkte dem, som forventet noe av dem som de kunne mestre, som hjalp dem å se muligheter og som trodde på deres drømmer og viste at de brydde seg (Follesø, 2011). Slike funn er knyttet til betydningen av en god relasjon mellom de unge og hjelperne, noe som også bekreftes i studien til Andvig, Svanøe & Borg, (2016). Hyggen (2015) fant også at relasjonen til hjelperen er den faktoren som de unge framhever som mest virksom (Hyggen, 2015).

## 2. 0 METODISKE BESKRIVELSER

### 2.1 Oppdraget og organisering av evalueringsstudien

Tidlig i 2017 henvendte KBV seg til Høgskolen i Sørøst-Norge (nå Universitetet i Sørøst Norge, USN) ved fakultet for helse og sosial vitenskap, institutt for helse, sosial og velferdsfag (ISHV), med et ønske om samarbeid knyttet til følgeforskning og evaluering av prosjektet Opp og Hopp.

Prosjektlederen og ledelsen i KBV ønsket å vite *om og hvordan* prosjektets form og aktiviteter treffer behovene hos ungdommen, slik deltagerne selv erfarer det. Partene ble enige om to omganger med datasamling, der funn fra den første runden skulle være med å påvirke prosjektets videre utforming. Det skulle leveres en delrapport med anbefalinger i mars 2018. I tillegg skulle det leveres en sluttrapport i november 2018.

Prosjektansvarlig har vært instituttleder Ramona Lorentsen. Universitetslektor Karol Svanøe har hatt ansvaret for å gjennomføre evalueringen i tråd med oppdraget. Dosent Ellen Andvig har vært forskningsveileder. Svanøe har gjennomført intervjuene sammen med førsteamanuensis Saphira Bjørnli i første runde og masterstudent Gry Næss i andre runde. Næss skriver en masteroppgave om tverrfaglig og tverretatlig samarbeid basert på datamateriale fra intervjuene.

## 2.2 Evalueringsstudiens hensikt og forskningsspørsmål

Hensikten med evalueringsstudien er å få kunnskap om hvordan deltagerne beskriver sine erfaringer med å delta i prosjektet.

Forskningsspørsmålet har vært:

*Hvordan beskriver deltakerne sine erfaringer med å delta i prosjektet?*

*Hva er ungdommenes erfaringer med arbeidstrening, fysisk trening, og de sosiale sider ved prosjektet?*

*Hvordan opplever deltagerne oppfølging fra de ansatte?*

## 2.3 Design og metode

Evalueringen er en forskningsbasert evaluering som fulgte prosjektet over to år (2017-2018). Det ble gjennomført to intervjurunder med prosjektdeltagerne. Den første runden foregikk høsten 2017. Den andre foregikk våren 2018. Døren holdes åpen for en tredje runde, avhengig av om prosjektet blir forlenget og av eventuelle finansieringsmuligheter.

I evalueringen ble kvalitative semi-strukturerte intervjuer benyttet. Med denne formen for intervju er man opptatt av å få kunnskap om den enkeltes subjektive opplevelse (Kvale & Brinkmann, 2010).

### 2.3.1 Utvalg

Alle deltakerne i prosjekt Opp og Hopp ble forespurt av prosjektlederen om å delta i evalueringsstudien. Alle deltagerne hadde vært med i prosjektet fra 2016 med unntak fra en. Denne deltakeren hadde vært med i prosjektet et halvt år og ble kun intervjuet i andre runde. I den første intervjurunde ble syv av totalt elleve deltagere intervjuet, dvs. fem kvinner og to menn. To takket nei til å bli med, og en svarte aldri på henvendelsen. Den fjerde sluttet i prosjektet før intervjuene startet opp. I den andre runden deltok syv av åtte deltagere, to menn og fem kvinner. Fire personer ble intervjuet begge gangene.

Totalt deltok ti personer i studien. De var alle født mellom 1992 og 1999. De fortalte uoppfordret om utfordringer med psykiske helseproblemer. For flere hadde rusproblemer også vært en del av vanskene deres. Mange fortalte om ustabile oppvekstforhold. De fleste hadde ikke fullført videregående skole og/eller vært i jobb over lengre tid. Deres bosituasjon varierte fra det å bo med familiemedlemmer til å være på flyttefot. Noen å bodde for seg selv og noen bodde sammen med kjærester eller i kollektiv.

### 2.3.2 Datasamling

Det ble benyttet en semi-strukturert intervjuguide for å få frem deltakernes oppfatninger, erfaringer og ideer om ulike aspekter ved det å være med i prosjektet Opp og Hopp. De ble spurt om sin oppfatning av prosjektet, og om forventninger til og erfaringer med deltagelse i det. Deltagerne fikk også spørsmål om de ulike delene av prosjektet og om oppfølging fra de ansatte. De ble spurt om hva som var til hjelp og hvilke forslag de hadde til forbedring av prosjektet. Intervjuguidene er vedlagt.

Intervjuene varte fra ca. 35 minutter til litt over en time. Alle ble tatt opp på lydopptaker. Til sammen ble det elleve timer lydopptak.

De fleste intervjuene foregikk i Bymisjonens Bruktbutikk. De andre fant sted i Bymisjonens lokaler i Tønsberg. Det var satt av god tid til samtalene for å gi deltagerne anledning til å reflektere over sine erfaringer og meninger. Dersom samtalen tok en vending mot andre temaer enn det vi spurte om, ga vi plass til det. Intervjuguiden ga oss likevel en retning og et sett med temaer vi anså som vesentlig å spørre om.

### 2.3.3 Analyse av datamaterialet

Datamaterialet ble analysert etter inspirasjon fra Tjora (2017) sin stegvis-deduktiv induktiv metode (SDI). Analyseprosessen gjennomgikk flere etapper. Først ble lydopptakene transkribert verbatim. Lydopptakene ble lyttet til og utskriftene ble lest av forskerne. Samtidig som vi leste, nedtegnet vi sentrale utsagn (eller markerte disse med gul tusj), såkalte «empirinære koder» (Tjora, 2017). I neste runde ble det brukt en sorteringsbasert koding, dvs. vi forsøkte å sortere utsagnene i temaer som vi mente gikk igjen i intervjuene. Utsagnene ble klippet ut og etter hvert sortert i grupper med lignende innhold. Disse grupperinger av temaer ble så fortettet ned til meningsbærende ord og begrep som vi mente beholdt noe av den opprinnelige teksten fra ungdommene.

## 2.4 Etske overveielser

Studien ble meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk Samfunnsvitenskapelige Datatjeneste (NSD) (nr. 54890). Alle intervjupersoner ble informert om studiens bakgrunn og hensikt via det skriftlige informasjonsmaterialet (se vedlegg) og gjennom muntlig informasjon fra prosjektlederen i Opp og Hopp. I informasjonen ble det vektlagt at de kunne trekke seg når som helst og uten å oppgi grunn så lenge evalueringen av prosjektet foregikk. Det ville ikke få konsekvenser for deres deltagelse i prosjektet. Det ble innhentet skriftlig samtykke til deltakelse fra alle intervjupersonene. De innsamlede data ble behandlet konfidensielt. Datamaterialet ble lagret på USNs sikre server beregnet for sensitive forskningsdata. Oppmerksom respekt og høy etisk bevissthet ble forsøkt praktisert ved gjennomføringen av intervjuene. Av hensyn til mest

mulig anonymitet i framstillingen av intervjumaterialet i denne rapporten, omtales informantene konsekvent som *hun*.

### 3. PRESENTASJONEN AV FUNN

Analysen av datamaterialet resulterte i fire hovedpunkter i dette kapitlet, med enkelte underpunkter.

1. «Hva det gjør med meg»
  - ✚ «jeg blir akseptert for den jeg er»
  - ✚ «jeg finner tryggheten i meg selv»
  - ✚ «jeg orker og tåler mer»
2. «Samvær med andre 'vanlige' mennesker»
3. «Her møter jeg folk som rett og slett bryr seg»

Det har vært stor grad av overensstemmelse i materialet fra begge intervjurundene. Dette gjelder utsagn både fra de som ble intervjuet én gang og de som har vært med to ganger. Sitater er tatt fra begge sett intervjuer.

#### 3.1 «Hva det gjør med meg»

De fleste deltagerne gir uttrykk for at prosjektet har påvirket deres selvfølelser i positiv retning og ønsker å dele om «hva det gjør med meg».

##### 3.1.1. «Jeg blir akseptert for den jeg er og det jeg makter»

Deltagerne melder - både implisitt og eksplisitt - at det kjennes godt å være med i prosjektet. Viktigheten av å bli sett slik en er, og godtatt som det, oppleves nytt og uvurderlig.

*«...når jeg kom hit, så ble- blir jeg på en måte sett for den jeg er, og ikke den jeg vil- eller, den jeg gir uttrykk for å være da...»*

En forteller at hun ofte har sluttet i andre tiltak når hun opplever stress eller psykisk ubehag og «aldri turt å se dem i øyne igjen». I Opp og Hopp har hun opplevd at pauser betyr ikke «slutt». Her går det an å ha en vanskelig periode, men også kjenne at det er mulig å fortsette i prosjektet. Det er også at de ansatte i prosjektet respekterer deres behov for distanse, så vel som nærhet. Det at

de trenger litt «space», eller at de har dager der de ikke klarer å møte opp, oppfattes ikke som avvisning av de voksne i KBV. De møtes ikke med fordømmelse, men heller med forståelse.

*«Det som er mest betydningsfullt for meg er at jeg føler jeg blir forstått... om jeg liksom har en veldig dårlig dag. ... de forstår det ... de blir ikke oppgitt over meg. De er veldig forståelsesfulle, og det er veldig digg.»*

De aller fleste gir uttrykk for at for mye stress og krav har tidligere ført til at de har sluttet i arbeid eller andre arbeidsrettet tiltak: «*krav til deg på alt!*», som en sa. Én hadde skaffet seg en jobb etter noen måneder i Opp & Hopp, men kom tilbake til prosjektet etter kort tid. «*Det ble litt mye press på en gang og det taklet jeg ikke.*»

Deltagerne uttrykker at å bli sett betyr også å bli utfordret. De opplever etter hvert forventninger fra de ansatte om å utfordre seg selv. På den måten kan de bevege seg i den retning de ønsker og i det tempoet de makter. De ansatte – og særlig prosjektlederen – er det mange som opplever kan observere og lese dagsformen deres. Deltagerne sier at hun ser ut til å vite når det går an å «dytte» dem, og ikke minst når det er lurt å la det være. Flere bruker det fornorskede engelske uttrykk «å pushe».

*«(Prosjektleder) er veldig flink til å pushe på og - men ikke pushe for hardt. Hun merker når hun kan pushe meg, og når hun ikke kan. Og egentlig lokker meg ut, da.»*

Et par deltagere mente imidlertid at enkelte av de andre «*ikke blir pusha nok*» av de ansatte eller frivillige. En av dem tilføyer at det krever sikkert en balansegang som hun innser kan være vanskelig for de ansatte å holde konstant.

### 3.1.2 «Jeg finner tryggheten i meg selv»

«*Trygg*» er et ord som flere deltagere bruker i sin beskrivelse av hva de håper for eller alt har fått oppleve i Opp og Hopp. De beskriver et behov for å finne trygghet eller finne tilbake til denne sikkerheten de en gang hadde.

*«... (jeg trenger) kanskje å bli trygg på meg selv. Bygge opp selvtiliten igjen...»*



Noen forteller at de er kommet et stykke på vei i forhold til å kjenne seg tryggere på seg selv. Andre forteller om familiemedlemmer eller venner som kommentere at deltageren oppleves tryggere og lykkeligere.

Flere knytter opplevelsen av trygghet til prosjektlederens personlighet og holdninger:

*«Hun er på en måte min trygghet her... måten hun er på. Henne som person. Det er ikke alle jeg føler meg trygg på.»*

Flere sier at selvbildet styrkes, og de får større tro på hvem de er og ønsker å være. De nevner også at det kjennes tryggere og noe enklere når det gjelder å utfordre og mestre både angst og depresjon. Opplevelsen av trygghet gir mange et bevisst håp om at livet kan bli annerledes og noe bedre.

### 3.1.3 «Jeg orker og tåler mer»

Deltagere snakker i positive vendinger om det de blir i stand til å lære når arbeidet tilrettelegges. Det nevnes av flere hvor betydningsfull det oppleves å få lov til å «skynde seg sakte».

*«det blir liksom tilrettelagt for deg. Og hva du orker og du tåler... vi som har litt som foregår oppi hjernen fra før av trenger litt sånn tilrettelegging.»*

En form for mestring som nevnes flere ganger er det å lære å stå i vanskelige situasjoner uten å trekke seg, bli sint eller falle sammen. Det å takle motgang, å klare å motta kritikk uten at verden raser sammen, er betydningsfull læring for flere. Det er interessant at mange av ungdommene nevner at de begynner å få det til i Opp og Hopp, men de kjenner at det er mye som gjenstår i forhold til der de ønsker å være. Det som nevnes å være særlig mestringsgivende, er opplevelsen av å få betydelig støtte midt i motgangen. Det gjør deltagerne i stand til å tåle mer motbør.

*«Jeg har aldri vært veldig flink når jeg blir kjefta på, for eksempel. Da får jeg sammenbrudd og begynner å grine... men (i prosjektet) hadde jeg den støtta rundt meg som jeg hadde, så var det mye enklere å kunne stå i det, og det hjalp meg å kunne håndtere sånne situasjoner på en annen måte.»*

Opplevelsen av mestring berører også følelser om den enkeltes psykiske helse. Flere forteller i den første intervjurunden om en forbedret mestring av ulike former angst og depresjon. De som har

vært i prosjektet i over ett år, sier samtidig at det handler ikke bare om «*opp og hopp*», men like mye om «*opp og ned*». For mange betyr det at de er borte fra prosjektet i dager, uker, og opp til et par måneder. Fraværet begrunnes i stor grad med betydelig angst, depresjon, og/eller rusmisbruk.

En forteller at med uteblivelse kommer samtidig følelsen av skam.

*«...jeg skammer meg veldig fort... og vi er veldig destruktiv i tankegang... mange av oss. Jeg tenker 'å faen, nå hater de meg'. Nå blir det veldig rart å komme tilbake... sånne ting.»*

De aller fleste kommer tilbake, og det som bidrar til dette er relasjonen til andre, og særlig relasjonen til prosjektlederen.

*«Hun ringer jo... jeg trenger en person som...ikke gir opp like fort som meg.. jeg trenger en som pusher meg litt. Og hun gjør det.»*

Det virker som om det å lære noe nytt, der deltagerne fokuserer på arbeidsoppgaver, gjør at de over tid tåler å stå i enda mer arbeid. Andre gjør også en «jobb» med å trene på mestring av angstsymptomer. Dette knyttes for noen til arbeidsoppgaver, slik som å møte kunder. Det knyttes også til transport til og fra Bruktbutikken, da det å ta buss er for enkelte en stor utfordring. De gir uttrykk for at det å mestre denne formen for angst bringer dem et steg videre mot å bli arbeidsfør.

Flere ønsker at disse nye mestringsopplevelser kan på sikt føre til at de kommer seg i varig arbeid eller skolegang.

*«Du lærer veldig mye, og noe som er nyttig å bruke i arbeidslivet...målet mitt er å bli bedre, sånn at jeg kan komme meg ut i en ordentlig jobb.»*

En av deltagerne hadde i ukene forut for intervjuet søkte på og tatt imot en jobb. Selv om jobben ble kortvarig og hun er tilbake i prosjektet igjen, forteller hun om en betydelig mestringsopplevelse i å ha gjort et forsøk:

*«Før jeg begynte (i prosjektet), så var jeg kjempenervøs for i det hele tatt å søke på jobber. For jeg var livredd for at jeg måtte på intervju. ... i det hele tatt å snakke med andre, det var skummelt. Nå- ja, jeg har jo vært i intervju. Det er ikke så farlig som jeg gikk ut ifra, og det har vist meg at det er ikke så skummelt som jeg trodde. Og ting er enklere. Bare vær deg selv og stå på, så skal det gå bra.»*

Ikke alle opplever Opp og Hopp som et sted der de mestre eller kan komme seg videre. Én erfarer at stedet ikke passer så godt for henne ennå. Hun uttrykker at prosjektet er bra, og hun mener at hun har behov for det som tilbys, men inntil hun får mer psykologisk behandling er det til liten nytte.

*«Meg før behandling passer ikke her... men meg etter behandling kan bruke dette...jeg må få litt koll på mitt eget hode.»*

### **3. 2 «Samvær med andre *vanlige* folk»**

Prosjektet ser ut til å påvirke deltageres tanke- og følelsesliv. For mange, stimulerer det også deres sosiale nettverk. De forteller om å bli kjent med flere og å få en positiv opplevelse av hva det vil si å ha «kolleger» i en vanlig arbeidssetting. Fysisk trening og sosiale opplevelser som tilbys gir flere – dog ikke alle – en opplevelse av samhold. Noen får hjelp til å ta et steg over en litt høy treningsterskel. Turer som tilbys i regi av Opp og Hopp, enten det er skogsturer, grilling eller en dag på Tusenfryd, setter deltagerne stor pris på. Noen sier at slike aktiviteter gir deltagerne større mulighet å bli bedre kjent.

Særlig i første runden forteller flere om nye bekjentskap og gryende vennskap. For enkelte er det en ny erfaring å ha det trivelig på en arbeidsplass. Enten det handler om sortering av tøy eller «redesign» av gamle gjenstander til å bli noe nytt eller nyttig, er det godt å gjøre dette i lag med flere. Det å jobbe sammen om et felles mål, samtidig som de kan snakke om jobben eller andre ting, nevnes av noen som en ny og verdifull opplevelse.

*«Det er jo mange som meg... som enten er på NAV, skoleleie, eller ikke finner veien til en jobb, og som er her. Og da er det jo sånn at det blir litt samme interesser... Det er noe vi har i- ja, det er noe likt.»*

Selv om det kjennes trygt å vite at de andre har lignende livserfaringer, uttrykkes det som positivt at deltagerne også får oppleve følelsen av normalitet.

*«...Og man kan stå og prate sammen, og det trenger ikke å være prat om ... de problemene man har, men om andre ting, og at det følte kanskje litt mer normalt...det er ikke noe god*

*følelse å tenke at 'jeg er her fordi jeg sliter'... men at man føler at man er på et sted med andre normale folk.»*

Flere av deltagerne forteller at de har sittet «innestengt» hjemme med angst, og derfor mistet sitt nettverk. Det å møte flere, å gå ut sammen av og til etter arbeidstiden, er en positiv opplevelse.

*«Samhold, rett og slett. Det å være sammen med andre mennesker, bryte de mønstrene jeg hadde tidligere med å være alene. Bli kjent med nye mennesker, og ja, ha et godt miljø på arbeidet...se hvor mye det kan hjelpe på arbeidsmoralen og sånne ting.»*

Det gode miljøet på jobben ser ut til å vedvare fram til den andre intervjurunden, mens kontakten utenfor Opp og Hopp høres ut til å endre seg noe. Dette handler noe om at enkelte har sluttet i prosjektet, men andre nevne at de er eller har vært i en fase med mye angst eller depresjon. Kontakten opprettholdes i større grad via sosiale medier enn ved å samles utenfor arbeidstiden.

Det at trening er ett av tiltakene i Opp og Hopp, blir omtalt som både sosialt og velgjørende, selv om ikke alle velger å være med. Det oppleves særlig positivt at ansatte blir med, og enkelte er glad for å få råd og vink i forhold til trening. En antyder at det å dra sammen er det som skal til for at hun kommer seg til treningsstudioet. Det å dra alene sliter hun og andre med. For noen er trening mest et sosialt tiltak. Et par antyder at de vet trening er sunt, men det er mer det å være sammen med andre etter arbeidstid som er hovedsaken for de. Flere sier derimot at de kjenner positive ringvirkninger i forhold til fysisk og psykisk helse.

*«Jeg har trent alene i et år. Og så funka det ikke så veldig... å trene sammen med noen, det er på en måte kanskje litt lettere. Og så kan vi utfordre hverandre.»*

Noen få forteller imidlertid om ulike grunner for ikke å bli med. Noen ønsker ikke å bli sett i treningstøy eller svettende, mens en annen mener at tiden i butikken er viktigere for hennes helse. Styrketrening nevnes av et par deltagere som «ikke min greie». Noen sier at de foretrekker turer i skogen som fysisk aktivitet.

### **3.3 «Her møter jeg folk som bryr seg»**

Trygge relasjoner til voksne er uten tvil det deltagerne uttrykker gir dem størst utbytte i prosjektet. Mange forteller at de har savnet trygge voksne eller ikke opplevd et så tett forhold til en voksen person forut for prosjektet. Ungdommenes erfaringer med Opp og Hopp bekrefter

dermed det flere studier nevnt innledningsvis har kommet fram til: enkeltpersoner kan ofte gjøre en forskjell (Andvig et. al., 2016; Follesø, 2011; Frøyland, et.al., 2016; Hyggen 2015).

Alle som ble intervjuet omtaler ansatte og frivillige medarbeidere ved KBV som hyggelige, hjelpsomme og trivelige. De opplever å møte åpenhet og vennlighet i prosjektet, og forteller om personer med et smil, personer som bryr seg, personer som vil dem vel.

*«Veldig fin gjeng som jobber her, både av de ansatte og de som er gjennom prosjektet. De har vært veldig flinke til å plukke ut mennesker som har en positiv innflytelse på miljøet her.»*

Enkelte nevner at KBV oppleves annerledes enn de fleste andre virksomheter de har vært bort i. Noen av deltagerne sier at mange ansatte ved offentlig etater møter dem med en holdning av *«det her er bare jobben min, jeg skal bare tjene pengene mine, og så skal jeg hjem og glemme alt her»*. I KBV opplever de derimot at *«folk bryr seg om deg, da. Det er det, egentlig, som er viktigst.»*

De som er intervjuet er tydelig om at prosjektlederen er den personen som betyr aller mest for dem i prosjektet. Hun betegnes som morsom, åpen, ærlig, varm, humoristisk og sporty, og den *«som skiller seg ut.»*

*«Hun er så sprudlende og blid og god. Hun bare gir deg så mye energi... hun drar deg opp og fram... fantastisk person, rett og slett!»*

Mye av den anerkjennende omtale handler om hvordan hun møter deltagerne, og særlig når livets utfordringer virker overveldende for dem. Det fortelles at hun viser tydelig at hun bryr seg om deltagerne. Hun snakker stadig med dem og tilbyr både emosjonelt og praktisk hjelp. Dette gjelder også når de ikke forventer det og på måter de ikke har opplevd tidligere.

*«...når jeg har det tungt, hu kommer og henter meg, og hvis jeg ikke klarer så mye så 'bare kom og så spiser du, og så kan du dra hjem igjen'...»*

Det at deltagerne opplever at prosjektlederen ser dem og uttrykker forståelsen for hvordan de har det, ser ut til å gjøre det mulig for henne å utfordre deltagerne.

*«Hun ... har forståelse for at man er i en vanskelig situasjon og har det vanskelig i livet sitt, og hun pusher der det trengs å pushes, og hun snakker med deg.»*

I tillegg til denne emosjonelle støtten, nevnes hjelp hun gir med praktiske, hverdagslige gjøremål. Dette kan gjelde kjøring, å møte sammen med dem på NAV, eller det å handle inn mat. Enkelte gir uttrykk for at det å få praktisk støtte i hverdagen, ikke bare noen som lytter, er svært betydningsfull.

*«Hun bryr seg... det er så drittvarmt i leiligheten, det går ikke an å leve der...og hun kjører meg til Jula så jeg kan kjøpe meg en vifte. 'Vi drar og ordner det før jobb, så kjører jeg deg til jobb'... jeg er veldig takknemlig.»*

Prosjektlederen får en spesiell rolle for en del av deltagerne, som bruker uttrykk som «filletante», «reservemor», «støttekontakt», «den trygge forelder jeg aldri har hatt», «en av de nærmeste voksenpersonene som jeg har hatt i livet mitt dette året». En, som leter etter hvordan hun skal definere forholdet til prosjektlederen, lander til slutt på begrepet «et profesjonelt vennskap».

*«Hun gjør mer enn det hun trenger å gjøre ifølge jobbeskrivelsen... hun gir så mye mer av seg selv... jeg har ikke ord for hva hun betyr for meg, jeg har rett og slett ikke ord... det betyr så sinnsykt mye.»*

### **3.4 «Jeg kan se en framtid»**

Deltagerne som er intervjuet er i ulike faser av prosjektet. Noen er nettopp startet (gjelder runde 1), noen er utskrevet (mellom runde 1 og 2) men vil være med i den andre intervjurunden. Enkelte er i ferd med å avslutte tiden i prosjektet, og noen vet ikke hvor lenge de skal være med.

Prosjektets betydning er allikevel noe de har en formening om.

For enkelte handler Opp og Hopp om å ha et meningsfylt alternativ til det livet de har levd over en del år.

*«det har hjulpet meg i den delen av livet mitt som har vært mest vital for meg... skjedd mest forandring for meg personlig. Det er veldig viktig å se at det er noe annet å gå til og at det ikke bare er noe du går fra» (rus).*

Flere nevner at Opp og Hopp gir dem nye rutiner, selv om ikke alle er der de ønsker å være i forhold til det å stå opp hver dag eller komme seg dit når de tyngste tankene melder seg.

*«...jeg har fått struktur i hverdagen, rett og slett. Det å ha noe å stå opp til og glede meg til å dra på jobb, og å komme hjem sliten».*

Noen ser fram til å starte i jobb, men håper på en myk overgang, dvs. at de ønsker en til to dager i ordinært arbeid, og de andre dager i prosjektet. De tenker at fra prosjekt en dag til full arbeid det neste kan bli for mye for fort. To dager i vanlig jobb og to dager i Bruktbutikken er et forslag som kommer fra noen. Andre uttrykker at det å komme seg i jobb virker et stykke framover i tiden.

*«Jeg klarer ikke å være i en vanlig jobb. Hvert fall ikke nå. Jeg har jo lyst. Jeg bare klarer det ikke.»*

En forteller at prosjektet har hatt liten betydning, primært fordi hun ikke klarer å dra nytten av det i den psykiske tilstanden hun opplever nå. En annen mener at det har skjedd få endringer i livet hennes så langt, men sier at det meningsfylt å være her og ønsker å fortsette *«til jeg har kapasitet nok til å gå ut i ordentlig jobb»*. Hun forteller om nokså omfattende fysiske og psykiske hindringer som gjør det vanskelig for henne å nyttiggjøre seg av tilbudet så mye som hun ønsker.

Det er også flere som deler at de har selvmordstanker. Uten Opp og Hopp sier noen at de sannsynligvis ville ha avsluttet sitt liv. Et par sa det så sterkt at prosjektet hadde reddet livet deres, mens en annen sliter fortsatt med selvmordstanker, men sier noe om prosjektets betydning:

*«(forut for prosjektet) hadde jeg egentlig ikke lyst til å leve... det er fortsatt litt sånn, men jeg kommer meg ut og det hjelper... å holde de tankene i sjakk... Det gjør det.»*

Flere tar til tårer når de skal oppsummerer prosjektets betydning. Det snakkes om *«å spire»*, og å lære å takle de vanskelige perioder på en mer hensiktsmessig måte. Ordet håp brukes, og som en sier:

*Altså, nå kan jeg se en fremtid... jeg kan faktisk klare å jobbe, kanskje jeg klarer det ikke akkurat nå, men en eller annen dag så kommer jeg meg ut i jobb. Før eller senere. Det trodde jeg ikke før. Jeg trodde jeg kom til å gå på NAV til jeg ble pensjonist...»*

En av deltagerne som skrives ut noen dager før jeg kommer, men som vil gjerne intervjues, er redd for at prosjektet blir undervurdert. Hun håper det vil komme enda mer ressurser, slik at flere kan få hjelp. Hun understreker viktigheten av å «*holde den ratioen som er her nå, ved at én ansatt har ansvaret for et fåtall*», da den tette oppfølging, mener hun, er viktig for flere av deltagerne.

En annen, som også er i ferd med å avslutte sin tid i prosjektet sier det slikt:

*«jeg føler at det her er jo noe som egentlig de fleste i samme situasjon burde få muligheten til ...fordi man skulle ikke tro at det fantes noe (tiltak) hvor folk gadd å gå så inn på deg personlig. Det hadde man jo ikke trodd... Og det at du får lov å gjøre noe meningsfylt samtidig .... Det er jo som å gå i terapi her, på en måte. Hvis du skjønner?»*

Det er mange som sier at prosjekter og prosjektledere som i Opp og Hopp kan det med fordel være flere av. De forteller at slike prosjekter som varer over tid, og med ansatte som viser i ord og handling at de bryr seg om dem, er den typen tiltak som unge voksne med atskillige utfordringer kan dra langvarig nytte av.

### 3.5 Oppsummering av funn fra deltagerne

Alle ti av de intervjuede deltagerne uttrykker positivitet om Prosjektet Opp og Hopp. Selv de som mener at de ikke kan dra nytte av tiltakene før de får ytterligere psykologisk hjelp, opplever at prosjektet er bra og de ansatte ønsker å være til hjelp for dem. De fleste forteller om noe bedring i selvbilde og måter å takle motgang på. De forteller samtidig at progresjonen går sakte. Det kan ta lenger tid enn først antatt med å klargjøre seg til studier eller arbeid i det ordinære arbeidsmarkedet. Ingen gir imidlertid uttrykk for at det har noe med prosjektets organisering eller innhold å gjøre. Tvert imot. De fleste sier noe om at de mener manglende fremgang handler om tanker og følelser om seg selv og andre mennesker som krever tid å snu eller mestre. Noen uttrykker usikkerhet om hvorvidt det er mulig å komme dit hen de vil. Andre kjenner at prosjektet gir dem håp om å komme seg ut i arbeid en gang i fremtiden.



Mange har opplevd å bli kjent eller godt kjent med andre deltagere. Samhold, fellesskap, fellesskjebne er noen av uttrykkene som brukes. Også det sosiale ved å trene sammen oppleves godt for flere, dog ikke alle. Fellesturer anses som en gode som hjelper til å sveise noen av deltagerne sammen.

Både de ansatte og de frivillige ved Kirkens Bymisjon får anerkjennende omtale. De er menneskelige, hyggelige, og vil deltagerne vel. Det er imidlertid én person – prosjektlederen – som nesten alle forteller har betydd meget for dem. Hennes personlighet gjør at hun «tuner seg inn» på de fleste. De erfarer at hun gjør det hun kan for at de skal kjenne at noen bryr seg om hvordan det går med dem, både nå og framover. Dette at noen bryr seg både med hverdagslige utfordringer og større, emosjonelle plager, er en avgjørende faktor for at de får forbedret livskvalitet.

Prosjektet Opp og Hopp er et prosjekt flere deltagerne mener er viktig, på riktig spor, og med riktig mannskap. Selv om deltagerne nødes til å komme med forslag til forbedringer, oppsummere de fleste med at enda flere og lignende tiltak er det som mangler og som trenges for unge voksne i deres situasjon.

## 4 DRØFTING

I dette kapittelet blir funnene drøftet i lys av momenter relatert til prosjektets målsetting. Det er spesielt fire områder jeg vil fokusere i drøftingen; 1) Økt mestringsfølelse, 2) Økt sosial kompetanse, 3) På vei til et selvstendig voksenliv og 4) Ting tar tid- betydningen av oppfølging over tid.

### 4. 1 Økt mestringsfølelse

Intervjuene inneholder mange fortellinger om deltageres mestringsopplevelser gjennom å delta i prosjekt Opp og Hopp. Blant annet erfarer de at de mestrer det å stå i vanskelige situasjoner på en bedre måte, og de takler motgang bedre. Dessuten er det flere som ser ut til å takle sine psykiske vansker på en bedre måte, inkludert psykiske oppturer og nedturer.

Deltakerne framhever også hva som bidrar til mestring. I særlig grad påpeker de betydningen av at arbeidsoppgavene i prosjektet er tilpasset deres arbeids- og mestringsevne. Det innebærer individuell tilrettelegging av oppgaver der deltakerne får jobbe det de klarer og med det de klarer. Det innebærer også at de har mulighet til å ta pauser når det passer dem og eventuelt gjøre andre typer aktiviteter. Det er også viktig at lederen ser deres ressurser og viser forståelse og respekt for det den enkelte mestrer. Samtidig framhever deltakerne at det er viktig å bli «pushet» av lederen. Det innebærer at de blir oppmuntret og oppfordret til å holde ut, prøve seg ut, ta flere sjanser. Deltagerne presiserer at «pushingen» må gjøres med fintfølelse. Den må være «passe», ikke for mye, ikke for lite, men tilpasset den enkeltes situasjon og behov. Individuell tilpasning av krav og forventninger, slik det gjøres i dette prosjektet, ser ut til å være avgjørende for at deltakerne opplever mestring. Derfor er det avgjørende at lederen møter de unge med tålmodighet og romslighet. De unge framhever også betydningen av at lederen viser forståelse for at de kan utebli i perioder, og at de får rom til å komme tilbake igjen etter slike pauser. Det kan tyde på en forståelse hos prosjektleder for at den enkelte selv vet best hvordan opplegget for ham eller henne skal utformes og tilpasses hans/ hennes mestringssevne. Dette kan sis å være klart i tråd med ledende føringer omkring barn og unges rett til medvirkning i prosesser som angår dem. Dette ser vi både i flere helse- og sosiale reformer (Helsedirektoratet, 2017; NOU 2011:20; NOU

2009:22) og nå nylig i lovverket, jfr. endringer i Barnevernloven (2018), der barn og unges medvirkning blir styrket.

Det utarbeides i hovedsak muntlige planer for den enkelte som tar utgangspunkt i deres egne mål og ønsker. Prosjektlederen samtaler med deltagerne nokså regelmessig om hvor de står i forhold til målene, hvordan de ser for seg at målene kan oppnås.

I andre typer arbeidsrettede tiltak som deltakerne har erfaring med fra tidligere, har arbeidsoppgavene ikke vært tilpasset deres mestringsevne. Da ble det forventet at de oppfylte fastsatte krav til prestasjon. Klarte de ikke det, måtte de forlate opplegget. Det har gitt dem mange opplevelser av nederlag. Prosjekter som krever for rask tilpasning til det ordinære arbeidslivet, kan føre til det motsatte av mestring, nemlig følelsen av skam og nederlagsfølelse. En kvalitativ studie (Hummelvoll, Karlsson og Groberg, 2009) poengterte at tempoet og kravene som samfunn vårt stiller, ser ut til å ramme personer med langvarige psykiske utfordringer hardere enn mange andre. Samfunnets utvikling, eller «risikosamfunnet som Hummelvoll et. al. (2009) kaller det, innebærer at det stilles større krav til den enkelte når det gjelder å ta ansvar, å ta viktige avgjørelser og å 'skape sitt eget liv'. Selv om studien ligger snart et tiår tilbake i tid, er det ingenting som tilsier at tempoet i samfunnet er blitt langsommere.

Noen deltakere framhever at å gjøre praktiske arbeidsoppgaver som tøysortering, lunsjplanlegging, matlaging og oppvask, bidrar til nye og/eller forbedrete ferdigheter i dagliglivets gjøremål. Det har gitt dem en økt forståelse av hva som kreves for å klare hverdagslivet på egen hånd.

## **4.2 Økt sosial kompetanse**

Funnene viser at deltakerne opplever det givende å gjøre aktiviteter sammen med andre. Å gå på tur sammen, trene sammen, spise sammen eller dra til Tusenfryd sammen, styrker deres sosiale kompetanse. Gjennom å møte andre deltagere, ansatte, frivillige i butikken og kunder, får deltagerne sosial trening, noe de framhever at de trenger. Gode møter med vennlige og hyggelige personer som uttrykker i ord og handling at de vil deltakerne vel, oppleves som positivt. Mange av

deltakerne har erfaringer med problemfylte og destruktive relasjoner til familie, til medelever i skolesammenheng eller til andre typer nettverk.

Deltakerne framhever også betydningen av det ikke gjøres så mye ut av hvem som er ansatt og hvem som er frivillig. Det gir dem en opplevelse av likeverd, inkludering og anerkjennelse. De opplever å være som alle andre.

Når det gjelder gode møter, er det særlig relasjonen til prosjektlederen som deltakerne trekker fram. Den oppleves nær, positiv og betydningsfull for dem. Prosjektlederen omtales som bautaen i prosjektet. Relasjonen til henne ser ut til å være prosjektets mest virksomme faktor. Betydningen av å ha en nær og god relasjon til prosjektleder, der de unge opplever å bli sett og akseptert, er i tråd med en lang rekke studier (Follesø, 2010, 2011; Helgeland, 2009; Steihaug, Hjort & Husum, 2012; Ungdomsstyrelsen, 2013). Hammer (2015), i sin rapport om unge uten utdanning og arbeid, oppsummerte disse studiene ved å si at relasjonen til voksne og trygge enkeltpersoner oppleves som den mest virksomme hjelpen for personer i denne gruppen.

*«De omtales av de unge som ansvarlige voksne som så dem og møtte dem i den situasjonen de var i. Ansvarlige voksne som kunne bidra i ulik grad til at den enkelte unge selv ble i stand til å komme seg gjennom overgangen fra ung til voksen – til selv å komme over eller bryte ned de hindringene som la i veien.» (Hyggen, 2015, s. 49).*

Prosjekter som Opp og Hopp synes å oppleves meningsfylt for deltagerne fordi de kjenner seg sett, anerkjent og «elsket» i betydning «nestekjærlighet». Det bekreftes også i prosjekter som de til Follesø (2011) og Thrana (2015). I Thranas (2016) feltarbeid fra et barnevernstiltak så hun funnene i lys av begrepet nestekjærlighet. Nestekjærlighet som begrep er benyttet av filosofer som Honneth og Løgstrup. Løgstrup (1991) understreker at kjærlighet hjelper en å stå i relasjoner hvor en møter smerte og lidelse. Den hjelper en å tåle usikkerheten som følger med det å ha omsorg for andre. Denne forståelsen av kjærlighet er svært relevant i relasjonen mellom sosialarbeideren og ungdommen (Thrana 2013). Det samsvarer også med Kirkens Bymisjons kjerneverdier. Honneth (2008) anser kjærlighet som en form for anerkjennelse av personen og dens behov. Det er i tråd med det deltagerne gir uttrykk for når de sier at prosjektlederen ser dem, forstår dem, møter dem der de er. Denne «anerkjennende kjærlighet» mener Honneth er en nødvendighet for menneskets selvstendigjøring og deltakelse i samfunnet. Derfor kan det hevdes

at opplevelsen av nestekjærlighet er en forutsetning for at disse unge skal kunne videreutvikle sin sosialkompetanse og nå flere mål i Opp og Hopp.

Den fysiske treningen som vektlegges i prosjektet, ser ut til å være betydningsfull for flertallet av deltakere. Den positive effekten fysisk aktivitet har på psykisk helse, er godt dokumentert (Kjellmann, Martinsen, Taube & Andersson, 2015; McPhie & Rawana, 2015; Nordengen, 2016). For deltakerne i dette prosjektet har treningen også viktige sosiale aspekter. Den bidrar til sosialt felleskap. Flere framhever nettopp hvor viktig det er å trene sammen med andre. Det at lederen deltar, oppleves særdeles motiverende. Både sosiale og fysiske aspekter gir deltagerne verdifulle erfaringer knyttet til det å overvinne terskler for å trene. Noen deltagere gir uttrykk for at de ikke er så motivert for styrketrening. De anser trening som viktig, men finner andre former for trening mer lystbetont. Flere uttrykte at de likte turene i skogen. De var nettverksskapende.

### 4.3 På vei et selvstendig voksenliv

Prosjektets hovedmål kan sees som ambisiøst. Det er en omfattende målsetting å skulle *«bidra til økt integrering i samfunnsfellesskapet, økt livskvalitet og forbedrede levevilkår, samt forhindre at deltakerne forblir utenfor det ordinære arbeids- og utdanningsløp»*. Målsettingen kan forstås som et ønske om å levere et tiltak med en helhetlig tilnærming, der både sosiale, psykiske og materielle sider av deltagernes liv ønskes ivaretatt.

Funnene tyder på at deltakerne har fått god hjelp fra prosjektet på sin vei mot en mer voksen og selvstendig tilværelse. Basert på funnene, er det enkelte virksomme faktorer i prosjektet som jeg her vil trekke fram. Den første er opplevelsen av trygghet. Deltakerne opplever å møte mennesker som vil dem vel. De møter ansatte i Bymisjonen generelt og prosjektlederen spesielt, som forstår deres utfordringer. De opplever å bli møtt med respekt og med omsorg. Det berører dem, og omsorgen kjennes godt. Det gjør at de opplever å ha en trygg base i prosjektet. Den andre virksomme faktoren er relasjonen til prosjektlederen. Relasjonen til henne gir de unge erfaringer med å ha en havn og en favn de stadig kan komme tilbake til. Det innebærer en leder som bryr seg, på tross av deres mange avvisninger av henne. På tross av at de uteblir, på tross av at de ikke klarer å konsentrere seg om arbeidsoppgavene, er hun der for dem. En tredje virksom faktor er at

lederen samarbeider med deltagerne for å hjelpe dem å regulere deres følelsesliv. De finner andre måter de kan håndtere vonde følelser og impulser enn det de er vant med fra før. For noen handler det om ikke å trekke seg unna, eller i hvert fall ikke like lenge som tidligere. For andre kan det være å si unnskyld etter et utbrudd, og behersket klare å sette ord på vanskelige følelser.

Disse tre faktorene er i samsvar med prinsippene i traumbasert teori og omsorg (Bath 2008). Traumbasert omsorg er en tilnærming og et redskap i det å møte barn, ungdom og unge voksne som har hatt en vanskelig oppvekst. Traumbasert omsorg er en forståelsesmodell for hvordan bidra til bedring av komplekse og ofte langvarige psykiske sår uavhengig av diagnose. Traumbasert omsorg har tre støttebein: trygghet, relasjon og regulering av emosjoner (Bath 2008). I opplæringen blir disse begrepene definert og eksemplifisert. De som tilegner seg denne forståelsen lærer hvordan å romme vanskelig atferd hos ungdommene og bidra til å øke deres evne til å forstå sine følelser og reflektere over reaksjonene deres. Det viste seg at prosjektlederen har flere opplæringskurs i traumbasert omsorg, og at hun og anvender denne kunnskapen i møte med deltagerne.

#### **4.4 Ting tar tid. Betydningen av oppfølging over tid**

Det er ikke til å komme utenom at deltakerne strever psykisk og sosialt. Selv om det ikke var denne evalueringens hensikt å undersøke deltagernes psykososiale problemer, er de blitt en del av intervjuene. Nesten alle, også de som er i ferd med å avslutte prosjektet, oppgir at de går i psykologisk behandling eller har behov for behandling for sin psykiske uhelse. Deltagerne forteller om vonde opplevelser over lang tid. De forteller om psykisk smerte, perioder med rusmisbruk, angst, mobbing, vold og vanskelig oppvekst. De forteller om hvordan disse opplevelsene gjør det vanskelig å ta utdanning eller delta i arbeidslivet. For enkelte synes det for øyeblikket uopnåelig. Denne type helseutfordringer blir ikke borte uten videre. Som deltakerne sier, «*det går opp og ned*». De opplever opp- og nedturer i prosjektiden, og de vil oppleve det når prosjektiden er over.

Et arbeidstreningsprosjekt som går over to til tre år, er sjelden tilstrekkelig til å bøte på de omfattende og langvarige psykiske sårene som denne gruppen strever med. Det vil ta tid for dem å bli integrert i samfunnsfellesskapet. Det vil ta tid å skulle bli i stand til å leve opp til alle

samfunnets forventninger og forpliktelser. Funnene kan tyde på at de trenger oppfølging og behandling for sine psykiske plager utover prosjekttiden. For at de skal finne tilbake til utdanning- og arbeidsliv, kreves det koordinert, tverretattlig samarbeid over tid fra flere offentlige instanser. Det samme bekreftes i en rekke studier (Andvig, et.al., 2016; Anvik & Gustavsen, 2012; Ungar, Liebenberg & Ikeda 2012).

Det er et tankekors at de fleste oppfølgingsprosjekter for unge som sliter, slik som Opp og Hopp, oftest får to til tre års finansiering. Kortvarige prosjekter fører mange ganger til at de unge mister kontinuiteten i relasjonene de har fått til betydningsfulle, voksne personer. Kontinuitet i slike relasjoner kan være avgjørende for at gode og helende relasjoner kan slå rot hos ungdommene. Dessuten trenger unge som strever med psykiske helseproblemer og/eller rusproblemer, tid til å jobbe med mestring av u hensiktsmessige, vonde følelser og handlingsmønstre.

På denne bakgrunn bør slike prosjekter finansieres med større sikkerhet over flere år. Det er forståelig at finansierende myndigheter vil vite at hvordan tiltakene fungerer, før de bevilger penger over lang tid. Samtidig kan det argumenteres, slik Hyggen (2015) gjør, at vi som samfunn, må sikre at vi har et system som gjør det mulig å holde en «litt annen takt» enn to år i et prosjekt og så to nye år i et annet og enda to til før vedkommende blir uføretrygdet. Vi må jobbe mot et system som «i større grad kan anerkjenne nødvendigheten av og betydningen av alternative ruter til arbeidsmarkedet» (Hyggen, 2015, s. 52).

Noen av Opp og Hopp sine deltagerne vil muligens ikke oppnå såkalt «full deltagelse» i arbeidslivet, slikt arbeidslivet er organisert og strukturert i dag. De vil greie en viss form og mengde arbeid, bare samfunnet tilbyr dem det. Kirkens Bymisjons prosjekt om arbeidsaktivisering med lønn er et forbilledlig eksempel på et slikt tiltak. Det å få slike prosjekter omgjort til «ordinært» arbeid for mennesker som med behov for det kan være et godt alternativ til uføretrygd.

## 5.0 KONKLUSJONER OG IMPLIKASJONER FOR VIDERE ARBEID

Kirkens Bymisjon Vestfold ønsker å vite «hva gjør vi riktig, og hva bør forbedres?» i Opp og Hopp. Studien tar utgangspunkt i deltageres erfaringer og fortellinger. De ti deltagerne som ble intervjuet, er unike personer med til dels forskjellige bakgrunn og utfordringer. Til tross for ulikheter, er de gjennomgående enige om at Opp og Hopp leverer et hensiktsmessig og kjærkomment tilbud. Deltagerne er ikke i tvil om at prosjektet har gitt dem nytt håp for framtiden.

Funnene gir et godt grunnlag for å oppsummere at Opp og Hopp treffer store deler av deltageres behov, sett fra deres eget perspektiv. Først og fremst treffer det deres uttalte behov for å bli sett som enestående personer med ressurser, og som «*noe mer enn sin atferd og sine problemer*» (Thrana, 2015, s. 78). I prosjektet har deltakerne opplevd å bli sett, hørt, forstått og utfordret. Det treffer deres behov for anerkjennende nestekjærlighet.

Deltakerne har erfart hvor styrkende det er å ha en tydelig voksenperson tilstede i livet sitt. En voksen som viser at hun bryr seg, uansett hvordan deltakerne oppfører seg. Funnene viser at relasjonen til prosjektlederen erfares som det viktigste bidraget til at deltagerne finner prosjektet meningsfullt. De gir sterkt uttrykk for at måten de møtes på, gjør dem i stand til å stå i og mestre flere utfordringer enn de har klart hittil i livet. Det å bli møtt av en voksenperson med genuin interesse, forståelse og engasjement for deres ressurser og muligheter, styrker dem og motiverer dem til å ta tak i livet sitt. Dette gjør at de kjenner seg tryggere. Denne tryggheten gjør dem i stand til å prøve ut nye oppgaver, som igjen fører til opplevelsen av å mestre. Det gjør at de begynner å tro på seg selv.

Flere har fått et bedre sosialt liv med nye bekjentskaper og venner gjennom deltakelse i prosjektet. De har opplevd å være en del av et godt kollegialt fellesskap med ansatte og frivillige medarbeidere. Samtidig erkjenner flere at det vil kreve mer tid og oppfølging før de vil bli i stand til å gjenoppta eller igangsette utdanning eller ordinært arbeid.

Enkelte deltakere opplevde ikke å få så mye ut av å delta i prosjektet. De vurderte det likevel som et ønsket og positivt tiltak. Men de ga uttrykk for at deres psykiske uhelse var av en slik art og



omfang at ytterligere psykologisk behandling ville være nødvendig *før* de kunne dra nytte av tilbudet.

#### *Anbefalinger videre*

- Det kan være viktig for KBV å vurdere videre drift av prosjektet med egne eller innsamlede midler dersom de ikke får ytterligere tilskudd. Dette gjelder særlig oppfølging av deltagere som allerede er en del av prosjektet, men som ikke er klare til videreføring.
- Basert på funn fra den kommende masteroppgaven om tverretattlig samarbeid, er det grunnlag for å anbefale tettere samarbeid mellom de unges ulike hjelpeinstanser. Som nevnt i delrapporten, anbefales KBV å vurdere et prosjekt der både psykolog og saksbehandler fra NAV får kontor plass i prosjektlokalene. De bør ha faste timer i uken dedikert til prosjektdeltagere. Dette for å se om en samlokalisert oppfølging av flere hjelpeinstanser kan bidra til en mer omfattende og kanskje raskere forbedring av deltageres psykiske helse og kapasitet til å ta utdanning eller arbeid.
- Hvis fysisk trening skal ha en ønsket effekt om å forbedre deltageres psykiske helse, bør flere former for trening utprøves. Det er viktig at alle finner en form for ukentlig fysisk aktivitet. Det kan tenkes at flere ansatte eller frivillige medarbeidere kan involveres i dette arbeidet.
- I arbeid med sårbare unge vil bruk ulike former for miljøterapi og traumabasert omsorg være til nytte, selv i tiltak som primært er arbeidsrettet.

## 6.0 LITTERATUR

- Andvig, E. (2016). Det å bli alminnelig og samarbeide om det hverdagslige. I: Karlsson, B. (red.) *Det går for sakte – i arbeidet med rus og psykisk helse*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Andvig, E., Svanøe, K.L. & Borg, M. (2016). Gaining a Foothold: How Housing and Belonging Support Youth-at-Risk in Getting a Grip on Adulthood. *Open Journal of Social Sciences*, (4), 26-37. doi:10.4236/jss.2016.41004
- Anvik, C.H. & Gustavsen, A. (2012). *Ikke slipp meg! Unge, psykiske helseproblemer, utdanning og arbeid*. Bodø: Nordlandsforskning.
- Anvik, C.H. & Waldahl, R.H. (2016). *Når noen må ta regien: Om unge med psykiske helseproblemer: utfordringer, tiltak og samhandling på Island, Færøyene og i Norge*. NF rapport nr: 1. ISBN nr: 978-82-7321-665-6 ISSN-nr: 0805-4460.
- Arnett, J.J. & Hughes, M. (2012). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach*. Harlow: Pearson Press.
- Barnevernloven. (2018). Lov om barneverntjenester. LOV-2018-04-20-5 fra 01.07.2018. Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1992-07-17-100>
- Bloom, D. (2010). Programs and policies to assist high school dropouts in the transition to adulthood. *The Future of Children*, 20 (1), 89-108 doi:10.1353/foc.0.0039.
- Follesø, R. (2011). *Gi viljen mulighet! Sluttrapport Ungdom i Svevet 2007- 2010*. UIN-rapport 12/2011. Hentet fra <http://www.ungdomisvevet.no/sites/u/ungdom-isvevet.no/files/1425165f781d55b3baa9b29496103625.pdf>
- Follesø, R., Halås, C.T. & Anvik, C.H. (Red.). (2016). *Sett, hørt og forstått?* Oslo: U-forlaget.
- Frøyland, K., Maximovea- Mentzoni, T. & Fossetøl, K. (2016). *Sosialt arbeid og opp-følgning av utsatt ungdom i NAV. Sluttrapport frå evaluering av utviklingsarbeid i 15 prosjektområder*. Oslo: Arbeidsforskningsinstitutt.
- Furlong, A. (red)(2016). *Routledge Handbook of Youth and Young Adulthood*. London: Routledge.
- Giesen, E.S., Hubertus, D., & Bloch, W. (2015) Clinical Exercise Interventions in Alcohol Use Disorders: A Systematic Review. *J of Substance Abuse Treatment* (52), 1-9 DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.isat.2014.12.001>
- Halås, C. Torbjørnsen (2012). *Ungdom i svev. Å oppdage muligheter med utsatte unge*. (Doktorgradsavhandling). Universitetet i Nord, Bodø.

- Holen, S. & Waagene, E. (2014). *Psykisk helse i skolen. Utdanningsdirektoratets spørreundersøkelse blant lærere, skoleledere og skoleeiere*. NIFU rapport 9/2014. Hentet fra <https://www.udir.no/globalassets/upload/forskning/2014/psykisk-helse.pdf>
- Huitfeldt, I., Kirkebøen, L.J., Strømsvåg, S., Eielsen, G. og Rønning, M. (2018). *Fullføring av videregående opplæring og effekter av tiltak mot frafall*. Sluttrapport fra effektevalueringen av Overgangsprosjektet i Ny GIV. Oslo: SSB.
- Hummelvoll, J.K., Eriksson, B. G., & Beston, G. (2009). *Mennesker med psykiske funksjonshindringer i risikosamfunnet. En hverdagsnær tilnærming*. Høgskolen i Hedmark Rapport nr. 13.
- Hyggen, C. (2015). *Unge utenfor utdanning og arbeid i Norden - utfordringer, innsatser og anbefalinger*. København: Nordisk ministerråd.
- Kane, A.A., Köhler-Olsen, J., Reedtz, C. (2017). Aktivisering av unge sosialhjelpsmottakere – forutsetninger for å sikre overganger til arbeid. *Tidsskrift for velferdsforskning* 02 (20).
- Kirkens Bymisjon (2016). Opp og Hopp, søknadskjema om tilskudd sendt til AVdir om Aktivisering og arbeidstrening i regi av frivillige organisasjoner.
- Kjellman, B., Martinsen, E.W., Taube, J., & Andersson, E. (2015). Depresjon. Bahr, R. (Red.), *Aktivitetshåndboka – fysisk aktivitet i forebygging og behandling* (s. 275-285). Bergen: Fagbokforlaget.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *InterView. Introduktion til et håndværk*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Lambert, M.J. (2013) *Bergin & Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (Sixth Edition). New York: John Wiley & Sons
- Langeland, S., Dokken, T. og Barstad, A. (2016). Fattigdom og levekår i Norge – tilstand og utviklingstrekk – 2015. (NAV rapport nr. 1/2016). Oslo: AVdir.
- Lindseth, A. & Norberg, A. (2004). A phenomenological hermeneutical method for researching lived experience. *Scand J Caring Sci* (18). 145-153.
- Mawn, L., Oliver, E.J, Akhter, N., Bamba, C.L., Torgerson, C., Bridle, C., & Stain, H.J. (2017). Are we failing young people not in employment, education or training (NEETS)? A systematic review and meta-analysis of re-engagement interventions. *Systematic Reviews* (6) 16. DOI 10.1186/s13643-016-0394-2
- McPhie, M.L. & Rawana, J.S. (2015). The effect of physical activity on depression in adolescence and emerging adulthood: A growth-curve analysis. *Journal of Adolescence*, 40, 83-92. Hentet fra <http://www.sciencedirect.com.ezproxy.hihm.no/science/article/pii/S0140197115000287?np=y&npKey=5de57efb590fc5aab41d96cefbd32dc266f59ce079f60144f71b32a48731ffa>

- Napha. (2017). -Psykiske helseproblemer blant unge en av de største helseutfordringene. Hentet fra <https://www.napha.no/content/21307/-Psykiske-helseproblemer-blant-unge-en-av-de-storste-helseutfordringene>
- Nordengen, P.A. (2016). *Psykisk bra: om god psykisk hverdagshelse*. Sandefjord: Skagerrak forlag AS.
- Sandelowski, M. (2011). When a Cigar Is Not Just a Cigar: Alternative Takes on Data and Data Analysis. *Research in Nursing & Health* (34). 342-352.
- Schwartz, S.E.O., Rhodes, J.E., Spencer, R., & Grossman, J.B. (2013). Youth initiated mentoring: Investigating a new approach to working with vulnerable adolescents. *American Journal of Community Psychology*. doi:10.1007/s10464-013-9585-3
- Settersten, R.A. and Ray, B. (2010) What's Going on with Young People Today? The Long and Twisting Path to Adulthood. *The Future of Children*, 20, 19-41. doi.org/10.1353/foc.0.0044
- Sletten, M.A., & Hyggen, C. (2013). *Ungdom, frafall og marginalisering*. Temanotat – VAM. Oslo: Forskningsrådet.
- Sommer, M. (2016) *Mental Health Among Youth in Norway*. Norden: Nordic Centre for Social and Welfare Issues.
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utgave). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Thrana, H.M. (2016). Kjærlighetens inntreden i barnevernet – en utfordring for den profesjonelle relasjon? *Norges barnevern* (93) 2, 96–109.
- Thrana, H.M. (2015). *Kjærlighet og sosialt arbeid. En studie av kjærlighetens betydning i barnevernets praksis. (Doktorgradsavhandling)*. Høgskolen i Lillehammer, Lillehammer.
- Ungar, M., Liebenberg, L. & Ikeda, J. (2014). Young People with Complex Needs: Designing Coordinated Interventions to Promote Resilience across Child Welfare, Juvenile Corrections, Mental Health and Education Services. *British Journal of Social Work*, (44) 675-693. <http://dx.doi.org/10.1093/bjsw/bcs147>
- van Der Wel, K. A. Dahl, E., Thielen, K. (2012). Social inequalities in "sickness": does welfare state regime type make a difference? A multilevel analysis of men and women in 26 European countries. *International Journal of Health Services*, 42, doi: 10.2190/HS.42.2.f
- Zschucke, E., Heinz, A. & Ströhle, A. (2015) Exercise and Physical Activity in the Therapy of Substance Use Disorders. *Scientific World Journal* (2012) 12-21. doi: 10.1100/2012/901741

## Nettsider

Brekke, C. (2018, 24. september) Skal få flere unge i fast arbeid. Hentet fra <https://www.vfk.no/aktuelt/skal-faa-flere-unge-i-fast-arbeid/>

Grønli, K. (2014, 20. mai). *De fleste som dropper ut av skolen får jobb etter hvert.* Hentet fra <https://forskning.no/barn-og-ungdom-pedagogiske-fag-skole-og-utdanning/2014/05/de-fleste-som-dropper-ut-av-skolen-far>

Helsedirektoratet (2017) *Program for folkehelsearbeid i kommunene 2017-2027.* Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Documents/Folkehelsearbeid%20i%20kommunen/Program%20for%20folkehelsearbeid%20i%20kommunene%202017-2027.pdf>

Helsedirektoratet (2014, 3/6) *Behandling av samtidige rusproblemer og psykiske lidelser.* Hentet fra <https://helsenorge.no/rus-og-avhengighet/behandling-av-samtidige-rusproblemer-og-psykiske-lidelser>

NAV (2017). Fortsatt ledighet i Vestfold. Hentet fra <https://www.nav.no/no/Lokalt/Vestfold-Pressemedlinger/fortsatt-%C3%B8kt-ledighet-i-vestfold--481749>

NAV. (2017). Færre uten jobb i Vestfold. Hentet fra <https://www.op.no/arbeidsledighet/nav/nyheter/farre-uten-jobb-i-vestfold/s/5-83-79858>

NAV, (2016). Flest ungdom med nedsatt arbeidsevne. Hentet fra <https://www.nav.no/no/Lokalt/Vestfold/Pressemedlinger/flest-ungdom-med-nedsatt-arbeidsevne>

NOU 2011: 20 (2011). *Ungdom, makt og medvirkning.* Hentet fra <https://www.regjeringen.no>

NOU 2009:22 (2009). Det du gjør, gjør det helt – Bedre samordning oav tjenester for utsatte barn og unge. Hentet fra <https://www.regjeringen.no>

Orø, T. (2016). *Treningsterapi.* (Masteroppgave, Linneuniversitetet i Växjö) Hentet fra <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:972163/FULLTEXT02>

Skriftserien nr. 11

2018

**Opp og hopp**

En forskningsbasert evaluering av deltageres  
erfaringer med et arbeidsprosjekt i regi av  
Kirkens Bymisjon, Vestfold  
Sluttrapport, oktober 2018

Karol L. Svanøe

ISBN 978-82-7860-341-3

ISSN 1893-3068

usn.no

