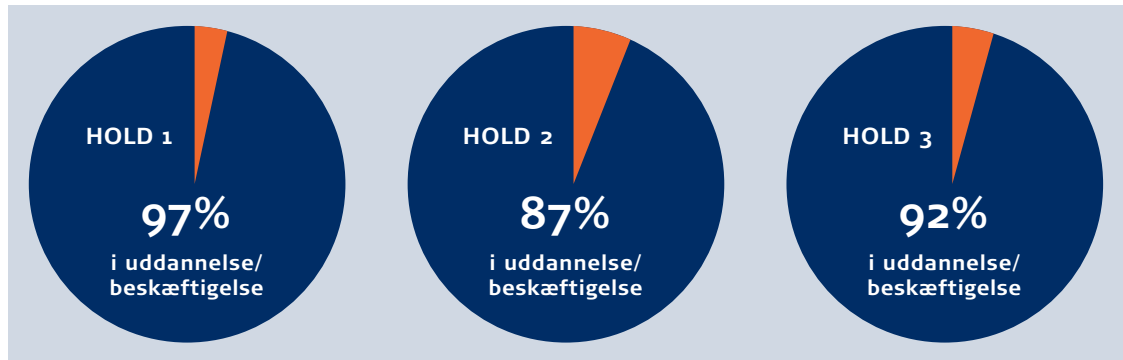


BØRNEHJÆLPSDAGEN EMPOWER4U → DRØMMEJOB

UNGETILBUD

Børnehjælpsdagens indsats EMPOWER4U → DRØMMEJOB er et enestående kompetenceudviklingsforløb for nuværende og tidligere anbragte unge samt socialt udsatte unge i alderen 16-25 år. Formålet er at styrke dem i overgangen til et selvstændigt voksenliv, hvilket følgeforskning fra Aarhus Universitet siden 2017 dokumenterer.

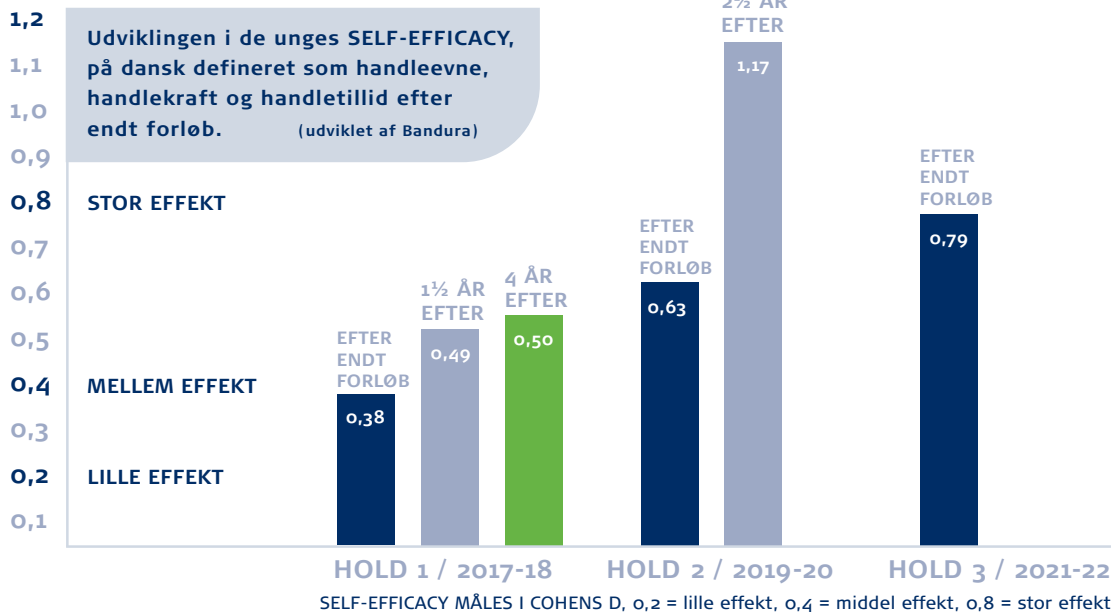


Andel af deltagere i uddannelse og beskæftigelse efter endt EMPOWER4U → DRØMMEJOB forløb.

Fra Aarhus Universitets forskningsrapport

“... de unges personlige udvikling indeholder både en markant oplevelse af at have fået større tro på egen mestring, større selvtillid, mere selvværd og ikke mindst en oplevelse af selv at kunne være en del af at skabe nye livsbetingelser for sig selv; livsbetingelser, hvor de unge ser flere muligheder end begrænsninger, og hvor de unge i samspil med livsbetingelserne føler større handlekraft og handleevne.”

“ De unge giver udtryk for at være mere selvstændige og være bevidste om deres integritet... denne opnåelse af selvbevidsthed oplever de unge i lyset af at have fået indblik i egne styrker.”



Børnehjælpsdagen
- styrker børn og unge hver dag

www.bhd.dk

EMPOWER4U

EMPOWER4U er Børnehjælpsdagens ungetilbud, der ruster anbragte, tidligere anbragte og andre udsatte unge til et selvstændigt voksenliv. Følgforskning fra DPU, Aarhus Universitet, dokumenterer, at indsatsen øger de unges handletillid og handleevne markant. Over 90% af de unge er siden 2017 nu i uddannelse eller beskæftigelse. Og indsatsen er VEDVARENDE.



PERSONLIGT UDVIKLINGSFORLØB

EMPOWER4U er en helhedsorienteret indsats, der gør anbragte og tidligere anbragte unge parate til at kunne gennemføre en uddannelse og/eller få sig et arbejde.

I et 9 måneders forløb styrkes de unges personlige og sociale kompetencer i et oplevelses- og kropsorienteret forløb, der gennemføres med accelereret indlæring. De unge sætter individuelle mål og får ugentlig sparring af en personlig mentor, så de styrkes i deres udvikling.

DE UNGE LÆRER BL.A AT

- tage ansvar og styring over egne livsvalg.
- finde egen indre motivation og bruge selvdisciplin til at opnå egne mål.
- lære at kontrollere (især negative) tanker og indstilling, så positive følelser, der stimulerer åbenhed, og tillid kultiveres, og gåpåmod får mere plads.
- få en selvindsigt, der udvikler den sociale interaktion, herunder evnen til at rumme egne og andres følelser og bevare overblikket i pressede situationer.
- udvikle relationskompetence og samarbejdsevner på tværs af forskellighed.
- sætte sig individuelle opnåelige mål med tilhørende succesoplevelser.

FORLØBET

EMPOWER4U-forløbet består af camps, trænings- og inspirationsdage og sociale arrangementer. Derudover får hver ung tildelt en frivillig mentor, der ugentligt følger og støtter den unges udvikling. I kombination sikrer det samlet, at den unge bliver i stand til at tage ejerskab over eget liv og udvikling hen imod uddannelse og erhverv.

FØLGEFORSKNING FRA AARHUS UNIVERSITET

EMPOWER4U har skabt markante positive resultater. Forskningsresultaterne viser en vedvarende styrkelse af de unges self-efficacy - det at have handlingstillid, handlekraft og handleevne, og dermed positive forventninger til, at man selv råder over de nødvendige ressourcer til at klare de udfordringer, man bliver stillet overfor.

DOKUMENTERET LANGTIDSEFFEKT

Forskningen fremhæver, at "deltagelse af EMPOWER4U har markant langtidseffekt". En positiv udvikling sættes i gang under forløbet og denne udvikling fortsætter flere år efter endt forløb, hvilket holdene i 2017/18 og 2019/20 viser.

RESULTATER

HOLD 2017/18:

De unges handlingstillid er efter forløbet steget med 0,38. 4 år senere er det steget med 0,50 målt på Cohens D. Følgforskningen fremhæver, at dokumentationen af effekten er langvarig - der sker en fortsat positiv udvikling.

HOLD 2019/20:

De unges handlingstillid er efter forløbet steget med 0,69 målt på Cohens D, svarende til langt over middel effekt.

HOLD 2021/22:

De unges handlingstillid er efter forløbet steget med 0,79 målt på Cohens D, næsten stor effekt (der er 0,80).

HOLD 2021/23: Resultat i juni 2023

Mere end 90% af de unge er efterfølgende under uddannelse eller i beskæftigelse.

Læs mere om forløbet på www.bhd.dk/empower4u



Børnehjælpsdagen
- styrker børn og unge hver dag

Børnehjælpsdagen
Strandlodsvej 7
2300 København S

3530 9300
post@bhd.dk
www.bhd.dk



FACEBOOK.COM/
BORNEHJAELPSDAGEN



INSTAGRAM.COM/
BORNEHJAELPSDAGENDK

DRØMMEJOB

DRØMMEJOB er Børnehjælpsdagens indsats, der målrettet sikrer at de anbragte eller tidligere anbragte unge går i gang med en uddannelse og kommer i beskæftigelse. Drømmejob bygger på EMPOWER4U forløbet, hvor den unge har fået styrket sine personlige og sociale kompetencer.



HVAD GÅR DRØMMEJOB UD PÅ, OG HVORDAN HJÆLPER VI DEN UNGE

Drømmejob har fokus på individuelt at få konkretiseret den unges drømme og ønsker for fremtiden i arbejdslivet, og få den unge ind på en vej, hvor beskæftigelses ønsker og drømmejob realiseres.

RESSOURCER OG KOMPETENCER

Gennem personlig sparring, vejledning og støtte afklares realistiske jobmuligheder på baggrund af kvalifikationer, krav og muligheder. Den unges kompetencer, potentiale og udviklingsmuligheder afdækkes, ligesom eventuelle udfordringer italesættes. Der lægges en individuel plan med opnåelige delmål.

TRAINEE-OPLEVEELSE/PRAKTIKFORLØB

Den unge matches op med en eller flere virksomheder, hvor "drømmejobbet" afprøves og i dette afklaringsforløb afdækkes det, om den unge fortsat drømmer om den type job, ligesom det afklares, hvorvidt de krævede kompetencer til det specifikke job er til stede eller vil kunne erhverves.

SAMARBEJDE

Drømmejob foregår i et unikt løbende samarbejde mellem den unge, de kommuner den unge er tilknyttet, relevante virksomheder, uddannelsesinstitutioner og Børnehjælpsdagen, for at opnå det bedste resultat.

MÅLET

Målet er, at den unge går i gang med / færdiggør en uddannelse og/eller kommer i beskæftigelse, så den unge bliver aktivt selvforsørgende i stedet for at være tilknyttet det offentlige system. Endvidere at den unge udvider sit netværk, opnår bedre trivsel og øgede selvstændighed.

DRØMMEJOB ER EN VIDEREFØRELSE AF EMPOWER4U,

Målet er at den unge modnes i forløbet og følgeforskningen viser, at de fleste får tydelig handlekraft og -evne og kommer i uddannelse og beskæftigelse. Den unge lærer at tage ejerskab over eget liv, blive vedholdende og være bevidste om egne værdier og styrker.

MANGE AF DE UNGE OPLEVER DRØMMEJOB SOM EN GOD START PÅ ARBEJDSLIVET

"Jeg har lært at være vedholdende og ikke at give op - nu har jeg fundet min drømme arbejdsplads".

"Gennem de redskaber jeg har fået, gør det, at jeg er glad for at gå i skole og er motiveret".

"Ved ejerskab, har jeg lært at tage ansvar for mit eget liv. Det har gjort mig målrettet i mit arbejde, til at blive den bedste i min branche".

RESULTATER / UDDANNELSE OG BESKÆFTIGELSE

- Af 35 unge, der gennemførte hold 1 i 2017/2018 kom 34 (97%) under uddannelse eller i beskæftigelse.
- Af 38 unge, der gennemførte hold 2 i 2019/2020 kom 33 (87%) under uddannelse, fik elevplads eller i beskæftigelse. I dag, 2 år efter er 33 stadig i uddannelse og/eller beskæftigelse.
- Af 26 unge, der gennemførte hold 3 i 2021/2022 er 24 (92%) nu i uddannelse, fået elevplads eller i beskæftigelse.
- Af 20 unge, der gennemførte hold 4 i 2022/2023 er 20 (100%) nu i uddannelse og/eller beskæftigelse.

Læs mere om forløbet på www.bhd.dk/empower4u



Børnehjælpsdagen
- styrker børn og unge hver dag

Børnehjælpsdagen
Strandlodsvej 7
2300 København S

3530 9300
post@bhd.dk
www.bhd.dk



FACEBOOK.COM/
BORNEHJALPSDAGEN



INSTAGRAM.COM/
BORNEHJALPSDAGENDK

CECILIE VÆLGER NU DE GODE OG SUNDE FÆLLESSKABER

AARHUS UNIVERSITETS FØLGEFORSKNING:

Hvordan vil du beskrive dig selv før EMPOWER4U?

"Jeg var en meget usikker pige, der ikke lyttede til, hvad jeg ville, eller hvad jeg kunne. Jeg havde en tendens til at gøre dét, som andre synes var det rigtige. Som konsekvens kom jeg ud i et rigtig dårligt fællesskab og levede længe efter, hvad jeg troede, der var det rigtige og seje".

Hvordan vil du beskrive dig selv efter EMPOWER4U?

"Jeg er blevet meget mere selvsikker og er begyndt at lytte til mig selv. Jeg er ikke længere bange for at sige nej, og gør nu dét, som jeg har lyst til – det betyder også, at jeg har brudt med det dårlige fællesskab. Jeg er begyndt at tage min skole seriøst og skabe drømme for mit liv."

Hvad er det, der gør, at EMPOWER4U virker?

"EMPOWER4U har nogle rigtig gode udviklingsteknikker, der ikke er særlige svære at huske. Derudover er det godt, at de kombinerer læring med leg – det er lidt ligesom at lære alle de gode ting helt ind i cellerne."

Hvordan ser du på din fremtid i forhold til uddannelse og job?

"Jeg er lige nu førsteårsstuderende på sygeplejerskeuddannelsen. Min drøm er at komme ud og hjælpe andre mennesker. Jeg kunne godt tænke mig at komme ud i psykiatrien eller pædiatrien."



CASES / EMPOWER4U → DRØMMEJOB / RIKKE 18 ÅR, HOLD 2.

RIKKE HAR FÅET MENTAL STYRKE TIL AT STÅ PÅ EGNE BEN

AARHUS UNIVERSITETS FØLGEFORSKNING:

Hvordan vil du beskrive dig selv før EMPOWER4U?

"Jeg var meget usikker på mig selv. Jeg lyttede ikke til min egen krop og stod ofte i situationer, hvor jeg var presset og ikke kunne sige fra. Jeg havde angst for at skulle flytte for mig selv. Jeg var simpelthen bange for, om jeg kunne tage vare på mig selv – om jeg kunne betale regninger og passe min lejlighed".

Hvordan vil du beskrive dig selv efter EMPOWER4U?

"Jeg har fået en masse værktøjer, og jeg stoler på mig selv. Jeg siger til mig selv: 'hvis det er det, du vil, så er det dét, du gør!'. På den måde fokuserer jeg nu på mine egne ønsker. Jeg tager ejerskab og styring over mit eget liv! Og det går godt i lejligheden – hvis der er udfordringer, så får jeg dem løst".

Hvad er det, der gør, at EMPOWER4U virker?

"Det er nok noget med formen. Vi skal ikke bare lytte til nogle voksne. Vi bliver inddraget og er selv med til at skabe indholdet. Vi får konkrete redskaber, som vi kan bruge i hverdagen. Der er også masser af empati samt et fællesskab, hvor vi motiverer hinanden. Vi er alle unge, der vil noget med vores liv, men vi har bare ikke vidst, hvordan vil skulle nå derhen."

Hvordan ser du på din fremtid i forhold til uddannelse og job?

"Jeg er i gang med social- og sundhedsuddannelsen og er motiveret for at gennemføre. Mit drømmejob er at arbejde på et plejehjem. Så jeg har en konkret plan og et mål for min fremtid."

TOBIAS HAR TAGET EJERSKAB OVER SIT LIV OG FREMTID

AARHUS UNIVERSITETS FØLGEFORSKNING:

Hvordan vil du beskrive dig selv før EMPOWER4U?

"Jeg gik virkelig meget op i, hvad andre tænkte om mig. Jeg brugte vildt meget energi på at udstråle, at jeg havde styr på alt, selvom det ikke altid var sådan. Det resulterede tit i, at jeg ikke kunne mærke, hvornår mine 'dårlige perioder' var på vej. Det fik altid kontrollen over mig. Jeg kom ned i et hul og bad ikke om hjælp, når jeg havde brug for det."

Hvordan vil du beskrive dig selv efter EMPOWER4U?

"Jeg har taget kontrol over mit liv. Ejerskab kan være 'game-changing'! Jeg har fået en masse værktøjer til at 'skrue' på mit humør, f.eks. ved at ændre min kropsholdning eller mit overordnede toneleje. Forløbet har også lært mig værdierne i venskaber og givet mig nogle relationer, som jeg stadig, den dag i dag, bruger til at spare med, hvis der sker nogle store ting i mit liv."

Hvad er det, der gør, at EMPOWER4U virker?

"Man lærer teorien bag, og det bliver nemmere at huske den, fordi man lærer igennem leg. Forløbet giver venskaber og relationer, som er svære at slippe, hvis de virkelig matcher. Det er en speciel oplevelse, som man ikke bare sådan lige glemmer."

Hvordan ser du på din fremtid i forhold til uddannelse og job?

"EMPOWER4U har hjulpet mig helt vildt meget i forhold til uddannelse og job! Jeg læser lige nu til pædagog på seminariet. Det er mit drømmestudie, og jeg vil gøre alt for at gennemføre det!"



SABRINA HAR FÅET TRO PÅ SIG SELV OG SINE EVNER SOM LÆRER



AARHUS UNIVERSITETS FØLGEFORSKNING:

Hvordan vil du beskrive dig selv før EMPOWER4U?

"Før var jeg en meget usikker og nedslået pige, som ikke var særlig social. Selvom jeg følte, at jeg havde venner, var jeg aldrig sammen med dem, fordi jeg ikke følte, at jeg var velkommen hos dem. Jeg var aldrig klar på at ændre, hvem jeg var. Jeg var der bare uden egentlig at være der - altså jeg var der fysisk, men aldrig helt mentalt."

Hvordan vil du beskrive dig selv efter EMPOWER4U?

"Nu er jeg en glad pige, som er klar til at arbejde med de ting, som jeg stadig kæmper med. Jeg har fået nogle gode venskaber, og jeg er blevet langt mere social. Jeg er blevet mere sikker på, hvem jeg er som person, og hvad jeg er i stand til at gøre i mit liv."

Hvad er det, der gør, at EMPOWER4U virker?

"Det virker, fordi alle dem, der deltager, har en fortid med at være anbragt eller står midt i det kaos, der er, når man er anbragt. Man kan relatere til hinanden på et andet niveau end med andre."

Hvordan ser du på din fremtid i forhold til uddannelse og job?

"Jeg ser mig selv som lærer om nogle år, når jeg starter på uddannelsen. EMPOWER4U har givet mig styrken til at tro på, at jeg kan gennemføre en uddannelse og blive lærer, selvom folk omkring mig siger, at jeg ikke er klar til det pres. Jeg glæder mig til at gøre min drøm til virkelighed."

Uddrag af tematikker, som optog de unge under fokusgruppeinterviews:

Tematikker	Kommer til udtryk konkret	Milepæle og ressourcer, de unge trækker på
At tage og få ansvar At få chancen – at nogen tror på mig At tænke på fremtiden	At blive forfremmet til job med ansvar At tage studentereksamen At vide, hvilken uddannelsesvej, man vil gå	Vedholdenhed Mod Øvelse om at have en drøm
At tro på sig selv At stå på egne ben	At flytte til studiebolig At blive en del af nye fællesskaber	Mentor er en stor hjælp
At overskride egne grænser	At skulle fremlægge foran andre	
At have handlestrategier	At bede om hjælp At have et godt team omkring sig	Styring af din tilstand At tage ejerskab
Betydningen af relationer	At kunne mærke relationer, der trækker dig ned og relationer, der er gode for dig	
At være rollemodel	At tage ud som frivillig og tale for andre børn og unge At være med som ungeteamleder	At huske, hvor de kom fra og, hvor de er kommet til. Hvis jeg kan, kan du også.



Definition på self-efficacy:

Selv-efficacy (mestringsforventning) er udviklet af psykolog Albert Bandura. **Self-efficacy** er et personligt tanke- og handleredskab, hvor det frem for de faktisk evner, mere er tankerne og troen på egne evner, der forårsager, at en adfærdændring kan finde sted. Desto større den unges self-efficacy er, desto større er sandsynligheden for, at den unge kan håndtere forandringer og rent faktisk lykkes med dem. Self-efficacy måles i Cohens D, hvor lille effekt er op til 0,2, mellem effekt 0,3-0,5, med 0,4 som middel og stor effekt 0,6-0,8.