

› Livet handler ikke om at vente, til uvejret har lagt sig  
Livet handler om at lære at danse i regnen



# Aftenskolerne kan hjælpe psykisk sårbare

Et projekt af Dansk Oplysnings Forbund, Landsforeningen SIND  
og Videncenter for Folkeoplysning



# Aftenskoler kan hjælpe psykisk sårbare

› Den folkeoplysende voksenundervisning udvikler sindslidende og psykisk sårbares mentale sundhed, trivsel og psykiske robusthed.

**A**ftenskolerne kan spille en vigtig rolle for psykisk sårbare. Her kan de finde mening og sammenhæng i hverdagen, hvilket er med til at styrke den mentale sundhed og trivsel.

Den folkeoplysende voksenundervisning må ikke sammenlignes med den behandling som de psykiatriske sygehuse og socialpsykiatrien i kommunerne tilbyder, men en ny undersøgelse udarbejdet af Videncenter for Folkeoplysning viser klart, at den folkeoplysende voksenundervisning ofte bliver en betydelig medspiller for den enkeltes recovery- og rehabiliteringsproces efter et sygdomsforløb.

Dansk Oplysnings Forbund (DOF) og Landsforeningen SIND har netop afsluttet et projekt, hvor Videncenter for Folkeoplysning har undersøgt den folkeoplysende voksenundervisnings betydning for sindslidende og psykisk sårbare borgeres mentale sundhed. 12 DOF-skoler over hele landet, som har psykisk sårbare som målgruppe, har deltaget i undersøgelsen og 622 kursister har besvaret de udsendte spørgeskemaer.

## Folkeoplysningen øger mental sundhed

Sigtet med den folkeoplysende voksenundervisning er at styrke den enkeltes evne og lyst til at tage ansvar for eget liv og til at deltage aktivt og engageret i samfundslivet. Dette harmonerer rigtig godt med at WHO og sundhedsstyrelsen definerer mental sundhed som en tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdagens udfordringer og stress samt indgå i menneskelige fællesskaber.

Aftenskolen er et åbent tilbud, som borgeren selv vælger til, og ikke et kommunalt tilbud,

man skal visiteres til. Det er det faglige, man mødes om på aftenskolen. Aftenskolerne er ikke væresteder; kursisterne er der for at følge et fag og for at lære noget. Styrken i at mødes om "et fælles tredje", hvor man er kursist og ikke patient eller klient er meget vigtig – og det er noget af det, aftenskolerne kan tilbyde.

## Sygeliggørelse af livets udfordringer

Der er gennem de sidste årtier sket en markant stigning i udviklingen af stress, depression, angst, selvskadende adfærd, ADHD, ensomhed m.m., hvorimod antallet af de tunge diagnoser som f.eks. skizofreni er ret stabile. Der er en stigende tendens til diagnosticering og sygeliggørelse af nogle af livets udfordringer, og mange danskere må i dag leve med en diagnose. Dette har ændret sygdomsbilledet i Danmark, og vi

er nødt til at finde nye måder at arbejde med sundhed på og i langt højere grad fremme den mentale sundhed.

Der findes mange pædagogiske og kognitive værktøjer til at udvide det rum, man kan være i uden at blive sygeliggjort. Her kan og bør aftenskolerne og folkeoplysningen spille en central rolle og have et større ansvar i indsatsen for at fremme mental sundhed. Aftenskolerne kan hjælpe til at lære at håndtere en given diagnose.

## Mere end fravær af sygdom

Sundhed er også en ressource, som omfatter livsmod, håb, glæde, handlekraft og psykisk robusthed. Sundhed er at have mening og sammenhæng i sin hverdag, at kunne mestre sin tilværelse, skabe trivsel, udfordre sine evner,



## RESUME AF RAPPORT

› Denne folder er blot et resume af rapporten AFTENSKOLERNE OG PSYKISK SÅRBARE.

› Den fulde rapport kan findes på Videncenter for Folkeoplysnings hjemmeside [www.vifo.dk](http://www.vifo.dk) – eller ved henvendelse til Dansk Oplysnings Forbund på [post@danskoplysning.dk](mailto:post@danskoplysning.dk) eller 70 20 60 20.

håndtere dagligdagens problemer og stress samt indgå i menneskelige fællesskaber.

Genetisk set er vi alle psykisk sårbare, men om vores sårbarhed skal udvikle sig til en sygdom er betinget af, om vi gennem vores opvækst og voksenliv har lært at håndtere de udfordringer og kriser, livet nødvendigvis vil give. Stress, depression, angst, selvskadende adfærd, ADHD, ensomhed m.m. skal ikke nødvendigvis ses som en sygdom, men måske snarere som et udtryk for manglende ressourcer til at håndtere livets krav og udfordringer.

Løsningen kan måske i nogle tilfælde søges i ny læring og motivation til at arbejde med forandringer. På de folkeoplysende skoler er det muligt at lære nye strategier til at mestre livet i en mere positiv retning og dermed blive bedre til at håndtere de ting, som stresser og udfordrer en i sin dagligdag.

Den folkeoplysende voksenundervisning giver mulighed for, at undervisningen kan foregå på små hold. Det faglige udbud af kurser er mangfoldigt, og kursisterne opnår ud over læring og faglighed også tryghed, trivsel i hverdagen, indsigt i eget liv og handlinger samt socialt netværk. Skolerne henvender sig både til dem, der ønsker indsigt og fordybelse i et bestemt fag og interesseområde og for dem, der gerne vil opnå øget psykisk robusthed ved at lære at håndtere livets kriser og udfordringer på en ny måde. Alene det at melde sig til et hold på aftenskolen er et stort skridt for mange, men mange oplever snart, at det er berigende på mange områder og bevarer tilknytningen til skolen gennem mange år.

Evalueringsrapporten fra Videncenter for Folkeoplysning konkluderer, at aftenskoler er gode for sindslidende og psykisk sårbare, der blandt andet oplever bedre selvvurderet helbred, ligesom de bliver klædt på til at arbejde med deres egen udvikling og bedre til at indgå i sociale sammenhænge. Desuden oplever de en øget psykisk robusthed i forhold til hverdagens udfordringer.

Resultaterne er klare de steder, hvor der er tilbud til denne målgruppe. Bedre rammer rundt om i landet kan sikre, at flere får adgang til sådanne tilbud – og dermed en forbedret mental sundhed. Det bør overvejes, om ikke folkeoplysende voksenundervisning på små hold under folkeoplysningsloven bør opprioriteres i mange kommuner.

### Bliver mødt som kursist

En af den folkeoplysende voksenundervisnings stærke sider er skolernes anerkendende tilgang til sine kursister. Sindslidende og psykisk sårbare bliver stort set alle steder i samfundet mødt som klienter eller patienter med fokus på sygdom og symptomer, ligesom de ofte bliver udstødt af arbejdsmarkedet og uddannelsessystemet. For mange nedbrydes eller svækkes deres familiemæssige relationer også. I den folkeoplysende voksenundervisning bliver de mødt som kursister i et ligeværdigt miljø med fokus på personlig udvikling og interesser – uanset om de kommer for at lære et fag, udleve en interesse eller de vil lære at håndtere deres stresssignaler i hverdagen. Folkeoplysningens muligheder for at tilbyde undervisning på små hold, som understøtter trivsel og tryghed, er helt afgørende for at lære. Hvis man ikke er tryk, kan der ikke finde reel læring sted.

### DELTAGENDE SKOLER

➤ Rapporten bygger på en spørgeskemaundersøgelse, hvor 622 kursister på 12 forskellige skoler har svaret.

➤ Skolerne, der alle er organiseret under Dansk Oplysnings Forbund (DOF), er fordelt rundt i hele landet:

- DOF Næstved Aftenskole
- Dalgas Skolen, Aarhus
- Minihøjskolen, Herning
- SIND Daghøjskole, Aalborg
- Gallo Skolen, Aarhus
- Fountain House, København
- Lille Skole for Voksne Randers
- Lille Skole for Voksne Aalborg
- Lille Skole for Voksne Odense
- Lille Skole for Voksne Vanløse
- Lille Skole for Voksne Frederikshavn
- Kofoeds Skoles Oplysningsforbund, København

➤ Der er tale om en blanding af store og små skoler. Nogle har mange års erfaring med psykisk sårbare, mens nogle få er helt nye i forhold til denne målgruppe.

Alternativet til et miljø, der kan og vil rumme de sindslidende og psykisk sårbare, kan let blive, at borgeren fastholder sig selv i en identitet som syg, afviger, "ikke god nok" m.v. og risikoen for at vedkommende isolerer sig fra deltagelse i det almene samfundsliv er stor med øget risiko for sygdom, indlæggelse og "udstødelse".

## ➔ Om rapporten

Rapporten AFTENSKOLERNE OG PSYKISK SÅRBARE udspringer af et ønske om at undersøge, om folkeoplysningen kan være en del af løsningen omkring det stigende antal danskeres forskellige mentale udfordringer.

Ifølge Sundhedsstyrelsen oplever næsten 20 procent af Danmarks voksne befolkning i løbet af et år symptomer, der kendes fra psykiske sygdomme. Ifølge 'Danskernes Sundhed – Den nationale Sundhedsprofil 2013' lider seks procent af voksne danskere af en korterevarende

de psykisk lidelse, mens otte procent angiver at lide af en længerevarende psykisk lidelse af mere end seks måneders varighed. Samtidig ser et stigende antal danskere ud til at have et højt stressniveau.

Med andre ord føler mange danskere sig psykisk sårbare i løbet af et år. Dem med dårlig mental sundhed har ofte også fysisk dårligt helbred og oplever dårlig trivsel. Nogle har det i sådan en grad, at de mister fodfæste, social kontakt og evnen til at deltage i samfundet som en aktiv medborger.

Hvis folkeoplysningen skal imødekomme disse målgrupper, er det vigtigt at vide, hvem de er, hvilke udfordringer personer i målgrupperne oplever, og hvordan deres udbytte af at deltage i aktiviteter i folkeoplysningsregi er. Rapporten søger at give nogle af de svar.

# Optimisme - trods hårde odds

- Kursisternes livsvilkår er kendetegnet ved korte eller ingen uddannelser, intet arbejde og eneboende. Flere af disse kendetegn er en risikofaktor i sig selv i forhold til god mental sundhed.
- Men kursisterne har mere selvtillid, ansvarfølelse og mod på livet end grupper med lignende livsvilkår.

**U**ndersøgelsens kursister er overvejende kvinder, hvilket stemmer overens med den typiske aftenskoledeltager. Det passer også sammen med, at flere kvinder end mænd på landsplan angiver at have dårlig mental sundhed. Men kursisterne i undersøgelsen er med en gennemsnitsalder på 49,2 år dog yngre end normalt for aftenskoler (57,8 år).

Generelt er kursisterne lavere uddannet end gennemsnitsbefolkningen. Godt en tredjedel af deltagerne svarer, at de højst har en grundskoleuddannelse (34 procent), og syv procent har ikke fuldført grundskolen. I forhold til sammenligningen med landsgennemsnittet, er det også interessant at kun 12 procent svarer, at de har en erhvervsfaglig uddannelse. Kursisterne på aftenskoler for psykisk sårbare er altså generelt lavere uddannet end tilsvarende i den danske befolkning.

Langt størstedelen af deltagerne er på forskellige former for overførselsindkomst. Således er det kun tre procent, som angiver at være lønmodtagere/selvstændige. Den største gruppe, førtidspensionister, udgør 54 procent af kursisterne, mens godt hver femte angiver at modtage kontanthjælp.

Hele 60 procent af kursisterne angiver, at de bor alene. Til sammenligning boede knapt hver femte af de 18 til 69-årige danskere alene i 2015 (Danmarks Statistik). Altså er der tre gange så mange kursister, som bor alene sammenlignet med den danske befolkning. Kigger man på andelen, som bor med en ægtefælle/sammenlever, er det kun godt hver fjerde kursist mod 65 procent blandt de 18 til 69-årige i den danske befolkning.

Sammenfattende kan man konkludere, at kursisternes livsvilkår er karakteristiske for målgruppen. Den er kendetegnet ved korte eller ingen uddannelser, intet arbejde og eneboende. Flere af disse kendetegn er en risikofaktor i sig selv i forhold til god mental sundhed.

## Kursisternes tilstand

Som allerede nævnt, retter de 12 skoler, der deltager i undersøgelsen sig mod særligt sårbare grupper. Skolerne formår at få fat i en målgruppe, som det andre steder kan være svært at rekruttere, svært at rumme og (følgelig) svært at fastholde.

Kursisterne har en langt dårligere sundhedstilstand (såvel fysisk som psykisk) end den gennemsnitlige danske befolkning. De har dårligere selv vurderet helbred end gennemsnittet af

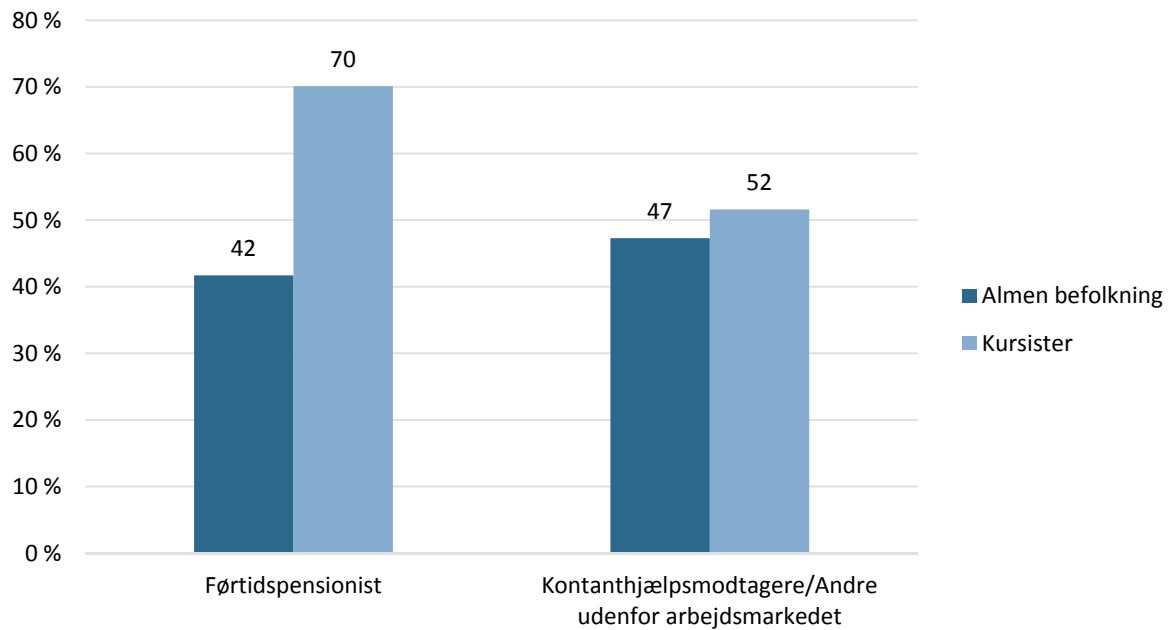
danskere og mange angiver at være i et aktuelt behandlingsforløb. To tredjedele af respondenterne svarer, at de har en psykiatrisk diagnose, de lever med.

Undersøgelsen viser imidlertid også, at sammenlignet med andre grupper med lignende livsvilkår har kursisterne bedre trivsel, og skolerne ser ud til at have en betydning for, at kursisterne opnår en øget livskvalitet.

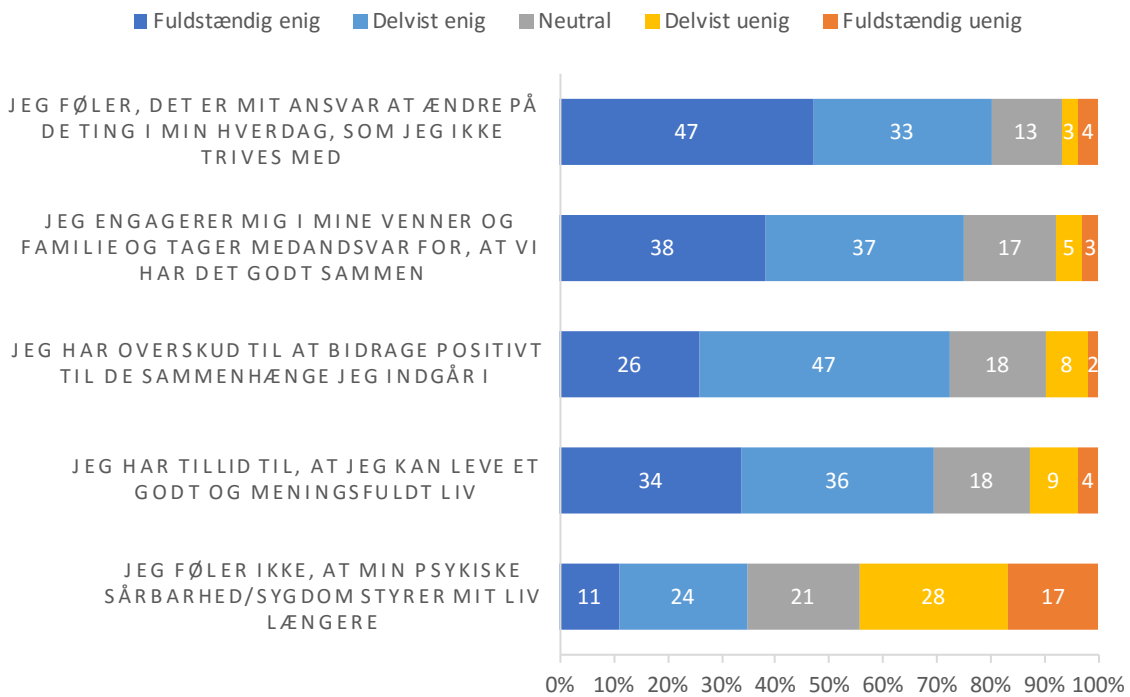
Med deres mange begrænsninger, kan man have en forventning om, at kursisterne bliver handlingslammede eller ikke tager ansvar for deres eget liv. Det er en meget vigtig faktor for at kunne arbejde med at få det bedre, at den enkelte ser sig selv som proaktiv aktør og ser handlemuligheder trods begrænsninger og modstand.

Derfor blev kursisterne bedt om at tage stilling til en række udsagn. Resultaterne, som fremgår af figuren til højre, viser, at kursisterne i høj grad føler, at de har og tager ansvar – både for sig selv og deres venner og familie. At de bidrager positivt til de sociale sammenhænge, som de indgår i, og langt de fleste har også tillid til, at de kan leve et godt og meningsfuldt liv.

**Figur 6: Kursister, der er førtidspensionister eller kontanthjælpsmodtagere har bedre selvvurderet helbred end sammenlignelige grupper i den almene befolkning**



### KURSISTERNES TILSTAND



# Stor tilfredshed

- Kursisterne er meget tilfredse med deres skoler – og de vil gerne anbefale deres skole til andre.
- De får god støtte til deres egen udvikling og bliver mere sociale.

**G**enerelt er kursisterne yderst tilfredse med det kursus, de har svaret ud fra. På det generelle plan erklærer 92 procent af kursisterne sig fuldstændig eller delvist enige i, at de overordnet set er tilfredse med kurset. Derudover er de blevet bedt om at tage stilling til, hvorvidt 'Kurset er relevant for mig', hvilket 90 procent erklærer sig fuldstændig eller delvist enige i. Det er altså langt de fleste kursister, som er tilfredse med kurset, ligesom størstedelen føler, at kurset har været relevant for dem.

Kursisterne er derudover blevet stillet fire spørgsmål, som direkte handler om, hvordan de oplever underviseren. Her erklærer mere end 90 procent af deltagerne sig fuldstændig eller delvist enige i udsagnene: 'Underviseren er god til at skabe en tryk og fortrolig ramme for kurset', 'Min underviser er fagligt dygtig', og 'Underviseren møder mig i ligeværdighed'. Lidt færre erklærer sig enige i, at 'Underviseren er god til at sætte alles erfaringer i spil' (84 procent). Også i forhold til underviserne er kursisterne således godt tilfredse.

Et godt tegn på, om man er tilfreds med en aktivitet eller et tilbud, er, hvorvidt man er klar til at anbefale det til andre. Respondenterne er derfor også blevet bedt om at svare på, om de vil anbefale den pågældende skole til andre. Det svarer 94 procent 'Ja' til, mens kun en procent svarer 'Nej' til spørgsmålet.

## Kursisternes udbytte af kurserne

Kursisterne vurderer, at skolerne/kurserne i høj grad støtter dem i at arbejde med deres egen udvikling. Skolerne er gode til at indfri de forventninger, den enkelte har til kurserne, da der er en klar sammenhæng mellem de motiver, som kursisterne har valgt kurset ud fra, og det udbytte, de får.

Kursisterne vurderer, de lærer allermost af at indgå i en ligeværdig læringsproces med de andre kursister og lærere. Det er også berigende for dem på det personlige plan at kunne bidrage på lige fod med andre. Desuden svarer næsten ni ud af ti, at de kan bruge det, de har lært på skolen, i fremtiden.

I spørgeskemaet havde kursisterne mulighed for med egne ord at beskrive, hvorvidt de havde personlige mål med kurserne, og om de kan noget nu, som de ikke kunne, før de begyndte på kurserne. Kursisterne fremhæver, at de udvikler sig til at blive mere robuste i forhold til deres psykiske sårbarhed, at de opnår faglige færdigheder og sociale kompetencer, og helt konkret oplever mange kursister skolen som en læreplads i forhold til at blive i stand til at møde frem og være en stabil deltager.

## Udsagn fra kursistbesvarelser

"Rart at skolen har 'små hold' med underviser, som kan magte sårbare mennesker, og at undervisningen er om dagen og ikke om aftenen. Undervisningen indpasses individuelt og jeg kan

være 'mig selv' ingen præsentationsangst. Lærerne drikker kaffe med eleverne i pausen. De er interesseret i elevernes liv/problemer/glæde. Synes, det er meget stort. Føler mig mindre syg på skolen."

"(Skolen er ...) Et rum ud af den ensomhed, der kommer, når man som jeg pludselig efter 35 år på arbejdsmarked bliver syg og skal skabe en ny hverdag."

"Det har været vigtigt at se, om jeg overhovedet havde kræfter og koncentration til at følge et kursus – indgå i en læringsproces."

"Fra start til nu har jeg formået at møde fuld tid. Jeg startede med at komme en time to gange om ugen."

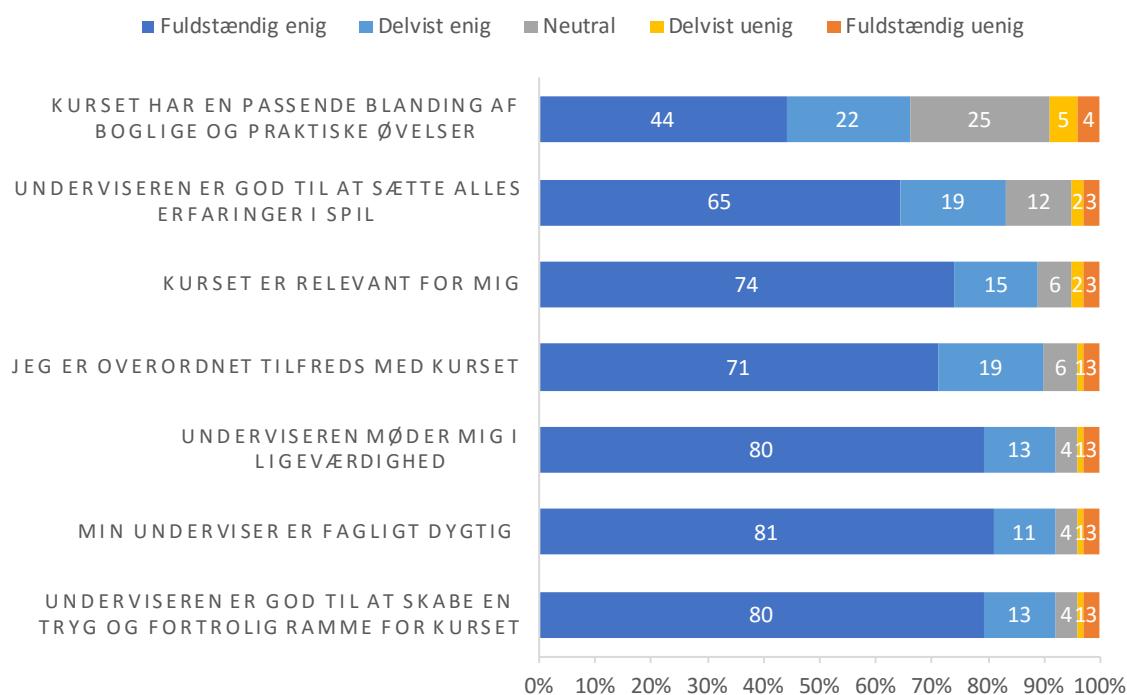
"Jeg er blevet bedre til at styre min vrede og bedre til at omgås og indgå i fællesskaber. Og er blevet et gladere menneske."

"Danne venskaber, føle at noget er terapeutisk (tegning/maling f.eks.)."

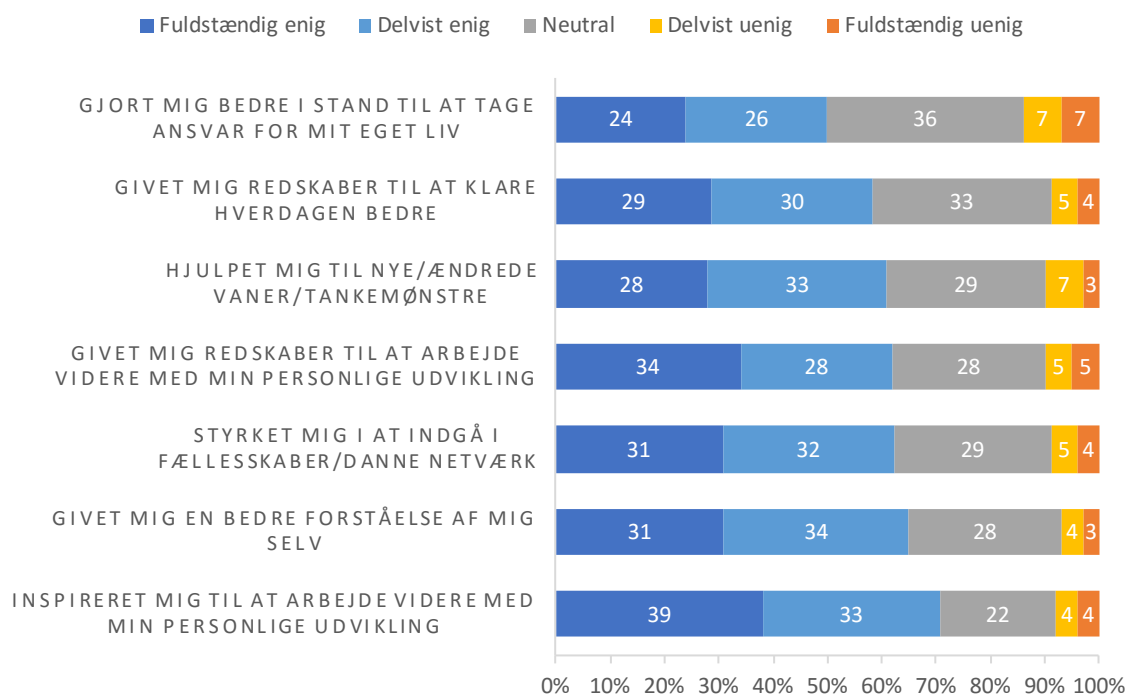
"Er blevet bedre til samtaler igen. Efter jeg har haft flere år, hvor jeg var meget langt nede."

"Har fået større selvtillid. Kan være sammen med andre mennesker uden at være nervøs/bange (i trykt miljø)."

## KURSISTERNES TILFREDSHED MED SKOLERNE



## KURSISTERNES UDBYTTTE AF KURSERNE



# Folkeoplysningen kan noget andet

- › På skolen er den enkelte kursist – og ikke patient eller en diagnose.
- › Skolen gør kursisterne i stand til at kontrollere deres lidelse – så lidelsen ikke kontrollerer dem.

**E**n af grundteserne for undersøgelsen har været, at folkeoplysningen kan noget andet end behandling. At der i organiseringen og metoden er en større ligestilling, og at der her kan være et fristed fra en diagnoseorienteret behandling. Et sted, hvor det fælles menneskelige i stedet er i fokus. I den følgende figur fremgår kursisternes svar til fem udsagn, der undersøger deres oplevelse af dette (se figuren til højre).

Af de fem udsagn er det ene af to udsagn, som flest kursister er enige i at: 'Jeg oplever ligestilling i forhold til skolens ansatte frem for en ekspert-klient relation'. For mange aftenskoler er netop den inddragende pædagogik, hvor underviseren sætter sig selv i spil en central metode. Især i arbejdet med psykisk sårbare er det et indsatsområde.

Over halvdelen af respondenterne oplever: 'Her bliver jeg i højere grad mødt som 'normal', end jeg har oplevet i behandlingssystemet'. Denne følelse af, at man ikke bliver stigmatiseret eller fastholdt i en selvstigmatisering er vigtig i forhold til en recovery-tankegang. Hvis sygdommen/sårbarheden ikke opfattes som en fast del af identiteten, men en midlertidig tilstand er det lettere at arbejde sig mod en bedring. Disse faktorer kan altså være medvirkende til, at over halvdelen af kursisterne også føler at skolen bedre end behandling har hjulpet dem med at opbygge deres selvverd og give dem styrke til at være dem, de er.

## Udsagn fra kursistbesvarelser

"Min psykologbehandling og Gallo Skolen er to forskellige ting. Den professionelle behandling er virkelig god. Og Gallo Skolen styrker mig i hverdagen (2 gange i ugen), og her bruger jeg mine (førhen skjulte) kreative evner. Og her lever jeg mit liv, gør de ting, jeg er god til og kan."

En anden måde at nærme sig en forståelse af, hvad skolerne betyder for deltagerne, er at undersøge, hvorvidt de støttes på vejen mod recovery. For at søge at beskrive, hvor langt respondenterne er, hvis man ser på deres livssituation med 'recovery-briller', blev de bedt om at vurdere, hvilket af fem udsagn der passer bedst på dem lige nu. De fem udsagn er udført, så de så vidt muligt svarer til de fem trin i recoveryprocessen (se Tabel 6).

Ser man på kursisters recovery sammen med vurdering af skolerne i forhold til andre behandlingsforløb, er det interessant, at ligegyldigt hvilket trin respondenterne ser sig selv på, opfatter de skolen som et godt supplement til behandling.

En anden måde at få en antydning af, hvad skolerne betyder, er at se på sammenhængen mellem kursisters indplacering i de fem trin og det antal år, de har været på skolerne. Der ser ud til at ske noget, når kursisterne har været tilknyttet skolen i tre år eller mere, hvor mere end 20 pct. af dem, der har været der i tre, fire eller flere år synes, at de lever et godt liv. Det

ser ikke ud til at være en direkte fremadskridende proces, men sammenligner man kursister, der lige er startet, og kursister, der har været tilknyttet skolen fire år eller mere, er tendensen klar. Noget kan altså tyde på, at det er godt for deltagerne recoveryproces at være tilknyttet skolen i længere tid.

## RECOVERY

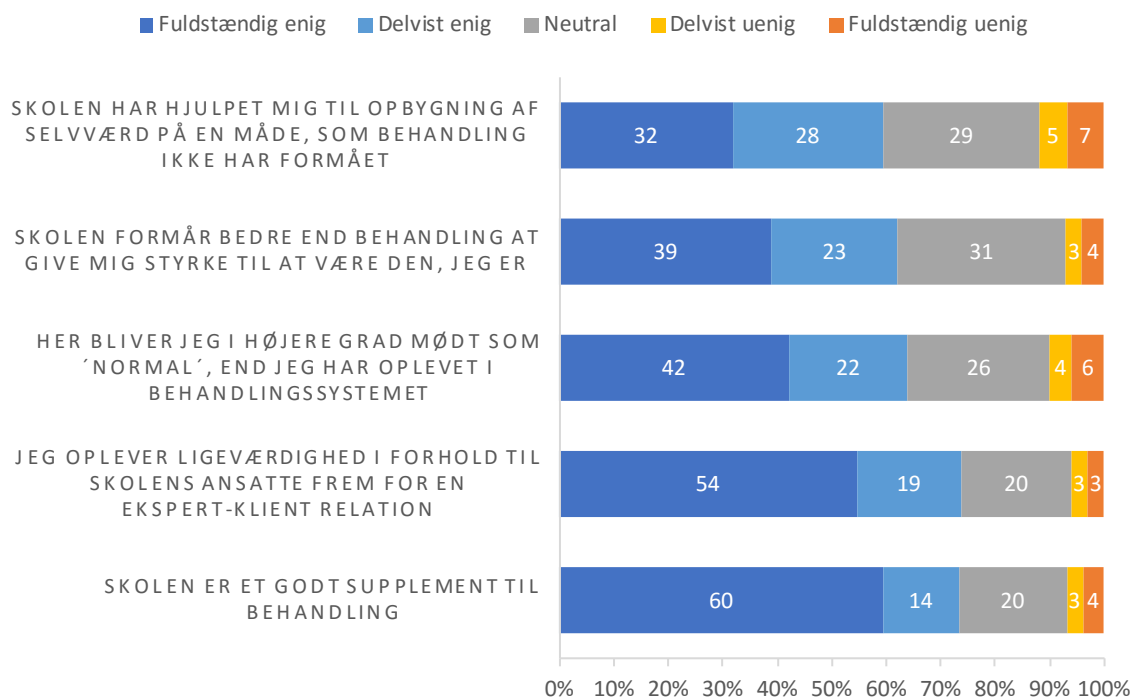
› Recovery er en nyere tilgang til psykisk sårbarhed, hvor handlekraft og meningsfuldhed er centrale elementer i den enkeltes sundhed. Håb, ansvar og afvisningen af at blive fastholdt i en sygdomsrolle er centrale faktorer i recovery.

› Recovery ses som en helt individuel proces, som den enkelte må påtage sig ansvaret for. De vigtige elementer i processen er at skabe og opretholde håb, genskabe en positiv identitet, skabe et meningsfuldt liv, samt at man tager ansvaret for sig selv og ikke føler, at sygdommen dominerer ens liv.

› Processen er beskrevet som en udvikling med fem trin eller stadier, som er beskrevet i figuren ved siden af (Tabel 6).



## SKOLERNES BETYDNING



**Tabel 6: Kursisternes egen vurdering af, hvor de er i forhold til de fem recoverytrin**

Recoveryprocessens fem trin	Udsagn i spørgeskemaet	Svar i procent
<b>Moratorium</b> – en periode med tilbage-trækning karakteriseret ved en dyb følelse af tab og håbløshed.	Jeg synes, mit liv virker håbløst, og jeg føler mig fortabt.	5
<b>Bevidsthed</b> – erkendelsen af, at ikke alt er tabt, og at et tilfredsstillende liv er muligt.	Jeg synes, at det er hårdt lige nu, men jeg tror på, at det er muligt at få et godt liv.	27
<b>Forberedelse</b> – man tager bestik af sine stærke og svage sider med henblik på recovery, og man begynder at arbejde på at udvikle sine recoveryfærdigheder.	Jeg synes, at jeg ved, hvad jeg er god til, og hvad jeg skal arbejde med for at få et godt liv.	21
<b>Genopbygning</b> – aktivt arbejde hen imod en positiv identitet, opstilling af meningsfulde mål og at tage kontrol over eget liv.	Jeg synes, jeg arbejder aktivt med at se de gode ting ved mig selv og mit liv, og jeg arbejder med at tage ansvar for de ting, der sker.	31
<b>Vækst</b> – at leve et meningsfuldt liv karakteriseret ved selvstyring af sygdom, modstandskraft og en positiv selvopfattelse.	Jeg synes, jeg lever et godt liv, hvor jeg er god til at håndtere min psykiske sårbarhed/sygdom. Jeg føler, at jeg er robust og indgår i meningsfulde sammenhænge.	17

# Gode resultater – men ringe udbredelse

➤ Større udbredelse vil sikre, at flere kan modtage tilbuddet – til glæde og gavn for mange mennesker!

**J**eg ventede fire år på en førtidspension hvor jeg havde 400 kr. til mad pr. md. Her fik jeg stor hjælp af at gå på skolen + at jeg brugte trommer til at træne min hjerne. Jeg kunne ikke få hjælp andre steder. I min pensionstid endte det som sagt med, at jeg arbejdede mig op til at blive trommeslager. Produktionsværkstedet hjalp mig til at få mad hver dag i den fire år lange ventetid + mennesker at snakke med, da jeg ellers ville være fuldstændig isoleret fra omverden på grund af sygdom og fattigdom.” Sådan beskriver en af kursisterne sin brug af skolen i en svær tid. Et fristed og en redningsplanke.

Mange af de kursister, der har deltaget i undersøgelsen, giver udtryk for andre stærke, personlige erfaringer med skolerne, og tendensen

er klar: Kursisterne er utroligt glade for deres skoler, har stort udbytte af kurserne og føler, de får både redskaber og netværkserfaring, som de kan bruge i fremtiden.

Der er noget, der tyder på, at mange flere kunne have god gavn af tilbud som de 12 skolars. I mange kommuner er det dog ikke en prioritet at have denne type tilbud. Tidligere har daghøjskolerne varetaget en stor del aktiviteter til denne målgruppe. Men siden 2001 har der været et fald i daghøjskoler fra 169 skoler til omkring 25-30 skoler. Derfor giver det god mening at aftenskolerne tager over. Nærværende undersøgelse viser, at aftenskolerne kan løfte opgaven.

I forhold til arbejdet med psykisk sårbare og psykisk syge er der i høj grad en ressource i folkeoplysningen. Ser man på de 12 deltagende

aftenskolers rekruttering, ser det ud til, at noget af det, de er gode til, er at samarbejde med det offentlige, behandlingssystemet og andre netværk. Rigtig mange kursister er blevet inspireret af en rådgiver, anden form for behandler eller af deres familie/venner. Kun omkring hver femte har opsøgt skolen på grund af brochurer eller information de har fundet på nettet. Det kunne således tyde på, at når sådanne skoler bliver prioriteret i en kommune, bliver de også i stor udstrækning brugt og henvist til.

Det er håbet, at denne folder kan være med til at skubbe til en udvikling, så flere kommuner rundt om i landet kan se fordelene ved at have tilsvarende tilbud til deres borgere. Der er folkeoplysere derude, der er klar til at tage udfordringen op. Der er også et behov. Der mangler blot den kommunale opbakning.



”Det er bedre at lære folk at svømme,  
end at blive ved med at redde dem fra at drukne ...”



**Videncenter**  
for Folkeoplysning



DANSK OPLYSNINGS FORBUND