



© ALM



© ALM



Evalueringsrapport for projektet

Matching Brains

Mette Ryssel Bystrup og Helle Bak Christensen
Ungementorer i Region Midtjylland

December 2025

Med støtte fra
TrygFonden

midt
regionmidtjylland



Indledning

Vi vil i denne rapport evaluere på projekt **Matching Brains**, som havde til formål at udvikle og afprøve et kvalificeret og bæredygtigt peer-to-peer tilbud målrettet unge med en hjerneskade eller langvarige følger efter en hjernerystelse.

Projektperioden forløb fra forår 2023 til efterår 2025 og blev støttet af Trygfonden med 347.872 kroner.

Projektet blev gennemført af Region Midtjyllands to ungementorer, Helle Bak Christensen og Mette Ryssel Bystrup, og var forankret på Regionshospitalet Hammel Neurocenter. Projektet har kun været muligt at realisere grundet TrygFondens donation og grundet samarbejdspartneres støtte til projektet.

Formålet med denne evaluering er 1) at udbrede og nuancere kendskabet til peer-to-peer-støtte til andre sammenhænge, og 2) at andre interesserede kan blive klogere på vores arbejde og bruge rapporten med dets anbefalinger og resultater som inspiration.

Denne evaluering indeholder en evaluering af projektets opstillede mål, projektets proces og resultater samt at beskrive det arbejde, der ligger foran os nu; herunder fortsat implementering, bæredygtighed og anbefalinger til andre, der ønsker at opstarte peer-to-peer-støtte til unge med en påvirkning på hjernen eller andre relaterede målgrupper. påvirkning på hjernen eller andre relaterede målgrupper.

Indholdsfortegnelse

1. Projektets indhold	2
1.2 Projektets succeskriterier	2
1.3 Baggrund	3
1.4 Målgruppe	3
2. Metode	4
2.1 Spørgeskema 1	4
2.2 Spørgeskema 2 om Matching Brains uddannelsen	5
2.3 Løbende mundtlige stop op	5
2.4 Interview med de unge (interviewguide 1)	5
2.5 Fokusgruppeinterview med de to ungementorer (interviewguide 2)	6
3. Ethiske overvejelser i forbindelse med projektet og dataindsamling	7
3.1 Skriftlige invitationer og informationsmaterialer	8
4. Evaluering og effekt af aktiviteter	10
4.1 Matching Katalog	10
4.2. Matching Brains uddannelsen	11
4.3 Caféarrangementer (bilag 2)	14
4.4 Match	18
4.5. Følgegruppemøder	20
4.6 Inspirationsture	21
5. Succeskriterier	23
5.1. Gennemførelse af Matching Brains uddannelsen	23
5.2. Matching af peers	24
5.3 Øget trivsel og livskvalitet	24
5.4. Tilbagevende til eller fastholdelse af uddannelse og job (bilag 3)	25
5.5. Forbedret socialt liv	27
5.6 Formidling om peer-to-peer-fællesskaber	28
6. Fremtidsperspektiv	30
7. Konklusion og anbefalinger	31
Anbefalinger: Peer-to-peer-tilbud	32
Anbefalinger: Facilitering af et rum	32
Anbefalinger: Praktiske forhold	33
Litteraturliste	34
Bilag 1: Metodiske tilgange	35
Bilag 2: Oversigt over caféarrangementer og invitationer	45
Bilag 3: Oversigt over beskæftigelse ifbm. tilknytning til Matching Brains	46
Bilag 4: Oversigt over formidling	48

1. Projektets indhold

Projektaktiviteterne i Matching Brains bestod af følgende:

- Matching Katalog
- Matching Brains uddannelse
- Match (inklusiv opstart v. ungementor og løbende sparring/supervision)
- Caféarrangementer
- Følgegruppemøder
- Inspirationsture
- Formidling

Vi vil beskrive hver enkelt aktivitet, evaluere på indsigter/læring forbundet med aktiviteten samt effekten af den i denne rapport.

1.2 Projektets succeskriterier

Vi opstillede nedenstående succeskriterier, som vi i rapporten vil evaluere på ved at begrunde, hvorfor de er opstillet, evaluere på om de er opfyldt, og hvordan vi fremadrettet vil forholde os til dem:

- At mindst 20 unge gennemfører Matching Brains uddannelsen
- Mindst 16 peers matches med 16 unge
- 80% af de unge kan rapportere om øget trivsel og livskvalitet
- At 80 % af de unge deltagere har tilknytning til uddannelsessystemet/job
- Større socialt netværk eller øget kvalitet i deres sociale relationer
- At 20 rehabiliteringsinstitutioner modtager direkte viden om vores peer-to-peer støtte samt mindst 20 opslag på sociale medier



1.3 Baggrund

At være ung med en erhvervet hjerneskade eller langvarige følger efter en hjernerystelse er en særlig sårbar kombination. Både de fysiske og kognitive funktionsnedsættelser, og de psykiske følger deraf øger risikoen for at "falde udenfor" samfundet. Eksempelvis kan det være svært at gennemføre en uddannelse eller finde en plads på arbejdsmarkedet (Graff et al, 2018). Risikoen for at sygdomsforløbet fører til eksklusion fra sociale fællesskaber, eller at der opstår en psykisk lidelse som depression og angst eller andre u hensigtsmæssige konsekvenser er ligeledes bekymrende høj (Doser et al, 2018). Den unge livsfase er kendetegnet ved, at identitetsdannelse er under udformning, og den proces bliver udfordret af, at man ikke længere føler sig som den samme eller kan det samme, som før skaden (Larsen og Glinthborg, 2018). Unge befinder sig i en livsfase med stor omskiftelighed, og hvor venskaber er under forandring, bl.a. fordi forskellige interesser og uddannelsesretninger medfører flytninger og nye fællesskaber. En hjerneskade eller hjernerystelse kan udfordre muligheden for at deltage i sociale fællesskaber pga. forskellige typer af begrænsninger (udtrætning, lydfølsomhed mv.) og mindske muligheden for at etablere nye venskaber (Bystrup et al, 2022). Dette

begrænser muligheden for at trække på sociale relationer i forhold til den nye livssituation efter skaden. Alt dette udfordrer trivslen og livskvaliteten for de unge.

Dog ved vi, at støtte fra mennesker i en lignende situation kan bidrage positivt til accept og identitetsmæssige udfordringer og således påvirker livskvaliteten og det psykiske helbred i positiv retning (Cutler et al, 2016). Det gælder både for den, der yder støtten og den, der modtager den (Bakmann et al, 2019; Hoffmann et al, 2019). Et godt match mellem to unge er essentielt, ligesom den, der yder støtten skal uddannes, og der skal være en tryk ramme for begge peers. Peer-to-peer støtte har med stor succes været anvendt indenfor sygdomme, der har ramt kroppens fysiske funktionsniveau fx rygmarvsskadede (Hoffmann et al, 2019) og kræftramte (Hu et al, 2019). Ligeledes er der gode erfaringer fra psykiatrien (Kessing 2021). Dog er der meget begrænsede erfaringer med peer-to-peer-støtte for målgrupper, der er ramt på deres kognition. Det har kun spora-disk været afprøvet inden for hjerneskadeområdet i Danmark, og i de få tilfælde har det primært været ældre borgere, og med et lille antal deltagere.

1.4 Målgruppe

Projektets primære målgruppe var unge (15-30+ årige) med erhvervet hjerneskade eller langvarige følger efter hjernerystelse fra de otte midtjyske kommuner, som samarbejder med Region Midtjyllands ungementorer (Norddjurs, Syddjurs, Favrskov, Viborg, Hedensted, Silkeborg, Horsens og Skanderborg).

Projektets sekundære målgruppe var ungementorernes samarbejdskommuner, Socialstyrelsen,

Sundhedsstyrelsen, Videnscenter for hjernerystelse, Vestdansk Videnscenter for Neurorehabilitering, Hjernerystelsesforeningen, Hjerneskadeforeningen og Hjernesagen og øvrige rehabiliteringsmiljøer i Danmark og i udlandet. Her er der en stor efterspørgsel på peer-to-peer-støtte, men med manglende praksiserfaring. Dette videns- og erfaringshul havde projektet også til hensigt at udfylde.

2. Metode

Metoden til løbende indsamling af empiri til procesevalueringen af projektet har bestået af (se også bilag 1):

- Spørgeskema til at vurdere progression og udvikling, hvad angår trivsel, livskvalitet, accept, mening i livet, social livssituation, uddannelse/jobstatus og håndtering af hverdagslivet (**spørgeskema 1 i bilag 1**)
- Spørgeskema med Matching Brains uddannelsens deltagere om oplevelsen af at deltage i uddannelsen (**spørgeskema 2 i bilag 1**)
- Løbende mundtlige stop op (i form af ind- og udtjekning) med deltagerne på både uddannelser og caféarrangementer
- Individuelle telefoninterviews med "nye" og "erfarne" unge (ekstern evaluator) (**interviewguide 1 i bilag 1**)
- Fokusgruppeinterview med ungementorerne (ekstern evaluator) om Matching Brains erfaringer (**interviewguide 2 i bilag 1**)

Samlet set har den metodiske tilgang været pragmatisk for at få flest mulige forskellige stemmer og perspektiver repræsenteret. Det har været nødvendigt grundet den sårbare målgruppe. Endvidere har nedslagstidspunkterne været forskellige, da vi ønskede at få oplevelser og erfaringer fra hele projektperioden repræsenteret. I det følgende vil der blive redegjort for metodiske overvejelser, og hvordan de forskellige metoder har dannet grundlag for evalueringen.



2.1 Spørgeskema 1

Spørgeskema 1 til at vurdere progression og udvikling, hvad angår trivsel, livskvalitet, accept, mening i livet, social livssituation, uddannelse/jobstatus og håndtering af hverdagslivet, bestod af en sammenstyknings af baggrundsoplysninger herunder helbred og tilfredshed med eget liv samt to validerede spørgeskemaer; New general self-efficacy-scale omhandlende tiltro til egne evner og USER-P spørgeskemaet omhandlende hverdag og aktiviteter efter rehabilitering.

Spørgeskema 1 var planlagt til udfyldelse ved påbegyndt Matching Brains uddannelse og efter ½ års tilknytning til projektet. Det første hold besvarede spørgeskemaet.

Erfaringerne herfra viste dog nogle store uforudsete udfordringer:

- Udtrætningen blandt de unge var massiv, hvilket påvirkede den efterfølgende deltagelse i uddannelsen.
- Flere af de unge havde brug for støtte af ungementorerne til at udfylde spørgeskemaet, hvilket medførte mangel på anonymitet
- Vi vurderede, at det var u hensigtsmæssigt at opgøre trivsel på den måde, fordi mange forskellige faktorer sandsynligvis alligevel også vil spille ind, og at det derfor ikke vil kunne føres direkte tilbage til Matching Brains.
- Vi vurderede, at de unges mundtlige udfoldelser omkring trivsel var mere relevant til at belyse emnet.

2.2 Spørgeskema 2 om Matching Brains uddannelsen

Spørgeskemaet indeholdt spørgsmål vedrørende rammer, indhold og facilitering af Matching Brains uddannelsen, men også åbne spørgsmål, hvor de unge kunne uddybe deres oplevelser/erfaringer og komme med forslag til ændringer. Spørgeskemaet blev besvaret ved afslutningen af uddannelsesforløbet og giver derfor et billede af deres umiddelbare opfattelser, mens de var frisk i erindring. 23 ud af de 28 deltagere på de 4 afholdte Matching Brains uddannelser besvarede spørgeskemaet anonymt.

2.3 Løbende mundtlige stop op

Begge ungementorer har løbende lavet noter på baggrund af mundtlige tilbagemeldinger fra de unge samt egne refleksioner om, hvad der fungerede og ikke fungerede ifbm. projektet. Noterne er anvendt som supplement ifbm. denne procesevaluering samt til løbende justeringer af projektets aktiviteter.



2.4 Interview med de unge (interviewguide 1)

På interviewtidspunktet havde 13 deltagere ("erfarne unge") gennemført Matching Brains uddannelsen, mens yderligere fem ("nye unge") var tilknyttet projektet som matches. Alle de 18 unge blev kontaktet pr. sms af én af ungementorerne og adspurgt om at deltage i et fokusgruppeinterview af halvdan times varighed. Forventningen var, at et fokusgruppeinterview kunne give mulighed for at udfolde forskellige perspektiver, hjælpe hinandens hukommelser og skabe synergi ift. at forstå fænomenet. Der var dog kun få

positive tilkendegivelser på forespørgslen pga. logistiske udfordringer, udtrætningsproblematikker og det fastsatte tidspunkt. I stedet blev de adspurgt om at deltage i individuelle telefoninterviews på et tidspunkt, der passede dem. 16 ud af 18 mulige gav positivt tilsagn og blev alle interviewet via telefon. 11 af de 16 havde gennemført Matching Brains uddannelsen.

Interviewene varede 10-15 minutter og tog afsæt i en semistruktureret interviewguide (Kvale & Brinkmann, 2009) med det overordne-

de formål at undersøge deres erfaringer med Matching Brains. De unge havde forskellige forudsætninger rent sprogligt og kognitivt for at blive interviewet. Dette skyldes alder, social baggrund, længden af deres sygdomsforløb og i særdeleshed følgernes sværhedsgrad. Således blev interviewet tilpasset den enkelte, fx ift. hvor konkret spørgsmålene blev stillet, hvilke ord der blev brugt, hvor meget tid/pauser der var behov for for at svare på spørgsmålene, samt hvor mange opfølgende spørgsmål der blev stillet (Pater-son and Scott-Findlay, 2002).

Intervieweren var ekstern evaluator og kunne således indtage en udefrakommende og uvildig position uden interesser i Matching Brains og med forventningen om, at de unge således kun-

ne ytre sig frit. Intervieweren havde på forhånd tilegnet sig viden om projektet i form af skriftligt materiale (projektbeskrivelse og spørgeskema-besvarelser) og via mundtlig indføring af de to ungementorer. Det gav et forhåndskendskab, der kunne trækkes på, hvis der var behov for at støtte de unges hukommelse undervejs (fx hvad er et caféarrangement eftersom det nemt kunne sammenblandes med ungementorernes afhol-delse af andre netværksarrangementer) samt for at kunne stille relevante opfølgende spørgsmål. Intervieweren havde indgående kendskab til hjerneskaderehabilitering (og de sproglige og kognitive vanskeligheder, der kan følge med) samt med en masteruddannelse, bl.a. omhand-lende dialogiske kompetencer.

2.5 Fokusgruppeinterview med de to ungementorer (interviewguide 2)

Den eksterne interviewer gennemførte et interview med de to ungementorer, der havde til formål at opsamle ungementorernes erfaringer med at opbygge og støtte de unge i at deltage i et menings-fuldt fællesskab samt at skabe en fælles refleksion om udviklingen af, og processen med, Matching Brains projektet. Dette interview varede en time og blev gennemført som et semistruktureret inter-view (Kvale & Brinkmann, 2009). Interviewet blev gennemført med en åben spørgeteknik og med mulighed for, at de to ungementorers forskellige perspektiver kunne få plads, samt at nuancer kunne udfoldes.





3. Etiske overvejelser i forbindelse med projektet og dataindsamling

Alle unge fik mundtlig og skriftlig viden (flyer) om Matching Brains projektet af de to ungemen-torer.

Alle deltagerne blev ifbm. opstart af uddannelse, til caféarrangementer og match informeret om, at de indgår en indbyrdes tavshedspligt med hinanden, så det der bliver sagt i rummet forbliver der.

Interviewdeltagerne modtog en skriftlig invitation til deltagelse i interviewet med dets formål. Desuden modtog de information om indsamling og behandling af personoplysninger forbundet med spørgeskemaerne og interviewene samt dokumentet "Oplysningspligt til forskning og publicering".

Sidstnævnte var pga. udgivelsen af en peer-reviewed artikel (se bilag 4), hvor spørgeskemaer og interviews indgik som empiri. SMS vedrørende interviewet fungerede som samtykke til, at intervieweren måtte kontakte dem for et telefonisk interview. Intervieweren indledte interviewene med at informere dem om interviewets formål og fik deres mundtlige samtykke til, at interviewet måtte blive optaget og brugt i evalueringssammenhæng samt oplyste de unge om deres frivillige deltagelse og muligheden for at trække sig til enhver tid. Alle interviewene er blevet transskriberet, og alle personhenførbare data er slettet og erstattet af pseudonymer både her i evalueringsrapporten og i artiklen.

3.1. Invitationer, informationsmaterialer og flyers

Bliv en del af Matching Brains

Matching Brains matcher dig, der har oplevet påvirkning af hjernen, med en ung, der allerede har været i et ungementorforløb i mindst et år. Du og din unge peer-match er begge mellem 15 og 30 år.

Du og dit peer-match mødes og snakker sammen om livet efter en påvirkning af hjernen, og i har mulighed for at spejle jer i hinanden og jeres personlige erfaringer.

Matching Brains er også et fællesskab, hvor du og din peer mødes med ungementorerne og andre unge i en lignende situation til hyggelige aktiviteter.

Hvad siger du ja til?

- Kontakt 2-3 gange pr. måned med din peer i et halvt år (fysisk eller virtuelt)
- Fællesarrangementer på Hammel Neurocenter hver anden måned sammen med din peer

Hvorfor skal du deltage?

- Mulighed for personlig udvikling
- Øget bevidsthed om egen situation
- Spejling i og deling af erfaringer med andre unge i en lignende situation
- Sparring til håndtering af din ændrede livssituation
- Deltagelse i et fællesskab med andre unge i en lignende situation



Hvordan opstarter vi?

Første gang du mødes med din peer, vil din ungementor være med for at støtte jer i at komme godt fra start.

Sted

- Du og din peer bestemmer selv, hvor i mødes, og om det skal være fysisk eller virtuelt
- De fysiske fællesarrangementer afholdes som udgangspunkt på Hammel Neurocenter

Hvornår?

Når du siger ja til at blive kontaklet af din peer, og det passer jer at mødes.

Hvad koster Matching Brains forløbet?

- Det er gratis for alle at deltage
- Du får betalt dine transportudgifter
- Du får mad og drikke til arrangementerne

Ses vi?

Har du spørgsmål, eller ønsker du at tilmelde dig Matching Brains?

Ungementor:
Helle Bak Christensen
Mobil: 23 74 41 43
Mail: helchrist@rm.dk

Mette Ryssel Bystrup
Mobil: 23 74 41 43
Mail: metbys@rm.dk

MATCHING BRAINS

– for dig, der er ung med en påvirkning af hjernen



Ungementor
Regionshospitalet Hammel Neurocenter
Vejlvsvej 11
8400 Hammel

Hospitalsenhed Midt
Hammel Neurocenter
Ungementor

Kontakt os her

Hvis du har spørgsmål til Matching Brains, er du velkommen til at kontakte en af ungementorerne:

Helle Bak Christensen
Mobil: 23 74 41 43
Mail: helchrist@rm.dk

Mette Ryssel Bystrup
Mobil: 23 74 41 43
Mail: metbys@rm.dk

MATCHING BRAINS

– for dig, der er vores samarbejdspartner

Matching Brains

Matching Brains er et peer-to-peer tilbud målrettet unge med en erhvervet hjerneskade eller langvarige følger efter hjernerystelse.

Hvem får tilbudt at blive matcher?

- Unge, der har været i et ungementorforløb (erfarne) bliver tilbudt Matching Brains-uddannelsen og får mulighed for at blive matchet med en af de nyligt tilskadede unge

Hvad omfatter Matching Brains?

- 3 uddannelsesdage (for erfarne peers)
- Peers »mødes« (fysisk eller virtuelt) 2-3 gange om måneden i et halvt år
- Erfarne peers modtager supervision med en af ungementorerne én gang om måneden
- Fællesarrangementer for peers, der som udgangspunkt afholdes på Hammel Neurocenter hver anden måned

Hvordan starter vi op?

En af ungementorerne mødes med de to peers den første gang og støtter dem i at komme godt fra start.

Hvad koster det?

- Det er gratis for alle at deltage
- Transportudgifter vil blive refunderet
- Der vil være forplejning til arrangementerne

Uddannelsens indhold

- Roller og ansvar
- Kommunikation
- Personlige grænser
- Forandring og motivation
- Livshistorie

Hvorfor skal de unge deltage i Matching Brains?

- Mulighed for personlig udvikling
- Spejling i og deling af erfaringer med andre unge i en lignende situation
- Deltagelse i et fællesskab med andre unge i en lignende situation
- Bevare tilknytningen til ungementorerne efter endt forløb

Hvor længe varer Matching Brains?

Vi uddanner og matcher unge i 2023 og 2024 og afslutter projektet i midten af 2025.

Hvordan afsluttes Matching Brains?

Projektet afsluttes med en rapport.

Hvordan er Matching Brains finansieret?

Trykfonen har bevilget midler til projektet.

Hvem er samarbejdspartnere i Matching Brains?

Ungementorerne otte samarbejdskommuner (Silkeborg, Favrskov, Skanderborg, Horsens, Sæddjurs, Norddjurs, Viborg og Hedensted)

- Eventuelle kommuner, der tilkøber et ungementorforløb

Hvem er i følgegruppen?

- Ungeenheden i Hedensted Kommune
- Hjerneskadekoordinator i Norddjurs Kommune
- Hjerneskadekoordinator i Favrskov Kommune
- Hjerneskadeforeningen i Hjernestaden
- En ung med hjerneskade
- En ung med langvarige følger efter hjernerystelse
- De to ungementorer Helle Bak Christensen og Mette Ryssel Bystrup

Bliv en del af Matching Brains

Matching Brains matcher dig, der har været i et ungementorforløb i mindst et år (erfarne peer), med en ung med påvirkning af hjernen. Du og din unge peer-match er begge mellem 15 og 30 år. Du og dit peer-match mødes og snakker sammen om livet efter en påvirkning af hjernen, og i har mulighed for at spejle jer i hinanden og jeres personlige erfaringer. Matching Brains er også et fællesskab, hvor du og din peer mødes med ungementorerne og andre unge i en lignende situation til hyggelige aktiviteter.

Hvad siger du ja til?

- 3 uddannelsesdage fordelt på 3 uger
- Kontakt 2-3 gange pr. måned med din peer i et halvt år (fysisk eller virtuelt)
- En snak (supervision) med en af ungementorerne én gang om måneden
- Fællesarrangementer på Hammel Neurocenter hver anden måned sammen med din peer

Hvorfor skal du deltage?

- Mulighed for personlig udvikling
- Øget bevidsthed om egen situation
- Deltagelse i et fællesskab med andre unge i en lignende situation
- Støtte en anden ung person
- Bevare tilknytningen til ungementorerne og netværket af unge



Uddannelsen

Indhold

- Roller og ansvar
- Kommunikation
- Personlige grænser
- Forandring og motivation
- Livshistorie

Sted

Uddannelsesdagene afholdes som udgangspunkt på Hammel Neurocenter.

Tidspunkt

Uddannelsesdagene afholdes den 25. august, 5. september og 12. september 2023.

Hvad koster Matching Brains forløbet?

- Det er gratis for alle at deltage
- Du får betalt dine transportudgifter
- Du får mad og drikke til arrangementerne

Ses vi?

Har du spørgsmål, eller ønsker du at tilmelde dig Matching Brains?

Kontakt din ungementor:
Helle Bak Christensen
Mobil: 23 74 41 43
Mail: helchrist@rm.dk

Mette Ryssel Bystrup
Mobil: 23 74 41 43
Mail: metbys@rm.dk

MATCHING BRAINS

– for dig, der er erfarne ung



Ungementor
Regionshospitalet Hammel Neurocenter
Vejlvsvej 11
8400 Hammel

Hospitalsenhed Midt
Hammel Neurocenter
Ungementor

Hammel den 11. december 2023

Kære erfarne unge i Matching Brains projektet

Vi glæder os til at se jer den **11. januar kl 9.30-13** i Hammel. Vi mødes ved **indgang D på Urbakkevej**

Inden vi mødes vil vi bede jer om at overveje, hvad I har af forventninger til jeres deltagelse i Matching Brains.

Programmet er:

Kl 9.30: Velkomst, praktisk og forventninger

Kl 10.30: Pause (Goodie bags)

Kl 10.45: Roller og ansvar

Kl 11.30: Frokostpause (Sandwich)

Kl 12.00: Hvordan "vandes" og "gødes" du?

Kl 13: Tak for i dag

De øvrige to mødegange er **d. 18. og 25. januar kl 9.30-13.**

Vi glæder os til at se jer

Med ønske om glædelig jul og godt nytår fra

Ungementorerne, Helle og Mette



Matching Brains caféarrangement



Sted: Fortebakken 31, 8240 Risskov (hos ungementor Mette)

Tidspunkt: Tirsdag d. 24. september kl 13-15

Hvem: Unge der har deltaget i Matching Brains uddannelse og unge der er blevet matchet med dem

Hvad: Vi presser æbler og skaber rum til refleksion

Medbring:

Udendørstøj der passer til vejret og som må blive beskidt.

Æbler (hvis ikke du har/finder nogen, så kom du selvfølgelig bare uden)

Et par (glas)flasker du kan have æblejuice i

Forplejning: Vi serverer en æblekage og lidt at drikke, men du er altid velkommen til at bage en kage, hvis du har lyst og overskud til det.

Vel mødt til en hyggelig dag.

Kærlig hilsen

Ungementorerne,
Helle og Mette



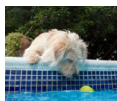
Matching Brains caféarrangement

Sted: Virtuelt eller lokale 15 på Satellitten på Hammel Neurocenter, indgang B, niveau 2

Tidspunkt: Den 14. november kl 15.30-17.00

Hvem: Unge der har deltaget i Matching Brains uddannelse og unge der er blevet matchet med dem

Hvad: Vi snakker om forventninger til sig selv og forventninger fra andre. Derudover skaber vi plads til at dele erfaringer om emner som optager dig lige nu.



Link til virtuel deltagelse:

<https://rooms.rm.dk/webapp/conference/467310@rooms.rm.dk?pin=15368>

Pinkode: 15368

Vi glæder os til at samle jer og få gode dialoger sammen:-)

Kærlig hilsen

Ungementorerne,
Helle og Mette

Matching Brains caféarrangement



Sted: Hammel Neurocenter lokale 13 (vi mødes indgang B, Urvej 10B)

Tidspunkt: Mandag d. 16. juni kl. 11.00-13.00

Hvem: Unge der har deltaget i Matching Brains uddannelse og unge der er blevet matchet med dem

Forplejning: Vi inviterer på en sandwich og en sodavand

Hvad: Hvordan bliver du et helt menneske efter en hjernerystelse eller en hjerneskode?

Hvordan finder du mening med og sammenhæng i dit liv med de ændrede livsvilkår?

Hvordan balancerer du krav og ressourcer?



I deler erfaringer med hinanden og vi kommer med input til dagens emne.

Vel mødt til en hyggelig dag.

Kærlig hilsen

Ungementorerne,
Helle og Mette

4. Evaluering og effekt af aktiviteter

Evalueringen af projektaktiviteterne vil dels bestå af en beskrivende del, hvor der redegøres for, hvordan aktiviteten er udført og processen omkring det, samt en analyserende og tolkende del, hvor det forklares, hvad der har fungeret eller det modsatte.

Således vil vi også tydeliggøre, hvilke nye indsigter vi løbende har gjort os, hvilke forandringer der er opnået med aktiviteten samt dets effekt.

Projektaktiviteterne, der nu vil blive evalueret bestod af følgende:

- Matching Katalog
- Matching Brains uddannelse
- Match (inklusive opstart v. ungementor og løbende sparring/supervision)
- Caféarrangementer
- Følgegruppemøder
- Inspirationsture
- Formidling

4.1 Matching Katalog

Beskrivelse

Alle unge blev i forbindelse med tilknytningen til Matching Brains projektet (for erfarne unge ved deltagelse i Matching Brains uddannelsen og for nye unge ved match) registreret i et fysisk matching katalog med følgende oplysninger: Alder, kommune, skadetype, uddannelse/job tilknytning, mulighed for at mødes virtuelt, udfordringer, typen af symptomer og interesser. Senere blev samlivsstatus, herunder børn, tilføjet som en oplysning.

Matching kataloget dannede grundlag for ungementorernes match mellem de unge.

Nye indsigter/læring

Erfaringerne viste, at samlivsstatus herunder børn var et væsentligt matching kriterie, da samspillet i hverdagen kan fylde rigtig meget. Det kan både være meget energikrævende men også glædesfyldt og livgivende. Samtidig kan det være et element, der kan være svært at skrue op og ned for i hverdagen og således påvirke hjerne-

træthed og udfordre strategier om energiforvaltning. Derfor blev henholdsvis samlivsstatus og børn også tilføjet Matching Kataloget.

Geografi og præferencer ift at mødes fysisk viste sig betydningsfuldt at forholde sig undersøgende til ifbm. match. Hvor nogen foretrak, at de boede i en afstand, så de kunne mødes fysisk, havde andre gode erfaringer med sms-kontakt eller telefonisk/virtuel kontakt.

Kendskab til de unges livsværdier kan være svært at opstille i et matching katalog, men viste sig betydningsfuldt og som et væsentligt matching-kriterie, fx den betydning et kæledyr kan spille for nogens liv.

Der var behov for at være yderligere undersøgende på de unges beskæftigelsessituation, så det ikke kun fremgik som overordnede termer i matching kataloget (fx uddannelse). Der kunne være store variationer under hver kategori, der kunne have betydning for erfaringsudvekslingen

og spejlingsværdien. Et eksempel er uddannelser med eller uden mødepligt, eller en praktisk uddannelse vs en mere teoretisk uddannelse, som udfordrer et hoved på forskellig vis.

Effekt

Overordnet set viste Matching kataloget sig betydningsfuldt ift. at have et overblik over unge og hurtigt at kunne genkalde fakta om dem, og sandsynligvis en nødvendighed, hvis matchene strækker sig over en længere årrække, ved udskiftning af personale, eller hvis ikke vi ungdommentorerne i forvejen havde haft så indgående et kendskab til de enkelte.



4.2. Matching Brains uddannelsen

Beskrivelse

Matching Brains uddannelsen blev udviklet og afholdt af de to ungementorer på baggrund af inspirationsturene, tilgængelig viden fra uddannelser, inspiration fra litteraturen (fx Hofmann et al, 2019) samt åben dialog¹ (Seikkula og Arnkil, 2014). Uddannelsesindholdet havde følgende overordnede temaer:

- Roller og ansvar (forventningsafstemning)
- Kommunikation (åben dialog, aktiv lytning, spørgsmålstyper, kropssprog)
- Personlige grænser (respekt for egne og andres livsværdier, autonomi, ansvarstagen)
- Forandring og motivation (anerkendende tilgang, håbsbærere, den motiverende samtale)
- Livshistorie (livsvidner, livshistorie, alternative fortællinger)

Matching Brains uddannelsen foregik på Regionshospitalet Hammel Neurocenter og varede tre dage fra kl 9.30-13 med en uges mellemrum.

Deltagerne fik goodie-bags med snacks og sandwich til frokost, som sikrede løbende energioptankning og et fælles samlingspunkt.

Nye indsigter/læring

En optælling af spørgeskemaerne viser, at alle deltagerne var tilfredse eller meget tilfredse med uddannelsen i sin helhed². Den samme tilfredshed var der forbundet med den interaktive undervisningsform³, hvor der var en veksel mellem små oplæg fra ungementorerne, øvelser alene eller i grupper og fælles dialog. Materialet⁴ som bestod af udprintede slideshows med plads til at skrive noter var deltagerne også okay tilfredse med.

¹Åben Dialog er den tilgang ungementorerne baserer deres arbejde på, som har et netværksorienteret fokus, hvor der skabes rum til de forskellige deltagers perspektiver med udgangspunkt i nogle særlige principper (Seikkula og Arnkil, 2014)

²Uddannelsen i sin helhed (Skala på skala 1-6, hvor 6 er meget tilfredsstillende og 1 er ikke tilfredsstillende) 13 deltagere svarer 6; 7 svarer 5; 4 svarer 4

³Undervisningsform: 12 deltagere svarer 6; 11 deltagere svarer 5

⁴Materialet: 6 deltagere svarer 6; 16 svarer 5; 1 svarer 4

Det udprintede materiale benyttede vi, fordi vi oplevede behov for visuel understøttelse af det talte sprog og i stedet for slideshow via projektor. På den første uddannelse, hvor vi benyttede projektor erfarede vi nemlig, at projektoren overtog nærværet og lyden derfra udfordrede og udtrængte flere af deltagerne. Det uddelte materialet blev ikke fulgt slavisk og det udtrykte nogle som frustrerende:

*"Nogle gange blev det lidt forvirrende,
når der blev hoppet rundt i slidsene"*
(erfaren ung, spørgeskema).

Andre nævnte, at de fandt materialet frem, når de kom hjem og gentog nogle af øvelserne med deres nærmeste. Undervisningen blev generelt oplevet som tilfredsstillende⁵, hvor alle – på nær en enkelt som var næsthøjest på tilfredshedsskalaen - var meget tilfredse med underviserne⁶. Faciliteter og forplejning⁷ var der også god tilfredshed med, hvor vi med tiden erfarede betydningen af, at det var det samme afsides lokale alle tre undervisningsgange. Deltagerne var således skærmet fra resten af hospitalet (og de minder, som der for mange var forbundet med deres tidligere hospitalsindlæggelse). Ved at benytte det samme lokale fra gang til gang, så skulle de ikke bruge energi på at forholde sig til nye omgivelser. Derudover sørgede vi for mindst to hvilesteder, som deltagerne kunne benytte sig af i pauserne.

En stor forudsigelighed og stram struktur omkring pauserne viste sig vigtigt ifbm. første uddannelse. Vi erfarede, at vi måtte holde os nøje til tidsplanen i programmet og at minde deltagerne om, at pauserne enten kunne bruges sammen, men at det også var deres mulighed for at få hvilet, hvis de havde behov for det.

Herudover lavede vi også fælles aktive pauser, walk-and-talks-gruppeøvelser og andet der kunne bryde med klasserumsundervisningen.

Transport viste sig at være en større barriere end forventet. Nogen af deltagerne kom til Hammel i egen bil mens andre kom med offentlig transport. Men eftersom forbindelserne ofte var ringe, så var der altid behov for at tænke i kreative løsninger som samkørsel, aktivering af deres netværk til kørsel eller flextrafik. Det viste sig at være en større barriere end forventet og krævede meget energi og koordinering for både deltagerne og ungementorerne. Herudover var det en udgiftspost, der var større end forventet.

Indholdsmæssigt var der kun behov for få løbende justeringer og tilpasninger til hvert enkelt hold, fordi undervisningsforløbet fra starten viste sig gennemtænkt og tilpasset målgruppen. Vi antager, at de forskellige inspirationsture, den øvrige grundige forberedelse og det indgående kendskab til målgruppen har været medvirkende her til. Herudover udskød vi de første hold et halvt år jf. den oprindelige tidsplan for at sikre, at vi havde den fornødne tid til forberedelse.

Et eksempel på udbyttet af uddannelsen udtrykt af en af de unge i evalueringsspørgeskemaet var:

*"Jeg har fået værktøjer både til at bruge
sammen med et match men også til
at hjælpe mig selv, f.eks. at tage
et skridt tilbage i en samtale.
Jeg bruger det også i mange andre
sammenhænge, når jeg snakker med andre
- måden jeg snakker med folk på... Huske at lytte
og sætte sig selv lidt til side"*
(interview med erfarne ung)

⁵Undervisningen generelt: 15 deltagere svarede 6; 7 svarede 5; 1 svarede 4

⁶Underviserne: 22 deltagere svarede 6; 1 svarede 5

⁷Faciliteter og forplejning: 18 deltagere svarede 6; 5 svarede 5

På ét af holdene var der en interesse for hinandens hobbyer, hvorfor vi skabte rum til optrædere (poetry-slam og rap) blandt de unge under uddannelsen. Det styrkede gruppen socialt og bidrog til gruppens samhørighed. Det gav videre anledning til, at den ene inviterede hele gruppen til at deltage i hans næste optræden.

Åben Dialog var en hensigtsmæssig tilgang til at skabe ligeværdighed blandt deltagerne, stoppe op og reflektere, bruge pauser/trække tempoet ud og skabe rum til at tale om berørthed. Der blev hurtigt skabt en stor fortrolighed blandt deltagerne og flere valgte på et tidligt tidspunkt i forløbet at dele meget sårbare ting fra deres liv. Det blev favnet på allerfineste vis af de andre deltagere.

Vi oplevede på alle uddannelsesdagene, at gruppedynamikken var virkelig god. På et par af uddannelserne oplevede vi, at der var 1-2 deltagere, som hurtigt kom til at fylde meget og et par stykker som havde noget længere latenstid og derfor havde svært ved at nå at reflektere og komme til orde. Greb som at "tage runder" (altid valgtfrit om man ville sige noget) i stedet for at lade rummet være frit, adspørge nogen direkte eller samtaler i små grupper blev eksempelvis brugt med succes. En af de unge udtrykker, at det også har været hjælpsomme greb der har været benyttet ift. håndtering af hendes sociale angst:

"der var nogle kort vi skulle vælge, og så skulle vi ud i en lille gruppe og så fortælle, hvorfor man havde valgt kortet. Jeg synes det har været rart nok for mig på grund af min sociale angst.

På den måde har du allerede en ting du skal snakke om, alstå sådan lidt opgave-agtigt".

En uge mellem hver af de tre undervisningsgange på uddannelsen fungerede rigtig godt, så der var tid til at fordøje indtryk, reflektere, finjustere forberedelsen. For de unges vedkommende var det også nødvendigt, for at tanke ny energi og gøre sig erfaringer i praksis med det lærte. For flere var undervisningsdagene på 3½ time (+ transport) for lang tid. Det var svært at gøre dagene kortere ift det ambitiøse indhold, men for nogen var det en stor investering. Vi forsøgte for enkeltes vedkommende at imødekomme det ved at tilbyde overnatning på Regionshospitalet Hammel Neurocenter natten forinden, men det var ikke en mulighed for alle. Herudover lagde vi en hjemmeøvelse ind mellem de to sidste gange, for at skabe øget bevidsthed om uddannelsen mellem øvegangene og for at gøre modulerne en smule mindre komprimerede.

Allerede til den første uddannelsesgang udarbejdede vi et uddannelsesbevis, som deltagerne fik overrakt ved afslutningen. Det viste sig mere betydningsfuldt for deltagerne end først antaget, hvilket nedenstående citat vidner om:

"Jeg har måtte springe fra min uddannelse, og jeg plejer aldrig at kunne gennemføre noget som helst, så det her bevis betyder sindssygt meget for mig. Jeg er så stolt af mig selv"



I forbindelse med den første uddannelse blev vi opmærksomme på betydningen af fællesskabet de unge imellem. Dette til trods for den store diversitet, der var blandt deltagerne. Vi besluttede derfor at have en særlig opmærksomhed på det fremadrettet ved fx at indlægge samarbejdsøvelser og indslag i uddannelsen, der kunne give dem større mulighed for at lære hinanden at kende og grine sammen.

Vi gjorde os overvejelser (bl.a. sammen med følgegruppen) om vi skulle understøtte fællesskabet fx virtuelt under og efter uddannelsen. Vi besluttede, at lade det være op til deltagerne selv at tage initiativ til og opretholde kontakt. Det gjorde vi, fordi vi ikke ønskede, at det skulle være et rum, vi faciliterede - men et rum der udelukkende var drevet af deres eget engagement. Et par af holdene fik på eget initiativ oprettet gruppe-tråde på sociale medier.

Effekten

Vi opnåede højere effekt ved at flere gennemførte uddannelsen end planlagt, fordi vi erfarede, at det var et værdifuldt tilbud ind i ungementorindsatsen. At arbejde med sig selv i samspil med andre unge havde en anden virkning end ungementorernes andre tilgange (fx at arbejde med den unge individuelt eller i samspil med deres eget netværk). Vi erfarede også, at det at prøve sig selv af i en tilpasset uddannelsesmæssig sammenhæng, og i et (faciliteret) fællesskab, skabte grundlag for fælles refleksioner og læring med den unge efterfølgende, som så igen kunne føre til øget indsigt og accept.

4.3 Caféarrangementer (bilag 2)

Beskrivelse

I projektperioden på 2½ år blev der afholdt 13 caféarrangementer (10 indskrevet i projektbeskrivelse) ca hver 2. måned, hvoraf to har været afholdt virtuelt.

Antal af deltagere har varieret mellem 2 og 10, hvor der gennemsnitligt har været 6-7 deltagere.

Deltagerne har på forhånd fået tilsendt en invitation, hvor tid, sted og emne har været nævnt.

De oprindelige intentioner med caféarrangementerne var at skabe et "aktivitetstilbud" til de unge, hvor de kunne indgå med deres særlige behov. Efter de første par caféarrangementer ændrede konceptet sig til at bestå af et på forhånd fastlagt tema (oftest udvalgt af ungementorerne med idéer fra de unge), tilhørende øvelser

og rum til snak de unge imellem. Emnerne var inspireret af bøger, podcasts, foredrag og andet materiale (som fx Prehn, 2018; Thybo, 2023).

Indsigter/læring

Den virtuelle form blev afprøvet med begrundelsen om at imødekomme logistiske og udtrætningsudfordringer blandt deltagerne. Det fungerede fint, men flere af de unge oplever også udtrætning forbundet med skærm, dårlig lyd kvalitet samt andre kommunikative aspekter (fx udfordringer med at aflæse af kropssprog) som havde svære betingelser rent virtuelt. Både ungementorerne og de unge giver udtryk for, at de foretrækker fysisk deltagelse. Et par enkelte deltog virtuelt, som ellers ikke ville have haft mulighed for at deltage, hvis de skulle være mødt op fysisk.



Tilmeldingsmæssigt har der altid været markant flere tilmeldte end deltagende. Det store frafald på dagen vidner om, at de unge ønsker at deltage, men at sårbarheden er stor og overskuddet meget varierende.

Gruppestørrelsen på gennemsnitlig 6-7 deltagere har været god for at sikre dynamik og spejling i gruppen samt taletid til hver enkelt. Deltagerne har primært bestået af uddannede (løbende optag efter hvert uddannelsesforløb), men også "nye" unge, som de er blevet matchet med, har deltaget.

Løbende tilbagemeldinger fra de unge og ungdommentorernes refleksioner viste, at der var størst tilslutning til arrangementer, der vedligeholdte og byggede videre på dialogiske og refleksive kompetencer, som de havde beskæftiget sig med på Matching Brains uddannelsen. Derfor ændrede konceptet sig fra "aktivitetstilbud" til "lærings- og refleksionsrum" nogle gange med en praktisk aktivitet eller nogle omgivelser, der kunne understøtte temaet.

Med tiden lærte de unge hinanden at kende og rummet var præget af en høj grad af tryghed og



tillidsfuldhed. De nye unge, der løbende kom til, fordi de havde været på den seneste uddannelse eller var blevet matchet med en medvirkede, virkede til at have nemt ved at træde ind i rummet.

Den oprindelige tanke var, at de unge skulle tage et medejerskab både i forhold til at planlægge og afholde arrangementerne. Erfaringerne viste dog, at det var svært for de unge at finde overskud til det, og at de værdsatte, at træde ind i et rum, hvor ungementorerne satte rammen: En ung siger i et af interviewene:



"Man mødes nogle hjerneskedede i et rum sammen med to voksne, som, man kan sige, styrer showet (griner). Det er ret fint".

Til trods for at medejerskabet ikke lykkedes i det forventede omfang, så gav flere af de unge selv udtryk for at have oplevelsen af medindflydelse, som bl.a. kom til udtryk sådan:



"Næste gang der skal vi ud og gå med nogle alpakaer. Det er mig og så hende, jeg kører med, det var egentlig vores forslag, så det bliver spændende. Det er jo lidt terapi-dyr"
(Erfaren ung, interview).

"Vi kommer jo selv med input om, hvad vi har lyst til at lave, og hvad der kunne være en fed ide og så videre"
(Erfaren ung, interview).

Ligesom til Matching Brains uddannelsen var det betydningsfuldt, at ungementorerne kunne skabe kontinuitet omkring café-tilbuddet og en tryk og tillidsfuld ramme bl.a. gennem faciliteringen af rummet. Herudover var der behov for praktiske (og kreative) løsninger forbundet med fx transportudfordringer, hvile osv.

Vi oplevede at vores pædagogiske og sociologiske kompetencer gjorde os i stand til at have et grundlæggende fokus på ressourcer, mestring og sociale dynamikker, der kunne støtte de unge i at forstå og håndtere deres egen situation. Således trådte det sygdomsorienterede/skadesrelaterede mere i baggrunden, men hvor der samtidig var plads til at det kunne italesættes og bearbejdes alt efter behov.

Effekt

Caféarrangementerne skaber et kontinuerligt, faciliteret og værdsat fællesskab. De unge oplever, at de har indflydelse på indhold og rammer, og effekten er en form for medejerskab. Herudover er effekten, at de oplever sig som en del af et fællesskab, både når de mødes men også som inviterer til mere social kontakt med hinanden og andre, hvor de fx kunne følges til nye/andre aktiviteter. Indholdet til caféarrangementerne havde den effekt at de løbende vedligeholdte de kompetencer de havde fået på Matching Brains uddannelsen ift forståelse af dem selv, og glæden ved at kunne være noget for andre.

Et ikke-sygdomsorienteret men i stedet ressourcerorienteret fokus med den fællesskabstænkende ramme har en positiv effekt på de unges selvbillede og selvforståelse, der kan styrke dem i en realistisk egen-forståelse, hjælpe dem med at navigere hensigtsmæssigt i livet og give dem mod på at vove sig ud i nye sammenhænge.

4.4 Match

Beskrivelse

De unge blev løbende matchet alt afhængig af, hvor meget overskud de havde i deres liv mv. og afhængig af om vi oplevede at have et relevant match til dem. Særligt mange match blev foretaget umiddelbart efter matching brains uddannelsens afslutning.

Hvert match blev opstartet med en fælles samtale med en af de to ungementorer, for at støtte dem i at komme godt fra start ved at tale med dem om, hvorfor vi matchede dem, deres forventninger til matchet, praktiske forhold forbundet med kontakten osv.

I flyeren og på uddannelsen lagde vi op til kontakt med hinanden i 6 måneder 2-3 gange om måneden.

De matchede par kunne herudover også følges ad/mødes til caféarrangementerne.

Ungementorerne stod til rådighed som sparingspartner/supervisor for den erfarne unge, hvis de oplevede svære ting forbundet med matchet eller andet de havde brug for at dele.

Indsigter/læring

Det viste sig meget betydningsfuldt for mange af de unge at blive matchet:

*"Jeg er mødtes med mit match et par gange.
Det har været super-fedt. Jeg har oplevet,
at jeg kunne give noget til hende - hun sagde
'endelig er der nogen der forstår mig'
- jeg synes, at det var fedt,
at jeg kunne gøre det for hende"*
(interview med erfarne ung)

Og omvendt kan det føles svært ikke at være blevet matchet endnu:

*"Det er nok, fordi jeg ikke har fået et match
endnu, at jeg ikke sådan helt føler,
jeg er til gavn endnu"*
(interview med erfarne ung)

Da vi erfarede betydningen for de unge med at blive matchet startede vi med en tydeligere italesætte af det på uddannelsen. Her gjorde vi opmærksom på, at det ikke var sikkert, at vi kunne tilbyde dem et match, men fremhævede i stedet betydningen af peer-to-peer-fællesskabet med hinanden fra uddannelsen og til caféarrangementerne.

Det viste sig svært at finde "nye" unge de erfarne unge kunne matches med, fordi de nye unge der blev tilknyttet ungementorerne ofte var et svært sted, endnu ikke havde erkendt og accepteret deres livssituation og ofte ikke kunne overskue at forholde sig til flere nye mennesker. Således manglede der unge at matche de uddannede unge med. Ungementorerne rakte derfor ud efter kommunerne (hjerneskedekoordinatorer eller andre samarbejdspartnere), for at bede om



deres hjælp og gøre sig erfaringer med unge de ikke havde et forhåndskendskab til. Det fungerede fint i de fire tilfælde, hvor det blev aktuelt. Det viste sig svært, at få kommunerne til at gøre brug af tilbuddet. I stedet blev unge, der havde været på uddannelse matchet med hinanden. Det viste sig at fungere godt, fordi udgangspunktet således blev mere ligeværdigt og gensidigheden i relationen større.

Matching kataloget gav kun en overordnet pejling på et godt match men uden at kunne afsløre "kemi", temperament eller nuancer i livsværdier (er man fx et familiemenneske) eller andre særlige forhold i deres liv, som kan være betydningsfuldt for spejlingsværdien. Eftersom vi som ungementorer havde været tilknyttet størstedelen af de unge (alle de "erfarne" unge) i minimum et år, så viste vores intuition sig som det vigtigste redskab til match fx hvad angår de unges kemi, temperament mv.

I flyeren og på uddannelsen lagde vi op til kontakt med hinanden i et halvt år 2-3 gange om måneden. Vi ønskede, at de skulle kunne nå at lære hinanden at kende og således nedskrive nogle forventninger til kontakt men også med en overskuelig horisont ift at kunne trække sig fra matchet. I praksis viste det sig, at det var de færreste, der havde kontakt på den måde vi havde lagt op til. Nogen udviklede længerevarende venskaber med daglig kontakt i perioder, mens andre havde et enkelt møde, som også kunne vise sig værdifuldt. Andre oplevede ikke at have meget til fælles og afbrød derfor kontakten med hinanden efter kort tid. Vi blev opmærksomme på, at det nok snarere var kvalitet fremfor kvantitet, der afgjorde om noget havde været et godt match. Herudover må vi erkende, at de unges kommunikationsformer er sporadiske, varierede og ikke sådan at formelsætte. Derfor besluttede

vi også efter de første par match, at droppe den samarbejdsaftale, som begge parter skulle underskrive, for at gøre det mindre formelt og skabe en større lethed og mere fleksibilitet omkring det. Dette fordi de befinder sig et sårbart sted i livet, hvor det kan være svært at forpligte sig.

De unge benyttede sig kun i begrænset omfang af os, ungementorer, til ventilerings/sparring/supervision. Dem vi havde jævnligt kontakt med (fordi de fortsat havde os tilknyttet som ungementorer) benyttede sig af os til at vende ting så som:

*"Hvordan skal jeg forholde mig til, at mit match ikke svarer på mine sms'er"
eller "hvordan kan jeg bedst muligt være der for mit match, når hun er indlagt"
eller "jeg synes det er svært at forstå,
hvorfor mit match prioriterer sit liv,
som han gør".*

Effekter

Betydningen af at få tilbudt et match viste sig stor og kunne give en følelse af at finde mening med at være kommet til skade, at være til gavn og en oplevelse af værd.

Hvis ikke det var muligt at tilbyde et match kunne det virke kompenserende at deltage i peer-to-peer-fællesskabet til caféarrangementerne.

Tilgængelig ventilerings/sparring/supervision antager vi, at det i sig selv skaber psykologisk tryghed, også selvom de unge ikke nødvendigvis benyttede sig af det i så stort et omfang, som vi havde forventet.

4.5. Følgegruppemøder

Beskrivelse

Projektets følgegruppe bestod af to unge (en med hjerneskade og en med langvarige følger efter hjernerystelse), de to ungementorer, Hjerneskedeforeningen, Hjernesagen og tre kommunale repræsentanter (hjerneskedekoordinator). Følgegruppen havde til formål at bidrage med viden og erfaringer med henblik på at kvalificere projektet og sikre sig dets gennemførlighed og forankring.

Følgegruppen mødtes 5 gange i alt (april 2023, oktober 2023, sep 2024, august 2024 og august 2025) (4 planlagt i projektbeskrivelsen) og med et ønske fra deltagerne om et opfølgende møde i foråret 2026. Herudover har følgegruppen løbende i projektperioden fået tilsendt opdateringer om projektet og med mulighed for at komme med forslag, kommentarer eller lignende. Herudover mødtes vi en ekstra gang med de to unge repræsentanter, som bidrog med at kvalificere matching brains uddannelsesforløbet og flyers, så de havde et sprog, der appellerede til unge.

Følgegruppen mødtes fysisk i Hammel, men med flere deltagere virtuelt repræsenteret.

Indsigter/læring

Interesseorganisationerne bidrog primært med deres egne (projekt)erfaringer med målgruppen, kommunerne bidrog primært med deres erfaringer ift behov for tilbud til målgruppen og de unge bidrog med et værdifuldt indefra-perspektiv. Tilsammen udgjorde det værdifuldt bidrag til kvalificering af aktiviteterne og materialet.

Følgegruppemøderne gav ungementorerne en løbende og kærlig mulighed for løbende at stoppe op og skabe overblik over projektet og dets kurs samt at reflektere og få sparring.

Det viste sig hensigtsmæssigt at ungementorerne (og deres ledelse) alene havde beslutningskompetence, da følgegruppens perspektiver godt kunne stikke i forskellige retninger, og at det ville have krævet væsentlig flere møder og involvering, hvis følgegruppen skulle have spillet en større rolle. Det ville have været på bekostning af den fleksibilitet og smidighed projektet viste sig at have, når der var behov for løbende justeringer.

Kombinationen af virtuel og fysisk mødedeltagelse fungerede overraskende godt og gjorde det muligt at de bedst egnede og mest relevante personer, fx fra brugerorganisationerne med base i København, var repræsenteret.

Hjernerystelsesforeningen (eller en anden repræsentant for hjernerystelsesramte) var ikke inviteret ind i følgegruppen. Det kunne have været hensigtsmæssigt, for at styrke denne målgruppes perspektiv og skabe større ligevægt ift hjerneskaderamte. Vi blev først sent opmærksomme på det og besluttede derfor at lade perspektivet fremtræde via hjerneskedekoordinatorerne (som i projektperioden også omfavnede hjernerystelsesramte) og den stærke hjernerystelsesramte unge, der troligt mødte op til alle følgegruppemøderne.

Vi havde ikke ledelsesmæssig deltagelse i følgegruppen, hvilket betød at der var et ekstra led i processerne fx omkring beslutninger vedr. implementering. Det fungerede fint og gav ekstra refleksionstid og større ansvar til ungementorerne ift selv at udtænke planer, der kunne præsenteres for ledelsen.

Effekter

Følgegruppen bidrog med værdifulde og forskelligartede perspektiver, der kvalificerede projektet uden, at det blev for krævende og usmidigt.

Følgegruppen havde et ønske om også at blive inviteret til et opfølgende møde efter implementeringen, hvorfor vi inviterer dem i foråret 2026.

4.6 Inspirationsture

Beskrivelse

Inspirationsturene bestod af en tur til Psykiatriens hus i Aarhus, to gange besøg hos Hjerneskadecenteret i Randers og besøg hos Sunnasstiftelsen i Norge for deres erfaringer med peer-to-peer-tilbud.

Herudover har der været afholdt møder med CSV - Kommunikation & Teknologi Børn og Unge, Vejle Kommune, Hjerneskadeforeningen angående deres Hjernemakker-projekt i Odense og Vestdansk center for rygmarvsskade vedr. deres peer-to-peer-støtte erfaringer.



Indsigter/læring

Turene har bidraget til udvikling af Matching Brains uddannelsen samt løbende justeringer ift afholdelse af uddannelsen, match og facilitering af café-arrangementerne.

Til trods for mange konkrete bud på peer-to-peer uddannelse mv. fra inspirationsturene, så blev vi samtidig bevidste om, hvor meget der ikke er muligt at overføre direkte, fordi det nøje skal tilpasses den specifikke målgruppe og de specifikke forhold (fx at vores uddannelse havde et stort opland og med lokation i Hammel).

Det viste sig hensigtsmæssigt at inspirationsturene var fordelt på forskellige tidspunkter i projektperioden (også selvom det ville have været hensigtsmæssigt at turen til Norge havde ladet sig gøre på et tidligere tidspunkt), så der både var inspiration til at skrive projektansøgningen (fx CSV, Vejle og Vestsjællandsk Center for Rygmarvsskade), udvikling af uddannelsen og dens temaer (Randers og psykiatriens hus) samt en løbende skærpet opmærksomhed på tilgangen til de unge og nye perspektiver på peer-to-peer-fællesskabet og håndtering af gruppedynamikker blandt unge (Sunnasstiftelsen).

Effekter

Inspirationsturene har givet os et fagligt netværk med andre med interesse for peer-to-peer-støtte til unge særligt indenfor hjerneskadeområdet. Det gav og giver fortsat mulighed for løbende udveksling af erfaringer, en skærpet opmærksomhed på egen praksis og en løbende kvalificering af tilbuddet. Eksempelvis har vi netop modtaget en henvendelse fra Virum, som ønsker at lade sig inspirere af Matching Brains projektet og i den forbindelse aflægge os et besøg, ligesom en "ny" kommune har vist interesse for at blive en del af ungementorordningen.

Inspirationsturene har også været værdifulde ift at udvikle nye peer-to-peerinitiativer og således fungeret som inspiration til udvikling af Hammel Neurocenters pårørendekorps.

Herudover har vi via inspirationsturene erfaret, hvilken effekt peer-to-peer-støtten har haft på forskellige målgrupper (fx indenfor psykiatrien) og vi har derfor også valgt at inkludere Matching Brains som et tilbud ind i en nyligt indsendt projektansøgning om efterværn til unge med funktionelle lidelser.



Således har vi ønske om at effekten af Matching Brains rækker ud over vores egne gode erfaringer med unge hjerneskaderamte og hjernerystelsesramte ved at inspirere andre og selv videreudvikle på peer-to-peer-støtte.

5. Succeskriterier⁹

Vores vision med projektet var at udvikle og afprøve et kvalificeret og bæredygtigt peer-to-peer-tilbud til unge med en påvirkning på hjernen for at sikre, at de støttes i at tage en (ungdoms)uddannelse. Vi opstillede følgende succeskriterier:

- Mindst 20 unge gennemfører Matching Brains uddannelsen
- Mindst 16 peers matches med 16 unge
- 80% af de unge kan rapportere om øget trivsel og livskvalitet
- 80 % af de unge deltagere har tilknytning til uddannelsessystemet/job
- Større socialt netværk eller øget kvalitet i deres sociale relationer (forstået som at de føler sig mødt og forstået og får dækket deres sociale og følelsesmæssige behov) (direkte via deltagelse og indirekte fordi de bliver tilknyttet andre sociale sammenhænge)
- 20 rehabiliteringsinstitutioner modtager direkte viden om vores peer-to-peer støtte samt mindst 20 opslag på sociale medier

I det følgende vil vi systematisk evaluere på hver af succeskriterierne med et særligt fokus på fremtiden. Vi vil for hver af succeskriterierne beskrive, hvad de består af og begrunde relevansen af dem. Herefter vil vi redegøre for, om de er opnået og til sidst beskrive, hvordan vi fremadrettet vil arbejde videre med dem.

5.1. Gennemførelse af Matching Brains uddannelsen

Succeskriterier og begrundelse for dem

Uddannelse af mindst 20 unge i Matching Brains regi var et opstillet succeskriterie, fordi vi ønskede, at de skulle klædes på til at være noget for sig selv (selvudvikling og bearbejdning af deres eget forløb) og andre. Herudover ønskede vi også, at de gjorde sig erfaringer med at indgå i en uddannelsessammenhæng, som kunne give dem erfaringer de ville kunne trække på i andre uddannelsesmæssige sammenhænge.

Opfyldelse af succeskriterier

28 unge har gennemført Matching Brains uddannelsen fordelt på 4 hold. 5 var fraværende en enkelt gang (pga. sygdom, undersøgelser/operationer, overbelastning), men vi besluttede, at betragte dem som gennemførte og gav dem deres uddannelsesbevis. En enkelt udeblev to ud af tre mødegange, hvorfor vedkommende ikke betragtedes som gennemført. Alle der manglede et modul blev tilbudt erstatningsmoduler på den

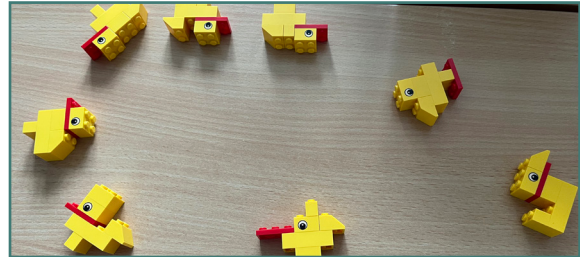
⁹Succeskriterierne tager udgangspunkt i det der blev opstillet som succeskriterier i ansøgningen til Trygfonden

næste uddannelse i stedet. Det benyttede et par sig af. Hvis ikke de benyttede sig af det tilbud, så udleverede ungementoren materialet til dem og gav dem et par ord med på vejen om indholdet.

Succeskriteriet fremadrettet

Fremadrettet vil der blive afholdt én Matching Brains uddannelse årligt (ca. 8 unge), eftersom Matching Brains bliver en integreret del af ungementortilbuddet.

Det overvejes også at udvide målgruppen og gøre sig erfaringer med at tilpasse og tilbyde Matching Brains uddannelsen til unge med moderat til svære funktionelle lidelser.



5.2. Matching af peers

Succeskriterier og begrundelse for dem

Succeskriteriet var at mindst 16 peers matches med 16 "nye" unge, fordi vi fra litteraturen vedrørende andre sygdomskategorier ved, at det påvirker begge parter positivt (både dem der yder og dem der modtager støtten) med peer-to-peer-støtte.

Opfyldelse af succeskriterier

Samlet er der 21 parrede match, hvor en eller begge over årene er blevet uddannet, mens otte startede som "nye" unge (nogle er senere selv blevet uddannet).

Succeskriteriet fremadrettet

Fremadrettet vil der fortsat løbende blive matchet efter afholdelse af den årlige Matching Brains uddannelse. Herudover har Matching Brains givet ungementorerne et øget fokus på også at matche par med hinanden, ligesom der inviteres ind til forskellige gruppesammenhænge, hvor der er en fællesnævner (fx tidligt skadede, under uddannelse, unge med børn eller par), hvor peer-to-peer-støtten finder sted i en faciliteret gruppesammenhæng.

5.3 Øget trivsel og livskvalitet

Succeskriterier og begrundelse for dem

Succeskriteriet om at 80% af de unge kan rapportere om øget trivsel og livskvalitet var en forventning, fordi peer-to-peer-støtte ifølge litteraturen kan medvirke til at højne trivsel og livskvaliteten. Samtidig var vi interesseret i, at undersøge trivsel og livskvalitet, fordi det er en forudsætning for at kunne indgå i et skole/uddannelsesforløb og efterfølgende at kunne fungere på en arbejdsplads og således skabe bæredygtighed omkring det over en længere periode.

Opfyldelse af succeskriterier

Vi har ikke haft mulighed for at vurdere om succeskriteriet er opnået ud fra kvantificerbare data (se afsnit om metode og begrundelse for at spørgeskema om trivsel ikke kunne gennemføres). Til gengæld vidner de unges udsagn fra interviewene og de åbne spørgsmål fra spørgeskemaet samt ungementorernes løbende refleksionsnoter, om at det i høj grad er tilfældet. Her er det særligt udsagn, der vidner om, at de blevet klogere på sig selv, deres egne grænser og deres egen identitet samt en øget bevidsthed om god

kommunikation, som vi tolker som værende af afgørende betydning for trivsel og livskvalitet. Én af de unge udtrykker fx:

"Sådan lærte meget det her med at kigge indad og mærke efter selv"
(interview med erfaren ung).

Intentionerne med Matching Brains uddannelsen var bl.a. at tilbyde de unge en mulighed for selvudvikling, med overbevisningen om, at man skal kunne forstå og være noget for sig selv, for at kunne være noget for andre. Det har således også en tæt sammenhæng med trivsel, hvor forståelse for og kommunikation om egne tanker, følelser og livssituation er betydningsfuldt. En af de unge udtrykker i den forbindelse:

"Vi lærte en masse, som fx identitet og noget omkring grænser og noget omkring os selv"
(interview med erfaren ung).



Succeskriteriet fremadrettet

Vi er blevet bekræftet i at et peer-to-peer-fælleskab som Matching Brains har en positiv indvirkning på de unges livskvalitet og trivsel. Derfor vil vi fortsat invitere til Matching Brains uddannelse (én gang årligt) og caféarrangementer (4 gange årligt) og her være opmærksomme på de unges behov ift rammer og indhold, som kan øge deres trivsel og livskvalitet.

5.4. Tilbagevende til eller fastholdelse af uddannelse og job (bilag 3)

Succeskriterier og begrundelse for dem

Succeskriteriet var, at 80 % af de unge deltagere har eller får tilknytning til uddannelsessystemet og/eller et job i projektperioden. Dette fordi vi ved at uddannelse/job er af afgørende betydning for en meningsfuld og selvstændig tilværelse. Herudover styrker uddannelse også personlige kompetencer, og det sociale liv og giver unge mulighed for at deltage aktivt i samfundet.

Opfyldelse af succeskriterier

Vi har næsten nået succeskriteriet på 80% i og med at størstedelen (76%) af de unge er lykkedes med at fastholde uddannelse/job (16 unge) eller er gået fra ledig/sygemeldt til uddannelse/job (10 unge). Til gengæld er 12% (4 unge) fort-

sat ledige og 12% (4 unge) er gået fra uddannelse/job til ledig/sygemeldt i perioden. For fleres vedkommende virkede det dog til at være et hensigtsmæssigt valg. En øget indsigt og accept havde givet dem bedre mulighed for at forstå, hvor meget de overforbrugte sig selv i hverdagen og lært dem at tage bedre vare på sig selv. At arbejde med sig selv (fx gennem matching brains) gav dem mulighed for at lære sig selv bedre at kende bl.a. ved at spejle sig i de andre og dermed bedre betingelser for at lære at være i en uddannelses-/jobmæssig sammenhæng på en mere hensigtsmæssig måde og med større trivsel og et mere langsigtet perspektiv. En ung udtrykker sådan her:

”da jeg kørte galt var jeg ikke i gang med nogen uddannelse. Og det her med at man skal vænne sig til en ny livsstil. Altså at man skal ligesom rette sig ind efter sin funktionsnedsættelse. Det synes jeg var rigtig svært, når man skulle i gang med en uddannelse. Og hvordan klarede jeg lige det? Og hvordan skal man egentlig hænge sammen i forhold til skole og fritid og venner der trækker i en og alt det her? Det har helt klart hjulpet med at kunne snakke med nogle andre. Altså, hvordan man skal tage tingene og komme i gang igen” (erfaren ung, interview).

Empirien vidner om, at Matching Brains har været en god øvebane ift at indgå i en uddannelsesmæssig struktureret sammenhæng (med mødetider, undervisning, indgå i et fællesskab mv.); forstå og acceptere egen skade og livssituation; at kommunikere med andre herunder at udtrykke sig om egen livssituation på en konstruktiv måde; at indgå i et fællesskab, hvor der er plads til at være dem selv.

Dette er alt sammen erfaringer, der er betydningsfulde for at kunne begå sig i en uddannelsesmæssig eller jobmæssig sammenhæng, hvilket mange af dem har været udenfor i kortere eller længere perioder og oplevet negative erfaringer med.

Succeskriteriet fremadrettet

I projektperioden såvel som i fremtiden vil erfaringerne fra Matching Brains blive bragt i spil overfor samarbejdspartnere såsom jobcentre, ift hvordan der kan bygges bro mellem de unges liv (inklusive udfordringer) og uddannelse/job. Fx kan Matching Brains uddannelsen indgå som et led i et jobafklaringsforløb eller som en forberedelse til at opstarte uddannelse.



5.5. Forbedret socialt liv¹⁰

Succeskriterier og begrundelse for dem

Succeskriteriet var, at projektet bidrog positivt til de unges sociale liv i form af et større socialt netværk eller øget kvalitet i deres sociale relationer (forstået som, at de føler sig mødt og forstået og får dækket deres sociale og følelsesmæssige behov). Forventningen var både, at Matching Brains deltagelsen i sig selv ville øge deres sociale netværk, men også at Matching Brains ville styrke dem til at begive sig ud i nye sociale sammenhænge såsom en uddannelse, fritidstilbud eller lignende. Og netop det sociale liv er væsentligt at forholde sig til efter en hjerneskade/hjernerystelse, da forskning viser, at det mindskes betydeligt, ligesom mulighederne for at etablere nye venskaber er begrænsede, hvorfor social isolation er en reel risiko.

Opfyldelse af succeskriterier

De kvalitative data peger i retningen af, at det er lykkedes at styrke de unges sociale liv. En ung oplever det som et opgør med alene-følelse:

"Det er så værdifuldt, fordi jeg førhen bare har stået alene i det"
(erfaren ung, interview).



En anden ung udtrykker:

"Inden jeg begyndte på Matching Brains, der kendte jeg ikke nogen, så jeg synes det var rart, at man kunne se, at jeg ikke var den eneste i verden med en hjerneskade"

En anden ung giver udtryk for at hans Matching Brains deltagelse har bevidstgjort ham om, hvordan han gerne vil lade sig behandle af andre mennesker:

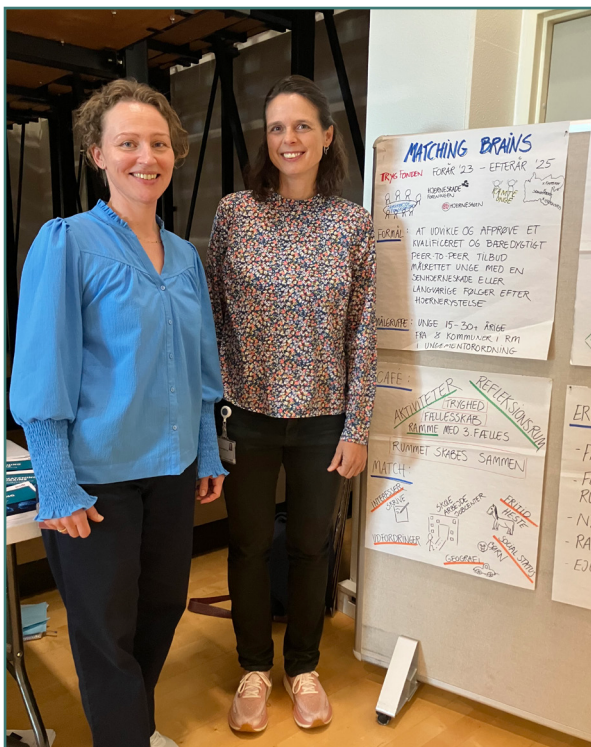
"Det overraskede mig meget, hvor forstående og velmenende både undervisere og deltagere har været. Og så tænker man måske, at underviserne er vant til at have med hjerneskade mennesker at gøre, men det får mig til at tænke på, hvordan jeg gerne vil behandles i det hele taget"
(erfaren ung, spørgeskema).

De unge har til Matching Brains uddannelsen og caféarrangementer inspireret hinanden og flere har fået mod på at begive sig ud i verden (og nogle har endda aftalt at følges ad til nye aktiviteter) og fx deltage i Hjerneskadeforeningens aktiviteter for unge.

Aldersspændet mellem Matching Brains deltagere er på 15+ og blev italesat, men ikke en barriere, der virkede til at forstyrre fællesskabet:

"Jeg er ikke lige så gammel som dem -ikke at de er gamle - men man får jo alligevel også lidt et venskab med dem, når man mødes på den her måde."

¹⁰Se artikel om Matching Brains fra Psyke og Logos' temanummer om Meningsfulde fællesskaber



Dog nævnte flere, at det var rart, at de alle var ”unge”, og at det havde en positiv indvirkning på fælles interesser og spejlingsmuligheder.

Succeskriteriet fremadrettet

Fremadrettet vil de unge fortsat kunne mødes 4 gange årligt til caféarrangementer, ligesom de løbende vil blive matchet med hinanden. Til caféarrangementer vil vi (fortsat) have et fokus på, at lade de unge inspirere hinanden med idéer til nye fællesskaber, ligesom emnerne fortsat vil omhandle øget forståelse af sig selv og kommunikation med andre. Det vil kunne styrke dem i at opbygge sunde relationer og indgå i styrkende fællesskaber.

5.6 Formidling om peer-to-peer-fællesskaber

Succeskriterier og begrundelse for dem

Succeskriteriet var, at inspirere andre rehabiliteringsmiljøer og mere konkret, at 20 rehabiliteringsinstitutioner modtager direkte viden om Matching Brains peer-to-peer støtte samt mindst 20 opslag på sociale medier. Peer-to-peer-støtte kan være et værdifuldt supplement til øvrige rehabiliteringstilbud, men der mangler praksiserfaringer. Derfor havde vi et ønske om at udbrede vores erfaringer, ligesom formidlingen kunne give anledning til (kritiske) spørgsmål og nye perspektiver til kvalificering af Matching Brains.

Opfyldelse af succeskriterier

Der er blevet formidlet bredt både mundtligt og skriftligt mhp. udbredelse og erfaringer med peer-to-peer-arbejde til både samarbejdspartnere, og eksterne i forskellige regi, så som i kommunale,

regionale, nationale sammenhænge samt til brugerorganisationerne, hvor forskellige aktører har været repræsenteret (se bilag 4). Matching Brains har været formidlet på to nationale konferencer/netværksdage og i seks lokale sammenhænge.

Formidlingen har både været specifikt ift hjerne-skadeområdet (fx 13. nov 2023: Netværkskonference: Børn og unge med erhvervet hjerneskade (national)) og mere bred (fx 5. maj 2025: Netværk for videnscentre (nationalt)).

Matching Brains har samlet set været formidlet til 3 årlige netværksdage og i 6 sommer-julehilsener til ungementorernes samarbejdspartnere i de otte Midtjydske kommuner (Horsens, Skanderborg, Hedensted, Silkeborg, Favrskov, Viborg,

Norddjurs og Syddjurs), hvor hjerneskadekoordinere, jobkonsulenter, sagsbehandlere, UU-vejledere m.fl. har været repræsenteret.

Der er blevet udgivet to artikler om Matching Brains, hvoraf den ene er peer-reviewed.

Der har været bragt 5 avisartikler om Matching Brains.

Matching Brains står fast nævnt på 2 hjemmesider.

Der har løbende i projektperioden både været direkte indlæg/feeds om Matching Brains på Hammel Neurocenter, HEMidt, ViCs facebook og linkedin profiler, ligesom det har været omtalt i indirekte fx fordi det har fungeret som inspiration for udvikling af Hammel Neurocenters pårørendekorps.

Sunnaasstiftelsen har været en indgang til også at formidle om Matching Brains til et udenlandsk rehabiliteringsmiljø.

I oplæggene har der ofte været et særligt fokus på det meningsfulde fællesskab, fordi det er det,

der har været efterspørgsel på, og fordi det er det der har vist sig særligt overraskende og iøjenfaldende i Matching Brains projektet (Bystrup og Præst, 2025).

Direkte formidling til unge-målgruppen har været begrænset men alle unge i Matching Brains er blevet tilbudt at læse artiklen fra Psyke og Logos ligesom de bliver tilbudt at læse denne evalueringsrapport.

Succeskriteriet fremadrettet

Fremadrettet vil vi fortsat holde oplæg om Matching Brains, når vi bliver adspurgt, ligesom vi selv vil være opsøgende fx hos Social- og Boligstyrelsen, om de kunne være interesseret til deres årlige nationale konference: "Neurodagen – hjernen i socialt perspektiv". Vi er i øjeblikket, i samarbejde med vores kommunikationsmedarbejder, i gang med at udarbejde et debatindlæg til Sundhedsmonitor, hvor vi italesætter behovet for peer-to-peer-fællesskaber, som et værdifuldt supplement til den ellers biologisk og fysiologisk dominerede hjerneskaderehabilitering.



6. Fremtidsperspektiv

Matching Brains kommer fremadrettet til at være en integreret del af ungementorernes tilbud til deres otte samarbejdskommuner i Region Midtjylland. Den netværksorienterede tilgang er i tråd med ungementorenes øvrige indsatser og Matching Brains aktiviteterne opleves som et værdifuldt supplement. Kadencen for afholdelse af aktiviteter og match forventes dog mindskes sammenlignet med projektperioden med én årlig uddannelse og ca fire årlige caféarrangementer. Matching Brains vil således fortsat være forankret på og finansieret af Regionshospitalet Hammel Neurocenter samt af ungementorernes otte samarbejdskommuner og med ledelse af Helle Dybkjær, chefterapeut, Regionshospitalet Hammel Neurocenter.

Ungementorernes har skabt sig et fagligt netværk omkring peer-to-peer-fællesskaber, som vil danne grobund for fortsat inspiration, vidensdeling og kvalificering af Matching Brains. Dette være sig eksterne, der kommer på besøg på Hammel Neurocenter eller ungementorerne,

der formidler erfaringer med Matching Brains i forskellige sammenhænge både indenfor hjerne-skaderehabilitering eller til andre målgrupper.

Følgegruppen vil fortsat være tilknyttet og til at trække på en rum tid, eftersom de har bedt om at følge implementeringen, og således vil blive indkaldt til et følgegruppemøde i foråret.

Matching Brains er tænkt ind som en del af det tilbud, der er udtænkt i en ny projektansøgning vedrørende unge med moderat til svære funktionelle lidelser. Det vil kræve tilpasninger, så det bliver skræddersyet til den nye målgruppe og med en forventning om, at det kommer til at fungere som en værdifuld del af indsatsen. Vi håber derfor på finansiering til projektet, så Matching Brains videreudvikles og kan komme nye målgrupper og endnu flere personer til gavn.



7. Konklusion og anbefalinger

Vi har erfaret at peer-to-peer-støtte er et værdifuldt supplement i rehabiliteringen af unge med en erhvervet hjerneskade og hjernerystelse til bedre at håndtere deres "nye" livssituation på ændrede vilkår. At spejle sig i andre i en lignende situation kan gøre det nemmere at forstå sig selv og acceptere den nye livssituation. Samtidig kan det være værdifuldt at opleve, at man kan indgå i et fællesskab, som kan give mod på at begive sig ud i andre sociale sammenhænge og livet. Dette er alt sammen en vigtig forudsætning for at påbegynde og gennemføre en uddannelse og på sigt varetage et job, som man trives i, også på en længere bane. Derfor kan et peer-to-peer-fællesskab være en værdifuld brobygning fra et liv, hvor sygdom (i det her tilfælde en hjerneskade/hjernerystelse) har fyldt, til et liv, hvor uddannelse, job, fritidsinteresser og andre former for "normale" unge-aktiviteter i stedet fylder.

Samfundsmæssigt skaber vi således et supplement i rehabiliteringen af unge med en påvirkning på hjernen, der kan støtte unge på et

sårbart¹¹ og betydningsfuldt tidspunkt i deres liv, og som kan have afgørende betydning for, om de kommer i gang med en uddannelse/job.

I Norge, Sunnasstiftelsen, og i Psykiatriens hus gjorde vi os erfaringer med peer-to-peer-arbejde som lønnet arbejde. Vi oplever at der både kan være fordele og ulemper ved det. Fordelen vil være, at de vil blive anerkendt for det værdifulde bidrag til rehabiliteringen, og at der vil blive skabt en øget ligeværdighed sammenlignet med de øvrige rehabiliteringstilbud. Dog var det ikke de "erfarne" unge vi oplevede sværest at rekruttere, og en indre motivation kan være et godt udgangspunkt for at indgå i en (ligeværdig) relation. Samtidig virkede det som om, de unge oplevede, at det meningsfulde ved at være der for et andet menneske var "løn" i sig selv. Til gengæld viste forplejning og kørselsgodtgørelse og lidt "nursing" omkring dem sig meget værdsat og for nogle så går nødvendigt, ift at kunne deltage.

Vi forventer, at erfaringerne med Matching Brains i høj grad kan overføres til andre institutionelle sammenhænge og sygdomskategorier, der har betydning for ens identitet og fordrer indsigt/selvforståelse og accept. I den forbindelse kan man også overveje muligheden for at kombinere flere forskellige sygdomskategorier. Fx oplevede vi i Norge, at de i uddannelsen kombinerede rygmarvsskadede og hjerneskadede i deres peer-uddannelse og lod dem samarbejde om forskellige praktiske øvelser, hvor hver havde sine styrker/udfordringer og de således kunne supplere hinanden.



¹¹Ingen bliver tilbudt ungementorordningen, hvis ikke de har et behov

Anbefalinger: Peer-to-peer-tilbud

- At et peer-to-peer-tilbud som Matching Brains baseres på en grundlæggende tro på positive menneskelige processer, der finder sted, når der gives tid, vises tillid og skabes rum til selvudvikling og håb (fremfor målsætninger, dokumentation, krav og kontrol).
- At peers uddannes inden de matches, for at de kan lære sig selv bedre at kende, og for at klæde dem på til at kunne være noget for andre.
- At deltagere tilbydes sparring/ventilering i forbindelse med match, for at skabe psykologisk tryghed og for at undgå psykologisk (over)belastning.
- At det er betydningsfuldt at forholde sig til timing ift at blive peers, så der er tid, overskud og parathed til at arbejde med sig selv og blive matchet med andre.
- At peer-to-peer-tilbuddet fungerer som en frivillig (ulønnet) indsats, men hvor deltagerne anerkendes og værdsættes fx i form af forplejning, kørselsgodtgørelse, og "nursing".

Anbefalinger: Facilitering af et rum

- At et tilbud som Matching Brains faciliteres af professionelle, der kan skabe en tryk ramme og sikre kontinuitet.
- At de professionelle, der faciliterer rummet har pædagogiske og fagspecifikke kompetencer, der kan støtte dem i deres selvforståelse.
- At der anvendes en anerkendende og ressourceorienteret tilgang (fremfor et sygdomsfokuseret sigte).
- At tilbuddet har fokus på selvudvikling gennem refleksion og evt. i kombination med aktiviteter.
- At der i faciliteringen af uddannelsen og caféarrangementer er et stort fokus på det meningsfulde fællesskab og understøttelse af de unges samspil med hinanden.

Anbefalinger: Praktiske forhold

- At fællesskabet primært finder sted i fysisk form og er let tilgængeligt for de unge (også med offentlig transport).
- At skabe kontinuitet og genkendelighed i form af samme lokaler samt de samme undervisere/facilitatorer for at skabe mest mulig tryghed og spare på deres begrænsede energi.
- At der er støtte til de unge til at overkomme barrierer forbundet med deltagelsen (fx transport, udsende remindere og finde hvilerum).
- At benytte lette og smidige kommunikationsformer med de unge, for remindere, opfølgninger mv.

midt
regionmidtjylland

Ses vi?

Har du spørgsmål, eller ønsker du at tilmelde dig Matching Brains?

Kontakt din ungementor:

Helle Bak Christensen
Mobil: 23 74 41 63
Mail: helchste@rm.dk

Mette Ryssel Bystrup
Mobil: 23 74 41 43
Mail: Metbys@rm.dk

MATCHING BRAINS

– for dig, der er ung med en
påvirkning af hjernen



Copyright 2018

Ungementorerne
Regionshospitalet Hammel Neurocenter
Voldbyvej 15
8450 Hammel

Hospitalsenhed Midt
Hammel Neurocenter
Ungementorerne

Litteraturliste

- Bakmann, Louise, Anne Norup, and Birgitte Hysse Forchhammer. "Hit in the heart of life: How meeting like-Minded peers may contribute to psychosocial recovery of adolescents and young adults with acquired brain injury." *Frontiers in neurology* 10 (2019): 521.
- Bystrup, M.R., Aadal, L., Pallesen, H., Larsen, K. & Hindhede, A.L. (2022). Who are relatives? Young adults, relatives and professionals' perceptions of relatives during the rehabilitation of young adults with a severe acquired brain injury. *Disability and Rehabilitation*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/09638288.2022.2072959>
- Cutler, Melissa, et al. "Mindful connections: the role of a peer support group on the psychosocial adjustment for adults recovering from brain injury." *Journal of social work in disability & rehabilitation* 15.3-4 (2016): 260-284.
- Doser, Karoline, et al. "Psychological outcome after severe traumatic brain injury in adolescents and young adults: The chronic phase." *Brain injury* 32.1 (2018): 64-71.
- Graff, Heidi J., et al. "Patient perspectives on navigating the field of traumatic brain injury rehabilitation: a qualitative thematic analysis." *Disability and rehabilitation* 40.8 (2018): 926-934.
- Hoffmann, Dorte D., et al. "Implementing volunteer peer mentoring as a supplement to professional efforts in primary rehabilitation of persons with spinal cord injury." *Spinal Cord* 57.10 (2019): 881-889.
- Hu, Jieman, et al. "Peer support interventions for breast cancer patients: a systematic review." *Breast cancer research and treatment* 174 (2019): 325-341.
- Kessing, Malene Lue. "Doing peer work in mental health services: Unpacking different enactments of lived experiences." *Health Sociology Review* 31.1 (2022): 32-46.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Interview : introduktion til et håndværk* (2. udg.). Hans Reitzel.
- Larsen, K., & Glintborg, C. (2018). *Resiliens og identitetsrekonstruktion hos unge med senhjerneskader*. I: C. Glintborg (Red.), *Rehabiliteringspsykologi : en introduktion i teori og praksis* (s.??). Aarhus Universitetsforlag.
- Paterson, B. & Scott-Findlay, S. (2002). Critical issues in interviewing people with traumatic brain injury. *Qualitative Health Research*, 12(3), 399-409. <https://doi.org/10.1177/104973202129119973>
- Prehn, A., & Prehn, A. (2018). *Flip : hjælp din plastiske hjerne med at tackle det 21. århundrede*. People'sPress.
- Seikkula, J., & Arnkil, T. E. (2014). *Åben dialog og relationel praksis. Respekt for anderledeshed i øjeblikket*. Lindhardt og Ringhof.
- Thybo, P. (2023). *Det hele menneske* Lup på sundhedspædagogik i praksis. Hans Reitzel Forlag

Bilag 1: Metodiske tilgange

Spørgeskema 1: Matching Brains deltagere om progression og udvikling, hvad angår trivsel, livskvalitet, accept, mening i livet, social livssituation, uddannelse/jobstatus og håndtering af hverdagslivet

Spørgeskema 2: Matching Brains uddannelsens deltagere om oplevelsen af at deltage i uddannelsen

Interviewguide 1: Individuelle telefoninterviews med "nye" og "erfarne" unge (ekstern evaluator)

Interviewguide 2: Fokusgruppeinterview med ungementorerne (ekstern evaluator) om Matching Brains erfaringer

Spørgeskema 1

BAGGRUND (sæt x ved dine svar)	
Skriv venligst dit navn	
Hvad er dit køn?	☐ Dreng/Mand ☐ Pige/ Kvinde ☐ Jeg identificerer mig ikke entydigt med et bestemt køn ☐ Andet ☐ Ønsker ikke at svare
Hvad er din alder?	_____ år
Samlivsstatus	☐ Bor alene ☐ Bor hjemme hos forældre ☐ Bor sammen med en kæreste eller andre samboer
Hvad var din beskæftigelse <u>forud</u> for din skade eller sygdom?	☐ Under uddannelse eller i grundskole på ordinære vilkår ☐ Under uddannelse eller i grundskole med tilpassede forhold (fx reduceret skema, ekstra tid til eksamen, SPS støtte eller lignende) ☐ Under uddannelse eller i grundskole på særlige vilkår (fx STU) ☐ I arbejde på ordinære vilkår ☐ I arbejde på særlige vilkår (fx skånejob, fleksjob eller lignende) ☐ I praktik (fx i forbindelse med jobafprøvning eller uddannelse) ☐ Arbejdssøgende eller hjemmegående

	☐ Førtidspensionist ☐ Sygemeldt
Hvad er din beskæftigelse <u>nu</u> ?	☐ Under uddannelse eller i grundskole på ordinære vilkår ☐ Under uddannelse eller i grundskole med tilpassede forhold (fx reduceret skema, ekstra tid til eksamen, SPS støtte eller lignende) ☐ Under uddannelse eller i grundskole på særlige vilkår (fx STU) ☐ I arbejde på ordinære vilkår ☐ I arbejde på særlige vilkår (fx skånejob, fleksjob eller lignende) ☐ I praktik (fx i forbindelse med jobafprøvning eller uddannelse) ☐ Arbejdssøgende eller hjemmegående ☐ Førtidspensionist ☐ Sygemeldt
HELBRED	
Angiv venligst dato for din skade eller sygdom?	____ / ____ / ____ dag mdr. år
Hvad er din skade, sygdom eller diagnose?	☐ Hjerneblødning ☐ Hjernehindeblødning ☐ Blodprop i hjernen ☐ Traumatisk hjerneskade (ulykke, skade efter fald eller lignende) ☐ Hjernerystelse ☐ Andet: _____ (angiv skade, sygdom eller diagnose)
Har du andre sygdomme/diagnoser?	☐ Nej ☐ Ja Hvis ja, skriv venligst, hvilke andre sygdomme eller diagnoser: _____ _____ _____
Generelt, hvordan vil du beskrive dit fysiske helbred?	☐ Meget dårligt ☒ Dårligt

	☐ Rimeligt ☐ Godt ☐ Meget godt
Generelt, hvordan vil du beskrive dit følelsesmæssige velbefindende?	☐ Meget dårligt ☐ Dårligt ☐ Rimeligt ☐ Godt ☐ Meget godt
TILFREDSHED MED DIT LIV	
Generelt, hvor tilfreds er du med dit liv?	☐ Meget dårligt ☐ Dårligt ☐ Rimeligt ☐ Godt ☐ Meget godt
KONTAKT	
Må vi kontakte dig i forbindelse med, at vi gerne vil lave et gruppeinterview med flere deltagere, når projektet afsluttes i 2025? I interviewet spørger vi ind til dine og de øvrige deltageres oplevelser og erfaringer med at deltage i projektet. ☐ Ja ☐ Nej (sæt X ved dit svar) Hvis ja: Telefonnummer: _____ E-mail adresse: _____ _____ Underskrift: _____ _____	
Skriv venligst dato for i dag	____ / ____ / ____ dag mdr. år

Spørgeskema til vurdering af tiltro til egne evner

Introduktion:

Spørgeskemaet handler om:

- a) din overordnede tro på egne evner til med succes at gennemføre nødvendige handlinger i nedenstående situationer, eller hvor selvsikker du er i forhold til at gennemføre forskellige opgaver og situationer, og
- b) dit selvværd, der overordnet relaterer sig til, hvordan du vurderer dit eget værd, eller hvordan du har det med dig selv.

Du skal svare på spørgsmålene i forhold til dig selv og din oplevelse af din formåen ud fra den situation, du står i nu.

Markér den svarmulighed, der passer bedst til dit svar ved hvert spørgsmål	Svarmuligheder				
	Meget uenig (1)	Uenig (2)	Hverken enig eller uenig (3)	Enig (4)	Meget enig (5)
1. Jeg kan nå de fleste mål, jeg sætter mig					
2. Når jeg står overfor vanskelige opgaver, er jeg sikker på, at jeg kan fuldføre dem					
3. Overordnet, tror jeg, at jeg kan opnå de resultater, som er vigtige for mig					
4. Jeg tror, at jeg kan lykkes med næsten alt, jeg sætter mig for					
5. Jeg vil med succes kunne overvinde mange udfordringer					
6. Jeg har tillid til, at jeg effektivt kan udføre mange forskellige opgaver					
7. Sammenlignet med andre, klarer jeg de fleste opgaver meget godt					
8. Selv når tingene er vanskelige, præsterer jeg udmærket					

Evaluering af deltagelse i aktiviteter i hverdagen efter rehabilitering

Dette spørgeskema handler om din hverdag og består af to dele.

Besvar venligst alle spørgsmål ved at sætte ring om det svar, der bedst beskriver din situation.

1 - Hvor ofte har du foretaget følgende aktiviteter i de sidste fire uger?

Forklaring:

- Ved hvert spørgsmål skal du lægge antallet af gange sammen, hvor du har udført hver enkelt aktivitet. Eksempel: Hvis du har gået en tur to gange om ugen, svarer det til otte ture de sidste fire uger, og du skal derfor vælge kategorien "6-10 gange".
- Aktiviteter, der har at gøre med arbejde, skole eller huslige gøremål skal ikke medtages.

Bemærk: Du skal angive antal gange i de sidste fire uger.

Dyrket sport eller været fysisk aktiv

Eksempelvis spillet tennis, cyklet, gået til fitness eller gymnastik, gået lange ture.
Bemærk: Medtag for eksempel ikke cykling til og fra arbejde

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

Gået ud

Eksempelvis på restaurant, på café, i biografen, til koncert - alene eller sammen med andre

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

Taget på dagsture eller deltaget i udendørs aktiviteter

Eksempelvis på shopping, til arrangementer, til stranden, i kirke eller moské

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

Lavet fritidsaktiviteter i hjemmet

Eksempelvis hobby-håndværk, håndarbejde, læst, lagt puslespil, spillet computerspil

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

Besøgt familie og venner

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

Fået besøg af familie og venner i dit hjem

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

Taget kontakt til andre per telefon eller computer

Eksempelvis talt i telefon, sendt SMS'er eller e-mails

Aldrig 1-2 gange 3-5 gange 6-10 gange 11-18 gange 19 gange eller mere

2. Hvor tilfreds er du med din nuværende hverdag?

I forhold til lønnet og ulønnet arbejde eller uddannelse Bemærk: udfyld i forhold til den vigtigste aktivitet Svar "ikke relevant", hvis du <u>ikke</u> er i stand til at arbejde.	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	Ikke relevant
I forhold til huslige gøremål Eksempelvis: madlavning, rengøring, indkøb, drage omsorg for børn, gør-det-selv arbejde, havearbejde	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
I forhold til transport udenfor hjemmet Eksempelvis køre bil, rejse med bus eller tog, cykle til arbejde eller tage på shopping	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
I forhold til at dyrke sport eller være fysisk aktiv Eksempelvis spille tennis, cykle, gå til fitness eller gymnastik, gå lange ture.	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
I forhold til at gå ud Eksempelvis på restaurant, på café, i biografen, til koncert -alene eller sammen med andre	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
I forhold til at tage på dagsture eller deltage i udendørs aktiviteter Eksempelvis shoppingture, deltage i arrangementer, tage til stranden, i kirke eller moské	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
I forhold til at lave fritidsaktiviteter i hjemmet Eksempelvis hobby-håndværk, håndarbejde, læse, bruge computer	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
Dit forhold til din partner Svar "ikke relevant", hvis du <u>ikke</u> har en partner.	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	Ikke relevant
Dit forhold til din familie	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	
I forhold til din kontakt med venner og bekendte	Meget utilfreds	Utilfreds	Hverken utilfreds eller tilfreds	Tilfreds	Meget tilfreds	

Spørgeskema 2

Evalueringsskema

Uddannelse: Matching Brains

Dato: 25. Jan 2024

Hvordan vurderer du kurset?

Sæt kryds ud for point: 6 = meget tilfredsstillende; 1 = ikke tilfredsstillende

Hvordan vurderer du uddannelsen i sin helhed (levede det op til dine forventninger?)

6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---

Hvordan vurderer du de(n) anvendte undervisningsform(er)?

6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---

1. Hvordan vurderer du det anvendte/omdelte materiale (Invitation, PowerPoints o. lign.)?

6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---

4. Hvordan vurderer du undervisningen generelt?

6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---

5. Hvordan vurderer du faciliteterne og -forplejningen?

6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---

6. Hvordan vurderer du underviserne (Helle og Mette)?

6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---

VEND!

Har du uddybende begrundelser for, hvorfor du har sat dit kryds, som du har:

Har du forslag til ændringer i uddannelsen fremadrettet:

Andre kommentarer i øvrigt:

Interviewguide 1: Matching Brains interviewguide, deltagere

Noter fra interview d. _____ Navn: _____ Erfaren/Ny

Indledning: Tak fordi du vil tale med mig og dele dine erfaringer med at deltage i Matching Brains. Det er værdifuldt for os at høre om dine oplevelser. Vi vil blandt andet gerne skrive en artikel om projektet.

Jeg vil spørge om jeg må optage dette interview på en lydfil, for at kunne fastholde dine udtalelser så ordret som muligt. Dine udtalelser bliver anonymiseret og vi sletter lydfilen så snart vi er færdige med at bruge den. Hvad siger du til det?

Samtykke til optagelse af interview på lydfil: Ja Nej

Fortæl mig om din baggrund for at blive tilknyttet Matching Brains

Hvilke aktiviteter har du deltaget i ifm Matching Brains?

Hvilke erfaringer har du? Hvilken forskel har det gjort for dig?

Ungementorernes rolle

Hvad drømmer du om fremover at bruge matching brains til?

Hvis vi skal udvikle matching brains – hvad skal vi så holde fast i og er der noget vi skal lave om på?

Andre kommentarer

Mange tak for din deltagelse. Det er værdifuldt for os at høre dine erfaringer med projektet.

Hvordan var det at blive interviewet på denne måde?

Samtykke til at blive kontaktet en anden gang: Ja Nej

Interviewguide 2: Matching Brains interviewguide, ungementorerne

Hvordan opstod ideen?

Hvordan udviklede I indholdet?

Hvordan udvalgte I deltagerne?

Hvordan planlagde I indholdet?

Hvad skete der på uddannelsesdagene?

Hvilke evalueringer fik I? Hvordan brugte I disse evalueringer?

Hvordan planlægges caféerne? Og hvilke erfaringer har I med disse?

Hvem har inspireret jer?

Hvad drømmer I om for Matching Brains i fremtiden?

Hvis I skulle planlægge indsatsen i dag – hvad ville I holde fast i og er der noget I ville ændre på?

Hvordan har jeres samarbejde været? Hvad hjælper jer på vej?

Andre kommentarer?

Hvad hæfter I jer særligt ved efter denne samtale som er vigtigt at få formidlet i artiklen?

Bilag 2:

Oversigt over caféarrangementer og invitationer

31.10.2023	Halloween (bål, brætspil og spisning) (7 unge)
22.01.2024	Bowling (2 unge)
07.03.2024	Dialog ud fra kort "skift briller, når det driller" og kropsøvelse (6 unge)
11.04.2024	Positiv psykologi (6 unge) (virtuelt)
03.06.2024	Gå med alpakaer, Møldrup (6 unge)
04.07.2024	"Hvad er vigtigt?" Livsværdier og kropsøvelse (6 unge)
24.09.2024	Æblepres (9 unge)
14.11.2024	Behov og forventninger i eget liv (4 unge)
24.01.2025	"Intuition – styrk din intuition og form din livsvej, som du gerne vil" (10 unge)
14.03.2025	Forandring – Hjernen er evigt påvirkelig og foranderlig (6 unge)
04.04.2025	Neuroplasticitet (virtuelt) (3 unge)
16.06.2025	Hvordan bliver du et helt menneske efter en hjernerystelse eller en hjerne-skade? (7 unge)
24.10.2025	Hverdagen! (10 unge)

Bilag 3:

Oversigt over beskæftigelse ifbm. tilknytning til Matching Brains

Unge der har gennemført Matching Brains uddannelsen					
	Navn	Er blev et matchet	Beskæftigelse v. start i MB	Beskæftigelse juli 2025	Status
1	Andreas	X	Uden for udd./job	Videregående udd.	ledig/sygemeldt - > job/udd.
2	Freia	X	Jobafklaring	Fleksjob	ledig/sygemeldt - > job/udd.
3	Helle	Ikke klar	Ungdomsuddannelse	Jobafklaring	job/udd. -> ledig/sygemeldt/jobafkl.
4	Emil	X	Ungdomsuddannelse	Ungdomsuddannelse	Uændret
5	Julie	X	Uden for udd./job	Ungdomsuddannelse	ledig/sygemeldt - > job/udd.
6	Nanna	X	Fleksjob	Fleksjob	Uændret
7	Tobias	X	Videregående udd.	Job på ordinære vilkår	Uændret
8	Anja	X	Jobafklaring	Fleksjob	ledig/sygemeldt - > job/udd.
9	Tobias MA	X	Fleksjob	Fleksjob	Uændret
10	Simone	X	Jobafklaring	Ressourceforløb	Uændret
11	Christoph er	Ikke fundet match	Job på ordinære vilkår	Jobafklaringsforløb	job/udd. -> ledig/sygemeldt/jobafkl.
12	Line	Ikke klar	Uden for udd./job	Ungdomsuddannelse	ledig/sygemeldt - > job/udd.
13	Frederikke	X	Uden for job	Højskole	ledig/sygemeldt - > job/udd.
14	Ditte	X	Jobafklaring	Fleksjob	ledig/sygemeldt - > job/udd.
15	Mia	X	Sygemeldt	Tabt arbejdsfortjeneste	ledig/sygemeldt - > job/udd.
16	Mads	Ikke fundet match	Job på ordinære vilkår	Job på ordinære vilkår	Uændret
17	Maren	X	Uden for udd./job	Job på ordinære vilkår	ledig/sygemeldt - > job/udd.
18	Katrine	X	Videregående udd.	Jobafklaring	job/udd. -> ledig/sygemeldt/jobafkl.

19	Sandra	X	Videregående udd.	Barsel	Uændret
20	Sofie	Ikke klar	Fleksjob	Barsel	Uændret
21	Naja		Sygemeldt	Sygemeldt	Uændret
22	Ida		Fleksjob	Fleksjob	Uændret
23	Emil S		Udd	Udd	Uændret
24	Emil		Sygemeldt	Sygemeldt	Uændret
25	Maiken	X	Førtidspension	Førtidspension	Uændret
26	Sanne	X	Førtidspension	Førtidspension	Uændret
27	Sandra	X	Jobafklaring	Jobafklaring	Uændret
28	Lisa	Ikke klar	Sygemeldt	Sygemeldt	Uændret

"Nye" unge (uden Matching Brains uddannelsen)					
	Navn	Er blev et matchet	Beskæftigelse v. start i MB	Beskæftigelse juli 2025	
29	Helene	X	I job på ordinære vilkår	Sygemeldt	job/udd. -> ledig/sygemeldt/jobafkl.
30	Jeanette	X	Sygemeldt	Barsel	Fastholdt
31	Maiken	X	Førtidspension	Førtidspension	Fastholdt
32	Oliver	X	Ungdomsuddannelse	Ungdomsuddannelse	Fastholdt
33	Johan	X	Førtidspension	Førtidspension	Fastholdt
34	Emmelie	X	Uden for beskæftigelse	Højskole	ledig/sygemeldt - > job/udd.

Bilag 4:

Oversigt over formidling

- **Årlig netværksdag samt sommer- og julehilsen til samarbejdspartnere**

(brugerorganisationer, hjerneskadekoordinere, uddannelsessteder, jobkonsulenter, sagsbehandlere, UU-vejledere m.fl.).

Netværksdagene blev afholdt:

16. juni 2023: Ungementorernes samarbejdspartnere
31. maj 2024: Ungementorernes samarbejdspartnere
20. juni 2025: Ungementorernes samarbejdspartnere

- **Oplæg i forskellige regi:**

12. okt 2023: Forskningsenheden på Hammel Neurocenter
13. nov 2023: Netværkskonference: Børn og unge med erhvervet hjerneskade (national)
20. Nov 2023: Hjerneskadekoordinatorerne i Region Midtjylland
9. april 2024: Læring og forandringsprocesser, Aalborg Universitet
2. oktober 2024: Hjerneskadeforeningens virtuelle gruppe for pårørende
29. Nov 2024: Trygfonden
7. maj 2025: Sundhedsfagligt symposium, Hammel Neurocenter
5. maj 2025: Netværk for videnscentre (nationalt)
10. juni 2025: CP projektgruppe, Hammel Neurocenter
September 2024: Sunnasstiftelsen, Norge

- **Sociale medier:** Hammel Neurocenter og i Hospitalsenhed Midt (HE Midt) løbende feeds om projektet via deres nyhedsbreve, LinkedIn og facebookprofiler.

Aviser:

18. januar 2023: Lokalavisen Favrskov
18. januar 2023: Uge-Bladet Skanderborg
21. januar 2023: Favrskov posten
25. januar 2023: Ebeltoft tidende
7. februar 2023: Midtjyllandsavis

Hjemmesider:

Region Midtjylland – Ungementorerne

<https://www.fagperson.sundhed.rm.dk/til-ansatte-og-samarbejdspartnere/samarbejde-med-kommunerne/ungementor/matching-brains/>

Artikler:

Bystrup, M.R., & Præst, A. (2025) Matching Brains: *Et peer-to-peer-fællesskab, der støtter unge tilbage til livet efter en påvirkning på hjernen*. Psyke & Logos, 46(1), 73-97. (Se link nedenfor)

Bystrup, M.R., Harbech, S.P. & Christensen, H.B. (2024) Fællesskaber og social rehabilitering blandt unge med en erhvervet hjerneskade eller langvarige følger efter en hjernerystelse. Fagblad for Dansk Selskab for Pædiatrisk Fysioterapi, (1), 22-25

Afsluttende rapport

Bystrup, M.r., & Christensen, H.B.; Evalueringsrapporten fra projektet Matching Brains, december 2025

Videnskabelig artikel:

[Bystrup, M.R., & Præst, A. \(2025\) Matching Brains: Et peer-to-peer-fællesskab, der støtter unge tilbage til livet efter en påvirkning på hjernen. Psyke & Logos, 46\(1\), 73-97.](#)

Ungementorer matcher hjerner i nyt projekt

Projektet Matching Brains har modtaget 347.872 kroner fra TrykFonden. Projektet omhandler unge med erhvervet hjerneskade eller langvarig skade efter hjernerystelse.

CHRISTINA S. JOHANSEN
csj@lokalavisen.dk

TrykFondens regionale råd i Region Midtjylland har netop uddelt 9,3 millioner kroner til en række tryghedskabende aktiviteter og projekter i regionen. Det er blandt andet kommet et projekt med base på Hammel Neurocenter til gode.

Projektet, som kaldes Matching Brains, har modtaget 347.872 kroner. Det er Ungementorerne som står bag Matching Brains.

Ungementorerne har kontor på Hammel Neurocenter, men er en udlærende funktion betalt af Favrskov, Norddjurs, Syddjurs, Skanderborg, Horsens, Silkeborg, Viborg og Tvedestrand. Foto: CSJ

Ungementorerne, som står bag projektet Matching Brains, har base på Hammel Neurocenter, men er en udlærende funktion betalt af Favrskov, Norddjurs, Syddjurs, Skanderborg, Horsens, Silkeborg, Viborg og Tvedestrand. Foto: CSJ

kan give, for de har selv prøvet det på egen krop.»

De rette match

De unge, som skal dele ud af deres erfaringer, bliver klaret på til opgaven gennem et kursusforløb på fem modulet. I første kursus forventes find sted i juni.

»De lærer, hvordan man motiverer samtidig med, man passer på sig selv og egne grænser,« forklarer Mette Rysdal Bystrup.

De to ungementorer og ve er så at finde de helt rette match. Her er geografi blandt andet relevant, hvis det er en ung som foretrækker at mødes. Det kan også være andre, hvor det at mødes fysisk er for trættende, og så skal der derfor være en regel over telefonen. Herudover afholder Ungementorerne månedlige cafe-arrangementer.

»Det her arbejde er jo noget som vi allerede gør i et eller andet omfang. Men med pengene og Matching Brains vil vi systematisere det og klæde de unge bedre på til det. Vi skaber en ramme om det,« siger Mette Rysdal Bystrup, som sætter pris på midlerne fra TrykFonden.

»Vi vil gerne hele tiden udvikle os og gøre tingene endnu bedre. Pengene gør det muligt at afprøve noget, som ville have været mindre muligt uden midlerne.«

FAKTA

TrykFonden

- Alle, der ønsker at skabe mere tryghed i Danmark, kan ansøge TrykFonden om midler til nye tryghedskabende projekter og aktiviteter.
- Næste frist for ansøgning om midler hos TrykFondens regionale råd i Region Midtjylland er 1. marts.

Ungementorerne har kontakt til de unge i mindst et år ad gangen og hjælper dem med lige præcis det, som den pågældende har brug for. Nogle har behov for, at Ungementorerne tager med til møder, mens det for andre mere er et samtaletilbud. Mentorerne arrangerer også gruppesamtaler.

»Nogle gange har vi planlagt et tema, andre gange taler vi om det, der fylder hos dem,« fortæller Mette Rysdal Bystrup, den ene af de to ungementorer.

Hun forklarer, at de sammen med de unge arbejder på at kunne acceptere og håndtere deres nye livssituation. Efter et ungementorforløb er de nået så langt, at deres erfaringer kan komme andre i lignende situation til gode. Det er her projektet Matching Brains kommer ind i billedet.

Godt for alle parter

Projektet går ud på at matche en ung, som allerede har brugt mindst et år med Ungementorerne, til en ung, som først netop skal til at begynde.

»Vi matcher altså nye med nogle, som er længere i deres proces. Længere med deres accept og erkendelse af deres nye livssituation,« siger Mette Rysdal Bystrup og fortsætter:

»Det er godt for ens egen bearbejdning og proces at støtte op om andre. Man får fokus væk fra sig selv, men arbejder alligevel med sig selv. Og for de nye unge er det rigtig godt at have tingene fra en, som de kan spejle sig i. De får et forbillede og kan se, hvordan han/hun har håndteret svære situationer. Det giver bare noget andet, end vi andre

18. januar 2023: Uge-Bladet Skanderborg

Om rapporten

Denne rapport er skrevet af Mette Ryssel Bystrup og Helle Bak Christensen

Udgivet december 2025.

Projektet er støttet af Trygfonden (projektnummer: 157486)

Fotos akkrediteres som følger:

Agata Lenczewska-Madsen; © ALM

Ungementorerne selv: alle øvrige fotos

Alle billederne er trykt med godkendelse fra alle medvirkende.

Med støtte fra
TrygFonden

midt
regionmidtjylland