

Mathilde Bjørnset og Jon Rogstad

---

# **Livsmestring med Flyt**

Erfaringer fra to pilotkommuner



Mathilde Bjørnset og Jon Rogstad

**Livsmestring med Flyt**  
Erfaringer fra to pilotkommuner

Fafo-notat 2019:22

© Fafo 2019  
ISSN 0804-5135

# Innhold

---

<b>Forord</b> .....	<b>4</b>
<b>Sammendrag</b> .....	<b>5</b>
<b>1 Innledning</b> .....	<b>7</b>
<b>2 Data og metode</b> .....	<b>9</b>
Data og pilotering .....	9
<b>3 Hurdal og Sarpsborg</b> .....	<b>12</b>
<b>4 Flyt i praksis</b> .....	<b>14</b>
Livsmestring.....	14
Veivalg .....	19
Vennskap.....	20
Skolefravær og motivasjon.....	26
Samlet vurdering .....	28
<b>5 Forslag til justeringer</b> .....	<b>30</b>
Sammensetning av gruppene .....	30
Plassering og omfanget av tilbudet .....	32
Noen prinsipper for suksess .....	34
<b>Referanser</b> .....	<b>36</b>

# Forord

---

Dette notatet er første rapportering fra Flytprogrammet, som er initiert og finansiert av Kronprinsparets fond. Formålet med Flyt er å øke unges muligheter til å gjennomføre videregående opplæring. Notatet er en rapportering fra to pilotkommuner i Sarpsborg og i Hurdal. Ett av poengene med å gjennomføre en pilot er å få innblikk i hvordan programmet fungerer, og hva som kan og bør justeres før programmet settes i gang i andre deler av landet. Vi vil takke Tonje Glorvigen Apeland, Monika Egeland Hammer og Irene Lystrup i Kronprinsparets fond, samt Faglig råd og Designgruppen for godt samarbeid underveis. Takk også til Terje Olsen ved Fafo, som har kvalitetssikret notatet. I tillegg vil vi takke alle informantene som har delt sine historier med oss.

Fafo, oktober 2019

Mathilde Bjørnset og Jon Rogstad

# Sammendrag

---

Dette notatet er første evaluering av Flyt-programmet. Her skal vi se på noen av de viktige delmålene som er framsatt i Flyt. Det overordne formålet med Flyt er å øke unges muligheter til å gjennomføre videregående opplæring. Evalueringen er basert på første pulje, som ble gjennomført i Hurdal og Sarpsborg i en halvårsperiode fra vinterferien til høsten 2019. Tilbudet inneholdt fire aktivitetsdager i vinterferien, samt ti temakvelder, utflukter og avslutning. Programmet er konsentrert rundt, og evaluert etter, fire sentrale dimensjoner: livsmestring, veivalg, vennskap og fravær. I tillegg undersøkte vi hvilke mulige justeringer som bør gjøres for at Flyt skal få en enda større betydning for målgruppa.

Vårt datagrunnlag omfatter spørreundersøkelser til deltakere på fire ulike tidspunkt, kvalitative gruppeintervjuer med deltakere, observasjon og samtale med deltakere på utflukt, telefonintervjuer med foreldre og instruktører, i tillegg til en spørreundersøkelse til en kontrollgruppe. Våre funn kan oppsummeres i disse hovedpunktene:

- Mange deltakere mener Flyt har gjort dem bedre i stressmestring. I Hurdal svarer litt under halvparten at Flyt har hjulpet dem til å bli mindre stresset i hverdagen i stor eller i noen grad, mens 67 prosent av deltakerne i Sarpsborg mener det samme.
- Flyt har fungert svært bevisstgjørende på de unge deltakerne når det gjelder hva som er deres sterke sider, og dermed på hvem de er og hva de kan. Syv av ti i Hurdal og ni av ti i Sarpsborg svarer at Flyt har gjort dem mer bevisst på hva som er deres styrke i stor eller i noen grad.
- I Sarpsborg svarer mer enn syv av ti at de etter temakveldene i stor eller i noen grad vet mer om hva de vil gjøre i fremtiden. Mer enn syv av ti mener også at Flyt-programmet har gjort dem tryggere på å ta egne valg i stor eller i noen grad. Selv om endringene er små i Hurdal, svarer hele fire av ti at de vet mer om hva de skal gjøre i fremtiden i stor eller i noen grad, og over halvparten at Flyt-programmet har gjort dem tryggere på å ta egne valg i stor eller i noen grad.
- Nesten åtte av ti i Sarpsborg og over seks av ti i Hurdal forteller at de har fått venner i Flyt som de har kontakt med i etterkant, utenom programmet. Til tross for at deltakerne rapporterer om at de har fått styrket sin sosiale kompetanse, så har ikke det resultert i vennskap, slik de unge ser det. Antall deltakere som svarer «nei» på spørsmålet om de har minst én nær venn i klassen, øker fra fire til fem etter temakveldene i Hurdal, og fra tre til fire i Sarpsborg.
- Deltakerne rapporterte selv i snitt om noe mindre fravær etter jul enn før jul, men dette kan være påvirket av flere faktorer. På spørsmål om deltakerne tror fraværet er påvirket av deltakelse på Flyt, svarer to deltakere fra Hurdal og fire deltakere fra Sarpsborg at de tror fraværet deres har blitt lavere etter Flyt. Flere har ikke endret fraværet, eller de tror andre faktorer har påvirket det. Ingen svarer at fraværet har blitt høyere etter Flyt.

- Ettersom Hurdal og Sarpsborg er pilotkommuner, er det noen viktige lærdommer å trekke fra gjennomføringen av tilbudet på de to stedene som bør brukes i videreføringen av tilbudet. En første utfordringer sammensetning av gruppene. I Sarpsborg ble det satt sammen en gruppe av deltakere som kom fra mange ulike skoler. I Hurdal ble det gjort andre valg, her ble alle elevene på niende trinn inkludert i Flyt. Det resulterte i at ikke bare etablerte konflikter, men også etablert sosial rangorden fra skolen, ble overført til Flyt. Dette vanskeliggjorde at deltakere som trengte Flyt kunne få en «ny start», hvor de slapp fri fra det etablerte sosiale livet på stedet.
- Mange likte at tilbudet var lagt til ferien. Utfordringen, som flere pekte på, var at dagene var for lange og at de var for fylt opp. Både deltakere, instruktører og foreldre så behovet for litt kortere dager, samt å kombinere praktiske aktiviteter og teoretiske øvelser på de ulike møtepunktene i større grad.



# 1 Innledning

---

Ungdom burde hatt en lapp i pannen hvor det står «midlertidig stengt grunnet ombygging», heter det. For mange er dette en fase hvor selve livsprosjektet settes i drift: Hva vil jeg bli, hva kan jeg bli, og vil de la meg bli det? Kommer jeg inn på den skolen og det utdanningsprogrammet jeg ønsker? Det er mye uvisshet og stort behov for råd og hjelp. Likevel: Nær alle (98 prosent) begynner på videregående opplæring. Det er imidlertid langt fra like mange som avslutter med eksamenspapirer i hånden. Blant enhetsskolens store utfordringer er at nær en av fire ikke fullfører og består i løpet av fem år. Dette er elever som kategoriseres under etiketten «fracfall».

Reform 94 kan settes som startpunktet for en serie reformer og tiltak, som har hatt til felles at de er motivert ut fra et mål om å øke gjennomstrømningen. I den sammenheng blir fracfall ansett som bekymringsverdig både for den enkelte og for samfunnet. Det er lett å si seg enig i denne doble problembeskrivelsen. Norge er et høykompetansesamfunn. Skal elever ha tilnærmet sjanselikhhet på arbeidsmarkedet, er formell kompetanse en nær nødvendig, om enn ikke tilstrekkelig forutsetning. Av den grunn er det umiddelbart lett å si seg enig i at jakten på «det gode liv» går via skolen. Men i lys av en slik forståelse er det påfallende at de fracfalle selv ikke nødvendigvis opplever situasjonen på samme måten (Reegård & Rogstad 2016). Blant annet viser forsker Hilde Thrana (2016) at for mange unge er bekymringen for fracfall størst før de slutter. Når beslutningen er fattet og de går ut av skolegården for siste gang, er det mange som først og fremst kjenner på lettelse og frihet. Det er følgelig et stort behov for innsats gjennom råd og veiledning når ungdom skal finne ut hva de vil gjøre og hvilke valg de kan og bør ta.

Flyt er et tilbud for å styrke unges mulighet til å ta valg som framstår som meningsfulle for dem. Målet med Flyt er å «bidra til at unge gjøres i stand til å gjennomføre videregående opplæring gjennom å styrke deres livsmestring». Flyt er altså også et program som er motivert ut fra en uro over at mange unge ikke fullfører og består videregående skole. Samtidig er ambisjonen og innretningen en annen enn de fleste av de etablerte reformene. Dels er det de unges egen selvforståelse som settes i sentrum, dels er tilbudet lagt utenfor skolen. Målet er heller ikke at de skal gjennomføre skolen, men at de skal settes i stand til å fatte valg som er til det beste for deres eget liv. De skal følgelig gis en form for livskompetanse. Programmet skal supplere skolens læringsplan gjennom å gi unge verktøy for å mestre både skolen og livet (se mer inngående presentasjon av Flyt i kapittel 2).

Dette notatet er første evaluering av sentrale delmål i Flyt, som ble pilotert vinteren og våren 2019. I første runde ble programmet igangsatt i Hurdal og i Sarpsborg. I alt var det 30 deltakere i Hurdal og 21 i Sarpsborg. Fafo har fulgt programmet fra tidlig planlegging og avgrensning og deretter i de to pilotkommunene. Spørsmålet vi trenger svar på etter piloteringen er følgende:

- 1 Virker Flyt etter intensjonen?
- 2 Hvilke justeringer bør gjøres for å sikre at Flyt får enda større betydning for målgruppa?

Gjennomføringen av Flyt består i å samle ungdommene til felles aktiviteter og måltider, og å lære dem mestringsstrategier. De mer operasjonelle målene er derfor hvorvidt Flyt har utgjort en forskjell når det gjelder fire sentrale dimensjoner: livsmestring, veivalg, vennskap og fravær.

Data er basert på flere spørreundersøkelser til deltakerne underveis, vi har videre intervjuet dem i grupper og samtalt med flere enkeltvis. I tillegg har vi intervjuet et mindre antall foreldre og instruktørene. For å kunne vurdere gruppene vil vi dels sammenlikne dem, dels har vi en kontrollgruppe bestående av andre unge på samme alder.

## 2 Data og metode

---

Flyt er et livsmestringsprogram for ungdom i overgangen til videregående skole. Å mestre livets utfordringer, bygge god psykisk helse, utvikle sosial kompetanse og gode kommunikasjonssevner er nøkkelkompetanse for å kunne stå i og fullføre en utdanning, samt delta i arbeids- og samfunnsliv.

Med Flyt-programmet håper Kronprinsparets Fond å styrke livsmestringsferdigheter og vennskap unge imellom, og bidra til at flere unge fullfører videregående utdanning. Programmet har fokus på den enkeltes ferdigheter, men også på å bygge fellesskap og medborgerskap.

Flyt gjennomføres i samarbeid med kommuner, og tilpasses lokale forhold. Det faglige innholdet er det samme, og bygger på en styrkebasert metodikk. Programmet går over ett år, fra høsten i tiendeklasse til første klasse på videregående skole. Det er gratis for ungdommene å delta.

To forhold er viktig å trekke fram i piloten vi her skal beskrive. For det første var denne runden av Flyt avgrenset til et halvt år. For det andre var piloten rettet mot elever på niendetrinn, for å treffe dem før de skulle velge hva de vil gjøre i videregående skole. I trinn to av pilotperioden, fra høsten 2020, vil programmet rettes mot elever på tiendetrinn og vare ett år.

Det finnes en serie ulike forståelser av livsmestring. I vår sammenheng er vi opp-tatt av tre dimensjoner. De tre er:

- (i) *Personlige egenskaper* i form av selvkontroll, selvfølelse og stressmestring
- (ii) *Sosiale kompetanser* som omfatter empati, relasjonell kompetanse og kunne håndtere sosiale situasjoner
- (iii) *Faglige kompetanser* som består av innsikt i valgmuligheter, handlingsrom og konsekvenser

Gjennom å styrke de unges livsmestring er antakelsen at deltakerne på Flyt vil være bedre rustet enn de var tidligere til å kunne gjennomføre videregående opplæring.

### Data og pilotering

Første fase, med pilotkommunene Hurdal og Sarpsborg, startet i uke 8, vinterferien 2019. I vinterferien ble aktivitetsdagene arrangert. Da ble deltakerne satt inn i Flyt-metodikk og ble kjent med hverandre. Den delen av tilbudet varte i fire dager.

Etter vinterferien ble det arrangert ti temakvelder, samt en tur til Farmen-gården. Hele perioden strekker seg dermed over et halvt år, fra vinterferien i februar og til høsten. I oktober 2019 starter to nye grupper. Forskjellen er at de to første puljene har en litt kortere periode, mens gruppene som starter høsten 2019 får en full periode med varighet på ett år.

Formålet med følgeforskningen er todelt. For det første skal den kartlegge prosessen og implementeringen av programmet. Herunder er det avgjørende å spille inn hva

som fungerer og hva som ikke fungerer like godt, slik at det kan foretas kunnskapsbaserte justeringer underveis.

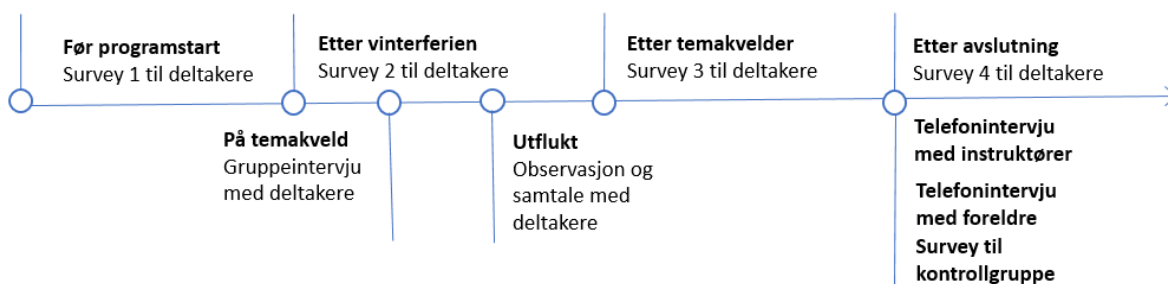
For det andre skal forskningen måle resultatene av å delta på Flyt. Dette vil først og fremst skje med subjektive mål for hvordan deltakerne selv opplever endring som følge av deltakelse, men også gjennom informasjon om fravær.

Forskningen henter inn data fra en rekke ulike kilder:

- a) Spørreundersøkelse til ungdommene på fire ulike tidspunkt:
  - a. Før programstart
  - b. Etter aktivitetsdagene i vinterferien
  - c. Etter temakveldene før sommerferien
  - d. Etter avslutningen i høst
- b) Gruppeintervjuer med et mindre antall ungdommer som deltar på programmet
- c) Være sammen med ungdommene og intervju/samtale med enkelte underveis
- d) Telefonintervju med et utvalg foreldre
- e) Telefonintervju med instruktørene
- f) Spørreundersøkelse til kontrollgruppe

Spørreundersøkelsen ble sendt ut på SMS til deltakerne. Vi vurderte denne formen som mest hensiktsmessig, siden ungdommene i stor grad har smarttelefon tilgjengelig til enhver tid. Det har likevel vært utfordrende å få ungdommene til å svare på alle undersøkelsene. Flere ganger har vi samkjørt utsendelsen av undersøkelsen med tidspunkt ungdommene møttes gjennom Flyt, og dette fungerte bedre enn å sende ut undersøkelsen på et tidspunkt der ingen av instruktørene kunne sette av tid eller minne deltakerne på å svare. Vi ser likevel at antall svar har sunket utover i perioden, vi hadde flest svar i starten og færrest etter avslutningen i høst. Noen av spørsmålene i undersøkelsene kan oppfattes som sensitive, og derfor er det mulig å hoppe over spørsmål man ikke vil svare på. Dermed har et ulikt antall deltakere svart på undersøkelsene sendt ut på de ulike tidspunktene, og på de ulike spørsmålene. Se tidslinje for de ulike datapunktene i figur 1.

Figur 1 Tidslinje for datapunkter.



En begrensning ved dataene vi har samlet inn er at antallet informanter er lite. Dette skyldes først og fremst at tilbudet kun har inkludert et lite antall deltakere. Problemet er altså ikke først og fremst lav svarprosent. Når det likevel er begrensninger knyttet til antallet, så skyldes det at man må tolke endringer med varsomhet. Få respondenter innebærer at selv små endringer i vurderinger kan framstå som større enn de i realiteten er. Det kan også resultere i at det er vanskelig å identifisere eventuelle trender,

fordi fordelingene går opp og ned, litt ut fra dagsform hos respondentene. I tillegg er det et problem at heller ikke alle deltakerne svarte på undersøkelsen. Det kan tenkes at de som valgte å svare er de som er mest positive.

For å redusere problemet med lav N – både når det gjelder antall deltakere og antall som besvarte surveyen – var det svært viktig for oss å supplere de kvantitative dataene med kvalitative intervjuer og observasjoner. De kvalitative intervjuene med deltakerne ble gjennomført på en temakveld på de ulike stedene. Disse intervjuene ble gjennomført etter en semi-strukturert intervjuguide, og det ble gjort lydopptak etter deltakernes samtykke. Vi fikk også muligheten til å bli med deltakerne fra Hurdal på en utflukt og samtale med ungdommene hele dagen, mens de gjennomførte de planlagte aktivitetene. Mot slutten av programmet gjennomførte vi telefonintervjuer med instruktører fra hver av de to pilotkommunene, samt foreldre (syv totalt).

Vi sendte også ut en spørreundersøkelse på nett til en kontrollgruppe med elever på sammenliknbare skoler. I neste runde, som starter høsten 2019, vil vi følge to kontrollklasser gjennom hele perioden for å kunne sammenlikne endringer hos deltakerne- vs. kontrollgruppene. Erfaringsmessig er det vanskelig å rekruttere informanter til å være med i en kontrollgruppe, men etter mye innsats fikk vi en sammenliknbar gruppe. En innvending er likevel at vi kun har kontrollgruppe i siste målepunkt. Det innebærer at vi bare kan sammenlikne nivået til slutt. I første pilotering, hvor vi har sett mest på organisering, er dette tilfredsstillende. Men i neste pilotering, hvor programmet ligger mer fast, vil vi også se enda mer på endring underveis.

## 3 Hurdal og Sarpsborg

---

Da Flyt skulle piloteres, ble det besluttet at Hurdal og Sarpsborg var de to stedene der programmet skulle starte. Vi skal ikke her gi en uttømmende beskrivelse av de to kommunene. Det er likevel hensiktsmessig å trekke fram noen forskjeller og likheter – og ikke minst synliggjøre sentrale kjennetegn ved kommunene som kan være av betydning for hvordan Flyt har fungert.

Et første forhold er kommunestørrelse. Hurdal er en liten kommune, og folk bor spredd. Sarpsborg er en typisk mellomstor by. I tall er forholdet at det bor noe under 3000 mennesker i Hurdal, mot om lag 56 000 i Sarpsborg. I begge kommunene er medianinntekten for en familie med barn under 17 år litt under 750 000.

Samtidig er det flere typer av utfordringer for de to områdene. I planen for bekjempelse av fattigdom går det fram at Hurdal er den mest utsatte kommunen i Akershus.<sup>1</sup> Over 11,2 prosent av barna lever i vedvarende lavinntektsfamilier. I Norge sett under ett er tilsvarende andel 9 prosent, mens det i en kommune som Nittedal er 5,7 prosent. Andelen er imidlertid betydelig høyere i Sarpsborg, hvor hele 16,3 prosent av barna lever i lavinntektsfamilier.

Gjennom Ung i Norge vet vi videre en del om hvordan de unge opplever situasjonen i hjemkommunen. I denne undersøkelsen er alle ungdomsskoleelevene spurt om en rekke forhold. I tabell 1 har vi samlet noen sentrale mål for trivsel.

Resultatene fra Ung i Norge gir et interessant og sammensatt bilde av Hurdal og Sarpsborg. I Hurdal synes en lavere andel av de unge å være fornøyd. Dette gjelder opplevelsen av lokalsamfunnet og skolen. Det er også en lavere andel av dem som har en god venn. Samtidig er det mindre skulking og mobbing i Hurdal enn i Sarpsborg, mens det er en marginalt større andel som tror de kommer til å leve et godt og lykkelig liv.

Langs disse dimensjonene skiller ikke bare Hurdal seg fra Sarpsborg, kommunen skiller seg også fra resten av Norge. Om vi sammenlikner de to kommunene med gjennomsnittet i resten av landet, går det fram at unge i Sarpsborg plasserer seg ganske nær ungdom i resten av landet, bortsett fra i synet på ungdomsskolen. Andelen som er svært fornøyd med egen ungdomsskole ligger 6 prosentpoeng under landsgjennomsnittet. Dette er likevel lite i forhold til situasjonen i Hurdal, som ligger 17 prosentpoeng under landet for øvrig. Her er ungdommene i liten grad fornøyd med aktivitetstilbudet der de bor, for eksempel med idrettsanlegg, lokaler der de kan treffe andre unge på fritiden, kulturtilbudet og kollektivtilbudet.

---

<sup>1</sup> <https://www.asker.kommune.no/styringsdokumenter/temaplan-for-bekjempelse-av-fattigdom-2017-2020/sec5>

Tabell 1 Andel i ungdomsskoler i Hurdal, Sarpsborg og Norge som svarer bekreftende på hvor fornøyd de er med situasjonen langs flere dimensjoner i egen kommune. Prosent.

	Hurdal	Sarpsborg	Norge
Har minst en venn <sup>2</sup>	59	65	65
Svært fornøyd med lokalsamfunnet	28	39	40
Svært fornøyd på ungdomsskolen	17	28	34
Skulket aldri skolen siste år	85	76	79
Tror at jeg kommer til leve et godt og lykkelig liv	72	69	72
Utsatt for mobbing <sup>3</sup>	9	13	13

Kilde: Ungdata

Utover stedsforskjellene mellom Hurdal, Sarpsborg og landet for øvrig, er det også forskjeller mellom deltakergruppene i Hurdal og Sarpsborg. I Hurdal ble tilbudet gitt til alle elever på niende trinn, og samtlige var positive til å delta. I aktivitetsuka deltok 32, mens 30 deltakere ble med videre. Dermed ble Flyt gitt til 30 deltakere, fordelt på to ulike klasser på samme skole. I denne gruppa kjente deltakerne hverandre dermed fra før i stor grad. I Sarpsborg ble deltakerne rekruttert fra flere ulike skoler, og en selektert gruppe på 22 deltakere ble tilbudt plass på Flyt. 21 deltakere ble med videre etter aktivitetsuka. I kapittel 4 vil vi se at de fleste deltakerne også her kjente noen av deltakerne fra før, men denne gruppa deltakere hadde aldri vært samlet sosialt før Flyt. Dette viser at Flyt hadde både ulikt utgangspunkt og ulik organisering på de to stedene.

<sup>2</sup> Andel som svarer «Ja, helt sikkert» på «Har du minst en venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig».

<sup>3</sup> Andel som svarer enten: Ja, en gang i måneden, ja, en gang i uka, ja omtrent hver 14 dag, ja, flere ganger i uka.

## 4 Flyt i praksis

---

Det viktigste spørsmålet i denne rapporten er hvordan piloten av Flyt har blitt erfart av de involverte: Hva mener deltakerne, foreldrene og instruktørene om Flyt? Har Flyt utgjort en forskjell når det gjelder de fire sentrale dimensjonene: livsmestring, veivalg, vennskap og fravær? For å svare på dette har vi gjennomført en bred data-innhenting med flere spørreundersøkelser, intervjuer og observasjoner av Flyt-samlinger. Vi skal se på hvert av emnene for seg, før vi gir en samlet vurdering.

### Livsmestring

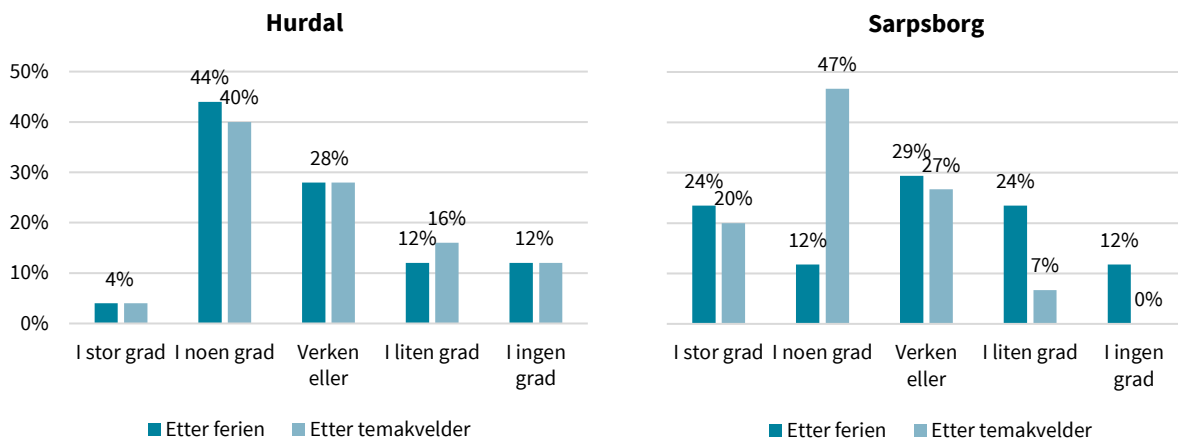
I utgangspunktet kan livsmestring settes som en samlende overskrift på Flyt. Den bærende ideen ble på mange måter formulert gjennom tittelen på seminaret som ble arrangert under Arendalsuka 2019 – *Mestrer du livet, mestrer du skolen*. At Flyt fokuserer på å tilføre de unge livsmestringskompetanse er også den måten programmet gjøres aktuelt for skolen på, ettersom temaet livsmestring er en del av den nye generelle læreplanen.

Livsmestring er et bredt og ikke alltid fullt ut avklart begrep. I denne sammenheng legger vi vekt på de tre forholdene som er framsatt i kapittel 2: personlige egenskaper, sosial kompetanse og faglig kompetanse. Dette er tre dimensjoner som i korthet kan oppsummeres med kompetanse til å orientere seg med hensyn til valg for fremtiden og hvordan man håndterer nåtiden med hensyn til relasjoner og ytre og indre stress.

Den første dimensjonen dreier seg om selvkontroll og stress. Stress er en faktor som kan stå i veien for mestring (Bru & Roland 2019). Både i det kvantitative og i det kvalitative materialet stilte vi spørsmål om opplevelse av stress og mestring. Blant annet spurte vi eksplisitt om deltakerne vurderte at deltakelsen på Flyt hadde hjulpet dem med stressmestring. På spørsmål om Flyt-programmet har hjulpet deltakerne til å bli mindre stresset i hverdagen, spriker svarene mellom Hurdal og Sarpsborg. I Hurdal er svarene påfallende like etter vinterferien (aktivitetsuka) og etter de etterfølgende temakveldene, der litt under halvparten svarer at programmet har hjulpet i stor eller i noen grad, slik vi ser i figur 2. (Se figur 1 i kapittel 2 for en tidslinje over datapunktene.) I Sarpsborg var det langt flere som mente at programmet var til hjelp da vi spurte dem etter temakveldene (67 prosent) enn da vi spurte dem etter vinterferien (36 prosent). Dette kan indikere at i Sarpsborg var temakveldene særlig vellykkede med hensyn til stressmestring. Av figur 2 ser vi også at nivået på andelen som mener at programmet har hjulpet på stress (i stor eller i noen grad), er noe høyere i Sarpsborg enn i Hurdal.



Figur 2 «I hvilken grad har Flyt-programmet hjulpet deg til å bli mindre stresset i hverdagen?» Hurdal: Etter ferien: N=25, etter temakvelder: N=25. Sarpsborg: Etter ferien: N=17, etter temakvelder: N=15.



I henhold til metoden (kapittel 2) vil vi imidlertid minne om at man må tolke endring i figurene med varsomhet. Små endringer i antall informanter, som skifter mening fra «i stor grad» til «i noen grad» eller «verken eller», vil gi store utslag, men trenger ikke å speile viktige substansielle endringer i oppfatninger. Vi vil også lede oppmerksomheten hen til nivået, som vi har kommentert over. Når det gjelder figur 2, er det for eksempel viktig at hovedtendensen både i Hurdal og i Sarpsborg er at en stor andel gir uttrykk for at Flyt har hjulpet dem til å håndtere stress. Dette er trolig mer interessant enn de endringene, som kan skyldes mange ting. Det er videre verdt å nevne at når andelen er høyere i Sarpsborg enn i Hurdal, så er en viktig forklaring på det at potensialet i Sarpsborg var større – rett og slett fordi deltakergruppa der hadde større utfordringer generelt enn gruppa i Hurdal.

Utfordringer med å måle fenomener som livsmestring underbygger betydningen av å supplere de kvantitative dataene med kvalitative intervjuer. Slik kunne vi drolde mer med informantene, og ikke minst få deres fortolkning av og perspektiver på situasjonen.

At stresshåndtering ble diskutert og opplevd som viktig, er eksempel på et tema som dukket opp flere ganger i de kvalitative intervjuene.

Jeg synes jo det er slitsomt å skulle ta masse valg, og det er jo stressende å finne ut hva man skal og kan bli. Da er det nyttig å snakke med voksne. De har hjulpet med å rydde litt i tankene. (Deltaker, Sarpsborg)

Han reagerer på stress, men har blitt bedre på å sette ord på hva det er, sortere det ut, og se hva som kan gjøres med det. (Forelder, Sarpsborg)

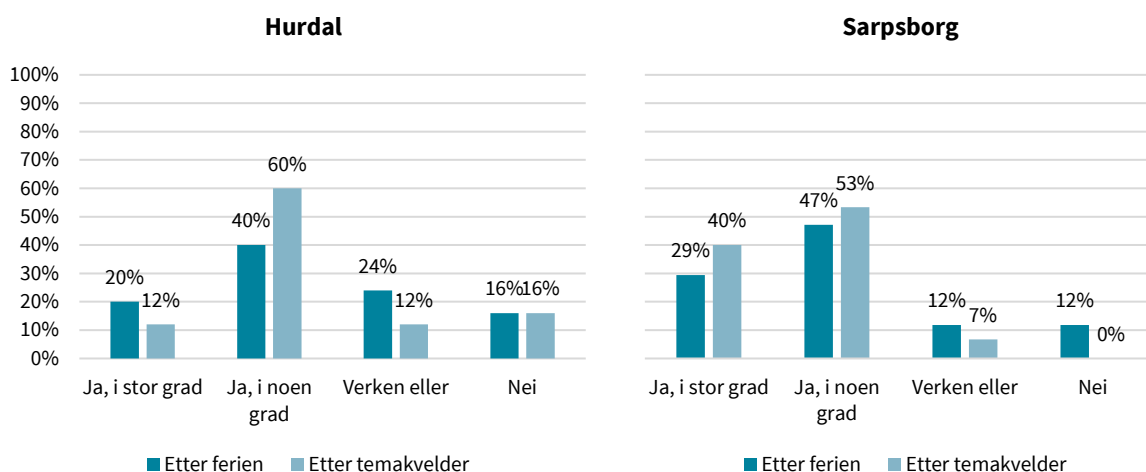
Livsmestring handler om mer enn stressmestring. Forskning viser at sosiale og emosjonelle ferdigheter har stor betydning for opplevd livsmestring (Heckman & Kautz 2013; Durlak mfl. 2011). Eksempler på sosiale og emosjonelle ferdigheter som samspiller med læring er blant annet evnen til å arbeide målrettet, takle motgang og samarbeide (Pellegrino & Hilton 2012; OECD 2013). Bruk av styrkekort, som er en metode for å tematisere spesifikke typer av positive egenskaper, er et eksempel på en øvelse som omhandler dette i Flyt.

En viktig del av de personlige egenskapene er selvfølelse og kunnskap om en selv. Deriblant egne styrker og svakheter. Figur 3 gir et bilde av endring i opplevelsen av innsikt i egen styrke. Resultatene må vurderes som svært gode. Allerede etter vinterferien var det en stor andel av deltakerne som rapporterte at de opplevde at de var mer bevisst sine sterke sider enn de hadde vært før Flyt. I Hurdal var det seks av ti som svarte «i stor grad» eller «i noen grad» på spørsmålet: *Vet du mer om deg selv og dine styrker enn før du var med på programmet?*, noe som økte videre til syv av ti etter temakveldene. I Sarpsborg var det også en betydelig økning, fra nesten åtte av ti til ni av ti. Vi kan følgelig slå fast at Flyt har fungert svært bevisstgjørende på de unge deltakerne når det gjelder hva som er deres styrke, og dermed på hvem de er og hva de kan. To foreldre trekker fram dette:

De har lært at de har andre gode egenskaper som det går an å satse på. Det har påvirket henne positivt, og hun har snakket om hvilke sterke sider de har og sånn. (Forelder, Sarpsborg)

Han har blitt helt annerledes etter Flyt, hvor han har blitt utfordret på det sosiale. Blitt en annen gutt nå. Det virker som han synes det er lettere, og han har en annen tilnærming til diskusjoner og konflikter her hjemme. Vi har snakket mye om hvordan man kan tolke andre reaksjoner, og han har fått innblikk i hvordan han kan løse ulike situasjoner. (Forelder, Hurdal)

Figur 3» Vet du mer om deg selv og dine styrker enn før du var med på programmet?» Hurdal: Etter ferien: N=25, etter temakvelder: N=25. Sarpsborg: Etter ferien: N=17, etter temakvelder: N=15.

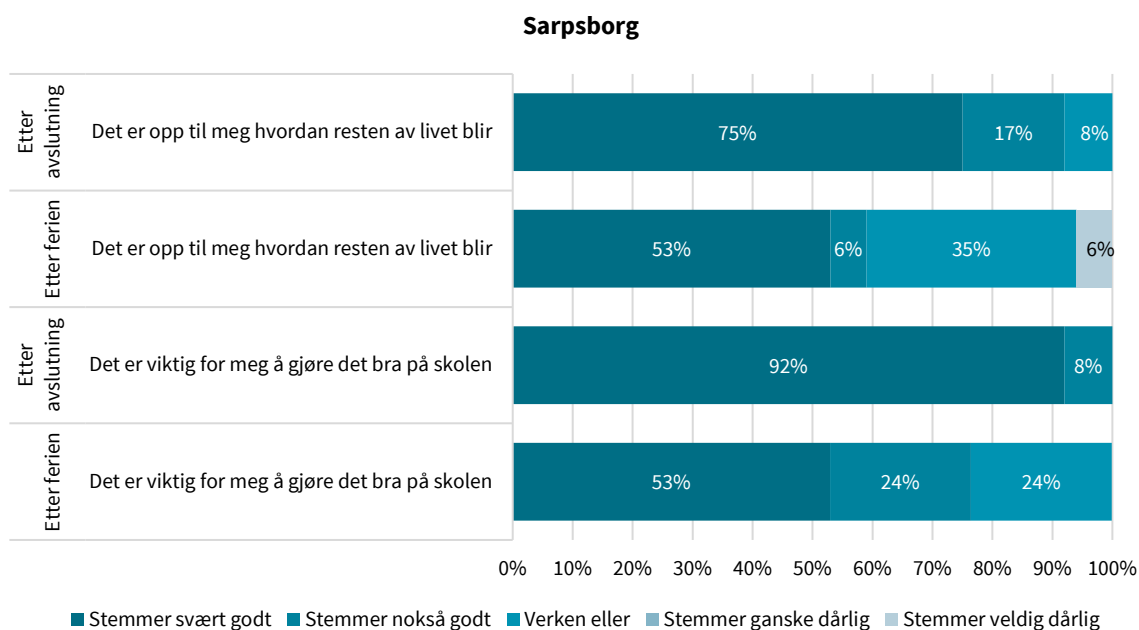
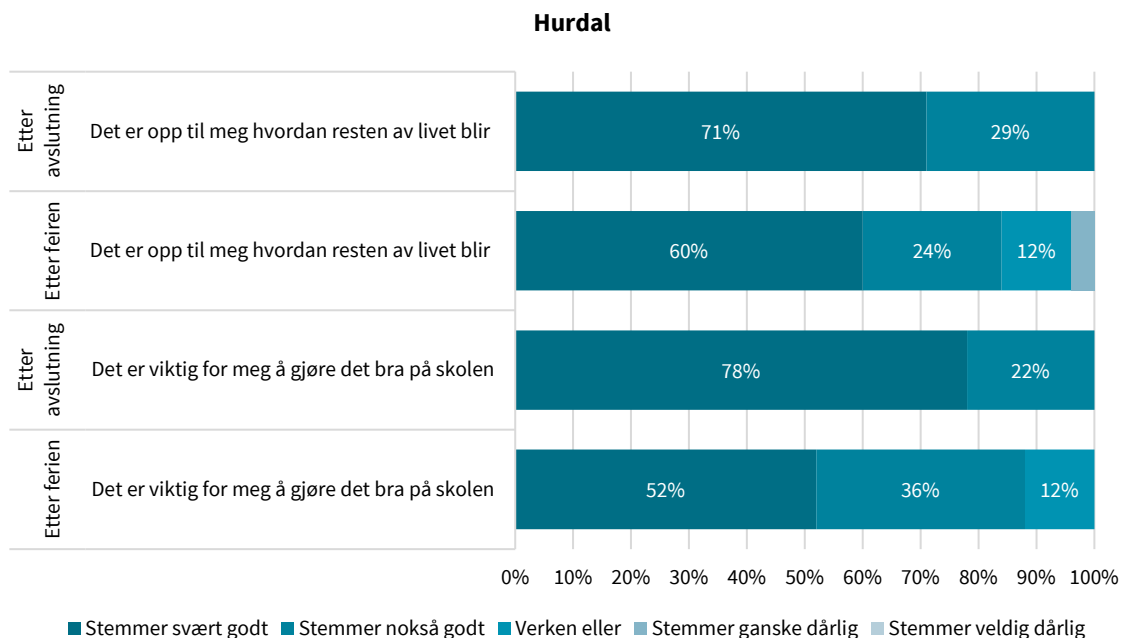


Et neste spørsmål er hvordan den økte selvinnsikten har blitt brukt. Gitt at deltakere på Flyt er unge i niende klasse, i en fase der de orienterer seg mot hva de skal og kan bli (jf. tredje del av livsmestringen), er det viktig at kunnskapen om egen styrke tolkes og settes inn i en plan for framtiden.

I figur 4 har vi tatt med svarfordelingene på to påstander. Den ene handler om ansvar for eget liv: «Det er opp til meg hvordan resten av livet blir», og i tillegg en

påstand om at «det er viktig for meg å gjøre det bra på skolen». Svarene indikerer at det har vært en økning i andelen som sier seg enig i disse påstandene.

Figur 4 «Hvor godt eller dårlig stemmer disse påstander om mestring for deg?» Hurda: Etter ferien: N=25. Etter avslutning: N=23. Sarpborg: Etter ferien: N=17. Etter avslutning: N=12.

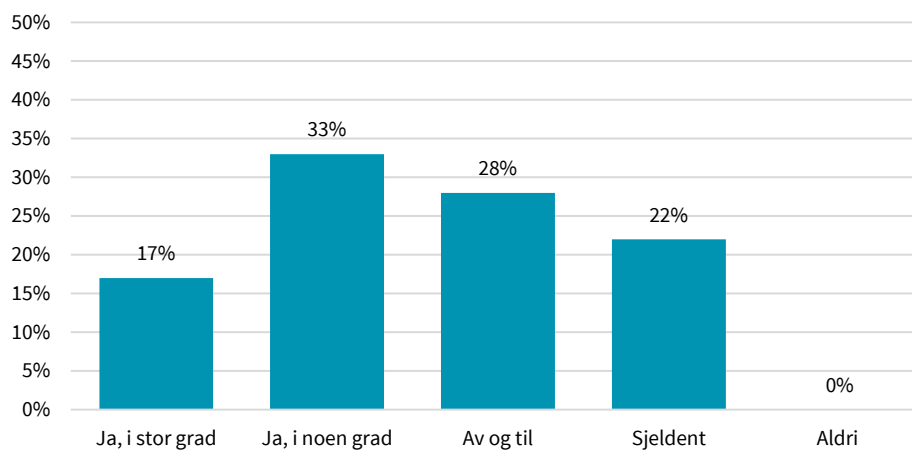


Ifølge tenkningen som ligger til grunn for Flyt, vil en økende bevisstgjøring av de unge deltakerne trolig også innebære at de opplever et større ansvar. De kan, men også må, ta ansvar for hvordan deres liv blir. Gitt at man inntar en slik forståelse, er det muligens heller ikke så overraskende at Flyt kan lede til at en del blir mer motivert for å legge en innsats i skolen. Dette kan også være en forklaring på at fraværet er

reduisert, noe vi skal se senere i notatet. Etter avslutningen svarer flere deltakere både fra Hurdal og Sarpsborg «i stor grad» på påstanden «det er viktig for meg å gjøre det bra på skolen» og «det er opp til meg hvordan resten av livet blir», enn etter tema-kveldene.

For å avgjøre om Flyt har ført til en endring, er det interessant dels å sammenlikne gruppa med en annen gruppe, som ikke har vært på Flyt, men som ellers er mest mulig lik. Dette er en såkalt kontrollgruppe. På spørsmål til kontrollgruppa om de opplever mestring (figur 5), svarer langt færre at de opplever dette enn deltakerne på Flyt. Henholdsvis 65 prosent av deltakerne i Hurdal oppga at de opplevde mestring i stor eller i noen grad, og 54 prosent av deltakerne i Sarpsborg oppga det samme (ikke vist i figur), mot 50 prosent i kontrollgruppa. Dette kan bety at deltakerne på Flyt har blitt mer bevisst på egen mestring enn ungdom som ikke har vært med på Flyt. På påstanden «det er opp til meg hvordan resten av livet blir» og «det er viktig for meg å gjøre det bra på skolen», har kontrollgruppa liknende svarfordeling som deltakerne på Flyt (ikke vist i figur).

Figur 5 «Opplever du mestring?» Kontrollgruppe: N=18.



I de kvalitative intervjuene gikk det også fram at livsmestring som begrep var omfattende:

Det er jo egentlig vanskelig å si om de har blitt bedre på livsmestring. Det er veldig stort, liksom. (Instruktør, Sarpsborg)

Da vi spurte om de ulike dimensjonene, ble samtalen imidlertid mer fokuserte. Og flere av elementene ble oppfattet som viktige av både deltakere og instruktørene. Særlig var det mange som tok fram at arbeidet med følelser og relasjonell kompetanse var av betydning for dem som personer:

Jeg synes kanskje særlig det vi lærte om de ulike følelsene. Ta kontroll over dem liksom. Det hadde jeg ikke tenkt så mye på før. Det var bra. (Deltaker, Sarpsborg)

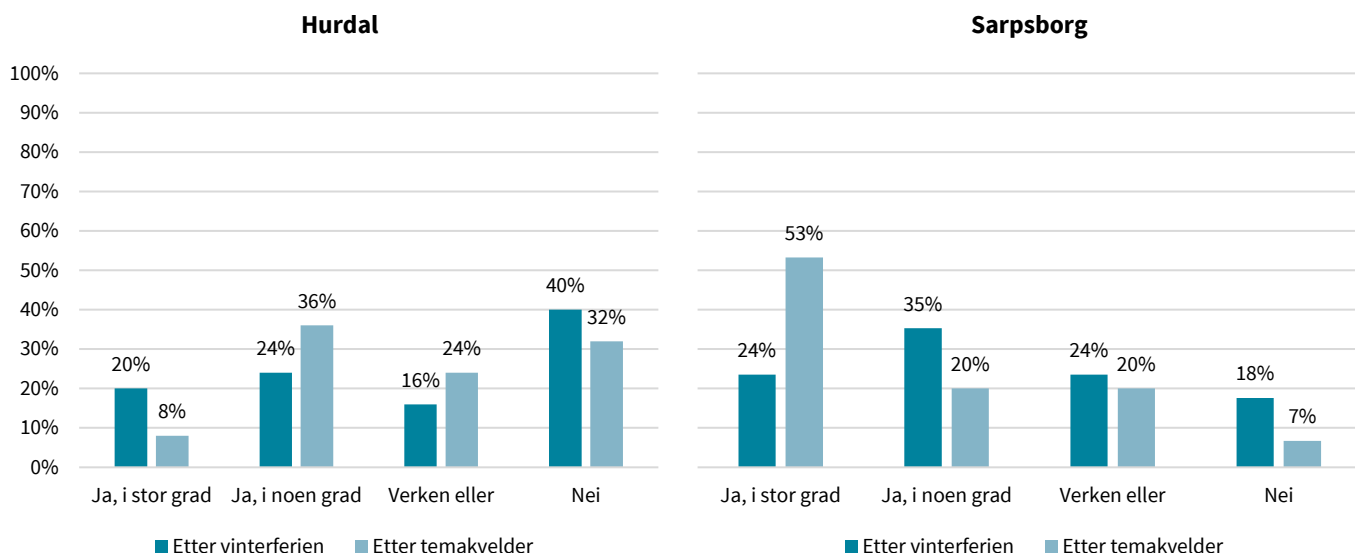
I løpet av tilbudet jobbet man også eksplisitt med ulike typer av tanker. Dette var noe som både de unge og instruktørene ga uttrykk for at fungerte.

Jeg opplever jo at kurset tok opp emner som er relevante for de unge. Og egentlig ikke bare for dem, men for oss alle. (Instruktør, Sarpsborg)

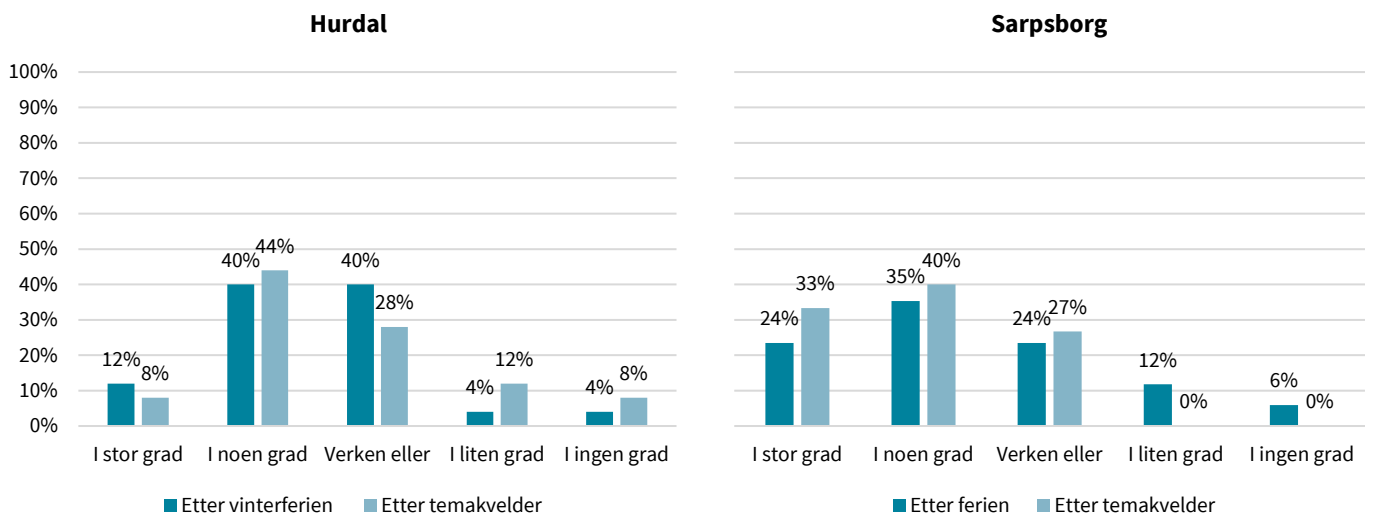
## Veivalg

Fra det tredje aspektet i livsmestringsbegrepet, *faglig kompetanse*, som består av innsikt i valgmuligheter, handlingsrom og konsekvenser, går det en bro ut til Flyts andre målsetting, nemlig å få økt innsikt i egne ønsker og valg for framtiden. Veivalg er ett av de ti temaene i Flyts temakvelder, der blant annet øvelsen «veikart» brukes. Vi stilte deltakerne to spørsmål om dette, hvorvidt de vet noe mer om hva de vil gjøre i framtiden enn før de var med på Flyt (figur 6), og om Flyt-programmet har gjort dem tryggere på å ta egne valg (figur 7). På begge spørsmålene er det en økning i andelen deltakere som svarer «i stor grad» eller «i noen grad» i Sarpsborg fra etter aktivitetsdagene i vinterferien til etter temakveldene, mens det er liten endring i svarfordelingen fra deltakerne i Hurdal. I Sarpsborg svarer over halvparten at de i stor grad vet mer om hva de vil gjøre i framtiden etter temakveldene, mens ytterligere to av ti mener de i noen grad vet mer om dette. Mer enn syv av ti mener også at Flyt-programmet har gjort dem tryggere på å ta egne valg i stor eller noen grad. Selv om endringene er små i Hurdal, svarer hele fire av ti at de vet mer om hva de skal gjøre i framtiden i stor eller noen grad etter temakveldene, og over halvparten at Flyt-programmet har gjort dem tryggere på å ta egne valg i stor eller noen grad. Dette er tilsynelatende en ganske stor andel. Det kan derfor stilles et spørsmål om hva det er rimelig å forvente av et begrenset tilbud. Samtidig skal det også trekkes fram at det er en betydelig andel som avviser at Flyt har spilt noen rolle. Etter temakveldene var det om lag tre av ti Hurdal, mot en av ti i Sarpsborg, som svarer «nei» på spørsmål om de «vet mer hva de vil gjøre i framtiden.»

Figur 6 «Vet du mer om hva du vil gjøre i framtiden enn før du var med på Flyt-programmet?» Hurdal: Etter vinterferien: N=25. Etter temakvelder: N=25. Sarpsborg: Etter vinterferien: N=17. Etter temakvelder: N=15.



Figur 7» I hvilken grad har Flyt-programmet gjort deg tryggere på å ta egne valg?» Hurdal: Etter vinterferien: N=25. Etter temakvelder: N=25. Sarpsborg: Etter vinterferien: N=17. Etter temakvelder: N=15.



I intervjuene med deltakerne trakk også mange fram veivalg og hvordan Flyt hadde gjort dem mer bevisst på sin framtid:

Flyt har gjort at jeg vet hva jeg vil bli. (Deltaker Sarpsborg)

På hjemmebane har også foreldre merket denne endringen:

Muligheter framover har det blitt snakket om på Flyt, og han sier han har fått snakket om hvilke muligheter han har og ulike valg man kan ta. (Forelder, Hurdal)

Dette kom veldig etter Flyt, da han begynte å planlegge hva han skulle gjøre i framtiden. Før Flyt visste han ikke hva han skulle, eller kunne. Nå planlegger han framtiden, det er drømmer, men han planlegger veien dit for å nå sine mål, med konkrete planer. Han har planer nå. (Forelder, Sarpsborg)

## Vennskap

I arbeidet med å utforme Flyt-programmet ble vennskap og gode sosiale relasjoner holdt fram som viktige betingelser for mestring. Dette er en forståelse som underbygges av at mange oppfattet det motsatte – utenforskap – som en barriere både mot trivsel, men også læring. Begrunnelsen er at om en person gruer seg til de sosiale møtene i friminuttene og etter skolen, er det lite trolig at denne eleven er i stand til å fokusere tilstrekkelig til å ta inn alt som skal læres.

I samtalene med instruktørene ble det videre understreket at vennskap var noe flere av de unge holdt fram som viktig.

Jeg tror alle deltakerne la vekt på at de gjerne ville få nye venner, da vi spurte dem før programmet startet. (Instruktør, Sarpsborg)

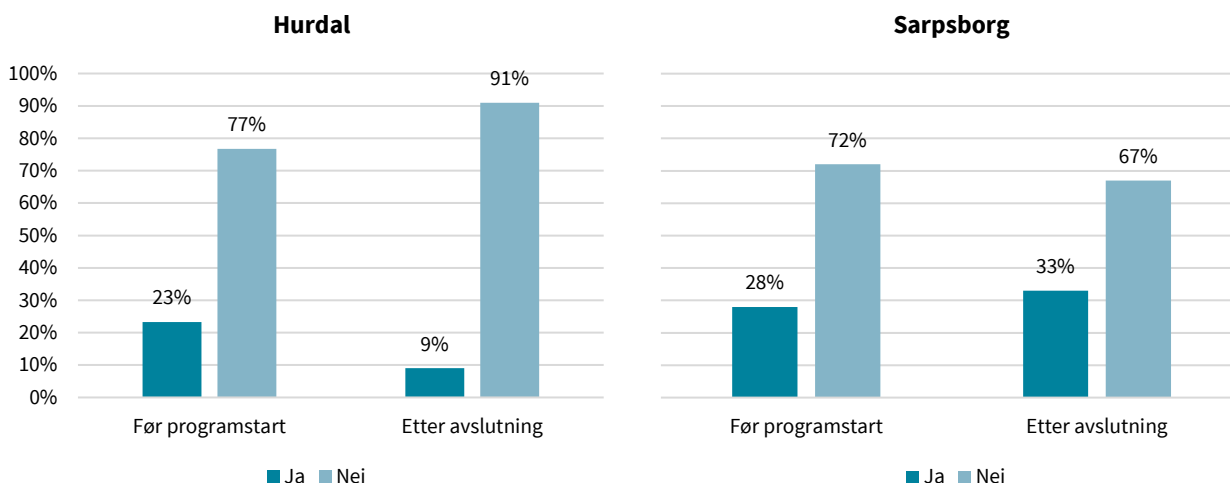
Også fra foreldreintervjuene kom viktigheten av å mestre det sosiale fram:

Han gjør det egentlig ganske bra på skolen, og er egentlig veldig glad i skolearbeid. Når han opplever mestring også på det sosiale, da gjør det godt for han. Han er vant med mestring på skolen, men ikke så vant med mestring på det sosiale. (Forelder, Hurdal)

I figur 8 ser vi deltakernes svarfordeling på spørsmål om de ofte føler seg utenfor, før programstart og etter temakveldene. Figuren indikerer at i Hurdal var det kun et fåtall som følte seg utenfor før programstart, og at denne andelen er lavere etter temakveldene enn den var før. I Sarpsborg svarer flere at de ofte føler seg utenfor dem de vil være sammen med, og andelen er noe større etter temakveldene enn før programstart. Deltakergruppene i Hurdal og Sarpsborg er, som vi har diskutert tidligere, ganske ulike. I Hurdal går alle deltakerne på samme skole, og de fleste har gjort det hele skoleløpet. Dermed kjenner de hverandre fra før i mye større grad enn i Sarpsborg, der deltakerne kommer fra ulike skoler. Det må likevel ses på som en suksess at andelen som ikke føler seg utenfor øker såpass mye i Hurdal etter temakveldene. Deltakerne her kommer fra to ulike klasser, og disse tallene, underbygget av intervjuene, kan vise at trinnet som helhet har blitt mer sammensveiset etter Flyt.

I kontrollgruppa svarer 82 prosent «nei» på spørsmålet om de ofte føler seg utenfor dem de vil være sammen med. Deltakerne i Sarpsborg ligger med andre ord godt under kontrollgruppa på dette spørsmålet, noe som kanskje er naturlig, med tanke på at deltakerne er en selektert gruppe.

Figur 8 «Hender det ofte at du opplever deg utenfor dem du vil være sammen med?» Hurdal. Før programstart: N=30. Etter temakvelder: N=26. Sarpsborg: Før programstart: N=18. Etter temakvelder: N=15.

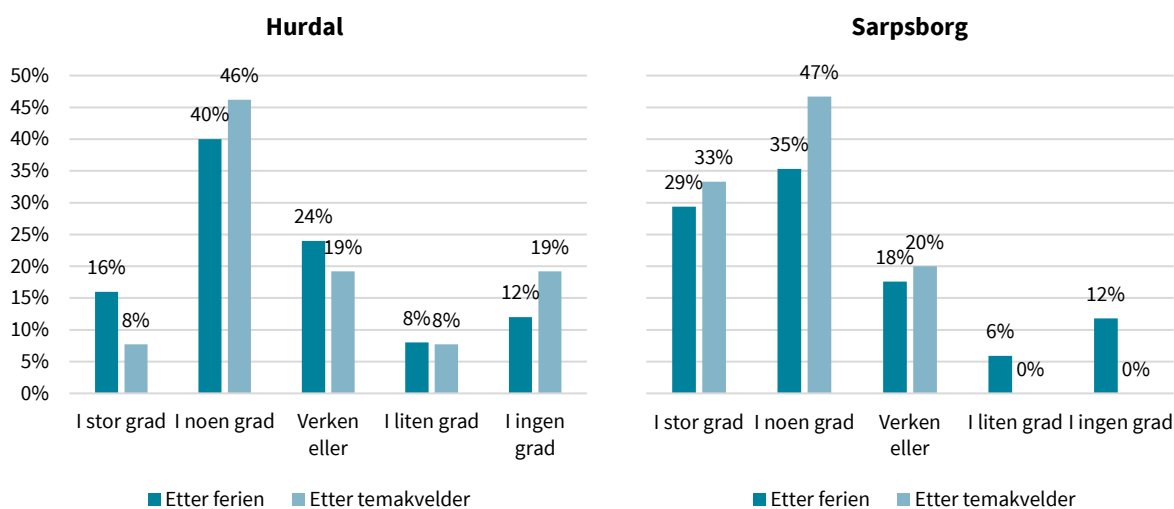


Vi har videre spurt om deltakerne er styrket gjennom Flyt-programmet på en måte som gjør at de opplever det som lettere å snakke med andre de ikke har møtt tidligere. Dette må antas å være svært viktig for å kunne få nye og flere venner. Funnene fra de innsamlede dataene indikerer at deltakerne fra Sarpsborg mener dette er lettere etter Flyt, mens svarfordelingen fra deltakerne i Hurdal viser ingen endring eller negativ forskyvning etter temakveldene. I Sarpsborg svarer seks av ti at Flyt har gjort dette

lettere i stor eller i noen grad etter vinterferien, og hele åtte av ti svarer det samme etter temakveldene. Deltakerne i Hurdal er mer negative til dette, der andelen som svarer «i stor grad» eller «i noen grad» har gått noe ned etter temakveldene, mens andelen som svarer «i ingen grad» går opp. Dette er heller ikke uventet, gitt utgangspunktet i Hurdal, der de fleste kjente hverandre fra før. De har ikke fått snakket med deltakere de ikke har møtt tidligere på Flyt-programmet. I Sarpsborg har deltakerne gjort dette i langt større grad, og har derfor langt mer positive resultater.

Men til tross for at deltakerne rapporterer om en styrking av den sosiale kompetansen, så har ikke det resultert i vennskap, slik de unge ser det. Noe underlig kan det snarere se ut som om situasjonen er motsatt. Blant annet har vi spurt om de har minst én nær venn i klassen. I figur 9 nedenfor kan vi se at ja, det store flertallet av elevene både i Hurdal og i Sarpsborg oppgir at de har en nær venn i klassen, men andelen er synkende. Antall deltakere som svarer «nei» på dette spørsmålet øker fra fire til fem etter temakveldene i Hurdal, og fra tre til fire i Sarpsborg. Denne utviklingen trenger selvsagt ikke å være direkte knyttet til Flyt, men det indikerer at Flyt ikke nødvendigvis bidrar til å styrke gamle vennskap. Nå kan det selvsagt tenkes at niende trinn er en periode hvor mange vennskap glir fra hverandre, og at denne tendensen hadde vært enda sterkere om det ikke var for Flyt, men dette kan vi ikke slå fast med sikkerhet.

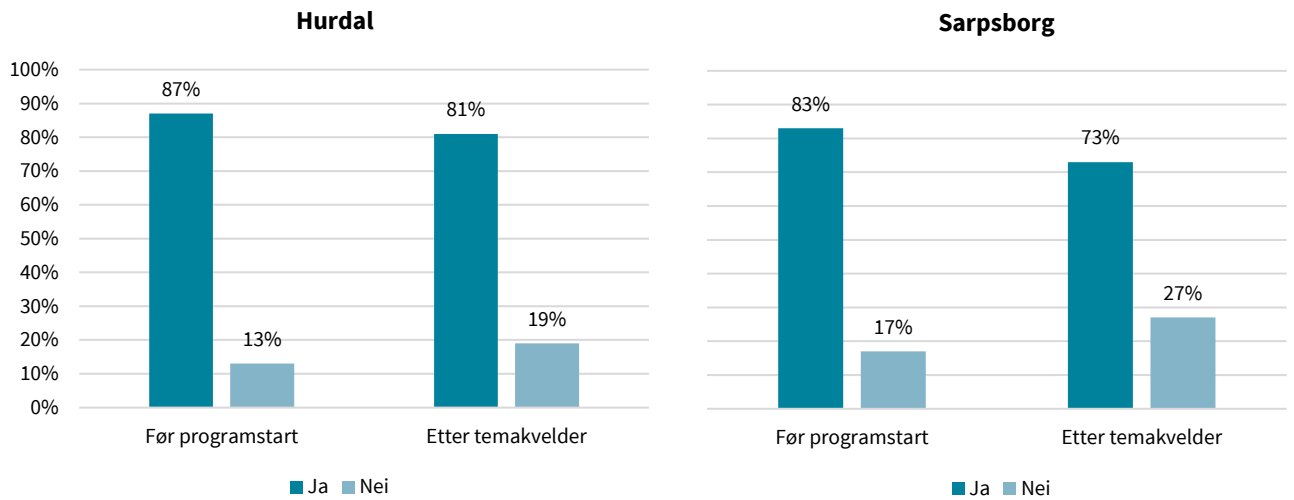
Figur 9 «I hvilken grad er har Flyt-programmet gjort det lettere for deg å snakke med folk du ikke har møtt tidligere?» Hurdal: Etter vinterferien: N=25. Etter temakvelder: N=26. Sarpsborg: Etter vinterferien: N=17. Etter temakvelder: N=15.



I kontrollgruppa svarer 88 prosent at de har minst én nær venn, noe som viser at deltakergruppene ligger noe under denne gruppa (ikke vist i figur). Blant deltakerne som ikke hadde minst én nær venn i klassen, spurte vi videre om de hadde dette på skolen. I Hurdal svarer tre av de fire deltakerne som oppga at de ikke hadde en nær venn i klassen, at de heller ikke hadde det på skolen, og etter temakveldene svarer fire deltakere det samme. I Sarpsborg har også antallet økt etter temakveldene, fra at ingen deltakere svarte nei på om de hadde minst én nær venn i en annen klasse på skolen, til at én deltaker svarte nei. I kontrollgruppa er det liknende resultat, der én av elevene svarer nei på dette spørsmålet (ikke vist i figur).



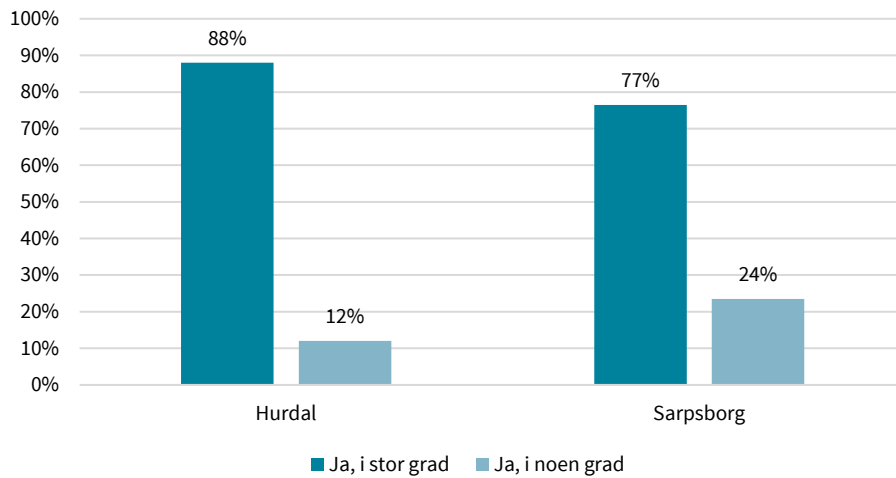
Figur 10 «Har du minst én nær venn i klassen?» Hurdal: Før programstart: N=30. Etter temakvelder: N=26. Sarpsborg: Før programstart: N=18. Etter temakvelder: N=15.



Et spørsmål er om Flyt har blitt et viktig tilbud som potensielt har fylt et behov for sosial kontakt hos de unge. Etter aktivitetsdagene i vinterferien stilte vi også spørsmål om trivselen blant de andre deltakerne. Som vi har vært inne på før, var det forskjell på utgangspunktet til deltakerne i de ulike stedene. I Hurdal oppga hele 96 prosent av deltakerne ikke overraskende at de kjente mange av de andre deltakerne fra før, mens i Sarpsborg svarte kun 24 prosent av deltakerne det samme (ikke vist i figur). I Hurdal svarte de resterende deltakerne at de kjente noen av deltakerne fra før, mens i Sarpsborg svarte 65 prosent at de kjente noen fra før, og 12 prosent at de kjente én deltaker fra før. Ingen svarte at de ikke kjente noen av deltakerne fra før.

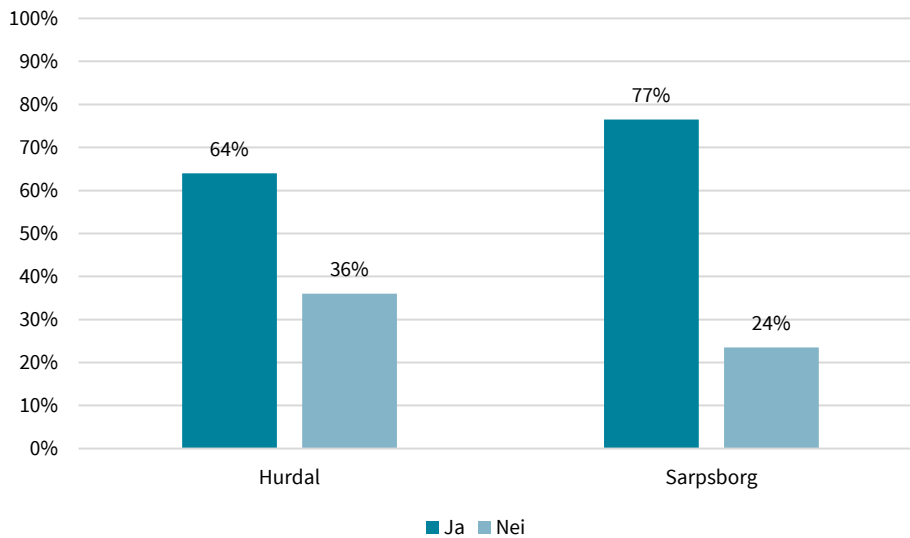
I figur 11 ser vi at ingen av deltakerne sier at de ikke trivdes blant de andre deltakerne, men at de trivdes i ulik grad. I Hurdal var det en noe større andel som trivdes blant de andre i stor grad, mens i Sarpsborg svarte noen flere at de trivdes i noen grad. Dette kan ha sin forklaring i at deltakerne i Hurdal hadde gått i samme klasse lenge, og noen hele skoleløpet. Uavhengig av sted vitner svarene om god trivsel blant deltakerne på programmet.

Figur 11 «Trivdes du med de andre deltakerne?» Hurdal: N=25. Sarpsborg: N=17.



På spørsmål om deltakerne har blitt godt kjent med noen av de andre deltakerne, svarer også flere i Hurdal enn i Sarpsborg at de har blitt godt kjent med mange, mens flere i Sarpsborg svarer at de har blitt godt kjent med noen av de andre (ikke vist i figur). Igjen er det vanskelig å fastslå om dette er grunnet ulikt utgangspunkt eller andre faktorer, fordi gruppene er såpass ulike. Et annet spørsmål som kan si noe mer om virkningen av Flyt, er om deltakerne fikk venner de har hatt kontakt med i etterkant, utenom programmet. Grunnlaget for deltakerne i Hurdal til å få venner i Flyt kan være dårligere enn i Sarpsborg, siden mange her allerede er venner. På den annen side har de kanskje bedre forutsetninger for varige vennskap enn de som tidligere ikke har møttes i det hele tatt. Hvorvidt Flyt har effekter i etterkant av programmet, er også interessant for måloppnåelsen om minst én god venn. I figur 12 ser vi at deltakerne i Sarpsborg i større grad enn i Hurdal svarer «ja» på dette spørsmålet, men at en stor andel også i Hurdal svarer det samme. Totalt svarer 69 prosent at de har hatt kontakt med venner fra Flyt også i etterkant av programmet. Dette er en høy andel, og et viktig tall på veien til å nå målet om at alle skal ha minst én god venn.

Figur 12» Fikk du venner i Flyt-programmet som du har hatt kontakt med i etterkant utenom programmet?»  
Hurdal: N=25. Sarpsborg: N=17.



De kvalitative intervjuene underbygger at Flyt at har hatt en betydning:

Flyt har bidratt til at skolemiljøet er mye bedre. (Deltaker, Hurdal)

Å snakket med folk hun ikke kjenner, det er noe hun har trengt å trene på, for hun er ganske lukket. Det er en periode jeg føler at den eneste hun har snakket med er meg, vanskelig å være mor, venninne, terapeut og lærer på én gang. Nå føler jeg de fikk veldig godt samhold, og hun så at det var andre voksne å snakke med. Det var god kommunikasjon med instruktørene, men det tok nok litt tid. (Forelder, Sarpsborg)

Vi stilte også spørsmål til deltakerne om hvorvidt de hadde blitt godt kjent med noen av instruktørene. Betydningen av en trygg voksenperson i livet i ungdomstiden kan være stor, og flere av deltakerne forteller at de ikke har dette på hjemmebane:

Det er ingen å spørre hjemme. De følger ikke opp. Mine foreldre kan ikke logge seg på fronter. (Deltaker, Sarpsborg)

Mange foreldre så også verdien av instruktørene i Flyt:

Det er veldig bra når det kommer noen andre voksne enn oss. Skolen tar jo ikke den rollen. (Forelder, Hurdal)

Instruktørene i Flyt er personer som tilhører lokalsamfunnet, de fleste har erfaring fra å arbeide med ungdom, og de er gode relasjonsbyggere. I Hurdal svarer 36 prosent av deltakerne at de har blitt godt kjent med mange av instruktørene, mens 56 prosent svarer at de har blitt godt kjent med noen av dem (ikke vist i figur). I Sarpsborg svarer hele 47 prosent at de har blitt godt kjent med mange av instruktørene, mens 47 pro-

sent svarer at de har blitt godt kjent med noen av dem. Gode relasjoner mellom instruktørene og deltakerne vil være avgjørende for positive endringer som følge av Flyt, og deltakernes svar indikerer at de har opplevd slike gode relasjoner i stor grad.

Vi instruktørene fikk god kontakt med dem, og vi er jo mennesker som lever i lokalsamfunnet. (Instruktør, Hurdal)

## Skolefravær og motivasjon

Forebygging av fravær på skolen er et tema som er sentralt i Flyt. Det er ikke uten videre gitt at det er enkelt å spørre deltakerne om fravær. Det kan være sensitivt, og vil de fortelle oss om eget fravær? På direkte spørsmål i intervjuer svarte de fleste av dem vi snakket med at de hadde ganske lavt fravær. Gitt at dette er riktig, er det nærliggende å peke på at det viktigste med Flyt kan tenkes å være å forebygge framtidig fravær. Måten det kan skje på er gjennom å bidra til å deltakerne tar riktige valg for egne liv, samt at de finner en indre motivasjon for skolen.

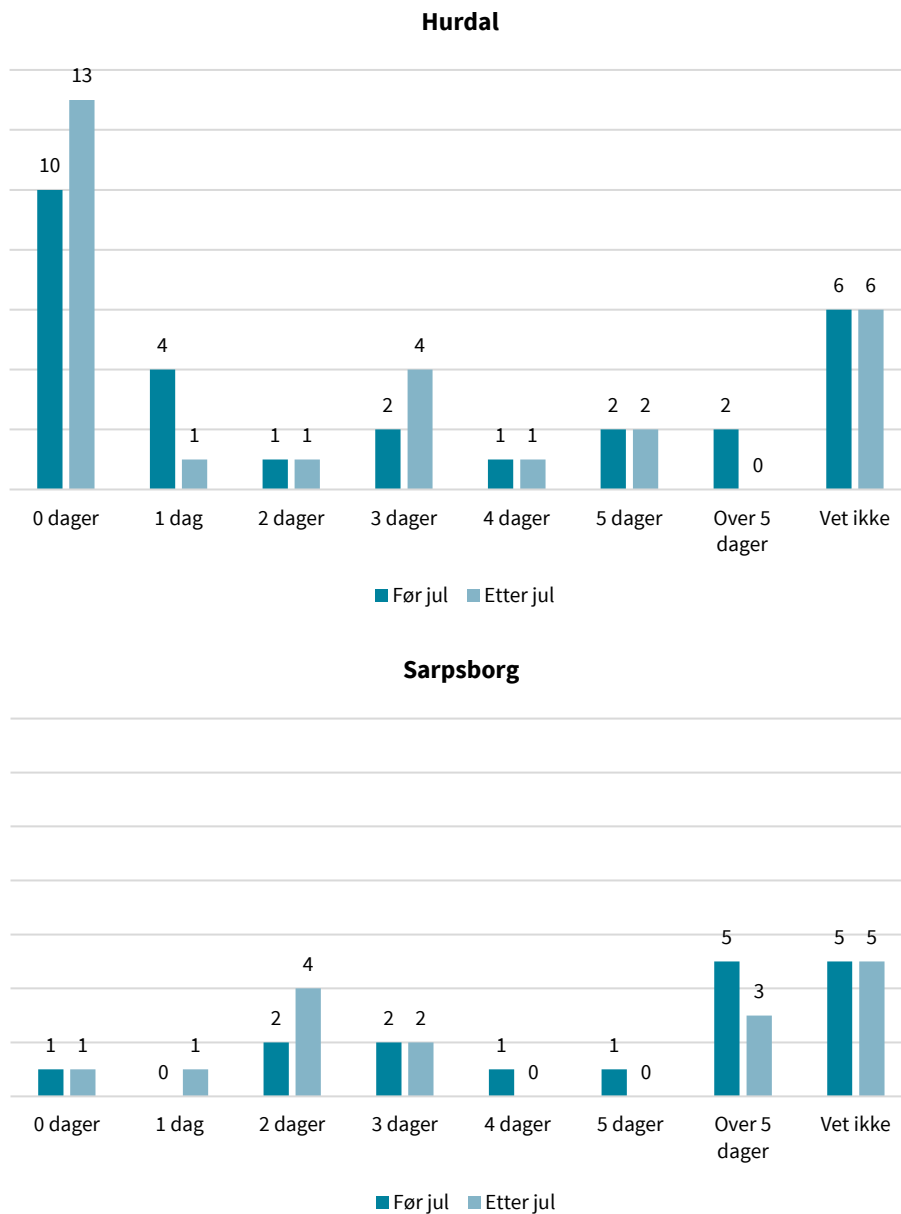
Vi ba deltakerne om å fortelle om skolemotivasjonen før og etter Flyt. Spørsmålet ble gitt ved at de ble bedt om å rangere motivasjon på en skala fra 0-10. Alle de vi intervjuet i gruppeintervjuene fortalte om økt motivasjon. Selvsagt var det variasjon, hvor noen var mer blitt mer motiverte enn andre, men retningen var entydig. Dette kan eksemplifiseres med dette sitatet:

På en skala fra 0-10 var jeg på 2 når det gjaldt motivasjon for skolen. Nå er det 8. (Deltaker, Sarpsborg)

Fordi skoler ikke har mulighet til å gi ut fraværstatistikk over sine elever på individnivå, ble løsningen å undersøke fravær i spørreundersøkelsen. Her lot vi deltakerne ha mulighet til å hoppe over spørsmålet dersom de ikke ville svare, fordi dette kan oppleves sensitivt. Det var et åpent spørsmål, der deltakerne skrev inn sitt svar. Vi opplever at ungdom generelt i stor grad har oversikt over eget skolefravær i de ulike skolesemestrene, noe også svarene reflekterte. Mange skrev inn svarene med fravær i både antall dager og timer, noe de mest sannsynlig hadde fra oversikt over fraværet sitt i de ulike fraværingsprogrammene skolene bruker. For enkelhets skyld har vi her delt svarene opp etter dager. Vi ønsket både å få en oversikt over hvor mye skolefravær deltakerne på Flyt hadde generelt, og vi var interessert i om fraværet hadde endret seg etter deltakelse på Flyt. Derfor spurte vi om fravær både før og etter jul, siden Flyt begynte i vårsemesteret.

I figur 13 er oversikten presentert for Hurdal og Sarpsborg. Her ser vi både at utgangspunktet for deltakerne på de forskjellige stedene var ulikt, og at det har vært endringer i skolefraværet i ulik grad. I Hurdal rapporterte nesten en av tre at de ikke hadde fravær i det hele tatt før jul, mens etter jul var det tre til som rapporterte det samme. Forskyvningen videre viser mindre fravær etter jul enn før jul. I Sarpsborg derimot var det kun én deltaker som ikke hadde noe fravær før jul, mens fem deltakere hadde over fem dager skolefravær. Etter jul har tre deltakere over fem dager fravær, mens forskyvningen videre går fra fire og fem dager fravær, til to dager fravær.

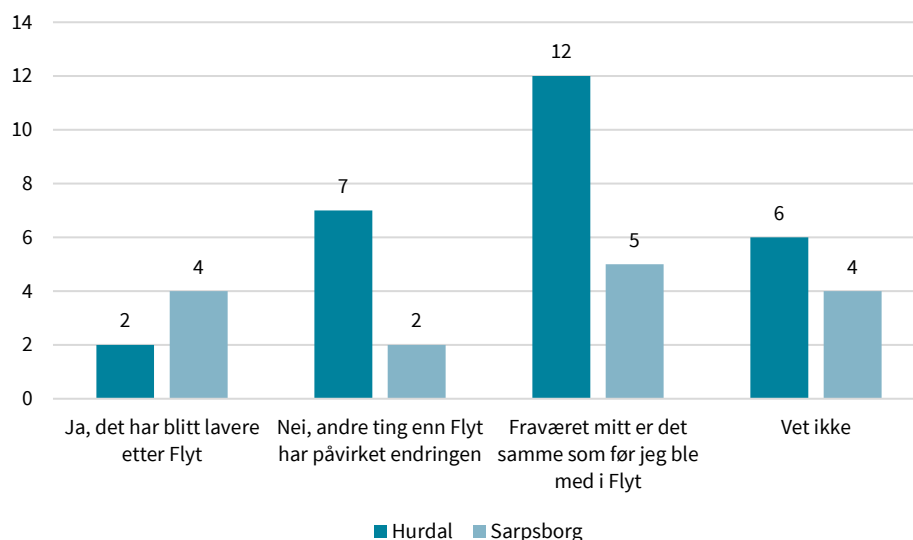
Figur 13 «Omtrent hvor mange fraværsdager hadde du før jul?» «Omtrent hvor mange fraværsdager hadde du etter jul?» Antall dager og antall deltakere. Hurdal: N=28. Sarpsborg N=17.



Videre stilte vi deltakerne spørsmål om hvorvidt de trodde fraværet deres var påvirket av deltakelse på Flyt. Selv om deltakerne i snitt rapporterte om mindre fravær etter jul enn før jul, kan det være andre faktorer som påvirker det. Karakterer fra første semester kommer for eksempel ikke på karakterkortet, noe karakterene fra vårsemesteret gjør. Dette og andre momenter kan føre til en økt fokusering på skolearbeidet, noe som igjen fører til at fraværet går ned. Det er heller ikke gitt at deltakerne selv vet hva som er årsaken til endringen i fraværet deres, og de fleste deltakere endret heller ikke fraværet sitt dramatisk. På spørsmål om de tror fraværet er påvirket av Flyt, svarer to deltakere fra Hurdal og fire deltakere fra Sarpsborg at de tror fraværet

deres har blitt lavere etter Flyt, slik vi ser i figur 14. Tolv deltakere fra Hurdal og fem deltakere fra Sarpsborg meldte at fraværet ikke var endret etter at de ble med i Flyt, og ingen rapporterte at fraværet har blitt høyere grunnet Flyt. Samlet kan det se ut til at Flyt har ført til endring i skolefraværet i Sarpsborg i større grad enn i Hurdal.

Figur 14 «Tror du fraværet ditt er påvirket av at du har vært med på Flyt?» Hurdal: N=27. Sarpsborg: N=15.



## Samlet vurdering

Vi innledet dette notatet med å holde fram fire mål som vi skulle vurdere Flyt ut fra. I tabell 2 har vi satt opp målene og en vurdering av hvorvidt de er oppnådd eller ikke. Resultatene indikerer at Flyt har lyktes langs viktige deler av målsettingen. Og, med henvisning til resultatene, er det rimelig å konkludere at resultatene synes å være sterke.

Tabell 2. Oversikt over mål og grad av måloppnåelse.

Mål	Resultat
1. Økt livsmestring	Ja i stor grad
2. Økt innsikt i egne ønsker og valg for framtiden	Ja, i hovedsak
3. Ha minst én god venn + minst én god venn på skolen	Mange hadde fått venner på Flyt, men ikke i egen klasse
4. Økt tilstedeværelse på skolen	I noen grad

I den sammenheng er det viktig ikke bare å se på endring, men også på nivå. Når en svært stor andel svarer at Flyt har bidratt til å gjøre dem mer klar over hvem de er, hva de vil og hvordan de kan nå dit, så er det rimelig å konkludere med at Flyt har vært vellykket for store deler av deltakerne.

Samtidig kan det tematiseres at ambisjonen om å skape vennskap ikke ser ut til å ha vært like vellykket. Dette innebærer likevel ikke at de unge opplever utenforskap

og ensomhet. I Sarpsborg ville alle ha en ny venn gjennom Flyt – og det var det også mange som fikk. Dette er annerledes i Hurdal, hvor alle kjente hverandre fra før. Når likevel en stor andel i Hurdal sier at de har fått nye venner gjennom Flyt, kan det indikere at man lykkes med å skape nye konstellasjoner, som var andre enn dem man hadde etablert på skolen. For disse var kanskje ikke målet at de skulle få en ny venn i klassen.

Det fjerde og siste målet dreide seg om at Flyt skulle bidra til å redusere fraværet. Resultatene indikerer at dette har skjedd i noen grad, men også at de aller fleste har omtrent det samme fraværet som de hadde før Flyt. Det kan i den sammenheng være verdt å understreke at vi på dette punktet må se resultatene opp mot potensialet. Deltakere som hadde lavt fravær før Flyt (slik det var tilfelle med en del av deltakerne fra Hurdal), hadde rimeligvis lite potensial til ytterligere forbedringer.

Til slutt er det viktig å spørre hvorvidt alle fire målene skal telle like mye når man skal svare på spørsmål om Flyt er vellykket eller ikke. Vår vurdering er at de to første punktene – livsmestring og innsikt i egne ønsker og valg – er svært viktige. Dette er også punkter hvor Flyt synes å ha et større potensial til å virke positivt på de unges liv og framtid.

## 5 Forslag til justeringer

---

Innledningsvis stilte vi to spørsmål. For det første om Flyt virker etter intensjonen, og hvilke justeringer som bør gjøres for å sikre at Flyt får enda større betydning for målgruppa, ut fra det vi vet etter piloteringen i to kommuner. Basert på våre data er det rimelig å konkludere med at Flyt fungerer. Dermed er det ikke sagt at alt er like vellykket. Men ut fra en helhetsvurdering synes programmet å lykkes med viktige deler av intensjonen. Mange av deltakerne har fått styrket sin evne til selvinnsikt, sine sosiale relasjoner, sin innsikt i hva de vil bli – og fraværet på skolen er noe redusert. Samtidig er det flere utfordringer og lærdommer med hensyn til gruppene, samt til gjennomføringen av programmet.

### Sammensetning av gruppene

Hurdal og Sarpsborg har vært pilotkommuner, og det er noen viktige lærdommer å trekke fra gjennomføringen av programmet på de to stedene som bør brukes i videreføringen av tilbudet. Som vi har sett har Flyt god måloppnåelse når det gjelder innhold, og særlig når de unge og foreldrene får snakke mer fritt, som i de kvalitative intervjuene. De kvantitative resultatene er mer sammensatte. Det er videre grunn til å anta at måloppnåelsen kunne vært bedre om det ikke var for noen organisatoriske utfordringer.

En første utfordring er sammensetning av gruppene. I Sarpsborg ble det satt sammen en gruppe av deltakere som kom fra mange ulike skoler. På den måten løsev man gruppa noe fra stedet – byen – samtidig som programmet tok i bruk en skole som var kjent i lokalsamfunnet. I Hurdal ble det gjort andre valg. Det avgjørende her var at alle elevene på niende trinn ble inkludert i Flyt. Dette var mulig ettersom det var langt færre niendeklassinger i Hurdal enn i Sarpsborg. På mange måter kan man ta til orde for at Flyt trolig spilte en betydelig rolle for de unge i Hurdal. Det skyldes at tilbudet gikk inn i etablerte konflikter, og at man i løpet av perioden satte i gang prosesser for å bedre miljøet på stedet, og da særlig skolemiljøet. Men nettopp det at Flyt og skolen syntes å flyte over i hverandre, representerte trolig en barriere mot at Flyt kunne bli et eget og supplerende tilbud for unge i risikoposisjoner. Utfordringene i Hurdal er kort oppsummert:

- Reproduksjon av sosiale hierarkier fra skolen
- De unge fikk ikke en ny start
- Det var en trøblete ungdomsgruppe som instruktørene måtte bruke tid på å prøve å løse opp i
- Mange av de unge som deltok var ikke de som trengte mest å være der
- Instruktørene ble slitne av antall deltakere og utfordringene som fulgte med dette ungdomsmiljøet



For Flyt var det trolig uheldig at alle var med. Det resulterte i at ikke bare etablerte konflikter, men også etablert sosial rangorden fra skolen, ble overført til Flyt. Dette vanskeliggjorde at deltakerne som trengte Flyt kunne få en «ny start», hvor de slapp fri fra det etablerte sosiale livet på stedet. Samtidig er det ikke gitt at aktiviteten i Hurdal kan karakteriseres som vellykket ut fra intensjonene. Intervjuene indikerer at man måtte endre innretningen underveis, blant annet gjennom å initiere samtaler med skolene. Kort sagt, noe av det som ble håndtert gjennom Flyt burde trolig vært gjennomført i regi av skolene. En instruktør sa det på denne måten:

Trivselen var stort sett god, men en bakdel var at alle kjente alle fra før. De som var litt utenfor på skolen, var fortsatt litt utenfor. Du hadde den samme rollen med de samme folka som du så på skolen hver dag. Jeg så for meg at Flyt skulle åpne for at folk fikk nye roller og nye plasser, og det blir jo borte når de er på skolen sammen hele dagen. Jeg skulle ønske noen fikk lov til å inneha en ny rolle, i stedet for å forbli i den rollen de hadde fra før. (Instruktør, Hurdal)

Et dilemma ved at alle var med i Hurdal var nok også at sammensetningen av gruppa var nær normalfordelt – noen var flinke, mange middels, mens andre hadde små og store utfordringer. Utover det at de etablerte mønstrene ble reproduisert, tok unge uten særlig grad av utfordringer betydelig plass. Dette kom særlig klart fram i intervjuene med foreldrene. Et eksempel var en mor som ikke skjønnte helt hva hennes sønn hadde gjort på Flyt:

Vi har aldri hatt noe problem med fravær, og han har over 5 i snitt. Men når alle var med på Flyt var det jo helt greit for meg at han dro. Men jeg tror ikke det gjorde – eller kunne gjøre – så stor forskjell. (Forelder, Hurdal)

Potensialet var ikke så stort når det gjaldt denne gutten. Dermed er det ikke sagt at Flyt ikke var vellykket. Det bare viser at man ikke kan måle alt med rent kvantitative mål. En instruktør forteller om en gruppe med sammensatte utfordringer:

*Forsker:* Hvordan vil du beskrive deltakernes utfordringer?

*Instruktør:* Sammensatt, alt fra de utrolig flinke og suksessfulle som mestrer hele livet, ned til de som føler de ikke er noe verdt eller mestrer noen ting. I Hurdal var vi hele gruppa, og det kan både være positivt og negativt. Det ble ikke sett ned på å være med, siden alle hadde lyst, så det var en positiv ting. Men alle hadde nok ikke behov for å være med. (Instruktør, Hurdal)

En annen instruktør forteller om at antallet deltakere var for høyt:

Ja, generelt alle temaene går jo på det [veivalg], så tror de har fått noe ut av det. Samtidig, hvis jeg skal gjette, så tror jeg ikke de sitter der med en følelse av «livet mitt før og etter». Jeg tror ikke det er noen dramatisk endring, sånn jeg kanskje hadde håpet. Jeg tror ikke det å ha vært på Flyt har hatt den effekten jeg hadde håpet på, siden det ble som det ble. Hadde vi vært 15-20 stykker, hadde effekten vært større, tror jeg. (Instruktør, Hurdal)

I Sarpsborg synes programmet mer vellykket ut fra intensjonen med programmet. Stedet var viktig, gruppa var sammensatt, hvor mange ikke kjente hverandre fra før, og det var mange som trengte hjelp. Og som vi så i forrige kapittel, så var det mange

av deltakerne som fikk seg venner på Flyt. Men det så ikke ut til at Flyt ga deltakerne en type vennekompetanse som de fikk like stor nytte av på skolen.

I samtalene kom det også fram at enkelte av deltakerne mente at det var noe varierende oppmøte i Sarpsborg. Vi har ikke sett på denne tematikken særskilt her, men vil følge opp eventuelt frafall i kommende analyser.

## Plassering og omfanget av tilbudet

Programmet startet i vinterferien. I utgangspunktet var dette spennende. Ville det fungere og ville deltakerne orke å være til stede? Intervjuene indikerer at plasseringen var uproblematisk for de fleste. De likte at tilbudet var lagt til ferien. Utfordringen, som flere pekte på, var at dagene var for lange og at de var for fylt opp:

Hun synes selv at oppstarten var litt voldsom. Fire dager som var veldig intense, kunne med fordel vært redusert litt. Kunne hatt mandag, onsdag og fredag, og kuttet ut litt. Jeg opplevde at hun var dønn sliten. Du kjenner ikke de du er med heller, så du blir sliten psykisk og fysisk. (Forelder, Sarpsborg)

Aktivitetsuka var litt lang og veldig intens, i hvert fall for instruktørene. Kanskje ungdommene taklet det bedre, men de sa det var litt slitsomt. Skulle jeg ha vært på jobb tre dager etter det, da tenkte jeg: gud a meg, hvordan skulle jeg orket det? (Instruktør, Hurdal)

Tabell 3 «Likte du at aktivitetsdagene var lagt til ferien?» Prosent. N=45.

Ja, i stor grad	27
Ja, i noen grad	33
Verken eller	31
Likte det ganske dårlig	7
Likte det veldig dårlig	2

Instruktørene var tilsynelatende ikke så opptatt av at dagene var lange, men flere tok til orde for at man hadde for mye program som man skulle gjennom. Antallet elementer kunne kanskje stå i veien for å få lært bort det som virkelig er viktig:

Vi har jo snakket om at det kanskje er vel mye som skulle med. At vi måtte rushe igjennom for å bli ferdige med alt. Da er det kanskje bedre å ha litt mindre, men ha desto mer tid til hver ting som skal tas opp. (Instruktør, Sarpsborg)

Det var mange øvelser, så vi kjappet oss på en måte litt igjennom. Mange husket ikke alle helt, så det burde heller brukes mer tid på færre øvelser. (Instruktør, Hurdal)

På neste kurs burde det være færre øvelser, det gikk for fort. Ikke for stor gruppe, eller flere instruktører. Vi burde bruke mer tid på øvelsene, og mer tid til repetisjoner. Tiden blir ødelagt av forstyrrelser og uro. Det er et godt program, men trenger mer ro og mer tid til å gå gjennom øvelsene. (Instruktør, Hurdal)

En annen instruktør forteller at det var en bra kombinasjon mellom aktiviteter og teoretiske øvelser, men at dette burde blandes mer utover aktivitetsdagene og tema- kveldene:

Kombinasjonen mellom aktiviteter og teoretiske øvelser var bra, men det kan gjøres noen justeringer. Ikke bare masse aktiviteter i uka først, også masse teori, men spre det mer utover. (Instruktør, Hurdal)

Et annet moment som mange trakk fram som svært bra, var å dra til Farmen-gården. Det ble i Sarpsborg også hevdet at de først og fremst ble kjent på Farmen, og at dette kanskje burde vært lagt tidligere i perioden. Det kan selvsagt være tilfelle at man hadde vunnet mye på å flytte tidspunktet for å dra til Farmen. Samtidig kan det også være at suksessen med å dra til Farmen nettopp var at man gjorde det ganske langt ute i tilbudet; at mange var kjent før de dro dit.

I spørreundersøkelsen hadde vi noen åpne spørsmål, hvor deltakerne kunne sette inn det de selv ønsket. Vi spurte blant annet om det det var noe de var særlig fornøyd med. Flere forhold ble pekt på. Deriblant:

- Dra til Oslo
- Drifting på is med bil
- Maten var fantastisk
- At alle var glade og positive
- Klatring
- Fikk prøve så mange aktiviteter

Men det var samtidig andre deler man ikke syntes var like bra. Dette var blant annet:

- Var litt lange dager
- Mindre aktiviteter
- Ikke hest

En forelder ønsket å være mer involvert i Flyt. I Sarpsborg ble deltakerne rekruttert grunnet et behov for deltakelse, og denne forelder ville gjerne høre mer om hvordan ungdommen utviklet seg i programmet:

Vi hadde et par foreldremøter, men da sitter vi der en stor gjeng. Hadde det vært en idé å snakke én til én? Det er jo en grunn til at de kommer med på Flyt, og du er jo bekymret som forelder, hvem kan jeg snakke med? Kanskje det hadde vært noe kontakt med instruktørene om utvikling, om de hadde forandret seg, du står jo helt i villrede selv. Hvis det var greit for barnet da. (Forelder, Sarpsborg)

En annen forelder ville gjerne at Flyt også kunne lagt opp til møter på fritiden, utenfor programtidspunktene. Sønnen hadde behov for sosiale relasjoner, noe han fikk på Flyt, men de «forble» på Flyt. Denne forelder kom derfor med et forslag om «hjemmelekser» som deltakerne måtte gjennomføre sammen utenfor temakveldene:

En ting vi har tenkt på, særlig siden han ikke gjør noe på fritiden eller møter noen, så jeg tenkte de kunne gi «hjemmelekse» til ungdommene om å gjøre noe sammen. Da blir man «tvunget» litt til å gå ut og finne på noe sammen. Da får

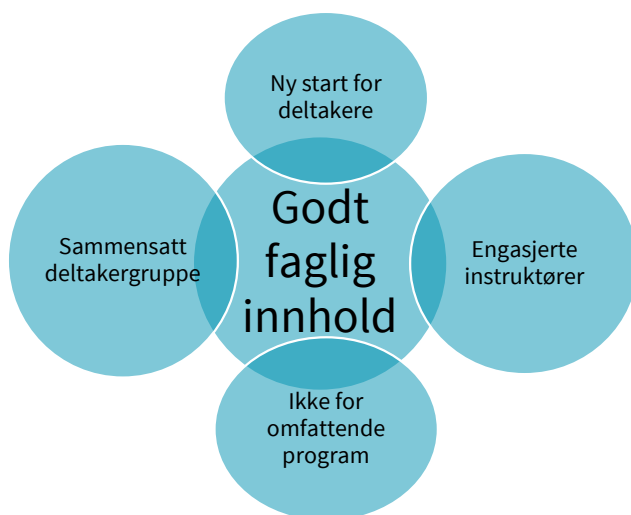
man initiativ til det. Jeg tror det var flere som ikke omgikk noen, så en hjemmelekse om at de måtte finne på noe. (Forelder, Sarpsborg)

## Noen prinsipper for suksess

I samtalene med deltakerne var det et forhold som flere trakk fram som selve oppskriften på suksess. Unge kan være det de er – unge – og finne ut av seg selv og hva de vil, i møte med kompetente og erfarne voksne, som har kunnskap, men som framfor alt ser dem som mennesker. Dette framstår som helt avgjørende. Den styrkebaserte metodikken er viktig, men den kan ikke dyrkes fram alene.

Basert på gjennomgangen av dataene vi har samlet inn, synes det å være fire forhold som er av særlig betydning. Det er for det første sammensetningen av gruppene. Det må sikres at gruppene ikke er for store og at de gir deltakerne en mulighet til ny start. For mange vil det være en trygghet å kjenne noen, men man bør unngå å videreføre sosiale hierarkier. Det andre er at deltakerne og instruktørene ønsker seg kortere dager og færre aktiviteter, samtidig som det man gjør skal skje på grundig måte. Et tredje element er at det må sikres at Flyt inkluderer alle typer deltakere. Konkret vil det si deltakere som både er høyt og lavt på den sosiale rangstigen. Da sikrer man at tilbudet er attraktivt og ikke oppfattes som noe som er forbeholdt en sær gruppe. Samtidig er det en vanskelig balansegang. Som påpekt må man også unngå at etablerte sosiale hierarkier overføres til Flyt. Det fjerde er gode instruktører, som er engasjerte og som ser de unge. Dette fordrer et godt og omfattende rekrutteringsarbeid. De fire suksessbetingelsene kan framsettes i en enkel figur:

Figur 15 Prinsipper for suksess.



Et uttrykk for at Flyt var vellykket, og at noe av suksessen var at Flyt var noe annet enn skolen, kom fra en deltaker i Sarpsborg:

Det er fantastisk å være et sted hvor man ikke blir målt og satt karakterer på, men hvor alle bare er glade for å se deg. (Deltaker, Sarpsborg)

Vi fulgte senere opp dette sitatet, og flere sa seg enig i at dette – sammen med god mat – var av stor betydning. Det er kanskje heller ikke så rart. Mange unge blir trolig stresset over mye press med hensyn til prestasjoner og veivalg. Å kunne være et sted der de ikke får kjeft, ikke blir målt, men kan utvikle seg og vokse som mennesker, er for mange et frirom til å stoppe litt opp og kjenne etter. Da kan funnene fra studien indikere at de blir mer bevisst på hvem de er og hva de vil – men også at det er litt deilig bare å være. Dette er kanskje den viktigste måten Flyt kan bety en forskjell – ved å være forskjellig fra skolen og det ungdommen ellers er vant med.

# Referanser

---

- Bru, E. & Roland, P. (2019). *Stress og mestring i skolen*. Fagbokforlaget.
- Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R. & Schellinger, K. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1).
- Heckman, J. & Kautz, T. (2013). *Fostering and measuring skills: Interventions that improve character and cognition*. Working Paper 19656. Massachusetts: National Bureau of Economic Research.
- OECD (2013). *Education and social progress (ESP) Longitudinal study of skill dynamics*. Paris: OECD publishing.
- Pellegrino, J. W. & Hilton, M. L. (2012). *Education for Life and Work: Developing Transferable Knowledge and Skills in the 21st Century*. Washington D.C.: The National Academies Press.
- Reegård, K. & Rogstad, J. (red.) (2016). *De frafalne*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Shulman, L. (2006). *Kunsten å hjelpe mennesker i samhandling med systemer*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Thrana, H. M. (2016). Ungdommenes forklaringer på hvorfor de ikke fullfører videregående opplæring. I K. Reegård & J. Rogstad (red.), *De frafalne*. Oslo: Gyldendal Akademisk.



# Livsmestring med Flyt

Dette notatet er en evaluering av Flyt-programmet. Formålet med programmet er å øke unges muligheter til å gjennomføre videregående opplæring. Notatet er konsentrert rundt, og evaluert etter, fire sentrale dimensjoner: livsmestring, veivalg, vennskap og fravær. Har deltakerne blitt bedre rustet til å håndtere stress i hverdagen, og vet de mer om sine sterke sider? Hvordan opplever de det å snakke med folk de ikke har møtt tidligere, og er skolefraværet endret? I tillegg undersøker vi hvilke mulige justeringer som bør gjøres for at Flyt skal få enda større betydning for målgruppa.



Borggata 2B  
Postboks 2947 Tøyen  
N-0608 Oslo  
[www.fafo.no](http://www.fafo.no)

Fafo-notat 2019:22  
Bestillingsnr. 10312