

JULI 2021
GIRLTALK

ANALYSE AF GIRLTALKS TILBUD UNGERÅDGIVNINGEN

RESUMÉ



ANALYSE AF GIRLTALKS TILBUD UNGERÅD GIVNINGEN

RESUMÉ

Denne rapport viser, hvordan GirlTalks forebyggende indsats Ungerådgivning – som er en anonym og online indsats – skaber stor værdi for samfundet. Det gælder for den enkelte piges og unge kvindes oplevelse af livskvalitet. Og det gælder for de omkostninger, som samfundet kan spare, hver gang en pige eller ung kvinde i mistrivsel bliver hjulpet til at få det bedre eller undgår forværring.

Angst, ensomhed og selvskade er nogle af de problematikker, som fylder mest hos de piger, der kontakter GirlTalks Ungerådgivning. Af de 6.000 samtaler, Ungerådgivningen årligt har, og hvoraf omkring 1.600 er unikke brugere, omhandler ca. 6% ængstelighed, ca. 20% ensomhed og ca. 23% selvskade/selvskadestanker. Angst er en invaliderende og udbredt sygdom i Danmark og rammer årligt 17.000 danskere, flest kvinder. Sygdommen koster samfundet 950 mio. kroner om året i behandling og pleje (Sundhedsstyrelsen, 2015). Ensomhed er et stigende folkesundhedsproblem i Danmark, og medfører langt flere kontakter i både primær- og sekundærsektoren, mere arbejdsmarkedsfravær og større omkostninger for samfundet i form af udgifter til behandling og pleje samt tabt produktion (DEFACTUM & Region Midtjylland, 2020). Hvert år udøver 7.000 personer i Danmark selvskade. Forekomsten af selvskadende adfærd er højest blandt kvinder i alderen 16–24 år. Årligt er der ekstra omkostninger på 200 mio. kr. til behandling og pleje blandt personer, der har forsøgt at begå selvmord eller udøvet selvskade (Sundhedsstyrelsen, 2016). Rent samfundsøkonomisk kan GirlTalks Ungerådgivning spare samfundet for omkostninger forbundet med længerevarende og sværere forløb i regional psykiatri og kommunalt regi, og for omkostninger forbundet med manglende gennemført uddannelse og manglende beskæftigelse.

I denne rapport har vi sat fokus på tre konkrete problematikker og analyseret, i hvilket omfang GirlTalks Ungerådgivning kan bidrage til at nedbringe omkostninger på det sociale og sundhedsmæssige område og samtidigt bidrage til øget livskvalitet hos den enkelte pige og unge kvinde.

Analysen viser, at Ungerådgivningen potentielt kan spare samfundet for¹:



76.725 kr.

pr. ung pige, der hjælpes til at håndtere sin *angst*.



141.619 kr.

pr. ung pige, der hjælpes ud af *ensomhed*.



345.778 kr.

pr. ung pige, der hjælpes til at stoppe sin *selvskade* og til at opsøge anden forebyggende behandling.

Hvad angår GirlTalks omkostninger til driften af Ungerådgivningen, som er på ca. 2,5 mio. kr. årligt, betyder det, at gevinsterne overstiger udgifterne, hvis Ungerådgivningen hjælper følgende antal piger ud af mistrivsel om året:

- › **33 ud af de ca. 100 piger**, der årligt henvender sig med en mere moderat grad af mistrivsel som angst og generel ængstelighed

¹ Der ligger til grund for beregningerne en række antagelser, som fremgår af rapportens kapitel 6 og Appendix B.

Eller

- › **18 ud af de ca. 320 piger**, der årligt henvender sig med mistrivsel inden for ensomhed

Eller

- › **7 ud af de ca. 375 piger**, der årligt henvender sig med svær mistrivsel inden for selvmord og selvskadende adfærd og får hjælp til at mindske deres trang til selvskade og bliver i stand til at opsøge anden hjælp.

De samfundsøkonomiske beregninger viser altså, at der er store samfundsøkonomiske gevinster forbundet med GirlTalks Ungerådgivning. Dette understøttes af pigerne og de unge kvinders egne tilbagemeldinger på brugerevalueringerne samt de gennemførte interviews, som viser, at de oplever en relevant hjælp ved at henvende sig til Ungerådgivningen.

GirTalks egne indsamlede brugerevalueringer af Ungerådgivningen viser, at:

94% af Ungerådgivningens brugere oplever, at de i samtalen med den frivillige rådgiver *talte om det, de gerne ville tale om.*

90% af Ungerådgivningens brugere oplever, at de i samtalen med den frivillige rådgiver *følte sig forstået.*

88% af Ungerådgivningens brugere oplever, at samtalen med den frivillige rådgiver *var en støtte/hjælp for dem.*

Note: Baseret på mellem 1.173 og 1.178 besvarelser indsamlet i 2020. Afspejler antal brugere, der har angivet 'i høj grad' eller 'til en vis grad' på de tre evalueringsspørgsmål.

Rådgivningen tager udgangspunkt i, hvad pigerne gerne vil tale om, og den frivilliges opgave er at motivere til forandring, støtte pigen i at tage gode valg for sig selv samt motivere til, at pigen kontakter sit netværk, når det giver mening. De interviewede piger og unge kvinder giver udtryk for, at de i rådgivningen møder stor forståelse for deres følelser og situation og oplever at blive taget alvorligt. Det har den virkning, at de opnår større selvtillid og åbenhed om deres egne udfordringer, og at de på grund af det skriftlige chat-format tør åbne mere op over for rådgiverne, end de ellers ville. Pigerne oplever derved, at de bliver bedre til at fortælle om deres udfordringer. På den måde bliver de også styrket i at række ud efter hjælp i deres eget netværk, at opsøge andre behandlingstilbud eller blive fastholdt i et igangværende behandlingsforløb.

Sofie, 16 år

Sofie er 16 år og går i 10. klasse. Da hun var 14 år, begyndte hun at skære i sig selv. Hos Ungerådgivningen i GirlTalk blev Sofie mødt af forstående jævnaldrende unge rådgivere, som gjorde at hun turde åbne op omkring sin selvskade. Før samtalerne med Ungerådgivningen skar Sofie i sig selv ca. 8 gange om dagen, men efter flere samtaler faldt selvskaden til ca. 4 gange om måneden. Derudover har samtalerne medført, at Sofie har fået et mere positivt selvbillede og er begyndt at åbne op for sine nærmeste omkring sin selvskade. Inden Sofie kontaktede GirlTalk havde hun også selvmordstanker. Disse tanker fortalte hun Ungerådgivningen om, og de henviste hende til Livslinjen, som hun så henvendte sig til og fik hjælp af.



Ungerådgivningen har fået banket ind i mit hoved, at jeg er værdifuld, og de har lært mig, at jeg skal tage fat i mine omgivelser, når jeg kan mærke trangene til selvskade



Om GirlTalk og Ungerådgivningen

GirlTalk er en non-profit NGO, hvis mission er at forebygge mistrivsel blandt piger og unge kvinder, styrke deres selvværd og hjælpe dem, der har det svært. En af GirlTalks indsatser er Ungerådgivningen, som årligt modtager ca. 6.000 henvendelser fra piger og unge kvinder i mistrivsel af forskellige art og grad. Emnerne omfatter angst, konflikter med venner, kæreste, familie, selvmordstanker, selvskadende adfærd, spiseforstyrrelser og ensomhed. I Ungerådgivningen taler pigerne med unge frivillige rådgivere, som modtager en omfattende uddannelse i at være rådgivere. Rådgiveruddannelsen består af et introforløb og fire uddannelsesmoduler over et år. Sideløbende modtager de frivillige kollegial supervision, samtaletræning og sparring på deres samtaler. Fokus for de frivilliges uddannelse er at lære dem at se og tage udgangspunkt i den enkelte pige, give hende redskaber til at håndtere det, der er udfordrende samt bygge bro til anden relevant hjælp. GirlTalks Ungerådgivning har åbent hver aften og er en let tilgængelig adgang til støtte og hjælp.

Brugerne af Ungerådgivningen er gennemsnitligt 17 år gamle og kommer fra alle landsdele. GirlTalk udbreder viden om Ungerådgivningen på bl.a. sociale medier, og pigerne kender GirlTalk fra internetsøgninger, sociale medier, skolen, venner eller familie, eller events og arrangementer.