

Fremme af mental sundhed

MIDTVEJSEVALUERING

MARIANNE SAXTOFT, SAMSKABELSE

Indhold

1.0	Evalueringsdesign.....	2
1.1	Projektets succeskriterier	2
1.2.	Effekter.....	2
1.3.	Formidling.....	2
1.4	Aktiviteter	3
2.0	Evalueringens formål.....	3
2.1	Afgrænsning af evalueringen	3
2.2	Projektets programteori	4
2.3	Evalueringens dataindsamlingsmetode.....	5
2.4	Evalueringsrapport og formidling	6
3.0	Projektets programteori	7
4.0	Kvantitative resultater efter første projektår.....	10
5.0	Udvikling og etablering af rammerne for projektet.....	15
6.0	Opstart og rekruttering af deltagere til projektet.....	17
7.0	Projektets aktiviteter, metoder og tilgange.....	21
7.1	Projektlederens perspektiv.....	21
7.2	Musikpædagogens perspektiv.....	25
7.3	Perspektiver fra band ét.....	29
7.4	Perspektiver fra band to.....	31
7.5	Perspektiver fra band tre	34
7.6	Perspektiver fra frivillige rekrutteret blandt brugere af Kafé Kolind.....	36
8.0	Analyse, pointer og læringspunkter.....	39

Musik til fremme af mental sundhed - midtvejsevaluering

1.0 Evalueringsdesign

Nærværende evalueringsdesign for projekt Musik til fremme af mental sundhed i perioden sep. 2018 – 31. august 2020 angiver projektets aktiviteter og mål, redegør for formål med evalueringen, evalueringsmetode samt opstiller relevante mål for indsamling af data i forbindelse med evalueringen. Evalueringsdesignet skal gøre det muligt at indsamle data til analyse og evaluering af projektets resultater.

Projekt Musik til fremme af mental sundhed - er et udviklingsprojekt med læringsperspektiv forankret i Kafe Kolind og med inddragelse samt formidling af projektets erfaringer til sociale cafeer og væresteder i regi af KFUM Sociale Arbejde i Danmark. Projektet har modtaget støtte fra Socialstyrelsen og har følgende overordnede formål:

- *At fremme mental sundhed i form af en oplevelsesdimension: At opleve at have det godt, at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet.*
- *At fremme mental sundhed i form af en funktionsdimension: At kunne klare dagligdagens gøremål, indgå i sociale relationer og at kunne håndtere dagligdagens udfordringer store som små.*
- *At udvikle en social intervention med et forebyggende og et udviklende perspektiv.*

1.1 Projektets succeskriterier

Projektets succeskriterier er, at socialt udsatte oplever øget mental sundhed ved:

1. At opleve at have det godt
2. At være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet
3. At kunne klare dagligdagens gøremål
4. At indgå i og være medskaber af sociale relationer
5. At kunne håndtere dagligdagens udfordringer – store som små

1.2. Effekter

Projekt Musik til fremme af mental sundhed bliver den indsats som gør:

65% stigende til 85% af deltagerne oplever øget socialt samvær
60 % stigende til 75% af deltagerne oplever at blive socialt selvhjulpne

Målet er at 400 socialt udsatte forventes at deltage i projektets aktiviteter i løbet af projektperioden.

1.3. Formidling

Projektets udviklingsaktiviteter omfatter fire sociale cafeer/væresteder og med inddragelse af socialt udsatte i projektets konkrete musikudøvelse.

Øvrige gæster og frivillige i de fire sociale cafeer/væresteder inviteres til projektets musikarrangementer på tværs af de fire cafeer/væresteder hvert kvartal.

Projektet afholder årligt musikfestival som udbydes bredt til sociale cafeer/væresteder i regi af KFUM Sociale Arbejde i Danmark m.fl.

Projektet formidler sine aktiviteter og resultater via sociale medier, lokale medier, nyhedsbreve i regi af KFUM Sociale Arbejde m.m.

1.4 Aktiviteter

Udvikling af interventioner til fremme af mental sundhed hos socialt udsatte omfatter følgende aktiviteter:

1. Udvikling af ugentlig musikaktivitet for deltagere fra fire sociale cafeer/væresteder
2. Udvikling af fælles musikaktivitetsdag på skift mellem de fire sociale cafeer/væresteder hvert kvartal
3. Udvikling af fælles årlig musikfestival for brugere af de sociale cafeer/væresteder

2.0 Evalueringens formål

Evalueringen har flere formål:

- Den skal dokumentere opnåede resultater over for bevilgende myndighed, projekt-ejer, projektpartnere, aftagere af projektets resultater osv. – statusbeskrivelser og afsluttende afrapportering
- Den skal beskrive projektets metoder og ramme for gennemførelse, og den skal bruges til udvikling og forankring af projektets erfaringer. Dvs. at evalueringen også har et læringsperspektiv illustreret ved nedenstående figur



2.1 Afgrænsning af evalueringen

Evalueringen har følgende hovedspørgsmål:

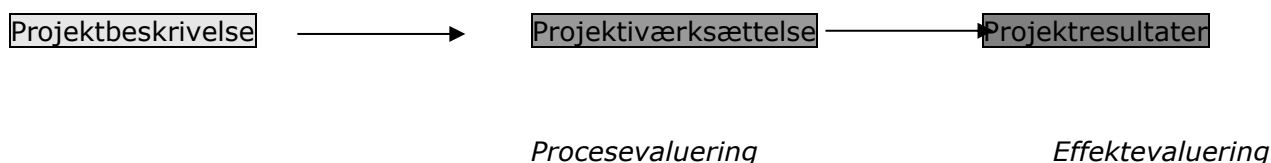
1. Hvilke faktiske resultater er der af projektet målt i forhold til projektets effektmål?
2. Hvordan arbejder projektet for at nå de ønskede resultater i projektet?
 - beskrivelse af aktiviteter og metoder¹
 - hvordan inddrages brugere af de sociale cafeer/væresteder i udvikling/udøvelse af musikaktiviteter?
 - hvordan samarbejdes mellem projekts udviklingspartnere?
 - hvordan samarbejder/formidler projektet sine musikaktiviteter til potentielle deltagere i projektet?

Evalueringen vil således omfatte både en effekt- og en procesevaluering², som dels vurderer, i hvilken grad indsatsen virker og dels vurderer, hvad der virker. Dvs. evalueringen også har et forklarende/lærende aspekt.³

Spørgsmål 1 drejer sig om effektevalueringen af projektets effektmål. Her ses der på, om effekterne af projektet lever op til de opstillede effektmål.

Spørgsmål 2 er procesevalueringen, hvor det belyses, hvordan projekter arbejder for at nå sine resultater. Vi antager, at der er en sammenhæng mellem den måde projektet arbejder på, og de resultater projektet skaber; - virker det? - er projektet med til at gøre en forskel?

Opdelingen i henholdsvis proces- og effektevaluering kan skitseres i følgende figur:



2.2 Projektets programteori

Evaluators opstiller projektets programteori, som skal være med til at besvare evalueringens spørgsmål.

Teorien kan dels være med til at give nogle kriterier for, hvornår projektet er en succes samt dels være med til at angive, hvem der skal spørges, og hvad der skal spørges om i interviewene.⁴ Teorien kan også være med til at angive, hvordan de indsamlede data skal tolkes.⁵

Der inddrages to evalueringsperspektiver i denne evaluering:

- Målopfyldelsesperspektivet

¹ Metode defineres her som forskellige måder hvorpå mål nås. Se også Sørensen 2001, s. 11

² Albæk 1993, s. 10-11

³ Vedung 1991, s. 160

⁴ Albæk 1993, s. 19, Foss Hansen 1991, s. 85

⁵ Hansson 1993

- Interessentperspektivet⁶

Målopfyldelseperspektivet

Dette perspektiv skal være med til at besvare evalueringens spørgsmål 1: "Hvilke faktiske resultater er der af projektet målt i forhold til projektets succeskriterier?"

Målopfyldelseperspektivet angiver, at projektet er en succes, når dets målsætninger er opfyldt.⁷

Interessentperspektivet

Dette perspektiv skal være med til at besvare evalueringens spørgsmål 2: "Hvordan arbejder projektet for at nå de ønskede resultater i projektet?" Derudover kan perspektivet også være med til at indkredse evt. sidegevinster i projektet.

Interessentperspektivet betoner, at der er forskellige interessenter i og omkring projektet, som kan vurdere resultater og metoder på forskellige måder. Perspektivet antager, at der ikke er enighed om, hvornår et projekt er en succes.⁸

Evaluators identificerer relevante interessenter i og omkring projektet⁹:

- Socialt udsatte brugere af sociale cafeer og væresteder
- Projektledelse- og projektmedarbejder
- Projektets samarbejdende cafeer/væresteder
- Kommende/nye socialt udsatte musikudøvere

Disse interessenter bliver interviewet for at få deres vurdering af projektets metoder og resultater.

2.3 Evalueringens dataindsamlingsmetode

Projektets kvantitative data

Projektets kvantitative evaluering sker på baggrund af opsamling og bearbejdning af konkret data i forhold socialt udsatte brugere af de sociale cafeer/væresteder og vil være en såkaldt målopfyldelsesevaluering¹⁰

Anvendelse af målopfyldelseperspektivet er betinget af, at tydelige fælles målsætninger fremgår af projektbeskrivelsen. Og at arbejde ud fra fælles målsætninger må formodes at kunne styrke projektets virke og effektivitet.¹¹

Følgende data indgår:

- Fire sociale cafeer/væresteder indgår i projektets musikaktiviteter
- Startskema for deltagere i de ugentlige musikaktiviteter
- 400 socialt udsatte deltager i projektets musikaktiviteter i løbet af projektperioden

⁶ Se Dahler-Larsen 1998, bilag 1, for beskrivelse af disse 2 evalueringstyper og Foss Hansen 2001, s. 46-47

⁷ Rogers and Hough 1995 s. 324-326

⁸ Ibid., s. 327-328, Foss Hansen 1991, s. 86

⁹ Albæk 1988, s. 90

¹⁰ Krogstrup 1997, s. 38

¹¹ Ahrengot m. fl. 1999

Projektets kvalitative data

Den kvalitative del af evalueringen vil bygge på:

- Interview af deltagere i ugentlige musikaktiviteter
- Interview af deltagere i musikaktiviteter på tværs af de fire cafeer
- Interview af deltagere i den årlige musikfestival
- Interview af projektledelse og -medarbejder

Den kvalitative metode i form af interview anvendes for bl.a. at få forskellige interessenters opfattelse af metoden, som anvendes af projektet.

Det kan forventes, at forskellige interessenter vurderer metoden på forskellige måder. Dataindsamlingsmetoden er eksplorativ; dvs. at evaluatoren har en begrænset viden om den metodiske tilgang i projektet, og interessenternes udsagn vil kunne øge denne viden og kvalificere evalueringens udsagn. Den kvalitative metode kan også være med til at supplere målopfyldelsesperspektivet, idet den kan pege på resultater, som der ikke er taget højde for i projektbeskrivelsens målformulering; indkredsning af sidegevinster eller bieffekter af projektet.¹²

Evalueringen vil på baggrund af de opstillede dataindsamlingsmetoder ikke sige noget entydigt om sammenhængen mellem metode og resultat for det samlede projekt, men vil kunne pege på nogle sandsynlige sammenhænge.

2.4 Evalueringsrapport og formidling

Evaluatoren udarbejder statusrapport efter den årlige musikfestival og slutrapport ved projektets afslutning. Evaluatoren bidrager på baggrund af evalueringen til formidling af projektet.

¹² Dahler-Larsen 1996

3.0 Projektets programteori

Evaluator opstiller i følgende afsnit projektets programteori, dels på baggrund af projektbeskrivelsen og dels på baggrund af interview med projektleder/leder af Kafe Kolind og projektmedarbejder/musikpædagog på projektet.

Af projektbeskrivelsen fremgår, at projektet vil udnytte musikkens unikke evne til at stimulere og regulere fysisk, psykisk og socialt velvære. Musik påvirker hjernens såkaldte belønningssystem gennem stoffet dopamin, hjernens dope – på samme vis som rusmidler: "Vi bliver høje af musik, fordi tonerne påvirker vores nydelsescentre. Det er en helt ufarlig måde at blive lidt høj på – og det kan hjernen godt lide". Denne "høje tilstand" udnyttes som kickstarter til udvikling af relationer deltagerne imellem med henblik på udvikling af sociale netværk. I disse netværk skabes grobund for at støtte og hjælpe hinanden. Projektet tilbyder hjælp til selvhjælp, hvor cafeens brugere via deltagelse i særligt tilrettelagte og for dem meningsfulde musikaktiviteter gives mulighed for udvikling af øget mental sundhed. Det forventes at musikken kan være medvirkende til at nedsætte målgruppens anvendelse af rusmidler.

Projektets intervention sigter mod:

- opbygning af sociale kompetencer – indgå i fællesskaber
- kompetenceopbygning til mestring af dagligdagens gøremål og udfordringer – selvhjælpen.
- meningsfuldt indhold i dagligdagen - livet opleves OK

Målet for interventionen er, at de socialt udsatte *oplever øget mental sundhed, ved:*

- *at opleve at have det godt,*
- *at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet*
- *at kunne klare dagligdagens gøremål*
- *at indgå i og være medskaber af sociale relationer*
- *at kunne håndtere dagligdagens udfordringer store som små*

Projektet skal ses såvel i et forebyggende som et udviklende perspektiv og arbejder ud fra følgende dimensioner

- *At fremme mental sundhed i form af en oplevelsesdimension: At opleve at have det godt, at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet.*
- *At fremme mental sundhed i form af en funktionsdimension: At kunne klare dagligdagens gøremål, indgå i sociale relationer og at kunne håndtere dagligdagens udfordringer store som små.*
- *At udvikle en social intervention med et forebyggende og et udviklende perspektiv.*

Det er projektets antagelse, at deltagelse i musikaktiviteter kan bryde den sociale isolation og ensomhed, som følger af mange år på kanten af samfundet. Projektets musikpædagog udtrykker det på følgende måde:

"Faktisk virker det endnu bedre her, fordi folk har meget længere forløb, hvor de har været udsatte. De har mange flere lig i lasten og meget mere ensomhed ind over. Og ensomhed bliver forstået på en alt for simpel måde, når man taler om det i offentligheden, men det er en ting, som generelt gør sig gældende for denne her gruppe – irriterende at kalde det en gruppe, fordi det er en meget bred pamflet af mennesker.

Det der gør sig gældende for den ensomhed handler om, at alle mennesker har brug for at indgå i fællesskaber – når man er uden for fællesskaber, så er man virkelig på den. Det forhold gør sig i endnu højere grad gældende her, fordi man typisk har været på kanten af samfundet på den ene eller anden måde. Og derfor er der bare en endnu stærkere higen efter at komme med i et fællesskab. Og med musikken har jeg nogle meget simple værktøjer, til at trække dem ind i fællesskabet, men det er det centrale i det. Mit virkemiddel er bare musikken. Det kunne også være andre ting, men jeg ved, hvordan man gør med musikken.

Men det er sindssygt effektivt. Både det med ensomheden og her muligheden for at komme ind i et fællesskab og et band er lige som en klub, hvor alle er super vigtige. Og det finder man rigtig hurtigt ud af, for hvis en mangler, så er det rigtig svært at få tingene til at hænge sammen. For en meget stor forpligtigelse i forhold til hinanden. Og så lægger jeg meget stor vægt på det med, at vi skal ud og spille, fordi det der sker, når vi kommer ud og spiller er – det med at stille sig op på en scene er voldsom grænseoverskridende og angstprovokerende. Så fra altid at stå bagerst i klassen til at stå forrest i klassen er en voldsom kontrast. Men det er til gengæld helt vildt hvad det rykker for den enkelte.

Og hele den praktik og struktur omkring det at være et hold, der tager ud og spiller. Stille tingene op og få dem til at virke rent teknisk. Få arbejdsprocesserne til at virke og op på en scene og skulle stå og spille. Der sker en kæmpe forskel fra ikke, at have været ude at spille til første gang de har prøvet det. Der kan man mærke en kæmpe stor forskel. Man kan høre på dem, hvor stor en forskel det gør dem. De bliver sindssygt stolte af det.

Jeg bruger fællesskabet som trækplaster. Jeg prøver altid, at få fingre i et par stykker. Så snart man har fingre i et par stykker og man laver noget, så har man det super fedt. Og det kan de andre også mærke. Og så bliver det meget nemmere at få de næste med. Men det kommer aldrig af sig selv – Hej, jeg kunne godt tænke mig at komme med i et band. Det er altid med at prikke dem på skulderen. Men så er jorden gødet for at de kommer ind og kommer med. Men det er ekstremt vigtigt, at musikken ligesom er et sprog for sig. Og det typiske for de fleste i målgruppen er, at de ikke er bogligt stærke. Det kan også være, at de er bogligt stærke, men de er blevet mobbet og det har været så hårdt, at der ikke har været plads til at udvikle deres boglige forudsætninger. Og det her, har ikke noget med skole at gøre og det er bare fantastisk. Og jeg er pisse ligeglad med, om de ikke spiller særligt godt eller de synger ikke lyder særligt godt. Det er slet ikke det, der er vigtigt. Men de kan se, at det ikke har og et med skole at gøre og det gør jeg tydeligt for dem. Og så kan alle starte på bar bund og på en frisk – uanset, hvad man kommer med og med hvilken baggrund man kommer her. Og det er det, som er vanvittig effektiv. De kan se, at her er jeg ikke på forhånd udsat. Jeg kan komme ind og være med og jeg kan se, at de har det helt vildt godt. Og der er ikke forventninger til, at jeg skal kunne det der matematik eller det der dansk. Det er et helt nyt område. Og de er bare vanvittig effektiv.

Så er min opgave selvfølgelig at få sat holdet. Man kan ikke bare sætte dem sammen og så bliver det automatisk fedt. De skal alle have nogle succesoplevelser. Det er en ekstrem vigtig faktor. Fællesskab, succesoplevelser, at bruge sproget. Og det med succesoplevelser er mit ansvar – det er der mit tekniske håndværk kommer ind i billedet. Min forberedelse handler om, at når jeg vælger et stykke de skal spille, så skal jeg på forhånd have udtænkt, hvad kan Hans spille på bassen, så han oplever succes og føler, at det er fedt. Og hvad skal den anden og den tredje i bandet. Det er super vigtigt. For hvis de ikke får en succesoplevelse, begynder det nemlig at minde om skolen, hvor der ikke var andet end dårlige oplevelser.

Der kommer min musikalske kunnen og forberedelse ind i billedet. Og så gør jeg tingene meget strukturerede. Når man har oplevet meget kaos i sit liv hænger det tit sammen med for lidt struktur og manglende rammer. Selv vi går og siger, at vi kan have mange bolde i luften – sikke noget pjat. Vi har alle brug for strukturer og rammer. Og de her, har i særlig grad brug for det. Derfor sørger jeg ret hurtigt for, at de får en bestemt rolle i bandet. Der bliver ikke byttet rundt på instrumenterne. Peter er bassisten og Laila er guitaristen. Der kommer nogle helt faste former på, hvad er det jeg skal, hvad er det jeg udfylder i denne her sammenhæng. Og det vokser de rigtig meget med. De identificerer sig efterhånden med den rolle de har og bliver stolte af den. Derfor er det vigtigt, at det ikke bliver for diffust – det her er min rolle, det er tydeligt, det er skåret ud i pap. Det er det her jeg gør, de andre respekterer mig for, at jeg gør det her. Jeg er selv stolt af, at jeg gør det her. Det synes jeg også er en vigtig ting.”

Det er ligeledes projektets antagelse, at deltagelse i musikaktiviteter skal understøttes gennem værestedernes velkendte og trygge rammer og fællesskaber. Leder af Kafe Kolind fortæller:

“Det er helt afgørende for deltagelse i projektets musikaktiviteter, at der er en individuel opmærksomhed fra leder, medarbejdere og frivillige på de gæster i værestedet, som kunne få glæde af at spille i et band sammen med andre. Og være med til at overvinde de evt. barrierer, som står i vejen for den enkelte. Man skal sætte sig ned og snakke med dem, man skal selv deltage og gå med i starten. Det er jo det, der kendetegner målgruppen ”udsat” – hvis de kunne selv sad de jo ikke i vores cafe. Du og jeg kan godt gå til noget alene, men hvis man hver gang skal gå alene, ikke har de sociale kompetencer, føler alle skuler efter dig, så er det jo netop derfor de sidder her. Derfor er vi som ledere og medarbejdere så vanvittig vigtige, vi skal gå forrest og tage dem i hånden. Hvis ikke vi går med, så kommer de ikke afsted.

Og gæsterne i Kafe Kolind har været med fra ideen til musikprojektet. Når jeg laver et projekt, er det med afsæt i gæsternes ønsker og behov. Det giver ejerskab til projektet fra starten og skal give mening for gæsterne i cafeen. Når vi snakker med dem om, at vi skal have instrumenter til musikprojektet, søger de jo med lys og lygte efter steder, hvor man kan skaffe det. De kom med en guitar fra genbrugsbutikken, men den kunne ikke bruges fordi den var brækket. Men de er på med det samme. Det giver lyst, det giver interesse, det giver energi – så er de på.”

4.0 Kvantitative resultater efter første projektår

Det følgende afsnit omfatter opgørelse og analyse af de kvantitative data for projektets første år.

Målet er, at i alt 400 deltagere i projektets musikaktiviteter fra september 2018 – september 2020

Projektets musikaktiviteter består af følgende:

- Ugentlige musikaktiviteter
- Samspil på tværs af væresteder, koncerter m.m.
- Musikfestival for mangfoldighed

Deltagere i ugentlige musikaktiviteter

Nedenstående skema viser deltagere i projektets ugentlige musikaktiviteter, hvor alle deltagere fastholder deres deltagelse. Pt. har syv deltagere midlertidigt fravær pga. sygdom m.m.

Hold	Dag	Tid	Mænd	Kvinder	I alt
Øvet	Mandag	12.30 – 15.30	5	4	9
Begynder	Tirsdag	16 - 19	2	7	9
Kafe Kolind Balladeband	Tirsdag	12 - 18	3	9	12
Midlertidigt fraværende			6	1	7
I alt			16	21	37

Evaluator har indsamlet data vedr. deltagernes mentale sundhed ved hjælp af WHO trivselsindeks som struktur for en kvalitativ dataindsamling i form af gruppeinterview og observationer ved deltagernes opstart i musikaktiviteterne og igen efter første projektår.

Hvordan vurderer du din hverdag?

De sidste to uger..	Hele tiden	Det meste af tiden	Lidt mere end halvdelen af tiden	Lidt mindre end halvdelen af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
1...har jeg været glad og i godt humør	5.	4.	3.	2.	1.	0.
2...har jeg følt mig rolig og afslappet	5.	4.	3.	2.	1.	0.
3...har jeg følt mig aktiv og energisk	5.	4.	3.	2.	1.	0.
4...er jeg vågnet frisk og udhvilet	5.	4.	3.	2.	1.	0.
5...har min dagligdag været fyldt med ting, der interesserer mig	5.	4.	3.	2.	1.	0.
6...har jeg været sammen	5.	4.	3.	2.	1.	0.

med venner og familie						
7...har jeg lavet praktiske ting derhjemme	5.	4.	3.	2.	1.	0.

Disse data viser, at deltagerne i de ugentlige musikaktiviteter ved opstart i projektet har lav mental trivsel i form af

- Psykiske lidelser, psykisk sårbarhed
- Manglende overskud og stressbelastninger
- Social isolation og ensomhed
- Manglende struktur og uhensigtsmæssig døgnrytme
- Ringe søvn, usunde kost og motionsvaner
- Manglende motivation og energi til daglige gøremål i hjemmet
- Belastende eller svage sociale netværk, familierelationer

Alle beretter om betydelige forbedringer på ovenstående indikatorer efter opstart i projektets ugentlige musikaktiviteter.

Som det fremgår af deltagerlisten er 7 af 37 deltagere midlertidigt fraværende, men fastholder tilknytningen til projektet og til fællesskabet.

Deltagernes beskrivelse af ovenstående effekt beskrives nærmere i syv afsnit om projektets aktiviteter, metoder og tilgange.

Det er evaluators vurdering, at projektets deltagere omfatter borgere med komplekse og betydelige psykiske, sociale og helbredsmæssige belastninger.

Deltagere i musikaktiviteter på tværs af fire sociale væresteder i Kolind, Grenå, Randers og Aarhus

Nedenstående opgørelse viser deltagere i koncerter, deltagere i workshops på projektets øvrige væresteder og i fælles musikaktiviteter på Kafe Kolind. I sammentællingen er øvrigt publikum og andre ikke talt med, eks. konferencedeltagere og deltagere i Letbanens indvielse.

Aktivitet	Musikbanddeltagere	Brugere af sociale væresteder	Andre	I alt
Koncert Kafe Kolind	11	34		45
Koncert Cafe Grenå	11	22		33
Koncert Den Blå paraply, Randers	11	29		40
Koncert Cafe Parasollen, Aarhus	11	37		48
Koncert konference Diakonhøjskolen	11		310	11

Ebdrup Kirke	11	47		58
Releasekoncert	11			11
Letbanens indvielse	11		200	11
Koncert Aarhus	11			
Musik og mad Kafe Kolind	10	57		67
Workshop Grenå	8	7		15
Workshop Randers	7	5		12
Workshop Aarhus	7	7		14
Koncert alle bands	19	57		76
Professorbesøg	11			11
Workshop Grenå	8	6		14
Workshops Randers	9	9		18
Workshop Aarhus	8	5		13
I alt				508

Som det fremgår af resultatopgørelserne, deltager brugere af de sociale væresteder i de fælles musikaktiviteter både når de foregår i de sociale væresteder og når de foregår ved arrangementer i samarbejde med eksterne samarbejdspartnere, kirker, konferencer m.m.

Deltagere i Musikfestival for mangfoldighed i Kolind Byhal

Nedenstående skema viser opgørelse af deltagere i projektets musikfestival: Musikfestival for mangfoldighed, som blev afholdt lørdag d. 17. august.

Aktivitet	Deltagere i musikbands	Publikum	Frivillige rekrutteret blandt brugere af værestedet	I alt
Forberedelse af festival	31		60	91
Afvikling af musikfestival	31	430	60	531
Oprydning efter musikfestival			48	48
I alt				670

Formidlingsaktiviteter, - produkter og - kanaler
 Projektet gennemfører en række formidlingsaktiviteter samt markedsføring af projektet og af musikfestivalen både lokalt, regionalt og landsdækkende.

Projektet benytter følgende formidlingskanaler: Lokale aviser og radio, TV2 Østjylland, Vox Pop, video, foto, Facebook, hjemmeside, visitkort, plakater, netværk, T-shirt med logo, mund til mund m.m.

Netværk tilknyttet deltagere i projektets musikaktiviteter, brugere og frivillige på Kafe Kolind, lokale samarbejdspartnere og andre aktører af sociale tilbud, netværk tilknyttet musikprojektet og netværk af øvrige sociale væresteder i regi af KFUM Sociale Arbejde er benyttet som kanaler til formidling og markedsføring af både projektet og af musikfestivalen.



Geografisk spredning

De 430 deltagere i Musikfestival for mangfoldighed kom fra København, Fyn, Syddjylland og bredt fordelt fra Region Midtjylland og i særlig grad fra Djursland, Randers og Aarhus.

Rekruttering af frivillige blandt brugere af Kafe Kolind

Ud over deltagere i projektets musikbands deltog 60 brugere af Kafe Kolind som frivillige hjælpere med både forberedelse, afvikling og oprydning efter festivalen. Disse opgaver har omfattet tilberedning/anretning af forplejning, design af logo på T-shirts, beredskabsplan, registrering af deltagere, salg/produktion af merchandise, servicering ved musikarrangementer, stagehands, fotograf, plakater, opslag vedr. arrangementer, opsøgende vedr. nye frivillige/deltagere, markedsføring: uddeling af info materiale, hjemmeside, Facebook, mediekontakt/medvirken, transport af deltagere til aktiviteterne, oprydning i forbindelse med arrangementer, bordopstilling/dækning, blomster pyntning, indretning/møblering af scene/spillelokaler, vask af duge mm, fritidsaktiviteter: købe instrumenter og øver selv/privat.

4.1 Analyse og sammenfatning

Opgørelse af de kvantitative resultater viser, at projektet efter første projektår har opfyldt de kvantitative mål, som er opstillet for hele projektets løbetid.

Evaluator opgør deltagere i projektets musikaktiviteter på følgende måde

- | | |
|---|---------------|
| - deltagere i de ugentlige musikaktiviteter = | 37 deltagere |
| - deltagere i musikaktiviteter på tværs = | 508 deltagere |
| - deltagere i Musikfestival for mangfoldighed = | 607 deltagere |

I alt 1152 deltagere

Ugentlige musikaktiviteter har fastholdt 37 deltageres tilknytning til projektet, dog er 7 deltagere midlertidigt fraværende pga. sygdom eller anden belastning.

Aktiviteter på tværs af de fire sociale væresteder blev tilrettelagt som ni workshops med gennemsnitlig seks deltagere på henholdsvis Cafe Grenå, Den Blå Paraply i Randers og Cafe

Parasollen i Aarhus. Til sammenligning viser musikaktiviteter i form af koncerter, fællesarrangementer på Kafe Kolind m.m. en gennemsnitlig deltagelse på 50 brugere af sociale væresteder. Forklaringer på ovenstående forhold kan findes i evalueringens kvalitative data, som peger på følgende forhold:

- musikaktiviteten bør matche og understøttes af værestedets eksisterende kultur og tradition
- brugernes deltagelse forudsætter opmærksomhed, nærvær og tilstedeværelse af værestedets leder, medarbejdere og frivillige
- aktiviteten bør foregå hyppigt og med korte tidsintervaller
- musikaktiviteten er et fælles projekt med delt ejerskab
- musikaktiviteten skaber stolthed og synlighed

Det er evaluators vurdering at ovenstående forhold er vanskelige at etablere i ovenstående væresteder under henvisning til nærværende rammer for projektet.

Musikfestival for mangfoldighed var et åbent arrangement med 607 deltagere, som omfattede brugere af sociale væresteder med familie og andre netværk, samarbejdspartnere og andre sociale tilbud, lokale borgere og frivillige tilknyttet sociale væresteder – en mangfoldighed af deltagere.

Det er evaluators vurdering, at projektet bidrager til nye netværk og flere nære sociale relationer på tværs af brugere af sociale væresteder, andre sociale tilbud, frivillige og samarbejdspartnere og andre i lokalområdet.

De kvantitative data viser, at projektet har rekrutteret 60 frivillige blandt daglige brugere af værestedet Kafe Kolind. Det underbygger således projektets kvalitative interventioner:

- opbygning af sociale kompetencer – indgå i fællesskaber
- kompetenceopbygning til mestring af dagligdagens gøremål og udfordringer – selvhjulpen.
- meningsfyldt indhold i dagligdagen - livet opleves OK

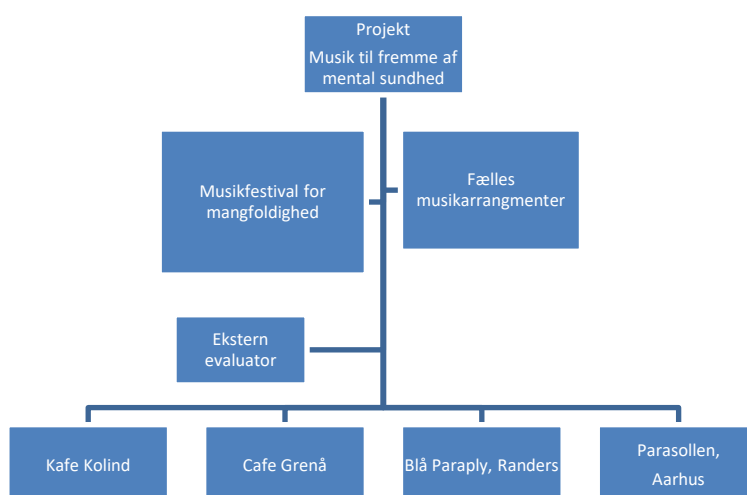
Projektets formidlingsaktiviteter og deltagelse i projektets aktiviteter viser projektets lokale, regionale og landsdækkende perspektiv. Det er evaluators vurdering, at projektet benytter en kommunikations- og formidlingsstrategi, som både retter sig mod projektets deltagere og projektets interne udviklingsaktiviteter og mod eksterne interessenter, bidragsydere og fortalere af indsatsen for inklusion og mangfoldighed.

5.0 Udvikling og etablering af rammerne for projektet

Rekruttering og ansættelse af projektets musikpædagog med musikfaglig uddannelse og erfaring blev startskuddet til udvikling og etablering af rammerne for projektet. En udvikling, som tog afsæt i musikpædagogens viden og erfaring fra undervisning og anvendelse af musikkens metoder og redskaber i udvikling af personlige og sociale kompetencer både i teambuilding på arbejdspladser og med grupper af mennesker med særlige behov og deraf kendskab til projektets målgruppe.

Lederen af Kafe Kolind fortæller:

”Da vi fik bevilling til projektet, var første skridt at rekruttere en musikpædagog til at udmønte projektets mål i praksis. Vi fik en uopfordret ansøgning fra Daniel (musikpædagog) på baggrund af avisartikel om projektet. Han havde de faglige kompetencer, erfaring med målgruppen, erfaring med musikfestival. Og han fik frie rammer til at udvikle aktiviteterne med udgangspunkt i målgruppen, fordi han viste tillid og tro på, at deltagerne kan – vidste hvad han ville med målgruppen. De kommer selv til at tro på, at de kan. Når man ser, hvordan de mennesker her, som aldrig har haft et instrument i hånden og se dem gå på scenen på Diakonhøj-skolen og stå over for 300 konferencedeltagere. De kommer med hver deres instrument, kommer sejt og med rank ryg og pakker ud. De er alle vanvittigt nervøse, når de skal spille, men oplever, hvordan de støtter hinanden – de er alle i samme båd. Det sociale fællesskab løfter dem – løfter dem i flok.”



Udgangspunktet for projektet var, at brugere af fire cafeer under KFUM's Sociale Arbejde skulle deltage i projektets musikaktiviteter. Men projektets oprettelse af musikbands og opstart af instrumentalundervisning viste det sig ikke muligt at etablere de rette fysiske rammer for de ugentlige musikaktiviteter på de øvrige væresteder. Denne udvikling af projektet tog udgangspunkt i en viden om, at hovedparten af brugerne af de sociale væresteder er mænd, og at erfaringen er, at mænd ikke vil sidde og synge skønsang. Mange af dem har en drengedrøm om, at de gerne vil spille på trommer, guitar eller andre instrumenter. De har bare aldrig haft muligheden, men drømmen er der stadig. Og da man på de sociale væresteder ser, at hovedparten af de gæster, som kommer her og som er ensomme og uden for fællesskabet er mænd er det alfa og omega at skabe noget, som kan tiltrække mændene. Og projektets erfaringer viser, at det lykkedes – der er ingen tvivl om, at det at spille i band kommer først.

I Kafe Kolind har man de fysiske rammer og fik et lokale ledigt 1. januar 2019, som kunne indrettes til musiklokale. Men projektet manglede musikinstrumenter og andet udstyr, da projektet i udgangspunktet ikke forestillede sig, at der skulle indgå instrumenter. Projektet søgte derfor i hast Nordea Fonden, som donerede midler til både instrumenter og andet udstyr, så projektet kunne starte op med det første pilotprojekt – et musikband bestående af guitarister, bassister, keyboard, trommeslagere og sangere.

Derfor blev projektets aktiviteter ændret til at omfatte følgende:

- ugentlige musikaktiviteter på Kafe Kolind med deltagere fra alle fire væresteder
- kvartals musikworkshop på øvrige væresteder
- musik og mad arrangementer for alle på Kafe Kolind
- årlig musikfestival for alle

Evaluator deltog i projektets kick of møder og efterfølgende workshops på de øvrige sociale væresteder og alle steder erkendte man problemet med at etablere lokale alene som ramme for musikaktiviteter. Projektets musikaktiviteter skulle kunne integreres i værestedernes øvrige daglige anvendelser af lokalerne eller lejlighedsvis lån af lokaler.

6.0 Opstart og rekruttering af deltagere til projektet

Projektets musikaktiviteter startede med et pilotprojekt med et musikband med deltagere fra Kafe Kolind.

Leder af Kafe Kolind fortæller:

"Vi startede med et pilotprojekt, for at se om de kunne lade sig gøre at få mændene med til at spille og synge. Det viste sig, at strålede som sole og allerede efter to måneder var de ude at spille deres første koncert og flere koncerter er fulgt efter. Og der er flere bookinger i deres kalender. Og de elsker at komme ud at spille.

Deltagerne er hovedsageligt førtidspensionister og mange af dem siger: Hvorfor stå ud af sengen om morgen? De føler sig kasseret. Der er ikke noget at stå op til. Men det med at komme ud at spille med et band betyder, at der er brug for dem. Et band er jo ikke noget uden en trommeslager, en guitarist eller en sanger. Og det, at de kommer ud og bliver set og hørt af andre giver dem oplevelsen af at kunne noget, at kunne bidrage med noget. Og dertil det store fællesskab, de har fået skabt omkring det enkelte band – en stor familie."

Projektets musikpædagog fortæller, hvordan han skaber interesse og motivation for deltagere i projektet:

"Og så var min plan at få hul igennem til nogle få i forhold til det at spille musik. Jeg har en lang erfaring fra alle mulige sammenhænge, hvor jeg har lavet kurser og forskellige former for teambuilding, hvor vi bruger musikken til at gøre opmærksom på nogle meget simple værktøjer, som man kan bruge i forhold til at få folk til at flytte sig. Nogle gange har det været helt simple andre gange har det været mere krævende. Og faktisk virker det endnu bedre her, fordi folk har meget længere forløb, hvor de har været udsatte. De har mange flere lig i lasten og meget mere ensomhed ind over. Og ensomhed bliver ofte forstået på en alt for simpel måde, når man taler om det i offentligheden, men det er en ting, som generelt gør sig gældende for denne her gruppe – irriterende at kalde det en gruppe, fordi det er en meget bred pamflet af mennesker."

Det er musikpædagogens opfattelse er ensomheden er meget stærk drivkraft - at alle mennesker har brug for at indgå i fællesskaber. Når man er uden for fællesskaber, så er man virkelig på den. Det forhold gør sig i endnu højere grad gældende her, fordi man typisk har været på kanten af samfundet på den ene eller anden måde. Og derfor er der bare en endnu stærkere higen efter at komme med i et fællesskab. Og med musikken har musikpædagogen nogle meget simple værktøjer, til at trække deltagerne ind i fællesskabet, men det er det centrale i det. Virkemidlet er musikken. Det kunne også være andre ting, men musikpædagogen bruger sin musikalske kompetencer og erfaringer og ved hvordan man gør med musikken.

Hans erfaring er, at denne fremgangsmåde er meget effektivt. Både i forhold til det med ensomheden og her muligheden for at komme ind i et fællesskab og et band er lige som en klub, hvor alle er super vigtige. Og det finder man rigtig hurtigt ud af, for hvis en mangler, så er det rigtig svært at få tingene til at hænge sammen. Man får en meget stor forpligtigelse i forhold til hinanden. Og så lægges der meget stor vægt på det med, at komme ud og spille, fordi det der sker, når man kommer ud og spiller er – det med at stille sig op på en scene er voldsom grænseoverskridende og angstprovokerende. Så fra altid at stå bagerst i klassen til at stå

forrest i klassen er en voldsom kontrast. Men det er til gengæld helt vildt, hvad det rykker for den enkelte.

Og hele den praktik og struktur omkring det at være et hold, der tager ud og spiller. Stille tingene op og få dem til at virke rent teknisk. Få arbejdsprocesserne til at virke og op på en scene og skulle stå og spille. Der sker en kæmpe forskel fra ikke, at have været ude at spille til første gang de har prøvet det. Der kan man mærke en kæmpe stor forskel. Man kan høre på dem, hvor stor en forskel det gør dem. De bliver sindssygt stolte af det.

Musikpædagogen underbygger ovenstående:

”Jeg bruger fællesskabet som trækplaster. Jeg prøver altid, at få fingre i et par stykker. Så snart man har fingre i et par stykker og man laver noget, så har man det super fedt. Og det kan de andre også mærke. Og så bliver det meget nemmere at få de næste med. Men det kommer aldrig af sig selv – Hej, jeg kunne godt tænke mig at komme med i et band. Det er altid med at prikke dem på skulderen. Men så er jorden gødet for at de kommer ind og kommer med.”

Ovenstående indgang til projektet bliver bekræftet i evaluators interview af alle deltagere i de ugentlige musikaktiviteter. Her fortæller de, hvordan enten leder af Kafe Kolind eller musikpædagogen har prikket dem på skulderen og har opfordret dem til at være med i et af projektets bands. De oplever, at de er blevet opdaget, blevet lagt mærke til, at deres interesse, glæde og drøm om musikken er blevet set.

Pilotprojektet var opstarten af projektets første band og de tog på turne på projektets øvrige sociale væresteder for at kapre nye deltagere til opstart af flere bands.

Leder af Kafe Kolind og projektleder fortæller:

”I løbet af pilotforløbet tog vi ud og spillede på projektets tre øvrige væresteder for at motivere gæster her til at være med til at spille i et band. Medlemmer af bandet fra Kafe Kolind fortalte selv om deres erfaringer og hvad det havde betydet for deres mentale sundhed. Men der var ikke den store tilslutning og opbakning fra gæsterne i de andre væresteder, meget få mødte op og flere gik, da bandet begyndte at spille. Og så stod bandet og spillede alene eller for et par stykker.

Dertil kommer også, at de fysiske rammer på andre væresteder ikke er indrettet til at rumme et øvelokale for et band. Derfor ændrede vi projektet til, at gæster fra de øvrige væresteder, som gerne vil spille deltager i band kommer på Kafe Kolind en gang om ugen og øver. Og i stedet får transporten og får forplejning i forbindelse med spilletimerne betalt af projektet”.

Lederne på de øvrige sociale væresteder giver udtryk for, at projektet udviklede sig fra at være et projekt for ”fællessang og lytten til musik” i fællesskab til et projekt, hvor cafeens gæster var udøvende på en helt anden måde end de er vant til. Og den musikgenre der spilles er også nyt for mange. Projektet har udviklet sig til noget helt andet end det, de havde forventet og har derfor svært ved at motivere og bakke om værestedet deltagelse i projektet.

På trods af ovenstående er det alligevel lykkedes musikpædagogen at skabe kontakt og deltagere til projektets tre bands fra alle fire væresteder. Og deltagerne fra de øvrige væresteder fortæller da også, at projektets musikpædagog har en stor del af æren for, at de overvandt modstanden og barriererne for at være med.

En deltager i musikband fortæller:

“Opstarten i bandet var skræmmende. Jeg var meget usikker i starten, hvordan skal man lige opføre sig. Jeg var så heldig at være på det rette sted på det rette tidspunkt. Jeg havde en kammerat, som jeg snakkede med. Og kom ned i Cafe Grenå, hvor jeg hørte om musikprojektet. Og det kunne jeg godt tænke mig, for jeg har altid godt kunnet lide at spille og synge. Så var jeg med til et møde her og kom med i projektet.

Vi har jo startet på lidt forskellige tidspunkter i projektet. Men der er ingen tvivl om, at Daniel betyder rigtig meget for alt det, der foregår i det her projekt. Jeg var mega nervøs over at skulle møde op hernede og skulle møde en masse mennesker, som jeg ikke kendte, men han gjorde det rigtig nemt og sørgede for os alle sammen.”

Nedenstående anonymiserede skemaer viser den geografiske spredning blandt deltagerne i projektets tre musikbands.

Band 1 Mandag kl. 12.30-15.30

Nr.	Navn:	Tlf.	By	Instrumentering:
1	Kvinde		Kolind	Sang
2	Mand		Grenå	Bazurka
3	Mand		Grenå	Guitar og sang
4	Kvinde		Grenå	Guitar og sang
5	Mand		Rønde	Bas og sang
6	Mand		Kolind	Guitar og sang
7	Mand		Randers	Sang
8	Mand		Trustrup	Guitar/kor
9	Kvinde		Århus	Sang

Band 2 Mandag kl. 16-19

	Navn:	Tlf.	By	Instrumentering:
1	Kvinde		Grenå	Sang
2	Mand		Århus	Klaver
3	Kvinde		Trustrup	Guitar og bas
4	Kvinde		Trustrup	Guitar
5	Mand		Grenå	Bas
6	Kvinde		Grenå	Sang
7	Kvinde		Langå	Sang
8	Kvinde		Kolind	Sang
9	Kvinde		Kolind	Sang

Band 3 **Tirsdag** **kl. 12-18**

Nr.	Navn:	Tlf.	By	Instrumentering:
1	Kvinde		Kolind	Klaver
2	Mand		Kolind	Klaver
3	Kvinde		Trustrup	Guitar
4	Kvinde		Trustrup	Guitar
5	Mand		Kolind	Bas
6	Mand		Kolind	Bas
7	Kvinde		Ryomgård	Sang
8	Kvinde		Kolind	sang
9	Kvinde		Kolind	Sang
10	Kvinde		Kolind	sang
11	Kvinde		Kolind	Sang
12	Kvinde		Pederstrup	Sang

Midlertidigt sygemeldte/Venteliste

	Navn:	Tlf.	By	Instrumentering:
1	Mand		Ebeltoft	Klaver
2	Mand		Ebeltoft	Sang
3	Mand		Århus	Sang
4	Kvinde		Allingåbro	Sang
5	Mand		Mørke	Sang
6	Mand		Randers	Sang
7	Mand		Ryomgård	Klaver

7.0 Projektets aktiviteter, metoder og tilgange

I de følgende afsnit beskriver evaluatoren projektets aktiviteter, metoder og tilgange på baggrund af følgende data:

- deltagelse og observationer på projektets ugentlige musikaktiviteter, fra kick off og workshops på projektets øvrige væresteder og deltagelse i Musikfestival for mangfoldighed
- interview med projektleder og musikpædagog på projektet
- gruppeinterview med samtlige deltagere i ugentlige musikaktiviteter i forbindelse med deres opstart i musikaktiviteterne og efter projektets første år
- gruppeinterview med en gruppe frivillige hjælpere til projektets musikfestival, som er rekrutteret blandt Kafé Kolinds faste brugere
- telefoninterview med ledere af projektets øvrige væresteder

Evaluatoren omskriver de gennemførte interviews i anonymiseret form til fortællinger set fra de respektive respondenter perspektiv for dermed at gengive de virkningsfulde elementer i projektets aktiviteter.

7.1 Projektlederens perspektiv

Projektlederen underbygger i følgende afsnit, hvordan projektet har arbejdet med projektets aktiviteter og fokus:

- *At fremme mental sundhed i form af en oplevelsesdimension: At opleve at have det godt, at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet.*
- *At fremme mental sundhed i form af en funktionsdimension: At kunne klare dagligdagens gøremål, indgå i sociale relationer og at kunne håndtere dagligdagens udfordringer store som små.*
- *At udvikle en social intervention med et forebyggende og et udviklende perspektiv.*

Projektets intervention sigter mod:

- opbygning af sociale kompetencer – indgå i fællesskaber
- kompetenceopbygning til mestring af dagligdagens gøremål og udfordringer – selvhjælpen.
- meningsfyldt indhold i dagligdagen - livet opleves OK

Målet for interventionen er, at de socialt udsatte *oplever øget mental sundhed, ved:*

- *at opleve at have det godt,*
- *at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet*
- *at kunne klare dagligdagens gøremål*
- *at indgå i og være medskaber af sociale relationer*
- *at kunne håndtere dagligdagens udfordringer store som små*

Vi har ansat en musikpædagog til at udmønte mål i praksis. Ønskerne, som blev opfyldt med ansættelsen af Daniel Demsitz var følgende: Faglige kompetencer, erfaring med målgruppen, erfaring med musikfestival. Han fik frie rammer til at udvikle aktiviteterne med udgangspunkt i målgruppen og udtrykte tillid og tro på, at deltagerne fra målgruppen kan - og selv kommer til

at tro på, at de kan. Erfaringen viser, at de alle er vanvittigt nervøse, når de skal spille, men oplever hvordan det sociale fællesskab får dem til at støtte hinanden – de løfter dem i flok

I starten var planen, at der skulle synges og spilles på alle fire cafeer. Men så kom Daniel ind i billedet.

Erfaringen er, at mænd ikke vil sidde og synge skønsang. Mange af dem har en drengedrøm om, at de gerne vil spille på trommer, guitar eller andre instrumenter. De har bare aldrig haft muligheden, og når vi ser, at hovedparten af de ensomme gæster, som kommer i vores cafe, er mænd, er det alfa og omega at skabe noget, som kan tiltrække mændene. Og det lykkedes – der er ingen tvivl om, at det at spille i band kommer først.

Vi startede med et pilotprojekt for at se, om det kunne lade sig gøre at få mændene med til at spille og synge. Det viste sig, at de strålede som sole - og allerede efter to måneder var de ude at spille deres første koncert, og flere koncerter er fulgt efter. De elsker at komme ud at spille, og der er flere bookinger i deres kalender. Deltagerne er hovedsageligt førtidspensionister og mange af dem siger: Hvorfor stå ud af sengen om morgenen? De føler sig kasseret. Der er ikke noget at stå op til. Men det med at komme ud at spille med et band betyder, at der er brug for dem. Et band er jo ikke noget uden en trommeslager, en guitarist eller en sanger. Og det, at de kommer ud og bliver set og hørt af andre, giver dem oplevelsen af at kunne noget, at kunne bidrage med noget. Og samtidig oplever de det store fællesskab, de har fået skabt omkring det enkelte band.

I Kafé Kolind har vi de fysiske rammer, og vi fik et lokale ledigt 1. januar 2019. Vi havde ikke instrumenter og andet udstyr, for udgangspunktet for projektet var ikke, at der skulle bruges instrumenter. Så vi søgte i hast Nordea Fonden, som donerede midler, så vi kunne anskaffe dem og gå i gang med pilotprojektet.

I løbet af pilotforløbet tog vi ud og spillede på projektets tre øvrige væresteder for at motivere gæster her til at være med til at spille i et band. Medlemmer af bandet fra Kafé Kolind fortalte selv om deres erfaringer, og hvad det havde betydet for deres mentale sundhed. Men der var ikke den store tilslutning og opbakning fra gæsterne i de andre væresteder, meget få mødte op og flere gik, da bandet begyndte at spille. Og så stod bandet og spillede alene eller for et par stykker.

Desuden har de andre væresteder ikke et øvelokale for et band. Derfor ændrede vi projektet til, at gæster fra de øvrige væresteder, som gerne vil spille i band, kommer på Kafe Kolind en gang om ugen og øver. De får transporten og forplejning betalt af projektet.

Projektet har vist, at det er helt afgørende for deltagelse i projektets musikaktiviteter, at der er en individuel opmærksomhed fra leder, medarbejdere og frivillige på de gæster i værestedet, som kunne få glæde af at spille i et band sammen med andre. Man skal sætte sig ned og snakke med dem, man skal selv deltage og gå med i starten. Hvis vores målgruppe kunne selv, sad de jo ikke i vores cafe. Vi skal gå forrest og tage dem i hånden, ellers kommer de ikke af sted.

Gæsterne i Kafé Kolind har været med fra ideen til musikprojektet. De skal jo ikke sidde og køre i det kendte – de skal også udfordres. De er jo altid blevet svigtet, der er jo aldrig nogen, der har gidet høre på dem: Hvad kunne du tænke dig?

Den interesse, de udtrykker, giver ejerskab til projektet fra starten og skal give mening for gæsterne i caféen. Når vi snakker med dem om, at vi skal have instrumenter til musikprojektet, søger de jo med lys og lygte efter steder, hvor man kan skaffe det. De kom med en guitar fra genbrugsbutikken, men den kunne ikke bruges fordi den var brækket. Men de er på med det samme. Tilsvarende engagement har manglet på de tre øvrige væresteder. Ledere og medarbejdere der har ikke formået at "sælge" ideen.

Deltagerne i de tre bands fortæller, at projektets fokus på musik og musikudøvelse giver noget andet end det, man kender fra psykiatrien, hvor der er fokus på sygdommen og de begrænsninger, det giver. Og det giver en god fornemmelse, at de bliver set og hørt, og at der bliver klappet af dem, når de er ude at spille.

Vi ser også, hvordan deltagelse i de ugentlige musikaktiviteter rækker ind i deres hverdag. Flere har købt deres egne instrumenter og sidder hjemme og øver i løbet af ugen. Andre sidder hjemme og strikker "maskot", overtræk til udstyr eller er på anden vis beskæftiget med musikken. De glæder sig til at være med. Vi kan ikke lave om på deres fortid, men vi kan gøre noget for deres nutid og fremtid. Giv dem gode oplevelser, fællesskab og værdi som mennesker. Ved at komme ud i omverden øger vi den mentale sundhed og udvikler de sociale kompetencer. Vi kan aflære uhensigtsmæssige mønstre, som frastøder andre mennesker, og som kan skabe isolation og ensomhed.

Gennem musikaktiviteterne i de enkeltes bands opstår et arbejdsfællesskab med konkrete opgaver, roller, rutiner, krav og ansvar, samarbejde og fællesskab, konflikthåndtering osv. Medlemmerne hjælper hinanden på skift – man er ikke altid den, der får hjælp, men er også en ressource for andre. Man får en anden status, når man også kan støtte andre, drage omsorg for andre.

Medlemmerne lærer også af hinanden, når de skal håndtere angst i forbindelse med bandets optræden. De deler erfaringer og støtter hinanden på gode ideer.

Projektets konkrete musikaktiviteter med ugentlige øvedage, koncerter og anden optræden/formidling både internt i Kafe Kolind og ved forskellige arrangementer skaber en lang række andre aktiviteter og involverer hele Kafé Kolind – både gæsterne, medarbejdere og frivillige.

Og især "Musikfestival for mangfoldighed", hvor alle har bakket op om arrangementet, selv om det var usikkert, hvordan det ville gå. Og så blev det bare en fantastisk dag for alle i huset.

De involverede har søgt duge rundt omkring, de har plukket blomster, og nogen, som aldrig har haft tilknytning til Kafé Kolind, byder ind med forskellige ting. Går på heden og plukker lyng, andre plukker efeu. Der er mange, som har meldt sig som frivillige. Kvaliteten er ved at vælte dem om kuld. Alle er dybt imponeret over, at vi kan levere det niveau, og flere har meldt sig klar til næste år. Nogle bød ind med hjælp en time, men blev hele dagen. Kolind Byhal, Folkehøjskolen, aviserne, journalister, tv-folk, man møder på gaden, siger: "Hold kæft en festival i fik lavet!" Graveren, postbuddet: "Vi kommer igen næste år. Du kan godt regne med, at der kommer mange, mange flere. Rygterne går nu".

Caféen i Odense kom i bus med 30 gæster, og de vil også gerne være med igen næste år. Lige som Vamdrup, Aarhus, Randers, Grenå og hele Djursland.

Titlen "Musikfestival for mangfoldighed" er valgt for at signalere, at det er en festival for alle. Vi vil ikke bruge ordet "udsatte", men "mangfoldighed" rummer det hele. Og så kan man selv putte det i det, man vil. Mangfoldighed diskriminerer ikke.

I programmet var der noget for alle – også forskellige aldre fra 30 – 80 år – for at tilgodese hele spektret. Vi har taget udgangspunkt i banddeltagernes ønsker og behov, så det giver mening for dem at deltage. Festivalen havde Lotte Heise og Søren Ryge på programmet for at fortælle, hvordan de hver især bruger musikken – i deres liv og i forbindelse med TV-produktion. At man også kan bruge musikken på andre måder.

Projekt Musik til fremme af mental sundhed har oplevet 100% fremmøde til de ugentlige øvedage i de tre musikbands og i forbindelse med koncerter og andre arrangementer. De ved jo godt, at alle har deres plads i bandet, og at det går ud over de andre, hvis man ikke kommer. De vil alle sammen gerne være med, og der er rift om pladserne. De oplever fællesskab og omsorg. De har det rart, de bliver glade og godt tilpas og får noget ud af det. Rygepauserne giver anledning til en masse snak og social interaktion. Vi arbejder hele tiden med inklusion, så de øver sig i/bliver klædt på til at begå sig, snakke med andre, være sammen med folk udefra. Som når vi har to arrangementer om måneden, hvor folk fra byen kommer her i huset. Og så hjælper de andre gæster i cafeen med at gøre klar og sørge for de praktiske opgaver.

Jeg har oplevet, hvordan mændene har taget musikaktiviteterne til sig. I starten stod de og spillede basguitar, og de var seje, når de stod og spillede. De ville jo ikke synge i starten, men nu står de glade og synger for fuld udblæsning. Der sker helt klart en personlig udvikling med disse mænd – de stråler af en stolthed, som man ikke havde forestillet sig, at de ville gøre.

De enkelte bandmedlemmer kan noget forskelligt og har forskelligt niveau, som skal håndteres i måden, bandet organiseres på. Målet er, at alle oplever succes, og at de sammen løfter hinanden. Eks. ved hver sin mikrofon o. lign.

Og alle gæster bakker op, de jubler, og de klapper. Der er helt klart en smitteeffekt i kraft af, at de er i huset og alle oplever, når de øver og spiller. Der kommer stadig flere, som gerne vil være med. De kan høre, se og mærke musikken og kommer tættere på musiklokalet og ender med selv at være med.

Når bandene er ud at spille ved forskellige arrangementer, er alle cafeens gæster med. Fællesskabet er mere end musikaktiviteten, alle skal være med, så de også kan snakke med om de fælles oplevelser i stedet for at sidde og snakke om vind og vejr og ingen ting. Det er en effekt, som ikke er beskrevet i projektet. Det gælder også for alle de andre frivillige, som bakker op om vores festival.

Som projektleder og leder af caféen skulle jeg fra starten finde en projektmedarbejder, som kunne stå for udvikling af projektets musikaktiviteter. Og så er vi så heldige at få en projektmedarbejder, som er 200% kompetent til opgaven, så han fik frie tøjler til at udvikle projektet. Jeg har alle de administrative, økonomiske og øvrige ledelsesmæssige opgaver. Og så sparrer Daniel og jeg undervejs: Hvad er målene, hvor er vi på vej hen? Sammen prøver vi at motivere deltagere og at gøre Kafé Kolind synlig som en del af de lokale netværk, vi snakker også med medier for at få det bredt ud så meget som muligt.

Vi samarbejder med det kommunale værested i Rønne og andre sociale væresteder, vi skelner ikke mellem kommunegrænser, men har dørene åbne for alle, som kan få glæde af vores

tilbud. Og som sagt får de også billetten betalt og får lidt at spise, så der er mulighed for også at hygge sig, når de er her.

Projektet har arbejdet med inddragelse af sociale cafeer i Grenå, Randers og Aarhus ved arrangementer og fællessang i hver cafe. Projektmedarbejderen og deltagerne fra Kafé Kolind har fortalt om projektet og muligheden for at være med. Men det har ikke været muligt at motivere de øvrige caféers gæster i projektet, de forlader i flere tilfælde lokalet, når der synges og spilles. Interessen og opbakningen har ikke været der – projektet er ikke blevet prioriteret. Der har således ikke været ejerskab til projektet på de øvrige cafeer.

Projektets musikaktiviteter på de øvrige cafeer har skabt kontakt til medlemmer af de tre bands fra Grenå, Randers og Aarhus. Disse deltagere kommer hver uge i Kafe Kolind og øver sammen med det band, de indgår i. Og de deltager i optræden ved musikfestival og ved andre arrangementer.

De oprindeligt planlagte musikaktiviteter i de øvrige cafeer er derfor nu erstattet af fælles musikarrangementer i Kafé Kolind, hvor der kommer gæster udefra – herunder gæsterne fra de øvrige cafeer. Der er ca. 50 deltagere pr. gang ved disse arrangementer.

Festivalen har inddraget både deltagerne i de forskellige bands, de øvrige gæster i Kafé Kolind, familier, venner og andre frivillige fra lokalområdet. Vi har oplevet, hvordan musikprojektet og musikfestivalen har givet et løft til alle vores frivillige – en kvalitet, som alle er stolte af og af de muligheder, det giver. Musikfestivalen har givet en synlighed og et kendskab til Kafé Kolind, som vi har arbejdet på at skabe i alle de år, caféen har eksisteret. Vi har overrasket med et niveau, som ingen havde forventet. Det giver et andet indtryk af caféen, vi har aldrig før været så meget i medier med støtte og opbakning – også til vores målgruppe. Vi kan noget, og deltagerne vil gerne fortælle, hvad musikken har betydet for dem. Og det er usædvanligt, hvor velformulerede de er – jeg tror, det kommer bag på mange. Guld-kornene kommer fra dem selv, og det giver et helt andet indtryk. Deres fortællinger giver også nogle helt andre billeder af det behandler-system og det velfærdssamfund, som vi bryster os af.

Kafé Kolind har oplevet stor opmærksom, støtte og opbakning fra lokale samarbejdspartnere. Vi har fået donationer og gode priser på drikkevarer, råvarer og materialer i forbindelse med festivalen. Der er givet donationer fra den lokale Rotaryklub, fra Nordeafonden, fra den kommunale kulturpulje og fra andre velgørere til musikinstrumenter, musikudstyr o.m.m.

7.2 Musikpædagogens perspektiv

Rammerne for projektet startede med, at Bente (projektleder) ansatte mig ud fra de ideer, jeg kom med. Og ud fra det, som jeg forestillede mig og vidste, ville virke. Og så har Bente hjulpet til med at sætte rammerne for udmøntningen af disse ideer. Og det er absolut en meget væsentlig forudsætning for, at projektet skal lykkes.

Jeg tog som udgangspunkt, at jeg ville lave samspil, så vi skulle jo have rammer, økonomi og rigtig meget andet i forhold til det. Og så var min plan at få hul igennem til nogle få i forhold til det at spille musik. Jeg har en lang erfaring fra alle mulige sammenhænge, hvor jeg har lavet kurser og forskellige former for teambuilding, hvor vi bruger musikken til at gøre opmærksom på nogle meget simple værktøjer, som man kan bruge i forhold til at få folk til at flytte sig. Ud over at have min egen virksomhed, har jeg været ansat som musiker på en ungdomshøjskole, hvor jeg arbejdede med en yngre målgruppe – på en skole, hvor der stort set ikke var noget

musik. Stille og roligt byggede jeg det op, så der til sidst var mere en 30 elever med til samspil – halvdelen af skolen. Her er aldersgruppen anderledes og faktisk virker det endnu bedre her, fordi folk har meget længere forløb, hvor de har været udsatte. De har mange flere lig i lasten og meget mere ensomhed ind over. Og ensomhed bliver forstået på en alt for simpel måde, når man taler om det i offentligheden, men det er en ting, som generelt gør sig gældende for denne meget brede pamflet af mennesker.

Alle mennesker har brug for at indgå i fællesskaber – når man er uden for fællesskaber, så er man virkelig på den. Det forhold gør sig i endnu højere grad gældende her, fordi man typisk har været på kanten af samfundet på den ene eller anden måde. Og derfor er der bare en endnu stærkere higen efter at komme med i et fællesskab. Og med musikken har jeg nogle meget simple værktøjer til at trække dem ind i fællesskabet, som er det centrale i det. Mit virkemiddel er bare musikken. Det kunne også være andre ting, men jeg ved, hvordan man gør med musikken. Det er sindssygt effektivt. Både for at mindske ensomheden og for at komme ind i et fællesskab, hvor alle er super vigtige. Og det finder man rigtig hurtigt ud af, for der er en meget stor forpligtigelse i forhold til hinanden for at få bandet til at fungere. Og så lægger jeg meget stor vægt på det med, at vi skal ud og spille. Det med at stille sig op på en scene kan være voldsomt grænseoverskridende og angstprovokerende. Så fra altid at stå bagerst i klassen til at stå forrest i klassen er der en voldsom kontrast. Men det er til gengæld helt vildt, hvad det rykker for den enkelte.

Og hele den praktik og struktur omkring det at være et hold, der tager ud og spiller. Få arbejdsprocesserne til at virke og at skulle op på en scene og så stå dér og spille. Der sker en kæmpe forskel fra ikke at have været ude at spille til første gang, de har prøvet det. Man kan høre på dem, hvor stor en forskel, det gør for dem. De bliver sindssygt stolte af det.

Jeg bruger fællesskabet som trækplaster. Jeg prøver altid først at få fingre i et par stykker. Så snart man har fingre i et par stykker, som sammen laver noget, så har man det super fedt. Og det kan de andre også mærke. Og så bliver det meget nemmere at få de næste med. Men det kommer aldrig af sig selv. Det er altid med at prikke dem på skulderen. Men så er jorden gødet for, at de kommer ind og kommer med. Det er ekstremt vigtigt, at musikken ligesom er et sprog for sig. Og det typiske for de fleste i målgruppen er, at de ikke er bogligt stærke. Det kan også være, at de er bogligt stærke, men de er blevet mobbet, og det har været så hårdt, at der ikke har været plads til at udvikle deres boglige forudsætninger. Og det her har ikke noget med skole at gøre, og det er bare fantastisk. Og jeg er pisse ligeglad med, om de ikke spiller eller synger særligt godt. Det er slet ikke det, der er vigtigt. Men at de kan se, at det ikke har noget med skole at gøre, så de kan alle starte på bar bund og på en frisk – uanset, hvad man kommer med og med hvilken baggrund, man kommer her. Og det er det, som er vanvittig effektiv. Og der er ikke forventninger til, at jeg skal kunne det der matematik eller det der dansk. Det er et helt nyt område.

Så er min opgave selvfølgelig at få sat holdet. Man kan ikke bare sætte dem sammen, og så bliver det automatisk fedt. De skal alle have nogle succesoplevelser. Det er en ekstrem vigtig faktor. Fællesskab, succesoplevelser, at bruge sproget. Og det med succesoplevelser er mit ansvar. Min forberedelse handler om, at når jeg vælger et stykke, de skal spille, så skal jeg på forhånd have udtænkt, hvad kan Hans spille på bassen, så han oplever succes og føler, at det er fedt. Og hvad skal den anden og den tredje i bandet. Det er super vigtigt. For hvis de ikke får den succesoplevelse, begynder det nemlig at minde om skolen, hvor der ikke var andet end dårlige oplevelser.

Der kommer min musikalske kunnen og forberedelse ind i billedet. Og så gør jeg tingene meget strukturerede. Vi har alle brug for strukturer og rammer. Og de her har i særlig grad brug for det. Derfor sørger jeg ret hurtigt for, at de får en bestemt rolle i bandet. Der bliver ikke byttet rundt på instrumenterne. Peter er bassisten, og Laila er guitaristen. Der kommer nogle helt faste former på, hvad er det, jeg skal, hvad er det, jeg udfylder i denne her sammenhæng. Og det vokser de rigtig meget med. De identificerer sig efterhånden med den rolle, de har og bliver stolte af den. Derfor er det vigtigt, at det ikke bliver for diffust – "det her er min rolle, det er tydeligt, det er skåret ud i pap. De andre respekterer mig for, at jeg gør det her, og jeg er selv stolt af, at jeg gør det her".

Jeg oplever, at det her bliver en bærende del for deres liv. Og det chokerer mig, hvor voldsom indflydelse, det har for dem. Man kan næsten ikke forstå det, vel? Noget af det vi har snakket om tidligere: at her har vi mennesker, som har haft mange år på kanten, som er blevet kaldt "udsat" og alle mulige udtryk, som de er vant til – her kan de bruges. Så forstår man, hvor vigtigt, det her er. For mange af dem bliver det en stor del af deres liv. Og hvis det at være med i et band skubber dem fremad mod en bedre hverdag, så er det jo helt fantastisk. Og det sker i langt større grad, end vi havde forestillet os. For nogle kan man blive helt bekymret for, at deres liv vil slutte, hvis bandet stopper. Hvor andre bedre ville kunne klare det.

Til tider har det været en ekstremt krævende pædagogisk opgave, for de bøvler jo helt vildt. Hvilket jo er helt karakteristisk, de har langt flere problemer inde på livet de fleste af dem – det ligger i sagens natur. Og det er klart, når man skal være i et tæt sammenhold, skal man kunne stole på hinanden. Hold kæft, hvor har vi haft meget ballade. Samtidig er det også meget tydeligt, at de står sammen i tykt og tyndt. De gør alt for at hjælpe hinanden. Hold nu op, hvor kan det til tider være besværligt - men fantastisk hvad der kommer ud af det. Vi ved, at der er flere, som har været i andre forløb, hvor man ikke har kunnet rumme dem. Hvor det er endt med, at de er blevet sure og er skredet. Det er også sket for dem her, men fordi det er så vigtigt for dem at være med, er det lykkedes at trække dem tilbage igen. Men jeg kan mærke, at de bliver bedre til at håndtere det. Jeg tror, det altid vil være der. De har bare et meget mere kompliceret liv, med anbragte børn eller børn på institution, parlivsproblemer, x-mand som ikke vil samarbejde om børnene osv. Der ligger problemer rundt om dem hele tiden og karakteristisk for dem er også, at de ikke kan finde ud af at lade det ligge derhjemme – her er et fri-rum og et vigtigt fællesskab. Og så snart nogen sætter sig ned og begynder at fortælle, så er det svært ikke at få sympati og tage parti. Og så er der gang i balladen – så er der splitting.

Vi starter altid med at have bandmøde, hvor vi snakker om planer fremad – det handler om form og struktur. Men i virkeligheden handler det også om, at vi skal sidde og kigge hinanden i øjnene, og jeg forsøger at skabe en sjov og hyggelig men også intim stemning. Det er meget sværere at være uvenner, når man sidder og kigger hinanden ind i øjnene. Jeg siger altid vi og ikke I! Hvor værdifuldt det her er. Vi er sindssygt heldige, at vi får lov til at lave det her sammen. Og jeg øver det også med dem, når vi tager ud og spiller. "I venter pænt udenfor, mens jeg går ind og siger, at vi er kommet. Så kommer I venligt ind, og siger ordentligt goddag og interesserer jer for det menneske, I står over for. Det er præmissen for at komme ud og spille sammen med Daniel". Og det er helt utroligt, hvad det betyder at opleve at snakke med folk og at passe på hinanden. For flere af dem aner ikke, hvad det vil sige. De har en forestilling om det, men der er en hel masse blinde felter – det har de ikke fået med i deres opvækst. Og for nogen af dem er det jo rigtig slemt med barndom med vold, ydmygelser, tilknytningsforstyrrelser og andet, som bliver meget tydeligt. Når man snakker med mange af dem, vil man

ikke tænke, hvor slemt det står til. Men for mange er det bare meget mere subtilt – det er virkelig slemt.

Det er svært at sige, hvad der er det virkningsfulde – musikken, rammerne/rutinerne eller fællesskabet. Alle elementer bidrager jo til at skabe helheden og give kernen. Det at vi skaber noget sammen. Og at vi pludselig skal til at fungere sammen på alle mulige forskellige niveauer. Det bliver forpligtende, vi forventer noget af hinanden. Og det kræver fleksibilitet – der er nogen, som ikke kan lave lige så meget som de andre. Det der med at forstå hvorfor jeg skal lave meget mere end de andre. "Det skal du, fordi du kan! Du skal være glad for, at du kan det. Og lade være med at fokusere på, at andre ikke laver så meget som dig".

Og det gode ved et band er også, at det er fritaget for konkurrence. Vi skal ikke konkurrere med hinanden – én spiller bas en anden spiller guitar – det er forskellige instrumenter, som kan noget forskelligt.

De rammer og den kultur, som udgør Kafé Kolind, er fuldstændig afgørende for aktiviteterne i musikprojektet. Og da jeg søgte det job her, handlede det rigtig meget om at have frie rammer til at lave det, jeg kan. Vi har de her rammer, og så har jeg bare fået lov til at udfylde dem. Og det har fungeret fantastisk godt Når jeg kigger på de tre andre caféer, som også er med i projektet, har det været en enorm skuffelse for mig. Jeg har oplevet lige fra starten, at de er ligeglade med det. Da jeg kun har 20 timer om ugen betyder det bare rigtig meget, hvilke rammer jeg får stillet til rådighed for at kunne gøre noget med de her mennesker, som jeg er her for. Og der kan jeg jo bare se, at det ikke er blevet etableret på de øvrige cafeer. Det er jo et udviklingsprojekt, og vi har lagt vægt på samspil i band, fordi mænd bare ikke tænder på at synge i kor. "Lad os få noget guitar, som vi kan sætte strøm til og skrue op for". Men det har bare ikke været muligt med bands på de andre cafeer. Jeg kunne godt lave noget med kor og trække kvinder til, men de fleste gæster i caféerne er mænd. Det er vigtigt at nå mandegruppen i forhold til projektets formål – at gøre noget i forhold til isolation og ensomhed.

Derfor besluttede vi at skabe rammer for samspilshold på Kafé Kolind og trække folk til fra de andre cafeer for at komme her og spille og for at være med. De får betalt transporten, og jeg sikrede i starten, at de kom af sted. Det har gjort, at dem, jeg har haft kontakt med, er kommet med - og de er her stadigvæk, selv om de skal transportere sig 50 km. Men desværre har caféerne ikke været aktive i projektet. Det er nogle, jeg selv har kontaktet, når vi har været rundt med vores band i de øvrige cafeer.

Det har været vigtigt at skabe en struktur, så de møder op hver gang. Hvordan vi kan bakke op om dem, som er med. Uheldigvis har der ikke været forberedelser af vores besøg, når vi har været ude og spille på de andre caféer. Lederne har ikke motiveret og engageret gæsterne på cafeerne til at være med. De fleste har i stedet brokket sig, hver gang vi er kommet - der har ikke været opbakning.

Jeg har haft kontakt til gæster på de øvrige cafeer, som gerne ville deltage i ugentlige musikaktiviteter på Kafé Kolind. Men lederne har sagt, at ingen af gæsterne duede til projektet, fordi de ikke kunne tage sig sammen til at komme af sted! Der var også fravær af ledere til musikfestivalen, selv om datoen har været kendt i et halvt år, og flere af gæsterne fra de pågældende caféer var med til at spille. Vi har fået deltagerne fra Kafé Kolind til at møde op og fortælle om deres erfaringer med at være med i projektet. Og det tager de helt utroligt alvorligt

og er vokset ved at mærke, at folk har syntes om dem og deres indsats. Jeg tror ikke, at nogen var klar over, hvor stor og fin festivalen ville blive. Jeg tænkte, at vi skulle sørge for en fed dag for alle dem, som kom. Og vi skulle trykke den af, så det fik opmærksomhed rundt omkring i samfundet – også for at rejse nogle penge, så de kan fortsætte med de her aktiviteter. Så jeg aftalte med projektlederen, at dette år skulle være et forsøg, som måske skulle ændres til næste år. Da vi kom tættere på dagen, begyndte det at gå op for dem, at det var en vild ting, de skulle være en del af, og at det ville blive stort. Så blev alle virkelig engageret. Og jeg kunne jo bare mærke, hvordan der har været tykt af hjælpere hver eneste dag og i mange timer. Det har virkelig været med til at ryste folk bedre sammen. Endnu mere teamspirit – det er fantastisk.

Fra musikholdene har flere sagt, at det har været noget af det største i deres liv. De havde aldrig forestillet sig, at de skulle opnå sådan noget. Jeg kunne mærke, at stemningen nede i salen var virkelig god. Folk var sammen til et arrangement – det var det, vi havde håbet at få ud af det. Jeg vidste godt, at det ville blive godt for musikholdene, men jeg kunne ikke styre, hvordan folk ude i salen ville opleve det. Vi har efterfølgende oplevet folk i cafeen snakke om, at det bare var en fed dag.

Vi har brugt meget energi på at finde en måde at beskrive arrangementet uden at stemple folk som udsatte og samtidig signalere, at det her var et særligt arrangement. Derfor overskriften "Musikfestival for mangfoldighed" – det tænkte og snakkede vi meget om. Det var vigtigt at skabe bro i stedet for afstand.

Jeg går altid efter at skabe synlighed, skabe fortællinger – det er hårdt. Det vidste jeg godt, at det ville blive, men de andre lærte undervejs, hvad det kræver. Vi har ved vores foreløbige evaluering af festivalen snakket om, hvor vigtigt det var for fortsættelse af musikprojektet, at der blev så meget omtale af det, som der gjorde. Og vi har brugt langt flere ressourcer end det, som ligger i projektet. Vi har trukket på både mine og andres netværk, lokale netværk osv. Og vi har trukket på alle kræfter blandt cafeens frivillige og øvrige gæster, som er trådt ind som frivillig arbejdskraft i forbindelse med festivalen.

Nogle af kerneopgaverne har vi købt professionel hjælp til. Og vi har købt kendisser ind, som ikke var for dyre. Nogle ting skal bare være i orden.

Folk er helt klar på at lave festival igen til næste år. Festivalen har helt sikkert bidraget til yderligere udvikling af netværk, fællesskab, livsindhold, struktur osv. Vi har oplevet lokale kræfter melde sig med frivillig indsats på en lang række områder.

Projektet er vokset i omfang langt ud over de ressourcer, der er i projektet. Og succes'en har betydet, at fortsættelsen med de tre bands er mere, end der kan klares inden for nuværende rammer af projektet. Det er nødvendigt med tilførsel af flere midler, hvis vi skal fortsætte med samme aktivitetsniveau.

7.3 Perspektiver fra band ét

Daniel spurgte, om jeg ville være med – de manglede en bassist. Jeg synes, det er fedt at komme med, fordi jeg de sidste syv år har været tilknyttet socialpsykiatrien og de samme mennesker. Så det her er også at komme ud af det beskyttede miljø, møde nye mennesker og være med til noget helt andet end det, socialpsykiatrien tilbyder. Det har givet mig rigtig meget, at jeg også kan være med i noget andet – psykiatrien skal jo ikke være hele ens liv. Det

har været en kæmpe oplevelse for mig. Man kommer ud og oplever noget andet, der åbner sig nye døre, andre mennesker – man kommer ud af psykiatrihulen, som er et beskyttet sted.

Jeg gik bare og ventede på, at musikprojektet startede. Det her vil jeg bare rigtig gerne – så meget sang og musik som muligt – det er bare det bedste i mit liv. Man bliver jo helt høj af det – at kunne gøre noget, som gør mig glad. Og det gør det her.

Jeg kommer meget hurtigt til at sætte mig ved fjernsynet eller computeren i stedet for at komme ud blandt andre. Det kan være svært at have overskud til at gøre noget i det hele taget.

Jeg synes, det er rart at se noget, som bygger folk op. Jeg kommer med mine input til det, vi laver sammen – det er rart at være sammen med andre mennesker.

Balladebandet var ude og spille og fortælle om projektet på vores café i Randers. Og så lokkede de mig til at komme med. Vi hørte også om projektet på café Grenå, hvor vi kommer i forvejen.

Opstarten i projektet var lige som en mur, der skulle overvindes. Man skal passe på ikke at have for høje forventninger, for så kan jeg ikke lade være med at dunke mig selv oven i hovedet. Jeg kan ikke altid følge med op på de høje toner. Der sker med alderen – det går ned ad bakke med de høje toner. Det er stemmens aldring og masser af cigaretter og whisky – så kommer man til at lyde som Dean eller Frank!

Det vigtigste ved at være med i projektet har været at møde alle de her dejlige mennesker. Vi oplever fællesskabet her rigtig meget. Det er meget anderledes end på de andre cafeer, hvor vi ellers kommer.

Vi giver den gas med nogle fede ting – koncerter og festival. Det er da fedt at være med til.

Vi kunne godt tænke os, at flere kunne være med i musikaktiviteterne – at vi fik en pianist og nogle flere sangere med. Sikke en energi vores fælles kor i forbindelse med musikfestivalen gav – det var helt vildt. Jeg troede, at jeg ville blive træt efter hele lørdagen med musikfestivalen, men jeg havde så meget energi søndag – jeg kørte videre på adrenalinen. Måske kan vi finde en pianist, når vi kommer ud og optræder. Det kunne også være fedt at komme ud og prøve et rigtigt lydstudie, hvor man kan mixe musikken helt, som man vil.

Efter at jeg er kommet med i musikprojektet, har jeg lært stedet her at kende. Og jeg laver også noget med de andre i min fritid. En hel ny verden har åbnet sig – ikke kun musik men mødet med nye søde mennesker og alle de oplevelser, som de tilbyder. Og al ting er gratis, og kører du, får du kørepenge.

Festivalen skal kortes ned – den varede for lang tid, folk gik hjem. Det skal kortes ned og slutte efter spisningen. Mange har jo været i gang flere timer, inden selve festivalen starter.

Det var fint, at der også var oplæg med Søren Ryge og Lotte Heise, som præsenterede deres måde at bruge musikken på.

Det kunne også være noget stand up – en, der ville gøre det i den gode sags tjeneste.

7.4 Perspektiver fra band to

Inden jeg startede i projektet, havde jeg ikke nogen selvtillid. Jeg har nu fundet ud af, at jeg kan flere ting, end jeg selv havde regnet med. Det har løftet mig op. Jeg synes, jeg er blevet et andet menneske. Det siger min mand også – han kan mærke, at jeg er blevet mere glad. Efter mange år med depressioner har det løftet mig rigtig meget.

Jeg har fået noget meget stærk medicin gennem flere år. Det er jeg stoppet med, samtidig med, at jeg startede med at spille i bandet. Og det har hjulpet mig til at holde mig oppe. Jeg blev fastholdt i en depression, fordi jeg blev overmedicineret gennem 10 år. Da jeg kom ud af det lige så stille, kan jeg nu begynde at få de der sprækker ud igennem det. På den måde er det virkelig godt, at jeg er kommet med i musikprojektet samtidig med, at jeg er trappet ud af medicinen. Det kunne ikke falde på et bedre tidspunkt – det betyder alverden.

Det rækker virkelig langt ud i hele min tilværelse. Jeg har en kæmpe konflikt med min kæreste lige nu. Hvis jeg ikke havde haft musikken, og de venner jeg har her, så ville jeg have reageret anderledes. Jeg ville have søgt en eller anden flugt. Men det her gør, at jeg har fået en tro på mig selv. Jeg kan slet ikke beskrive, hvor stor betydning, det har for mig. Det giver noget indhold, jeg oplever, jeg kan noget, og jeg mærker, at jeg fungerer socialt. Jeg bryder nogle grænser for mig selv og den angst, som jeg har. Jeg kan stille mig op på en scene og gøre mig utrolig sårbar. Men jeg tør godt, fordi der er nogen bag mig, og de falder mig ikke i ryggen. Når jeg stiller mig op og spiller, så tænker jeg også på noget andet. Jeg er bare i det og glemmer noget af min angst.

Jeg nyder det og synes, det er sjovt. Får noget ind, som er godt at arbejde med. På den måde bliver man provokeret og tænker over de mønstre, hvor jeg tænker negative tanker. Det må jeg prøve at vende.

Jeg har været på forskellige tilbud. Og jeg kan personligt mærke, at hvis jeg ikke har et sted, hvor jeg kan udfolde mig kreativt, så mister jeg mig selv. Hver gang jeg kommer ud af noget, så får jeg det værre. Når jeg er med i det kreative fællesskab, så blomstrer jeg. Jeg føler meget direkte, at jeg er underernæret på en eller anden måde, når jeg ikke har den kreative udfoldelse. Jeg kan mærke helt fysisk, at det gør livet nemmere.

Jeg oplever glæde og større tro på mig selv. Få noget feet back fra de andre – jeg kan godt synge. Det giver noget mere styrke og evne til at stå mere fast i sig selv. Vi har et godt fællesskab – vi har det godt med hinanden. Jeg var skide nervøs den dag, vi skulle op og optræde. Og så tænker jeg bagefter – hvorfor var jeg så nervøs? Det var der jo ikke nogen grund til. Det kan godt være, der var rigtig mange mennesker, der hørte på, men de gav jo feet back. Og der var en god stemning. Så vokser man inden i som menneske. Og alle er så søde, og man kan mærke, at alle vil én det godt, når man kommer. Det vokser man også af.

Det, vi har sammen, er også med til at nedbryde de facader, som vi har lært os. Når man er sammen med mennesker, som ikke ved noget om psykiske lidelser, tager man en facade på: Jeg fejler i hvert fald ikke noget. Men her er det let at komme og sige, at jeg har en træls dag i dag og alle ved, hvad det vil sige.

Det her er så vigtigt for mig, at selv om jeg er syg, så vil jeg bare af sted. Jeg har været her hver eneste gang og vil helst ikke svigte. De andre en afhængige af, at man kommer. Hvis både guitaristen og bassisten mangler, så står resten af bandet og kan ingen ting.

Det er måske svært at komme af sted, men man ved, man har det godt bagefter. Det er en følelse, man gerne vil opsøge.

Jeg vil komme til at mangle det ugentlige input, jeg får ved musikken – det er som en ugentlig indsprøjtning. Det kommer man til at savne.

Og at man betyder noget for nogen.

Jeg tror, man vil kunne måle øget lykkehormon i hjernen.

Det havde været bedre, hvis jeg fra starten havde haft et tilbud som det her i stedet for de behandlingsforløb, jeg har været i. Eller noget andet som jeg kunne gøre, som kunne være godt for mig. I stedet for at sidde og snakke om, hvad min mor her gjort forkert i min barndom. Vi får nogle succesoplevelser. Vi kommer ud, og vi spiller for folk – det er mega sejt at stå der. Wow – nu har vi lige spillet for en masse mennesker – det er en virkelig rar følelse.

Opstarten i bandet var skræmmende. Jeg var meget usikker i starten, hvordan skal man lige opføre sig? Jeg var så heldig at være på det rette sted på det rette tidspunkt. Jeg havde en kammerat, som jeg snakkede med, som tog mig med ned i cafe Grenå, hvor jeg hørte om musikprojektet. Og det kunne jeg godt tænke mig, for jeg har altid godt kunnet lide at spille og synge. Så var jeg med til et møde her og kom med i projektet.

Vi har jo startet på lidt forskellige tidspunkter i projektet. Jeg har altid haft det sådan, at jeg skulle være god til noget allerede inden, jeg begynder på noget, og jeg føler, at jeg aldrig er god nok. Og det var en ret stor provokation at skulle sætte sig ned med noget, man overhovedet ikke kunne finde ud af. Men Daniel er bare enormt god til at få én til at slappe af. Man var da lidt beklemmt i starten, de fleste af os kendte ikke hinanden i forvejen, men det kom vi ret hurtigt til. Og vi har i dag også venskaber, som foregår uden for musikken. Daniel lagde jo ud med, at vi skulle i gang med at øve, for om to måneder skulle vi ud og spille på de øvrige cafeer, som er med i projektet. Og vi tænkte, at manden må da være kugleskør. Vi sidder her og har aldrig været med i et band, og der er stort set ingen, der har haft et instrument i hånden. For at nå at lære det, vi skulle, mødtes vi også uden for de ugentlige spilletider for at øve os.

Det er vigtigt, at er noget som det her, der hiver mig ud hjemmefra. Ellers sker der ikke så meget, selv om jeg har en håndfuld instrumenter derhjemme. Jeg har brug for en, der holder styr på det for mig. Jeg har faktisk været i et lignende band før, men jeg gør det ikke på egen hånd. Jeg blev samlet op i det her for to måneder siden under min praktik i caféen i Viby. Her kom de fra Kafé Kolind og introducerede mig til musikprojektet. Og Daniel spurgte, om jeg kunne tænke mig at være med, og han inviterede mig herud for at se og høre, hvordan det foregik. Det var virkelig hårdt at trække mig op. Jeg snakkede med en veninde, som sagde, at "det gør du bare - det her". Så jeg tager letbanen 1½ time hver vej. Men turen giver mig også noget – jeg sidder stille og roligt og skriver og læser på turen frem og tilbage. Det får jeg ikke gjort, når jeg går derhjemme.

Jeg kan mærke, at jeg udvikler mig og bliver bedre til at spille på mine instrumenter og have det som fokus. Vi øver sammen – vi bor tæt på hinanden og øver stort set hver dag og nogle dage flere gange. Vi har indrettet et lille studie, hvor vi sidder og spiller. Vi er blevet helt afhængige af det. Vi har alle sammen altid haft en drøm om at spille men har ikke rigtig turdet pga. angst: at skulle af sted alene til undervisning og at sidde alene sammen med underviser osv. Jeg kan se nu, at musikken for mig også handler meget om det fælles, vi skaber sammen.

At det skal gå op i en højere enhed. Vi kan bare mærke energien, når vi får det hele til at spille sammen. Man får et boost, når det sidder lige i skabet. Det er som at få en eller anden indsprøjtning. Jeg er startet på sangundervisning ved siden af musikprojektet for at blive bedre til at synge - solundervisning via musikskolen. Jeg startede i onsdags og har fået en både sød og dygtig underviser.

De optagelser, der er lavet fra vores optræden på festivalen, har jeg set masser af gange. Jeg bliver helt høj og meget rørt over, hvor gode vi er blevet. Føler mig vildt sejt – det er vildt, at have opnået det. Tænk at det er mig, der står der. Og alle de andre også. Og vi er kun lige begyndt – vi har kun set toppen af det, vi helt sikkert kan. Der er virkelig et forventningspres.

Valget af genre er forskelligt fra band til band og sammensættes ud fra de instrumenter, sangere og det niveau, vi er på i bandet. Vi har alle startet med Stand by me, det er et nummer, som vi er ret sikre på at kunne. Vi lærer undervejs, hvordan nummeret skal fremføres. Vi vil sikkert frem over være med til at vælge, hvilke numre vi skal spille.

Vi ved jo godt, at sideløbende med vores musikaktiviteter må projektledelsen og Daniel kæmpe med økonomien for at få råd til at køre det. Og vi kun ved et år frem, om projektet fortsætter. Det er jo ikke smart at gå og tænke på, når man er i en sårbar situation.

Vi gør rigtig meget for at fortælle om vores oplevelser med musikken og det fællesskab, vi har omkring det. Vi medvirker ved forskellige arrangementer lokalt og ved større events eks. Sindets dag i DOKK 1. Vi stiller op over for forskellige medier både lokalt og landsdækkende, og vi formidler hele tiden på Facebook, hjemmesider m.m. Det er fedt, at nogen vil høre om vores arbejde. Det er dejligt, at folk bakker op om vores arbejde.

Der er rigtig mange, som ikke forstår, hvad det vil sige at være "udsat". Hvorfor tager man sig ikke bare sammen? Men det kan man ikke – hvis man kunne, gjorde man det. Det er jo ikke fedt at have det på den måde. Mine forældre har haft svært ved at forstå, hvem jeg er sammen med her. Men efter at de oplevede os på festivalen, har de fået et helt andet billede af det. De kan se, at vi løfter hinanden op.

For os, der lever i det og med det, bliver det nemmere og nemmere at forklare, hvad det betyder for ens hverdag. Min sagsbehandler støtter mig i at deltage i det her, fordi hun kan mærke, at det giver mig et boost til at komme videre med mit liv – måske til at komme ud på arbejdsmarkedet. Jeg skal i praktik i en børnehave og kan bruge det til at synge og spille sammen med børnene. Det kan jo give noget helt andet til børnene – og til mig.

Vi benytter også vores fællesskab her i helt andre sammenhænge. Jeg havde en hest, som blev syg, og jeg ringede til Katja, som fik fat i en, som kunne komme og hjælpe mig. Og sådan er der flere situationer, hvor man har nogen, man kan kontakte. Måske kan de ikke løse problemet, men man kan snakke med nogen om det.

Jeg oplever, at jeg er begyndt at heles indvendig. Det har jeg ikke mærket før. Jeg har bare oplevet, at jeg fik en diagnose, blev puttet i en bestemt kasse og fik noget medicin. Og hvis ikke man var syg i hovedet, så bliver man det, når man møder behandlersystemet. Men det her bliver man rask af – det er helt 100 % sikkert. Det kan være rigtig svært at opnå den forståelse hos mennesker, som ikke har prøvet at stå i den situation. Du er nødt til at selv at have stået i lignende situationer. Og du behøver ikke forklare så meget – vi kan både se og mærke, når en har en dårlig dag.

Det er fælles for alle her, at de har været igennem en kamp med sig selv, været i kamp med kommunen og i kamp med folk, som ikke forstår. Og så er det rigtig rart at møde mennesker, som forstår den kamp.

Her har vi alle sammen vores at slås med, men det er ikke det, der er i fokus. Vi laver noget andet sammen – det er rigtig fedt. Og man får styrket det med, at man faktisk godt kan noget. Man er ikke bare et spildprodukt, man kan jo noget. Være noget i et projekt i forhold til andre mennesker – det giver en anden følelse.

Man er mere end sin udsathed eller sin psykiske sygdom – det kan meget let blive ens identitet. Hvad laver du så? Jeg kan ikke arbejde – nå, er du sådan én! Så har man fået et stempel.

Da jeg skulle herved i dag, spurgte en taxachauffør, hvad jeg skulle her i dag. Jeg fortalte, at jeg skulle ud og synge med mit band. Ja, det er sådan et socialt projekt, jeg er med i. Og så kunne jeg bare mærke, at stemningen i bilen ændrede sig. Jeg skulle ikke have puttet det med det sociale ind. Jeg blev helt tung om hjertet.

Men hvis jeg visker tavlen ren og siger, at jeg er musiker, så snupper de jo min pension – ha, ha, ha!

Jeg spillede til en musikfestival for 400 mennesker i lørdags, og det var faktisk meget rart. Og hvis man ser et band, der elsker at spille sammen, så kan publikum mærke det. Så det er vigtigt, hvordan man har det med hinanden på scenen. Og det er faktisk fedt, uanset hvor mange der lytter.

Jeg vil gerne bidrage til at nedbryde tabu om psykisk sårbarhed og udsathed – at det er en del af livet. Og at man sagtens kan lave noget andet, som vi selv er stolte af at lave. At der kommer folk og filmer det, og at filmene ligger på YouTube – det er da mega fedt. Vi er nogen, der kan noget.

7.5 Perspektiver fra band tre

Før vi startede i projektet, havde jeg gået arbejdsløs rigtig længe og boede alene – hold kæft det var kedeligt. Så startede jeg med musikken og lærte alle de her skønne mennesker at kende. Nogen af os kendte hinanden i forvejen her fra caféen. Daniel spurgte, om jeg ville være med, og det sagde jeg ja til. Og det har jeg ikke fortrudt.

Vi har øvet og øvet, og Daniel bliver ved med at komme med nye sange, så det kører bare. Så det er bare gået slag i slag, og nu har vi også lige haft musikfestival. Med bands og kæmpe kor. Og 450 mennesker – det gik bare rigtig godt.

Vi startede i det små stille og roligt og kom mere og mere ind i det. Så vi kan mere og mere. Nu får vi alle sange med noder øverst og teksten nedenunder, så man kan se, hvad man skal spille. Og så skal man bare øve sig, så kommer det. Vi øver hver tirsdag og så hænger der mere og mere ved.

Jeg er glad for at gå til musik – for at sige det lige ud. Og det går godt med at synge.

Jeg kan mærke, at jeg er usikker på at skulle optræde over for andre. Men nu kender jeg de andre, og vi har et godt sammenhold – det skal nok gå. Man kan kigge på teksten, ned i gulvet eller bare på én bestemt, så glemmer man alle de andre.

Når man har prøvet det nogle gange, vænner man sig til det og kommer til at nyde, når folk klapper og hepper på en. Det er da også lidt spændende at spille for andre. Det er sjovt, og man bliver kendt. Jeg var lige oppe og købe et par nye sko og hende, der stod i butikken, sagde: "det er jo dig fra Kafé Kolind Balladeband". Hold kæft det lød godt – bliv ved med det. Så går man ud af butikken og føler sig let på tå.

Jeg startede i bandet med at spille bas, men så hørte Daniel mig synge og sagde: Du skal da også synge. Så fik jeg lige en sang mere, og jeg har lært at synge med min "kuffert" og så bare give den fuld gas. Det kørte bare perfekt. Jeg plejer ellers at gå i stå, fordi jeg har dårlige erfaringer fra min skolegang, men det har jeg lært at overvinde, når jeg står og synger. Jeg står ved siden af Jens, når vi synger og så går det bare derudad. Vores stemmer kan vi godt gøre ens – så kan man ikke høre, hvem der falder ud!!

Og det er dejligt at møde op til musik hver tirsdag, og så går man ind, hvor der er kendte ansigter hele vejen rundt. Så føler man, at det er bare super. Det er vores familie – vi kender hinanden rigtig godt. Jeg glæder mig hver gang.

Til musikfestivalen gik der lidt koks i det – jeg fandt ud af, at jeg var nervøs, da jeg kom op på scenen. Jeg plejer godt at kunne melodien, men det kunne jeg så ikke lige den dag. Men jeg bruger bare Peter, og så kom jeg i gang igen. Men så sagde han, at jeg ikke måtte holde op med at spille, for han lytter også til mig. Vi bruger hinanden rigtig meget, og Daniel giver os tegn, så vi ved, hvor vi er.

Det er noget der er kommet – det er kommet af sig selv. Det er som om, at musikken fletter os sammen til en helhed. Vi er mange på vores hold, så er vi gode til at lytte til hinanden. Daniel finder ud af, hvad vi er gode til hver især, og så øver vi os i det.

Jeg har købt min egen basguitar, så jeg også kan sidde derhjemme og øve mig. Den er akustisk, og det giver en hel anden lyd end den elektriske, vi har i bandet.

Og nu har vi fået Frits med også, og han er professionel musiker. Og så spurgte jeg ham, hvordan han gjorde det ene og det andet. Så fandt jeg ud af, at han spiller melodien, og så improviserer han selv, så det kommer til at lyde endnu bedre. Og så begyndte jeg at øve flere ting. Jeg var meget nervøs, og så begyndte jeg at spille tøset, men så kiggede Daniel på mig. Og så gav jeg den bare gas og hold da op - det lød godt. Så skal man bare huske at skrive det ned, når noget lyder godt, så man kan huske det. Man lærer det også ved at lytte, og når man kan høre det, så bliver man bare rigtig god. Men det er hårdt, fordi vi stadig er meget nye i det. Det vigtigste ved at være med i projektet er sammenholdet og oplevelserne. Og når man går herfra, så har man det bare rigtig godt – man er blevet helt ladet op og kan klare hele verden. Man kan bruge musikken til mange ting. Hvis du er trist, så spiller du – er du sur, så spiller du. På den måde kan du jage tingene væk. Jeg snakkede med en trommeslager ved musikfestivalen, som også sagde: du kan bruge musikken til alt, hvis du selv vil.

I starten var vi kun Kafé Kolind Balladeband, og det var lidt underligt, da de andre bands begyndte, og de pillede ved "vores" instrumenter. Men nu er vi sammen om musikprojektet alle sammen, og vi følger hinanden og er sammen om musikken. Vi øver hver for sig, men deler vores oplevelser på tværs. Vi hygger os, når vi er ude og spille. Bare det at pakke ud og stille op – vi ved alle sammen, hvad vi skal lave hver især. Opgaverne er fordelt mellem os for at få det hele op at køre. Vi ved, hvor tingene skal stå, og vi har nogle faste opgaver alle sammen, så vi alle ved, hvad vi skal.

Vi har snakket om, at vi mangler en stor lukket trailer til transport af vores instrumenter og udstyr. Og så kan vi have reklamer på siden, så man kan se, at det er os, der kommer. Vi kan sagtens selv gøre den i stand, så den kan bruges. Det er et af vores store ønsker, men det er lidt længere ude i fremtiden, hvis det her fortsætter.

Vi har fået lavet nogle små visitkort, som vi deler ud, når vi er ude at spille. På den måde håber vi, at vi kommer mere og mere ud at spille. Vi spiller i kirkerne rundt omkring og kunne også spille på plejehjemmene og andre steder. Det lyder fantastisk, når vi spiller i kirkerne. Vi var med på en sommerlejr for børn, hvor vi spillede og sang sammen om aftenen – det var en kæmpe oplevelse. Til festivalen havde vi professionelle lydanlæg – hold da op de kunne spille det op.

Vi har haft lidt problemer med dem, som bor i lejlighederne oven over Kafé Kolind. Men nu går vi rundt med sedler, snakker med dem og inviterer dem med, når vi holder koncerter og Mad og musik aften. Det har hjulpet, at de møder os og synes, at vi er nogle søde og rare mennesker. Hvis vi møder nogen, som interesserer sig for vores musik, så fortæller vi om det, vi laver. Folk synes, det lyder spændende, og mange vil gerne komme og høre os spille. Vi mærker, at folk kender vores musik. Vi vil gerne have flere til at komme her og høre det, vi laver. Men der kommer mange til vores arrangementer.

Og musikfestivalen har jo været både i TV2, radio, aviser, Facebook, hjemmesider osv. Der var også nogle forskere fra Portugal, som var der for at høre vores musik og spørge os, hvad vi fik ud af at være med.

7.6 Perspektiver fra frivillige rekrutteret blandt brugere af Kafé Kolind

Vi hørte om festivalen her på Kafé Kolind og spurgte, om vi kunne hjælpe til. Jeg stod og solgte sodavand de første 2 timer og blev derefter afløst af Arne.

Det var godt arrangeret med alle de opgaver, man kunne byde ind på. Helle og Bente havde lavet en god plan for det hele. Og de havde hver sit område – Bente var leder af opstillingsholdet, og Helle var leder af køkkenholdet.

Jeg var nede og hjælpe med at stille stole og borde op sammen med Helle og hendes familie
Og hjalp også med at rydde op bagefter.

Der er nogen af os, der har mere at slås med end andre, men sådan er det jo med det hele hernede i cafeen. Der bliver jo taget hensyn til alle de ting vi har i bagagen. Vi hjælper hinanden med det, vi kan.

Vi følger jo nogenlunde med i, hvad de spiller og hører deres forskellige sange. Der er mange lyde, og de er i hvert fald ret gode. Man skulle tro, at de aldrig havde lavet andet. Og mange af dem har ikke prøvet det før. Nogen har aldrig haft et instrument i hånden. Det er da fantastisk. Det spreder god stemning til hele cafeen, når de spiller, og døren til musiklokalet står åbent. Der er rigtig godt.

Og flere og flere er også begyndt at synge. Vi er utroligt stolte af, at caféen har fået sådanne bands op at stå og over det samarbejde, det giver.

Når vi har musik og mad her i huset, kommer der også folk udefra. Salen herinde plejer at være propfyldt, og der er god opbakning. Vi har spillet nogle gange her i huset, og de har spillet i Aarhus og i Randers – der har vi også været med. Også da de spillede i kirken – det var en stor succes. Alle var så glade – de havde så meget godt at sige. Lille hyggelig kirke og mange flere end der plejer at være i kirken, så det var meget anderledes...

Til festivalen var der mange her fra Kolind, men der var også mange udefra. Der kom en hel bus fra Odense.

Og der kom også en bus ude fra Rosmus. Der var 4-500 – der var rigtig mange. De har allerede snakket om, at der skal være festival igen til næste år.

De har også skrevet om det i ugeavisen – det spreder sig mere og mere. Vi går jo rundt og fortæller om det alle steder, bla, bla, bla – flere og flere hører om det. Og fortæller om det både i ugeavisen og på Facebook.

Musik betyder meget. Hvis man går og er ked af det, kan det løsne op for nogle ting. Et par af pigerne med spisevægring har helt sikkert fået det meget bedre af at være med. De er holdt med at tage medicin. Og folk holder jo også op med alkohol og stoffer, når de er med til det her – vi er jo et alkoholfrit sted. Det betyder også noget at se, at man godt kan feste uden alkohol.

Jeg synes også, det er fint, at der er behov for alle – at vi alle kan bidrage med noget. Det er så godt. Der er jo nok af opgaver og lave her.

Det betyder rigtig meget, at vi har caféen som mødested. Vi hjælper med opgaverne Og vi har omsorg for hinanden. Hvis der er en, der ikke har det så godt, så spørger vi til hinanden – vi tænker meget på hinanden. Vi vil gøre alt det, vi kan, så stedet også kan fortsætte med at eksistere – at vi bakker op om det.

Det er jo også rart, at der er flere musikbands – det kunne måske godt blive lidt træls, hvis vi skulle se og høre på de samme hele tiden. Nu er der lidt forskelligt – der er lidt at vælge mellem. De lyder forskelligt. Jeg tror sagtens, vi kunne få flere med til at synge, hvis der var plads til det. Det er smittende og giver folk lyst til at være med. Vi kunne godt lave fælles morgensang – ligesom på højskolerne.

De prøvede også noget nyt til musikfestivalen. De havde stillet en masse mikrofoner op og så sang de alle sammen kor. De lavede fuldstændig op og dansede. Og Daniel stod også på scenen og dirigerede dem – man kunne virkelig se, hvordan de lyste op. De var helt vilde med det. Jeg håber ikke, at Daniel stopper – det bliver svært at finde en, som er ligeså god som ham. Musikfestivalen var helt fantastisk. Så mange mennesker og sådan en god stemning. Og folk var bare så venlige – det oplevede jeg i hvert fald. Jeg stod oppe ved baren, og de var så søde alle sammen. Vi fik så meget tilbage ved at give en lille hjælpende hånd.

Programmet blandede musik og bands udefra, musik fra Kafé Kolinds tre bands og endelig to oplæg om andre måder at bruge musikken. Det var med til at skabe en god stemning.

Det var også noget godt mad vi fik – det hele var bare så godt. Mange har været imponeret over, at Kafé Kolind kunne stille så stort et arrangement an. Det er jo fordi, vi hjælpes ad, ellers ville det jo ikke kunne lade sig gøre. Der var også mange med til at hjælpe til i køkkenet.

Men der er også nogle ting, som bliver lavet om til næste år. Vi fandt ud af, at tidspunkterne skal være lidt anderledes. Det blev for sent om aftenen, inden det sluttede. Og vi vil åbne dørene tidligere på dagen.

For mange var taget hjem, da de sidste to band gik på scenen – og vi skal ikke gå i gang med at rydde op, inden alle er færdige. Det var synd, at der var madbuffet, mens Søren Ryge holdt sit oplæg – det skal ikke ske igen. Og når folk har fået deres mad, så er de klar til at tage hjem - det var synd for de sidste to bands.

Der var jo nogen, som kom helt fra Fyn og de kunne jo først være hjemme ved midnatstid, når det blev så sent.

Vi skal også være gode til at fortælle optrædende udefra, hvad det er for et arrangement, og hvordan vi omgås hinanden. De skal ligesom passe ind i vores ide om mangfoldighed. Vi er vant til at sige hej og give hinanden et kram og passe på hinanden her. Det skal også helst afspejle sig i dem, som kommer udefra og optræder. Vi skal jo passe på hinanden.

Jeg kunne godt lide, at alle fik mulighed for at være med og give en hjælpende hånd. Der var mange ting, som skulle klares, så der var noget, alle kunne bidrage med. Det var fantastisk – både på selve dagen og i forberedelserne inden dagen. Det var for eksempel at hjælpe med at skrælle kartofler, hakke pølser i stykker osv. Og vi stod og hyggede os sammen, mens vi lavede det. Det var fantastisk, at der var tænkt på det også.

Alle de ting vi lavede sammen, var jo også med til at lægge stemningen for festivalen – der kom jo folk alle steder fra. Vi har fået mange positive tilbagemeldinger, og folk kommer igen næste år.

Det var jo også fint, at vi kunne være lige omme i Byhallen, som ligger tæt på. Det har været med til at give et andet billede af Kafé Kolind – at vi er sådan et sted, der kan lave den slags i Kolind. Det kan jeg godt lide.

Det er dejligt, at der kom så mange andre udefra, så vi kommer til at snakke med andre og få nogle andre input. Vi kunne godt invitere flere samarbejdspartnere, som er i berøring med andre målgrupper. Der er mange, der kan have glæde af musikken.

Det kunne også være nogle steder, som arbejder med medier, som f.eks. medielinjen på PGU – de kunne komme og lave noget ved de andre arrangementer.

Kafe Kolind er et lille mekka, hvor vi har det skidegodt sammen og laver en masse ting sammen. Uanset hvor vi kommer fra, og hvad vi kommer med. her kan vi bare være, som vi er. Vi har en rigtig god anti-mobbepolitik – alle snakker med alle. Ingen er forkerte og alle kan bidrage med noget.

8.0 Analyse, pointer og læringspunkter

Følgende afsnit sammenfatter analyse, pointer og læringspunkter på baggrund af evaluators dataindsamlinger.

Evalueringen sker på baggrund af data vedr. følgende:

Projektets succeskriterier

Projektets succeskriterier er, at socialt udsatte oplever øget mental sundhed ved:

- At opleve at have det godt
- At være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet
- At kunne klare dagligdagens gøremål
- At indgå i og være medskaber af sociale relationer
- At kunne håndtere dagligdagens udfordringer – store som små

Effekter

Projekt Musik til fremme af mental sundhed bliver den indsats som gør:

65% stigende til 85% af deltagerne oplever øget socialt samvær
60 % stigende til 75% af deltagerne oplever at blive socialt selvhjulpen

Målet er at 400 socialt udsatte forventes at deltage i projektets aktiviteter i løbet af projektperioden.

Formidling

Projektets udviklingsaktiviteter omfatter fire sociale cafeer/væresteder og med inddragelse af socialt udsatte i projektets konkrete musikudøvelse.

Øvrige gæster og frivillige i de fire sociale cafeer/væresteder inviteres til projektets musikarrangementer på tværs af de fire cafeer/væresteder hvert kvartal.

Projektet afholder årligt musikfestival som udbydes bredt til sociale cafeer/væresteder i regi af KFUM Sociale Arbejde i Danmark m.fl.

Evaluator vurderer på baggrund af data at:

1. Deltagere i projektet omfatter målgruppe med lav mental trivsel
 - Psykiske lidelser, psykisk sårbarhed
 - Manglende overskud og stressbelastninger
 - Social isolation og ensomhed
 - Manglende struktur og uhensigtsmæssig døgnrytme
 - Ringe søvn, usunde kost- og motionsvaner
 - Manglende motivation og energi til daglige gøremål i hjemmet
 - Belastende eller svage sociale netværk, familierelationer
2. 30 ud af 37 deltagere i ugentlige musikaktiviteter oplever øget mental sundhed målt på ovenstående indikatorer efter opstart i projektet. Alle 37 deltagere, som er startet i projektet, har bevaret deres tilknytning til projektet – 7 er midlertidigt fraværende pga. sygdom eller andre belastninger

3. Deltagere i ugentlige musikaktiviteter udtrykker følgende:
 - At opleve at have det godt
 - At være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet
 - At kunne klare dagligdagens gøremål
 - At indgå i og være medskaber af sociale relationer
 - At kunne håndtere dagligdagens udfordringer – store som små
4. Deltagere i ugentlige musikaktiviteter oplever sig som en del af fællesskabet og at udvikle sig personligt, socialt og opnå nye kompetencer
5. Deltagere i ugentlige musikaktiviteter oplever at have værdi for andre, være mere end deres "udsathed", føler sig anerkendt.
6. Musikaktiviteterne skaber rammer, strukturer og rutiner for forpligtende arbejdsfællesskab, identitetsudvikling og nyt selvbillede.
7. Musikaktiviteterne skaber øvebaner for læring og udvikling af normer, adfærd og sociale færdigheder
8. Ovenstående anvendelse og udbytte af musikaktiviteter til fremme af mental sundhed for mennesker i udsatte livssituationer forudsætter stærk musikfaglighed kombineret med stærke pædagogiske kompetencer og pædagogisk ledelse
9. Musikaktiviteterne skaber stolthed og deltagelse på tværs af deltagere i projektets musikaktiviteter og øvrige brugere af Kafe Kolind
10. Musikaktiviteterne skaber mening og motivation samt grundlag for rekruttering af frivillige blandt øvrige brugere af Kafe Kolind
11. Ovenstående deltagelse i musikaktiviteterne forudsætter understøttende kultur, tradition, ledelse, medarbejdere og frivillige på værestedet
12. Projektets musikbands skaber synlighed og bidrager til mangfoldighed gennem koncerter i lokale kirker, ved konferencer og arrangementer med gæster udefra i Kafe Kolind
13. Musikfestival for mangfoldighed skaber rammer for bred deltagelse af brugere af sociale væresteder fra det meste af landet, brugere af andre sociale tilbud, samarbejdspartnere i Kafe Kolind, netværk og familiemedlemmer til brugere af væresteder m.fl.
14. Projektets kommunikations, og formidlingsstrategi har udmøntet sig i en bred vifte af formidlingsaktiviteter, brug af bred vifte af formidlingskanaler, har involveret en lang række projektinterne, lokale, regionale og nationale formidlingsaktører
15. Projektet har opnået positive tilkendegivelser, økonomiske og materielle donationer, goodwill og medspillere til forankring af projektet
16. Projektet viser et potentiale for mangfoldighedsledelse og rekruttering samt øget deltagelse blandt brugere af sociale væresteder

