

Baggrundsviden fra Forebyggelsesteamet til forløbet:

- **At gøre en god gerning**

Frivillighed som genvej til trivsel

Der er i stigende grad fokus på børn, unge og frivillighed, både nationalt, kommunalt og helt ind i de enkelte skoler og institutioner. Men hvad skyldes det - og hvad er i det hele taget formålet med at beskæftige sig med dette emne i skoleregi?

I bund og grund handler det om alt det, frivillighed har vist sig at tilføre børn og unges udvikling. Færdigheder, der har betydning både for deres skolegang deres fremtidige liv. Fra de helt basale færdigheder som høflighed og hjælpsomhed til grundlæggende faktorer som selvværd og ansvarlighed.

Når børn deltager i frivilligt arbejde, bliver de en del af et fællesskab, hvor de får mulighed for at møde nye venner og skabe gode relationer. De får med andre ord styrket deres sociale netværk allerede tidligt i livet, og de bliver foræret en ekstra arena, der kan fremme deres følelse af at høre til. De lærer at tage ansvar og gøre ting selv. Det fremmer deres selvstændighed, deres selvværd og selvtillid og følelsen af, at også de kan gøre en forskel i såvel deres eget som andres liv.

Fokus på frivilligt arbejde giver børn og unge en bedre forståelse for, hvordan samfundet fungerer, og hvorfor det er vigtigt at hjælpe hinanden. De lærer om forskellige organisationer og projekter, der arbejder for at gøre verden til et bedre sted, og de får indsigt i, hvordan de selv kan være med til at hjælpe.

Studier har vist, at børn, der hjælper andre, ofte klarer sig bedre i skolen. De lærer at arbejde, være flittige, og de får en tidlig indsigt i, at deres indsats betyder noget. Børn og unge med frivilligt arbejde har lavere risiko for at komme i problemer. De lærer at tage ansvar og udvikler en stærkere moral, de lærer at klare udfordringer og føler sig kompetente.

Det siger forskningen

“Frivilligt arbejde kan styrke unges sociale færdigheder og trivsel. Unge, der deltager i frivillige aktiviteter, oplever ofte øget selvværd og bedre relationer til deres jævnaldrende.” (CeFU)

“Frivillighed kan bidrage til unges personlige udvikling ved at give dem mulighed for at tage ansvar og engagere sig i meningsfulde aktiviteter.” (CeFU)

“Frivilligt arbejde kan forbedre børns og unges mentale sundhed ved at give dem en følelse af formål og tilhørsforhold. Dette kan reducere stress og angst.” (ABC for mental sundhed)

“Frivillighed kan også styrke børns og unges sociale netværk og fællesskabsfølelse, hvilket kan føre til bedre trivsel og inklusion i skolen.” (Trygfonden)

“Frivilligt arbejde kan forbedre unges akademiske præstationer og engagement i skolen. Elever, der deltager i frivillige aktiviteter, viser ofte højere motivation og bedre skolegang.” (VIVE)

“Frivillighed kan bidrage til at skabe et stærkere og mere sammenhængende skolemiljø ved at fremme samarbejde og fællesskab blandt eleverne.” (VIVE)

Har du uddybende spørgsmål eller brug for hjælp i forbindelse med frivillighedsforløbene, er du altid velkommen til at kontakte mig. Rigtig god arbejdslyst.

Gitte Daugbjerg Andersen, koordinator, frivillighed, Forebyggelsesteamet
gda@viborg.dk