

Kampen mod ensomhed skal også foregå online

Mange danskere rammes af ensomhed. Videosamtaler kan udvide borgernes sociale liv og skabe øget livskvalitet for deltagerne. Connec står bag Online Befriender – et univers for meningsfulde videosamtaler mellem frivillige og borgere med ønske og lyst til flere sociale relationer. Online Befriender har bl.a. vist sit værd under corona, hvor mange ældre på plejehjem har følt sig isolerede og ensomme.



Bekæmper og forebygger ensomhed

Cirka 12 pct af danskerne rammes af alvorlig ensomhed. Ifølge sundhedsstyrelsens opgørelse koster ensomhed hvert år samfundet over 10 milliarder. Netop ensomhedens alvor og omfang fik Flemming Munch til at kaste sig over projektet om at bekæmpe og forebygge ensomhed og grundlagde derfor connec i 2016. I kampen mod ensomhed leverer connec innovative løsninger til kommunerne i krydsfeltet mellem sociale platforme, frivilligt arbejde og offentlige myndigheder.

En af disse løsninger er Online Befriender, som henvender sig til alle aldersgrupper. Selvom ensomhed længe har været et centralt emne på ældreområdet, så er problemet aktuelt over alt fortæller Flemming Munch: ”Ensomhed er en tilstand, der kan ramme alle. Nogle rammes hårdere end andre. Lidt ligesom corona, så rammes seniorerne især. Men

de 16-30 årige er den næst mest ramte gruppe”. Som altid er det de i forvejen udsatte, der rammes hårdest”.

Online Befriender tackler ensomheden effektivt

Online Befriender baserer sig først og fremmest på et videnskabeligt afsæt. Forskning viser nemlig, at social kontakt er fundamental for sundhed og mentalt helbred. Online Befriender har dog en praksisnær tilgang, hvor der via videosamtaler skabes social kontakt mellem ensomme borgere og frivillige. Samtalerne kan foregå døgnet rundt, og da borgerne og de frivillige kobles på via fælles interesser, skabes der rum for meningsfulde og givende samtaler. Inden de frivillige taler med borgerne gennemgår de en onlineuddannelse og certificering, der er udviklet af connec's team af psykologer med chefspsykolog Steen Guldager i spidsen.

Det essentielle ved samtalerne er, at de foregår i øjenhøjde og fokuserer på ”jævnbyrdighed og normalitet”. Samtalerne er baseret på frivillighed, modsat samtaler mellem borgeren og fx en kommunal medarbejder. Flemming Munch beskriver distinktionen mellem de to typer samtaler således:

”Vi skal huske, at selvom vi har et omfattende velfærdssystem, så hverken kan eller skal kommunen være din bedste ven. Man bliver nemlig ikke mindre ensom af, at en kommunal sagsbehandler ringer en gang om ugen. Samtalen er anderledes terapeutisk, når den man taler med ikke får løn for at gøre det.”

Videosamtalerne på Online Befriender er en billig medicin mod ensomhed. For at opnå den fulde effekt forudsætter det selvfølgelig, at mange kommuner implementerer og faciliterer løsningen, der også er under implementering i Australien, USA og England.

Private løsninger skal supplere det offentlige arbejde, ikke erstatte

Siden connec's kunder i Danmark overvejende er kommuner, men også pensionskasser og forsikringsselskaber, understreger Flemming Munch, at Online Befriender skal ses som et supplement til det offentlige arbejde og ikke som en erstatning eller en konkurrent. Ensomhed er et omfattende problem, som connec kan medvirke til at løse. Flemming Munch understreger, hvordan kommunens helt centrale opgave er, at have den nødvendige viden om problemet med ensomhed og dernæst se på, hvilke løsningsmuligheder, der kan igangsættes.

Kommunerne skal acceptere, at de hverken kan eller bør stå for det hele, men at de har muligheden for at skubbe initiativer i gang og facilitere dem. På denne måde sikres der en grundlæggende kvalitet, effektivitet og økonomi i kommunerne samtidig med, at den bagvedliggende kommunale filosofi bevares *Flemming Munch, direktør og medstifter*

Ser man på ensomhedens store årlige omkostninger for samfundet, er Online Befriender en beskeden udgift med store perspektiver. Løsningen er nemlig både nem at

implementere, fuld skalerbar og har lave driftsomkostninger. De lave omkostninger skyldes hovedsageligt aktiveringen af civilsamfundet; samtalen forgår med frivillige.

Status, potentiale og fremtid

Online Befriender startede reelt, efter ca. 3 års udviklings- og testarbejde, i januar 2020, og allerede nu har en række kommuner implementeret løsningen. Herunder Kolding Kommune, hvor også Attendo Vonsildhave Plejecenter har taget løsningen aktivt i brug. Online Befriender har bl.a. vist sit værd under corona, hvor mange ældre på plejehjem har følt sig isolerede og ensomme.

Der er allerede indgået 7 kommunale aftaler og flere er på vej, men konceptet har potentiale til at blive langt større fortæller connec's direktør og medstifter Flemming Munch.

Under corona viste Online Befriender sig at være behjælpelig i en anden kontekst grundet dens nemme implementering. Da muligheden for fysiske møder var begrænset under corona, så manglede Kolding Kommune en måde at kommunikere med borgerne. Derfor spurgte de, om denne online samtaleløsning ikke også kunne anvendes i samtalen mellem den kommunale medarbejder og borgeren. Og det kunne den. Selvom dette ikke var det oprindelige udgangspunkt for Online Befriender, så beviser dens lette implementering og brugervenlighed, hvordan løsningen er et oplagt værktøj at tage i brug.

Online Befrienders fremtid forventes i stor udstrækning at have internationale perspektiver. Bemærk den engelske titel: Online Befriender. Ensomhed er nemlig et globalt problem med epidemisk niveau i England, Australien og USA. Allerede nu har flere endog meget store amerikanske selskaber indenfor "welfare sektoren" ønsket at byde på connec, bl.a. fordi konceptet ses som værende skabt i den skandinaviske ånd, der er meget populær i brede kredse. Flemming Munch fortæller hvordan, man netop nu er i gang med at sætte de første pilot projekter i gang i både England, Australien og USA.

I Danmark henvender Online Befriender sig til kommuner, der ønsker at gå nye digitale veje. Nutiden og borgerne er nemlig allerede digitale, og det kan kommunerne med store fordele imødekomme. Online Befriender appellerer til brugere i alle aldre, og aldersspændet strækker sig lige nu fra 18 til 106 år.

Det skal også bemærkes, at coronakrisen trods alt har betydet noget positivt for connec. Kommunerne er blevet meget mere positive, interesserede og kreative i deres syn på potentialet i både digitale løsninger og samskabelsen mellem det offentlige, civilsamfundet og private virksomheder.

Online Befriender har på ca. 4 måneder faciliteret flere end 10.000 meningsfulde samtaler på samlet mere end 1.000 timer, og det er bare starten. Både brugerne og de frivillige er endog meget tilfredse og scorer samlet løsningen til ca. 4,5 på en 5-skala.



Skrevet af:

Anna Kjær Beyer