



# Nyhedsbrev

## KONTAKTEN TIL PSYKISK SÅRBARE UNGE ER AFGØRENDE

Erhvervspsykiatriske Centers 'Projekt Unge i Uddannelse' er i gang på tredje måned, og de tidlige erfaringer viser, at kontakten til de unge skal prioriteres højt, og at de unge har brug for hjælp til at koordinere projektets mange støtte- og rådgivningsmuligheder. I projektet tilbydes de unge samtaler, uddannelses-, kost- og motionsvejledning, og en speciallæge i psykiatri er tilknyttet. Målet er at skabe en individuel og helhedsorienteret indsats for unge voksne, som er psykisk syge eller sårbare.

### De første forberedende indsatser

De første tre måneder af projektet har vist, at det er en udfordring for de fleste unge at indgå i en relation til en hjælper eller kontaktperson. Derfor har vi fokus på regelmæssig kontakt og på at møde de unge på en tryksskabende og støttende måde. I visitations- og kontaktetableringsfasen er der ugentlige støttende samtaler med en erhvervspsykolog (psykologfaglig baggrund) og en erhvervsrådgiver (socialfaglig baggrund). Netop dette samspil tilgodeser den psykisk sårbare unges behov, idet de unge har mange forskellige uddannelsesmæssige, personlige og sociale barrierer, og det giver en oplevelse af sammenhæng i samtaleforløbene.

### Samtaler med erhvervspsykologen

Erhvervspsykologen har fokus på at sikre, at deltageren får udbytte af undervisningen. Der arbejdes også med handleplanen i forhold til styrker og udfordringer i forbindelse med uddannelse eller job. Desuden støttes den unge deltager i at kunne mestre egen situation og gennemføre mål. Vi har fokus på at indkredse uddannelses- og erhvervsmaal samt at sikre en realistisk plan.

### Samtaler med erhvervsrådgiveren

Erhvervsrådgiveren har fokus på at arbejde på at skabe struktur og stabilitet omkring den unge med træning af f.eks. fremmøde og afbud. Der arbejdes i samtalerne med en individuel handleplan, som har fokus på de barrierer, den unge oplever i forhold til at starte på en uddannelse, praktik eller arbejde.

### Særligt tilrettelagt undervisningsforløb

I det særligt tilrettelagte 10-ugers undervisningsforløb er der undervisning hver dag – det styrker kontakten til den unge og

### PROJEKT UNGE I UDDANNELSE

Indsatsen er opdelt i fire faser, hvor opfyldelsen af hvert delmål er en forudsætning for det videre forløb. Hvert forløb løber over maks. seks måneder. Det er en vigtig forudsætning, at det er tydeligt, hvad der forventes af den unge, og hvad den unge kan forvente.

#### 1: Kontaktetablering og udredning

- Ugentlige samtaleforløb med erhvervsrådgiver og -psykolog for at afdække ressourcer og barrierer samt skabe en tillidsfuld relation som grundlag for samarbejdet gennem hele forløbet

#### 2: Uddannelsesforberedende indsats

- Særligt tilrettelagt undervisningsforløb
- Psykoedukation – viden om psykisk sygdom
- Uddannelsesvejledning
- Mulighed for samtaler ved kostvejleder og motionsvejleder
- Psykiatrisk speciallæge, hvis der er behov for udredning

#### 3: Overgang

- Praktik på virksomhed, uddannelsesbesøg og studievejledning

#### 4: Efterværn

- Rådgivning og støtte henholdsvis to og fire måneder efter endt forløb

giver indblik i den unges funktionsniveau og hverdagssymptomer. Både erhvervsrådgiveren og erhvervspsykologen har fokus på, at den unge lærer færdigheder som at møde til tiden, melde afbud, indgå i et socialt fællesskab og tilegne sig relevant viden. Samtidig er den regelmæssige kontakt med til at sikre den unges trivsel og etablere en struktur.

### Tredje fase giver mulighed for at omsætte teori til praksis

Det er vores erfaring, at mange unge har meget vanskeligt ved at skulle omsætte viden om og indsigt i egen sårbarhed til en ændret adfærd og større mestring af et voksenliv, f.eks. at søge et job eller få en uddannelse. Derfor er den tredje fase, overgang, tænkt som en mulighed for den unge til at afprøve

*fortsættes på bagsiden ...*

sine kompetencer i praksis, mens der stadig er ugentlige støttende samtaler med både erhvervsrådgiver og erhvervspsykolog. Tanken er, at det kan være en snusepraktik eller praktik på arbejdspladser, det kan være afklaring og etablering af støttende behov (studievejledning, mentor, revalidering eller lignende) samt afklaring af behandlingsmæssige tiltag gennem hele forløbet.

De fleste af deltagerne står akuel over for at skulle i praktik på virksomhed, uddannelsesbesøg eller studievejledning. Nogle har allerede etableret en virksomhedspraktik og fået en startdato, andre er i kontaktfasen, mens andre deltagere skal starte i uddannelse til august.

Det næste nyhedsbrev om 'Projekt Unge i Uddannelse' kommer til november 2011, hvor erfaringer med den forestående praktik- og uddannelsesfase for første hold deltagere vil blive beskrevet. Til oktober 2011 starter 24 nye unge i projektet.

## VIGTIGE ERFARINGER I PROJEKTET

Udviklingen af metoden til uddannelsesmæssig afklaring af psykisk sårbare unge på kontanthjælp indeholder tre vigtige opmærksomhedspunkter:

- Det er en udfordring for den unge at indgå i en relation til en hjælper i kontaktetableringsfasen.
- For at opnå en samarbejdsalliance, som betyder, at tilbuddet giver mening for de unge, og de opnår resultater, har det vist sig nødvendigt med en regelmæssig kontakt til de unge deltagere.
- Når disse forudsætninger er på plads, skaber det mulighed for at møde den unge på en tryghedsskabende og støttende måde. Det er afgørende for, at rådgiverne kan stille passende krav, der aktiverer den unges ressourcer, samtidig med at rådgiverne kan hjælpe, hvor det er nødvendigt.

# AKTIVITETER I ERHVERVSPSYKIATRISK CENTER

## FYRAFTENSMØDER

Erhvervspsykiatrisk Center afholder fyraftensmøder for rådgivere i jobcentre, kommuner, virksomheder samt andre aktører, der arbejder med psykisk syge og sårbare mennesker og arbejdsmarkedet.

## MINDFULNESS

Tid: 8. september 2011 kl. 14-16.30  
Sted: PsykiatriFonden  
Pris: Gratis  
Tilmelding: Tlf. 3929 3909 eller i butikken på [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk)  
Underviser: Cand. psych. Ditte Charles

Mindfulness anvendes i stigende omfang på arbejdspladser bl.a. med henblik på at forebygge stress og øge trivsel. Fyraftensmødet introducerer til baggrund, forskning og erfaringer med brug af mindfulness. Der vil desuden være mulighed for at prøve metoden ved en guidet opmærksomhedsøvelse. For rådgivere er det nyttigt at kende til mindfulness, og hvad metoden kan tilbyde i forhold til forebyggelse af stress, depression og angst set i relation til et arbejdsliv.

## FYRAFTENSMØDE OM ERHVERVSPSYKIATRISK CENTERS UNGEINDSATS

I slutningen af september holder vi et fyraftensmøde om det samarbejde med Københavns Kommune, som Erhvervspsykiatrisk Center de seneste to år har haft i et særligt tiltag omkring rådgivning af psykisk sårbare unge i forhold til job og uddannelse. På fyraftensmødet vil vi præsentere nogle af de dilemmaer og udfordringer, vi har mødt i vores praksiserfaring i projektet.

Fyraftensmødet er den 29. september 2011 kl. 14-16.30. Fyraftensmødet bliver beskrevet nærmere i næste nyhedsbrev og du kan også læse om det på [www.erhvervspsykiatriskcenter.dk](http://www.erhvervspsykiatriskcenter.dk).

## PSYKIATRIVEJLEDERUDDANNELSE

Efteruddannelsen består af fem moduler af to dage (10 dage i alt) og afsluttes med en times individuel samtale. Næste hold starter den 7. november 2011.

Datoer: 7.-8. november, 13.-14. december 2011, 9.-10. januar, 6.-7. februar samt 5.-6. marts 2012  
Sted: PsykiatriFonden  
Pris: 26.500 kr. ekskl. moms. Prisen er inkl. forplejning, materiale og bøger  
Tilmelding: Tlf. 3929 3909 eller i butikken på [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk)  
Underviser: Cand.psych. Michael Danielsen og cand.mag. Birgitte Wærn

## EFTERMIDDAGSMØDER

Eftermiddagsmøderne henvender sig til rådgivere i jobcentre og kommuner, der arbejder med psykisk sårbare mennesker. Eftermiddagsmøderne er et samarbejde mellem Erhvervspsykiatrisk Center og Landsindsatsen om Angst og Depression.

## NÅR MISBRUG DÆKKER OVER ANGST, DEPRESSION ELLER ADHD

Tid: Den 6. september 2011 kl. 13-16  
Sted: Kulturhuset Islands Brygge  
Foredragsholder: Henrik Rindom, overlæge i Psykiatri  
Pris: 200 kr.  
Tilmelding: Tlf. 3929 3909 eller i butikken på [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk)

Psykisk sygdom forekommer hyppigt i forbindelse med misbrug. Udviklingen kan gå begge veje: Alkohol- eller stofmisbrug kan fremkalde og forværre psykisk sygdom, og mange mennesker med ubehandlet angst, depression eller ADHD 'selvmedicinerer' sig med alkohol eller stoffer for at dulme de ubehagelige symptomer. Mødet vil give input til håndtering af de udfordringer og barrierer, som mennesker med misbrug og samtidig psykisk sygdom oplever i forhold til at have et arbejdsliv.