

## Job & Livsmestring

I denne folder finder du en oversigt over erfaringer fra EU-projektet "Job & Livsmestring" – et erhvervsrettet projekt for unge. Projektet fandt sted i et samarbejde mellem Beskæftigelsesafdelingen i Norddjurs kommune, CBR-Randers og Arbejdsmarkedscenter Syd og havde som målgruppe unge i alderen 18-30 år med sociale, psykiske, kognitive problemer samt problemer med misbrug. Erfaringer fra projektet viser, at en række metoder har særlig god effekt på målgruppens ofte komplekse problemstillinger.

Folderen giver nogle anbefalinger til arbejdet med målgruppen.

### Gør flere ting ad gangen

De unge i målgruppen kæmper ofte med komplekse problemstillinger/udfordringer både i forhold til arbejdsmarkedet, uorden i de private forhold og misbrug og/eller psykisk sygdom. Det betyder, at der er behov for en indsats på flere fronter. Eksempelvis at den unge går i misbrugsbehandling, samtidig med at der arbejdes på at få skabt styr på økonomiske forhold, boligforhold, og at der parallelt hermed arbejdes på job og uddannelse.

#### "Jesper"

Da Jesper starter på projekt "Job & Livsmestring" er han i gang med misbrugsbehandling. Jesper har tidligere været i behandling, men det er ikke lykkedes for ham at holde sig ude af misbruget. Ifølge Jesper skyldtes det, at han samtidig med sin misbrugsbehandling gik hjemme, og at det var nemt at falde tilbage i misbruget. Sammen med Jesper begynder koordinatoren at arbejde med fremtidsmål og han kommer ud i praktik, hvor han ender med at blive ansat. Sideløbende med dette forløb er han i fortsat behandling. Behandlingen afsluttedes først da projektet afsluttes.

Som eksemplet viser, er det virksomt for den unge, at der sideløbende med afvænningen iværksættes andre foranstaltninger så afvænningen ikke står alene.

### Vær tæt på den unge

Relationen til den enkelte unge har afgørende betydning for, om indsatsen lykkes. Denne relation skal være kendetegnet ved tillid, fleksibilitet og engagement.

En deltager i projekt "Job & Livsmestring" formulerer det således: "Det, der virkede for mig, var, at de gik ind og tilpassede sig mine behov, og på den måde fik min og de andres tillid".

Det betyder altså meget for den unge at mærke, at kontaktpersonen vil relationen med den unge og viser dem respekt. At man lytter til dem og er til stede. Det er især vigtigt i arbejdet med denne gruppe unge, der er præget af systemliggørelse og en nærmest apatisk holdning til egen livssituation.

En deltager har om projektet udtalt: "Jeg følte, at jeg blev taget alvorligt, at der var en oprigtig interesse – andre jeg har talt med virkede pisseligeglade".

Da målgruppens problematikker i vid udstrækning medfører rod i privatsfæren, er det vigtigt, at medarbejderen kan rumme kaos og samtidig formå at give den unge redskaber til at få orden på sit liv.

Tilgangen skal være individuel, da ikke mange i målgruppen – særligt deltagere med misbrugsproblemer – har svært ved at følge et fastlagt program. Det er derfor nødvendigt at være fleksibel i forhold til sammensætningen af gruppeforløb, samtale og praktik, og at tilpasse det den enkeltes behov.

### Giv viden

I undervisningen af de unge har man anvendt psykoedukation. Det er en metode, der har en god effekt på målgruppen, da den øger den enkeltes forståelse for og indsigt i, hvad deres adfærd medfører af reaktioner og konsekvenser - ikke bare for dem selv, men også for deres omgivelser. Psykoedukation har som målsætning at give den unge viden om psykiske problemer og adfærd i forbindelse med deres livssituation. Herunder hvad der fremkalder problemerne og adfærden, hvorledes de kan ytre sig, og hvorledes de kan håndteres. Den unge trænes gennem øvelser i at bevidstgøre egne reaktioner og adfærd og lærer derigennem at håndtere sine problemer.

#### "Thomas"

Thomas har tidligere været misbruger og blev sygemeldt med en depression. Derudover har han ifølge speciallægen en svært forstyrret personlighedsstruktur med dyssoziale træk samt en angsttilstand. Hans angsttilstand har bl.a. medført, at han har isoleret sig meget, og har været angst for at møde andre.

Da Thomas starter i projektet er han meget aktiv og motiveret for at komme videre med sit liv og uddannelse, og efter 3 måneder er han i lære som elektrikerlev. Men for at kunne varetage et arbejde som elektriker er han nødt til at lære at håndtere sin angst, så han kan møde kunderne. Som et redskab til at kunne håndtere angsten i sådanne situationer brugtes teaterundervisning. Om denne undervisning fortæller Thomas: "Jeg har været glad for teaterundervisningen, hvor vi blev undervist i, hvad man skal gøre, når man kommer ud til en jobsamtale. Det har været godt for mig, der i dag møder kunder hele tiden. Jeg var meget angst for at møde nye mennesker, og der har jeg lært lige at spille lidt teater de første måske 10 minutter, indtil jeg bliver mere afslappet, og vi ligesom begynder at lære hinanden bedre at kende".

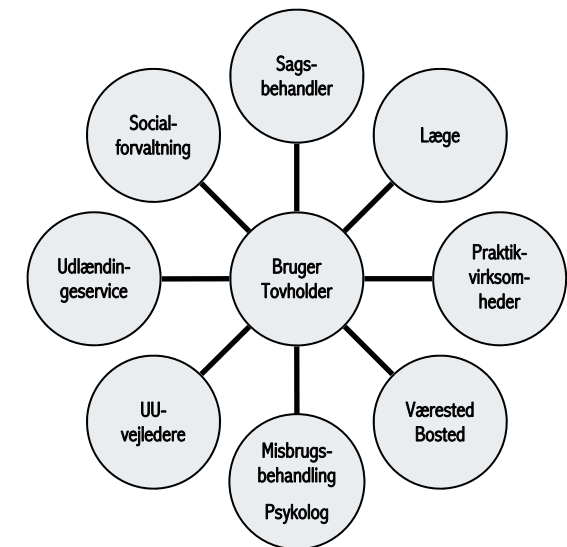
## Koordinér indsatsen - tæt samarbejde med andre instanser

Et tæt samarbejde omkring og sammen med den unge har stor betydning for at få den unge videre i arbejde eller uddannelse.

For den unge har det stor betydning, at koordinator fungerer som vejleder/bisidder ved kontakten til forskellige instanser. Det øger trygheden hos den unge samt giver redskaber til i fremtiden selv at løse problemer.

Det styrker desuden samarbejdet med andre instanser, der er involveret i den enkelte unges sag og skaber overblik over den unges situation både for koordinator, men også for den unge.

Et eksempel på mangfoldige samarbejdsflader



### Handl hurtigt - reagér umiddelbart på den unges behov

Reagér umiddelbart på den unges behov. Hvis der for eksempel viser sig behov for en undersøgelse, så sæt den i gang så hurtigt som muligt. Ventetid gør det ofte sværere at hjælpe den unge.

Tæt opfølgning og hurtig reaktion kan desuden medvirke til at forhindre, at den unge gentager en handling, der tidligere har givet nederlag eller tilbagefald.

#### "Maja"

I "Job & Livsmestring" mødte vi Maja, der tidligere tit og ofte havde handlet hals over hoved og gået i gang med ting, hun alligevel ikke kunne håndtere. På et tidspunkt hvor hendes praktik var arrangeret, ville hun pludselig stoppe i projektet, som følge af at hun havde fået arbejde et andet sted. Maja havde tidligere stoppet i projekter, og hver gang var det endt med nederlag og tilbagefald. Koordinatoren talte derfor med Maja om at forsætte det, de havde sat gang i, og Maja indvilgede. I dag er Maja ansat på sit praktiksted, der nu både kender Maja og er i stand til at rumme hende.

Hvis du vil vide mere...

**Kontaktpersoner:**

**Souschef Ida Balling Sørensen**

Arbejdsmarkedscenter Syd, Århus Kommune  
Gunnar Clausens Vej 90  
8260 Viby J  
Tlf.: 87 34 62 06  
E-mail: [ibs@ama.aarhus.dk](mailto:ibs@ama.aarhus.dk)

**Teamleder Bodil Mygind**

Beskæftigelsesafdelingen i Norddjurs Kommune  
Ravnholtvej 1  
8500 Grenå  
Tlf.: 21 69 44 21  
E-mail: [bmm@norddjurs.dk](mailto:bmm@norddjurs.dk)

**Kvalitetschef Thomas Borup**

CBR-Randers  
Ydervangen 1  
8900 Randers  
Tlf.: 87 12 84 42  
E-mail: [thomas.borup@randers.dk](mailto:thomas.borup@randers.dk)

# JOB & LIVSMESTRING



DEN EUROPÆISKE UNION

Den Europæiske Socialfond



Erfaringer  
fra  
EU-projektet

Job & Livsmestring  
- en håndbog