

SOCI ALRÅ DGIV EREN

DANSK SOCIALRÅDGIVERFORENING

01/23

GUIDE

Sådan slipper du stolen
og får mere energi

EKSPERT OM STRESS

Socialrådgivere kan ikke
bare sige pyt

Skolesocialrådgiver
Tina Mogensen Givskud

**Hun spotter
tidlige tegn
på mistrivsel**

TEMA: Børn og unges mistrivsel



8

"Hvis man sparer på bureaukratiet, er det fint med mig"

Hun er åben overfor at gentænke beskæftigelsesindsatsen, men efterlyser klare og bedre bud fra regeringen. Både borgere og kolleger er bekymrede over uvisheden. Mød Rikke Troelsen, der er fællestillidsrepræsentant i Jobcenter København.



Foto: Lisbeth Holten

TEMA

BØRN OG UNGES MISTRIVSEL

Skolesocialrådgiver Tina Mogensen Givskud får øje på elevernes mistrivsel, før det bliver til en sag i kommunens familieafdeling.



28

Ankestyrelsen understregede, at forhold såsom borgerens værdighed, ved at leve i et rent hjem, og navnlig borgerens mulighed for at leve et så et socialt liv, skal indgå i den samlede helhedsvurdering.

Søren Blæsbjerg, studielektor i socialret ved Aalborg Universitet

30

Stress: Socialrådgivere kan ikke bare sige pyt

To eksperter har skrevet en bog om, hvorfor stress rammer så mange i professionsfagene. Socialrådgivere presses først og fremmest af manglende tid til at løse opgaverne og til at mødes og samarbejde med kollegerne, siger en af forfatterne, som netop selv har uddannet sig til socialrådgiver.



Illustration: Ditte Ahlgren

36

"Jeg skiftede job med en følelse af at forlade den synkende skude"

Milene Steptoe,
socialrådgiver,
Dansk Kvindesamfunds
Krisecenter



Foto: Tor Birk Trads

10

Guiden

Væk fra skrivebordet. Korte pauser. To aktive minutter.

integritet og personlige glæde normalt liv som muligt, herunder



Foto: Lisbeth Holten

Kontakt redaktionen på
redaktionen@socialraadgiverne.dk

04 NYT FRA DS

06 SOCIALT NYT

08 MEDLEM NR.

"Hvis man sparer på bureaukratiet, er det fint med mig."

10 GUIDEN

Slip stolen og bevæg dig.

14 TEMA: BØRN OG UNGES MISTRIVSEL

Flere og flere børn og unge mistrives. En af dem var Sukaina fra Tilst Skole. Sammen med skolesocialrådgiveren har hun fået troen på fremtiden tilbage.

20 JOBCENTER PÅ CAMPUS SIKRER HURTIG HJÆLP TIL DE UNGE

På vej hjem fra skole kan de unge i Frederikssund lige slå et smut forbi Ungekontakten, hvor socialrådgivere forebygger unges mistrivsel.

21 KOMMUNER HAR STOR GAVN AF SKOLESOCIALRÅDGIVERE

Ny undersøgelse fra KL viser, at skolesocialrådgivere spiller en vigtig rolle i kommunernes forebyggelsesindsats.

22 FORSKER: MISTRIVSEL KAN RAMME ALLE UNGE

En ny form for udsathed rammer unge fra alle samfundslag.

26 LEDER

Mere end "bare" en fridag.

26 MIN MENING

27 REGIONSLEDER

Hvem skal være næstformand i din region?

27 PRAKSISKLUMME

Rejsen mellem før, nu og efter.

28 JURA

'Et så normalt liv som muligt' skal indgå i helhedsvurdering af borgerens behov.

29 DEBAT

Efterlysning: Det mangfoldige arbejdsmarked.

29 MIT ARGUMENT

30 "SOCIALRÅDGIVERE KAN IKKE BARE SIGE PYT"

To eksperter har skrevet en bog om, hvorfor så mange i professionsfagene rammes af stress.

35 KULTUR

36 REFLEKSION

37 KONTAKT

39 KALENDER



Dansk Socialrådgiverforening

Udgives af Dansk Socialrådgiverforening, Toldbodgade 19 B, 1253 København K, telefon 7010 1099, ds@socialraadgiverne.dk, www.socialraadgiverne.dk **Ansvarshavende redaktør** Signe Færch, sif@socialraadgiverne.dk **Redaktør** Susan Paulsen, sp@socialraadgiverne.dk **Debatredaktør** Sarah Piil, sapi@socialraadgiverne.dk **Journalister** Bjarke Hartmeyer Christiansen, bhc@socialraadgiverne.dk, Lærke Øland Frederiksen, lof@socialraadgiverne.dk **Layout** Signe Ida Christiansen, sic@socialraadgiverne.dk **Annoncer** til Socialrådgiveren, Socialraadgiverjob.dk og Dansk Socialrådgiverforenings nyhedsbrev tegnes af: Media-Partners, telefon 29 67 14 36, www.Media-Partners.dk/medier **Stillingsannoncer** marianne@media-partners.dk **Tekstsideannoncer** joergen@media-partners.dk **Deadline** for annoncer til 2-2023 er 1. marts 2023 **Forside:** Tor Birk Trads **Tryk** Stibo **Årsabonnement** 910 kr. inkl. moms. Løssalg 70 kr. pr. nummer plus forsendelse **Socialrådgiveren udkommer** 8 gange om året. Dette nummer udkommer 14. februar 2023. Artikler og indlæg er ikke nødvendigvis udtryk for organisationens holdning. **Kontrolleret oplag:** 18.640 **Trykt oplag:** 18.740 **ISSN** 0109-6103

MIT YNDLINGSORD

Sprog har magt. Derfor skal vi bruge det med omtanke. Har du et **yndlings- eller hadeord** så skriv til os på ord@socialraadgiverne.dk



Marcus Laumann Windfeldt Frandsen

Socialrådgiverstuderende, VIA UC, Aarhus, og studenterrepræsentant i Region Nords bestyrelse. Hans yndlingsord er:

SELV-REFLEKSION

Jeg møder mange mennesker, alle unikke. Den eneste fællesnævner i mødet, er mig. Hvis jeg ikke dagligt reflekterer over, hvorfor jeg gør, som jeg gør, og hvorfor jeg ikke gør noget andet, vil der blive stilstand.

Selvrefleksion giver plads. Plads til borgerens syn, plads til nytænkning og til at lytte og forstå med en vished om egen position. Med visheden om eget bias er der plads til at se nye muligheder og veje.

Med filosof Judith Butlers ord: "Jeg er ikke dig, men jeg er ikke mig uden dig. Det jeg gør ved dig, gør jeg ved mig selv".



Fremtidens beskæftigelsesindsats

DS INDKALDER TIL MØDER I HELE LANDET

Politikernes hårde kritik af jobcentrene kan ikke undgå at påvirke socialrådgiverne. Dansk Socialrådgiverforenings forkvinde Signe Færch tager på fyraftensmøder rundt i landet.

Efter at have holdt et virtuelt fællesmøde med tillidsrepræsentanter på beskæftigelsesområdet har DS' forkvinde, Signe Færch, taget hul på en række fyraftensmøder over hele landet, som holdes frem til april.

– Det er klart, at en så stor forandring skaber enorm usikkerhed. Og det er frustrerende at lægge ører til den hårde kritik fra de selv samme politikere, som har besluttet lovgivning og rammer for jobcentrene. Jeg ser frem til at få de vigtige tilbagemeldinger og input fra vores medlemmer.

– Selv om jobcentrene bliver nedlagt, vil de opgaver, socialrådgiverne løfter, bestå. Så der vil også fremover være brug for socialrådgivere i beskæftigelsesindsatsen, pointerer Signe Færch.

Hun efterlyser svar fra SVM-regeringen på, hvad der skal erstatte jobcentrene, som ifølge regeringsgrundlaget skal nedlægges, samtidig med, at der skal spares tre milliarder kroner på beskæftigelsesområdet inden 2030.

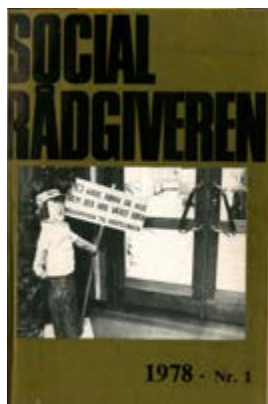


Selvfølgelig har det konsekvenser for kvaliteten af vores arbejde, og muligheden for at lykkes med at gøre en forskel, når rammerne ikke er gode nok.

DS' forkvinde Signe Færch, 17. januar i debatindlægget 'Velfærdens revner skal lappes med investering i mere faglighed' i A4medier.dk sammen med Grete Christensen, fmd. Dansk Sygeplejeråd, Elisa Rimpler, fmd. BUPL og Gordon Ørskov Madsen, fmd. Danmarks Lærerforening.

Tilbageblik

SÅDAN SKREV VI I SOCIALRÅDGIVEREN 1-1978:



1978: På landsplan er 700 arbejdsløse, svarende til 1/3 af foreningens medlemmer. Samtidig arbejder de, der er i arbejde, under et så stort pres, at det går væsentligt ud over en ordentlig og forebyggende behandling af brugerne. Med de mange ledige ser arbejdsløshedsudvalget en mulighed for at styrke fagforeningen i at skabe bedre arbejdsvilkår og fx opdyrke alternative arbejdsområder.

2023: I december 2022 var 556 socialrådgivere ledige. Det svarer til 2,5 procent af medlemmerne – som der er ni gange flere af end for 45 år siden. Den lave ledighed giver sig udslag i forgæves rekrutteringer på nogle områder.



Hvem skal være NÆSTFORMAND I DIN DS-REGION?

Husk at bruge din stemme, når Dansk Socialrådgiverforenings tre regioner – Region Nord, Region Syd og Region Øst – som noget nyt skal have en regional næstformand for at styrke det lokale, politiske arbejde i din region – og DS' synlighed på arbejdspladserne.

Du kan stemme fra 13. februar, hvor du modtager en mail med link til valget – og hvor du kan læse mere om kandidaterne.

Husk at stemme senest 27. februar.

STEM PÅ EN KANDIDAT I DIN DS-REGION

Kandidater til næstformandsposten i de tre DS-regioner:

DS-Region Nord

Betina Agger
Christina Eilers
Matilde Kristine Bræmer Dueholm
Ulrik Jensen

DS-Region Syd

Ann Chalotte Havndrup Johansen
Benny Poulsen Madsen
Jannie Bertz
Roar Mohammed Johansen
Kit Høyrup Dimitriewicz

DS-Region Øst

Julie Manum
Malene Sandie Hansen Thackrah

Har du spørgsmål, eller skulle du mod forventning ikke modtage mailen med link til valget, kontakt venligst Toke Dahler på tdl@socialraadgiverne.dk

Valgresultatet offentliggøres 28. februar på socialraadgiverne.dk



Omvendt Familiepleje – Anbringelse i eget hjem

Hvorfor samarbejde med Omvendt Familiepleje?

- Vi har 35 års erfaring med familieindsatser – via vores 'anbringelse i eget hjem' -metode
- Hurtig og professionel afklaring og vurdering af ressourcer
- Skriftlig konklusion af afklaringsforløb
- Et ressourcebesparende og familiebevarende alternativ til anbringelser



"Omvendt Familiepleje og 'Anbringelse i eget hjem'-bogen samt metoden bør alle kommuner kende til. Nogle gør nok allerede, men der er sikkert mange, der ikke gør.

Jeg har læst bogen med stor glæde, og det er en af de mest grønne og håbefulde, jeg har læst i flere år. Kæmpe tillykke med den!"

Gitte Haslebo, Haslebo & Partnere
Cand. Psych. | chefkonsulent og forfatter

"Anbringelse i eget hjem-bogen har gjort et stort indtryk på mig. Jeg er vild med dine tre hovedkomponenter: spædbarnsteknikken, ressourceægget og positiv reformulering.

Jeg er sikker på, at jeg vil komme til at anbefale din bog og dine metoder, når jeg holder foredrag om børns mentale sundhed."

Bjørn Holstein
Professor emeritus, Statens Institut for Folkesundhed
Syddansk Universitet

Kontakt os gerne, hvis du vil høre mere om vores terapeutiske indsatser og metode. Vi holder gerne et gratis oplæg om Omvendt Familieplejemetoden – evt. med deltagende familier.

Klinisk psykolog
John Falkenberg

Mobil: +45 2097 0430 / Mail: mail@johnfalkenberg.dk / Web: www.omvendtfamiliepleje.dk

Omvendt Familiepleje – Anbringelse i eget hjem handler om, hvordan man skaber store forandringer i sårbare familier med små ressourcer. Forandringer, der i mange tilfælde forebygger anbringelse uden for hjemmet. Med Omvendt Familiepleje – Anbringelse i eget hjem skaber John Falkenberg og hans behandlere ikke bare store, men også vedvarende forandringer i sårbare familier ved at fokusere på selv de mindste ressourcer i en familie. I bogen 'Anbringelse i eget hjem' fortæller John Falkenberg praksisnært om sit koncept og livsværk, som han har udviklet og forfinet gennem 35 år. Omvendt Familiepleje er med forfatterens egne ord ikke en mirakelkur. Men det er en metode, som alle, der arbejder med sårbare familier, bør give en chance, fordi konceptet kan løfte både familier og behandlere til nye højder.

Særlige behov

FLERE BØRN I SPECIALTILBUD

Antallet af folkeskolebørn, som går i specialtilbud, stiger år for år. Nye tal viser, at der i indeværende skoleår er omkring 34.400 børn i de danske folkeskoler, som går i et specialtilbud, mens der tilbage i skoleåret 2015/16 kun var omkring 27.300 børn. En stigning på 26 procent. Det betyder, at andelen af elever, der i dette skoleår går i et specialtilbud, er kommet helt op på 6,5 procent, mens tallet kun lå på 4,8 procent i 2015/16. Det viser beregninger, Momentum har foretaget.

Momentums analyse viser også, at andelen af 5-15-årige børn med psykiatriske diagnoser

er steget med 42 procent fra 2011 til 2022, så det pr 1. januar 2022 var 6,1 procent af børnene i aldersgruppen, som havde en psykiatrisk diagnose.

I analysen henvises der til tidligere undersøgelser, som viser, at eleverne i specialtilbud klarer sig langt under niveau sammenlignet med deres jævnaldrende i almenklasserne. Kun 9 procent af eleverne i specialtilbud tager 9. klasses afgangseksamen, mens 8 procent har afsluttet en ungdomsuddannelse 4 år og 3 måneder efter 9. klasse. For børn i almenklasserne er tallene henholdsvis 92 og 66 procent.

Afbureaukratisering

15 PROCENT FÆRRE REGLER

I foråret 2022 igangsatte Sundheds- og Omsorgsudvalget i Københavns Kommune et arbejde, der skal fjerne unødige regler og bureaukrati for medarbejdere og ledere i forvaltningen. Og nu er konklusionen klar: 15 procent af alle regler, procedurer og lignende skal forenkles eller helt afskaffes. Det svarer til, at hver sjette regel eller procedure kan ændres eller helt fjernes.

BrydCirklen.dk

FOREBYG SEKSUELLE OVERGREB

Det anslås, at 1-3 procent af den voksne befolkning har seksuelle tanker om børn. Hvis de får den rigtige hjælp, kan overgreb forebygges. Bryd Cirklen er et gratis og anonymt rådgivningstilbud under Region Hovedstadens Psykiatri. Mange ved ikke, at der er hjælp at hente. Derfor er det ifølge Sundhedsstyrelsen vigtigt, at fagfolk som socialrådgivere, politi og praktiserende læger også har kendskab til tilbuddet.

Læs mere på BrydCirklen.dk. Rådgivningstelefonen er åben hver torsdag klokken kl. 10-12 og 16-18 på telefon: 65 909 909.

Ensomhed

ALLE KAN FÅ BRUG FOR ET LIFT

Mary Fonden står i spidsen for et nyt initiativ - Lift - der skal sikre, at unge, der føler sig svært ensomme, bliver fundet og får tilbudt den rette hjælp. Tre kommuner har sagt ja til at være med til at udvikle og afprøve Lift: Ballerup, Esbjerg og Vejle.

Læs mere på maryfonden.dk

20%

Boligselskaber har sendt 20 procent flere lejere til inkasso i 2022

Flere af de store almene boligselskaber registrerer en stigning i antallet af lejere, som ikke kan betale. Hos boligselskaberne KAB, Domea og Boligkontoret Danmark steg antallet af lejere, der blev sendt til inkasso, med knap 20 procent fra 2021 til 2022.

Kilde: TV2.dk

Grønland

SOCIALRÅDGIVERE RAMT AF STRESS

Ny undersøgelse viser, at socialrådgivere i Grønland ofte føler sig stressede. 70 procent svarer, at de har følt sig stressede inden for de sidste to uger. Det er selv om, at langt de fleste socialrådgivere finder arbejdet interessant og meningsfuldt. Knap 70 procent mener, at de er alt for få til at løse opgaverne. Det er fagforeningen Atorfillit Kattuffiat, som står bag undersøgelsen. Spørgeskemaet er udarbejdet af Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø efter anbefaling fra Dansk Socialrådgiverforening.

Ulovligt skolefravær

FRAVÆRSSTRAF RAMMER SOCIALT SKÆVT

Loven om styrket forældreansvar, som trådte i kraft i 2019, skulle nedbringe børns ulovlige skolefravær ved midlertidigt at standse børne- og ungeydelsen til forældrene. VIVEs evaluering af loven viser, at det kun sker i meget begrænset omfang. Loven rammer socialt skævt, da et træk i børne- og ungeydelsen på baggrund af for højt ulovligt fravær i langt højere grad rammer elever, der har en række alvorlige udfordringer i deres liv. Derudover viser evalueringen, at håndhævelsen af loven er forbundet med store administrative byrder og at der er store kommunale forskelle.

Læs 'Evalueringen af lov om styrket forældreansvar' på vive.dk



Sorannahus

Opholdssted godkendt til unge mellem 12 og 18 år, med mulighed for forlængelse til det 25. år.

Vores slogan er "Vejen til et godt liv". Vi danner rammen om en gruppe unge, der af forskellige årsager, i en periode ikke kan bo hjemme mere. På Sorannahus er den pædagogiske forståelses ramme neuropsykologi og neuropædagogik.

Vores pædagogiske hjørnesteen og værdier er baseret på struktur, low arousal med en anerkendende og mentaliserende tilgang samt kognitiv adfærdstherapie.

Teamet på Sorannahus er sammensat ud fra et helhedsorienteret menneskesyn, som har relevans for den daglige behandling.

Hos Sorannahus får de unge en unik mulighed for at starte på en frisk i et trygt og familiært miljø, hvor de får styrket deres selvværd, selvtillid og egen identitet.



- Høj faglighed i familiært miljø
- Døgnbehandling, aflastning og familiebehandling
- Pædagogisk/Psykologisk uddannet team med mange års erfaring

Behandlingsmetode

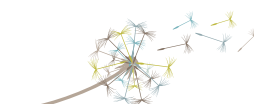
- Neuropsykologi
- Neuropædagogik
- Mentalisering
- Low arousal

Faglig tilgang

- Mentaliserende tilgang
- Relationsorienteret tilgang
- Anerkendende tilgang
- Ressourceorienteret tilgang
- Spejling

Fonden Sorannahus

Har du en ung som har brug for et opholdssted i trygge rammer? Så kontakt leder Heidi Holst Seeger på Mobil: 51 815 816 eller Heidi@sorannahus.dk



Sorannahus

Vejen til et godt liv

Socialpædagogisk opholdssted på Vestsjælland, for op til ni unge mellem 12 og 25 år. (§66, §76, §107)

Læs mere på www.sorannahus.dk eller find os på [facebook.com/sorannahus](https://www.facebook.com/sorannahus)

Sorannahus Undløse, Hovedgaden 16, 4340 Tølløse, Tlf.: 57 80 67 80, Email: mail@sorannahus.dk



FRITIDSJOB OG FÆLLESSKAB GØR EN FORSKEL FOR UNGE

Et fritidsjob kan guide unge, som er i udsatte positioner, til en ny vej og styrke deres muligheder for uddannelse og job. Det mindsker samtidig risikoen for kriminalitet og øger deres selvstændighed og økonomiske bevidsthed.

I *Måltid, Fritid, Fremtid* mødtes unge, frivillige og fagfolk i et fællesskab omkring madlavning, og de unge fik reelle oplevelser med fritidsjob i et stærkt samarbejde med kommuner og lokale virksomheder. Vi har høstet mange erfaringer af projektet, som du kan bruge i dit arbejde med unge.

Find dem på redbarnet.dk/maaltid-fritid-fremtid

DEN A.P. MØLLERSKE
STØTTEFOND



ODENSE
KOMMUNE



Red Barnet



MÅLTID
FRITID
FREMTID

CV

Rikke Troelsen

41 år, København.

2017

Valgt som fællestillidsrepræsentant i Jobcenter København.

2015

Valgt som tillidsrepræsentant.

2013 -

Arbejder i Jobcenter København/Ungecenteret.

2007

Københavns Kommune, Voksenhed i Hjemløsenheden.

2007

Uddannet fra Den sociale Højskole i København.

”

Her i København har borgerne demonstreret imod os medarbejdere, og retorikken har været hård.

Rikke Troelsen, socialrådgiver og fællestillidsrepræsentant

Regeringen vil nedlægge jobcentrene og samtidig spare tre milliarder kroner på beskæftigelsesområdet inden 2030. Dansk Socialrådgiverforening lancerede allerede i september et udspil til et nyt beskæftigessystem, som giver plads til socialrådgivernes faglighed og det enkelte menneskes ønsker og behov.

Læs DS' udspil på socialraadgiverne.dk/tillidentilbage

"Hvis man sparer på bureaukratiet, er det fint med mig"

Hun er åben overfor at gentænke beskæftigelsesindsatsen, men efterlyser klare og bedre bud fra regeringen. Både borgere og kolleger er bekymrede over uvisheden. Mød Rikke Troelsen, der er fællestillidsrepræsentant i Jobcenter København

Fortalt til Mette Mørk
Foto: Lisbeth Holten

Vi laver faktisk meget godt arbejde i jobcentrene, men vi er blevet kritiseret i rigtig mange år. Jeg arbejder med de unge ballademagere, som jeg kalder dem. Det er dem med pletter på straffeattesten, som ofte bevæger sig i bandemiljøet. Vi kører rundt i alle landets fængsler og besøger de københavnske indsatte og laver uddannelses- og jobplaner med dem.

Jeg kan godt lide at arbejde med de udsatte målgrupper. En af mine første opgaver som nyuddannet 25-årig var at prøve at komme i kontakt med dem, der hang ud på Enghave Plads, drak, måske tog stoffer og ikke rigtig var i systemet. Jeg synes, det var en fed opgave, men også grænseoverskridende.

Brænder for de udsatte

Jeg har nogle gange hjulpet med jobparate, hvis kollegerne skulle have en hånd med en arbejdspukkel. Men det bliver tydeligt for mig,

at det er de udsatte, jeg brænder for. Jeg kan rigtigt godt lide at bygge en relation, hvor det på forhånd ser vanskeligt ud.

De unge har en masse udfordringer udover pletter på straffeattesten, og de har ofte ikke en uddannelse, og nogle har ikke engang gennemført folkeskolen. Det er ikke noget, der bare lige lykkes. Så man lever højt på det længe, når man får en uddannelse eller arbejde. De er også så taknemmelige, når de bliver hjulpet ud af miljøet og videre.

Kolleger ramt af kritik

Selv om vi som nævnt laver meget godt arbejde, har borgerne i København demonstreret imod os medarbejdere, og retorikken har været hård.

Mine kolleger har gjort alt det, de skulle i henhold til lovgivningen, men nogle har – enten konstant eller i perioder – alt for mange sager. Vi havde også en borgmester, der kritiserede os, ligesom vi har kommunalpolitikere, der ville flytte beskæftigelsesindsatsen over til socialforvaltningen.

Jeg kan se, at nogle af mine kolleger

bliver hårdt ramt af kritikken. Jeg tror, jeg selv er blevet lidt immun. Jeg tænker, at noget af det vigtige er, at man også lytter til kritikken. Den kommer ikke af ingenting. Jeg har været nysgerrig, og jeg har mødtes med nogle fra "Jobcentrenes ofre" og har prøvet at lave workshops og møder for at blive klogere på, hvad borgeren oplever.

Jeg er ikke så bekymret for, at regeringen vil gentænke beskæftigelsesindsatsen, men jeg har svært ved at se, hvor man kan spare 3 milliarder kroner. Hvis man vælger at spare på de mange proceskrav, dokumentationskrav og bureaukrati, som vi er underlagt, så vil det være fint med mig. Men jeg synes, at der mangler klare og bedre bud på, hvad man vil gøre anderledes? Med udspillet 'Tilliden tilbage' – udspil til en ny og målrettet beskæftigelsesindsats' er DS faktisk kommet med et godt bud på, hvad der skal til.

Her og nu har jeg borgere, der er bekymrede for, hvad der skal ske med dem, og også kolleger, der er ret bekymrede. Nu må vi vente og se. Det gavner ikke nogen at stresse unødigt." ♦



← Uvisheden vækker bekymring både hos mine kolleger og borgerne, siger Rikke Troelsen.

SLIP STOLEN OG BEVÆG DIG

Bevæg dig i løbet af arbejdsdagen og hold korte pauser – så kvitterer din krop og hjerne med mere energi. Prøv at være bevægelsesdetektiv hver dag i en uge, hvor du leder efter muligheder for at stå op og gå mere på din arbejdsplads – og lad dig inspirere af forslagene herunder.

Af Susan Paulsen

SKRU OP FOR HVERDAGSBEVÆGELSERNE

Hold dig til max seks timers siddende arbejde pr. arbejdsdag og øv dig i ikke at sidde mere end 30 minutter ad gangen. Brug dit hæve-sænkebord. Kroppen og i særdeleshed hjernen har brug for ilt og friske forsyninger hele tiden, og det får den ikke i tilstrækkelig grad, når du sidder stille.

VED SKRIVEBORDET

- Stå op, gerne flere gange i timen.
- Stå op, når du taler i telefon.
- Stå op, når du læser mails.

VÆK FRA SKRIVEBORDET

- Vælg en printer længere væk.
- Vælg en kaffeautomat på en anden etage.
- Vælg altid trapperne.

VED MØDER

- Stå op, hvis det er muligt. Det giver mere energi. Og aftal, at det er OK.
- Flyt mødet til en walk-and-talk, når det kan lade sig gøre.

KORTE PAUSER

De helt korte ophold i arbejdet er de vigtigste – hold to aktive minutter to gange i timen, hvor du bevæger dig væk fra stol og skærm. De to minutters 'ophold' i arbejdet er en forudsætning for, at du kan holde dig skarp hele dagen – både fysisk og mentalt.

TAG EN PULSSNACK

De to aktive minutter kan blive til 20 englehop eller høje knæløft, der sætter pulsen op. Det er en pulssnack, som også nedsætter lysten til snacks.

TO AKTIVE MINUTTER

- Squat
- Armbøjninger
- Planke
- Udstrækning
- Gå 250 skridt

Kilde: minkroppaajob.dk

Når man bliver ved med at gå, så går det nok...

Søren Kirkegaard, teolog og filosof, skrev i et brev til sin svigerinde i 1847: "Tab for alt ikke Lysten til at gå; jeg går mig hver dag det daglige velbefindende til og går fra enhver Sygdom; jeg har gået mig mine bedste tanker til, og jeg kender ingen tanke så tung, at man jo ikke kan gå fra den."

Kilde: "Slip stolen – for hjernens skyld"

FORMLEN 20-8-2 GIVER PLADS TIL DET STÅENDE ARBEJDE

Sid ned i 20 minutter, stå op i 8 minutter, og vær aktiv i 2 minutter

8 minutter stående, fordi mange begynder at hænge efter 8 minutter – og så er det bedre at sætte sig ned igen. 2 aktive minutter hver halve time hver dag gør en stor forskel. Det ilter, rydder op og renser ud på kroppens egne præmisser – og giver hjernen en tænkepause.

Kilde: "Slip stolen – for hjernens skyld"

20

8

2

**20 MINUTTER SIDDENDE
8 MINUTTER STÅENDE
2 AKTIVE MINUTTER**

VÆRD AT HUSKE

STÅ RIGTIGT

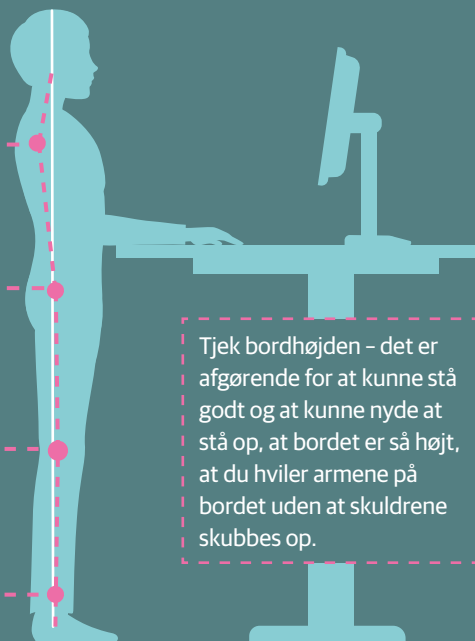
Start med at stå op i korte tidsintervaller og vær opmærksom på, om du står 'rigtigt':

Med den rette bordhøjde arbejder du med en god og neutral kropsholdning, hvor dine skuldre skubbes lidt bagud og din brystkasse skydes let frem.

Træk bækkenet en anelse ind under dig.

Hav lidt løse knæ – undgå overstrækning.

Stå med lige vægt på begge ben.



Tjek bordhøjden – det er afgørende for at kunne stå godt og at kunne nyde at stå op, at bordet er så højt, at du hviler armene på bordet uden at skuldrene skubbes op.

FORDELE VED HVERDAGS-BEVÆGELSER

- Det er lettere at holde dig motiveret, fordi det ikke kræver ekstra tid – bevægelserne flettes ind i din hverdag og skal ikke 'overkommes'.
- Hverdagsbevægelser medfører kun sjældent skader og overbelastning.
- Du forbrænder flere kalorier, og du reducerer følelsen af træthed.
- Du reducerer smerter fra ensidig brug af din krop.
- Du holder stressreaktioner nede.
- Når hverdagsbevægelserne er blevet en vane, så tilfører det energi til din dag.

FAKTA

I Danmark har vi endnu ikke anbefalinger om at reducere siddetid og skrue op for bevægelser ved lav intensitet. Det har eksempelvis England og Finland, og senest er Canada i 2020 kommet med retningslinjer for fysisk aktivitet – 'Canadian 24-hour movement guidelines' – som også omfatter hverdagsbevægelser og reduceret siddetid.

Læs mere på www.csepguidelines.ca

Kilde: 'Slip stolen – for hjernens skyld'



"VI ØDELÆGGER VORES KROP OG HJERNE, HVIS VI IKKE BEVÆGER OS"

Det er vigtigt med de mange små bevægelser i løbet af dagen. Det drejer sig hverken om at løbe en halv- eller helmaraton, men om at tage trappen, huske at bruge sit hæve-sænkebord og stå op et par gange i timen – og at snige så mange skridt som muligt ind i arbejdsdagen, siger fysioterapeut Lone Østergaard.

Af Susan Paulsen

MED RELATIVT SMÅ ændringer kan du holde dig frisk – både fysisk og mentalt. Sådan lyder det opmuntrende budskab fra fysioterapeut Lone Østergaard, der har skrevet bogen "Slip stolen – for hjernens skyld". Hendes mission er at reducere siddetiden for de mange mennesker, som tilbringer det meste af deres arbejdstid på et kontor.

– En af vores helt store helbredsudfordringer er, at vi sidder alt for meget og alt for længe ad gangen. Vi ødelægger både vores krop og hjerne, hvis vi ikke bevæger os. Når vi sidder stille, er hovedparten af kroppens muskler i hvile, og vi får ikke transporteret næringsstoffer, ilt og affaldsstoffer i samme grad, som når vi aktiverer musklerne.

Bevægelse øger trivsel

Forskningen viser, at kredsløb og bevægelse påvirker hjernens funktion, og vi påvirker den mentale trivsel markant med bevægelse.

– Sidder man ned i for lang tid, påvirker man den del af hjernen, der hedder hippocampus, som har med indlæring og hukommelse at gøre. Derfor betyder det virkelig meget, at vi bevæger os hver dag og i løbet af dagen. Det er nærmest depressionsfremkaldende at sidde ned. Vi er skabt til bevægelse – det er ikke noget, vi kan springe over, uden at det har konsekvenser, lyder det fra fysioterapeuten.

Kræver indsats hver dag

Lone Østergaard understreger, at det at sidde for meget ikke er det samme som at træne for lidt.

– Træning kan ikke erstatte alle de naturlige hverdagsbevægelser, du laver i løbet af dagen 365 dage om året. Hvis du har valgt at træne tre gange om ugen, og du ikke kan mandag, så gør det ikke en nævneværdig forskel, at du i stedet trækker i træningstøjet tirsdag. Men hvis du ikke når dine daglige bevægelser i dag, kan du ikke lave dem i morgen med samme effekt.

– De bevægelser, du ikke får lavet i dag, er i princippet tabt. Hverdagsbevægelserne holder kroppen i gang, og det kræver en indsats hver dag. Ellers svarer det lidt til at spise to kilo kål om søndagen frem for at fordele den fiberrige kost på alle ugens dage.



De bevægelser, du ikke får lavet i dag, er i princippet tabt. Hverdagsbevægelserne holder kroppen i gang, og det kræver en indsats hver dag.

Lone Østergaard, fysioterapeut

Bevægelse er med til at regulere niveauet af stresshormoner, og det er med til at skrue op for de hormoner, der får os til føle os godt tilpas. Og det er ifølge Lone Østergaard, når vi har travlt – og helst vil sidde ned – at vi har mest brug for bevægelse.

– Når vi møder belastning med restitution, så kan kroppen klare rigtig meget. Den er jo ikke sart. Men den skal holdes i gang for at fungere optimalt og for at kunne stå imod det, vi byder den. ♦



Lone Østergaard
Fysioterapeut,
foredragsholder
og forfatter. Hun
stiftede virksom-
heden Min Krop på
Job i 2008 og har
i alle årene været
konsulent inden
for det fysiske
og ergonomiske
arbejds miljø. Hun
har samlet erfa-
ringerne i brugs-
bogen 'Slip stolen
– for hjernens
skyld', som udkom
i 2020.

Læs mere på
minkropppaajob.dk

NARRATIVEPERSPEKTIVER

anne@narrativeperspektiver.dk

Østerbrogade 29 3sal
2100 København Ø
tlf 22160065

NARATIV INTENSIVT SAMTALEKURSUS - FÅ PLADSER

Kursus 4 dage • 1/3 & 2/3 og igen 8/3 & 9/3 2023 • Pris 6.500 kr
Grundlæggende intensiv træning i det narrative praksisfelt.

PSYKOFARMA UDTRAPNING - OG MEDICIN ABSTINENSER

Kursus 1 dag • 22. MAJ 2023 • Pris 700 KR
Udtrapning uden abstinenser med PhD. psykolog Anders Sørensen

TRAUMEBEHANDLING • Respons baseret metode

Kursus 3 dage • 7-9 Juni MARTS 2023 • Pris 5.200 kr.
Traumekort introduceres i arbejdet med de alvorlige symptomer.

FAMILIETERAPEUT UDD. 1. ÅR - KØBENHAVN 2023

12 Hele dage • START 13 SEPT. 2023 • PRIS 23.500 kr.
Familieterapeutuddannelsen for dig som arbejder m. familier og børn.

FAMILIETERAPEUT UDD. 1. ÅR - KØBENHAVN 2024

12 Hele dage • START MARTS 2024 • PRIS 24.500 kr.
Familieterapeutuddannelsen for dig som arbejder m. familier og børn.

PARTERAPEUT - Kan terapeuten tale om sex?

KURSUS 1 dag • 8. JUNI 2023 • PRIS 1500 kr.
Kvalificer narrative skills i pærsamtalen og dens relationsfortællinger.

TAVLEBRUG - det visuelle overblik

KURSUS 1 dag • 10. Nov. 2023 • PRIS 1500 kr.
Hvordan bruge tavlen i dine samtaler, som redskab for dig og klient?

narrativeperspektiver.dk

BLIV SENIORMEDLEM I DS - og bevar tilknytningen til dit fag

Når du indstiller din aktive socialrådgiverkarriere, så har DS stadig et godt tilbud til dig. Du kan for 81 kroner pr. måned blive seniormedlem og fortsat have kontakt til fag og fagfæller, og du kan deltage i spændende seniorarrangementer.

Se hvordan du bliver medlem og læs mere i velkomstpjecen, som du finder her:
socialraadgiverne.dk/seniorsektionen

Læs mere om DS' mange netværk på socialraadgiverne.dk/faggrupper



Potentialet udfoldes i fælleskaber

3 attraktive bo-former til mennesker med kognitive udfordringer

Autismespektrum forstyrrelser, ADD, ADHD, kromosom syndromer, mindre psykiatriske problemstillinger, personligheds- og adfærdsforstyrrelser, senhjerneskade og andre komorbiditeter.

Fra 15 - 35 år. §66. §107.

Uddannelse Afklaring og Beskæftigelse
STU. LAB. §103/104.

Kvalificerede medarbejdere, i et hjemligt og professionelt miljø.

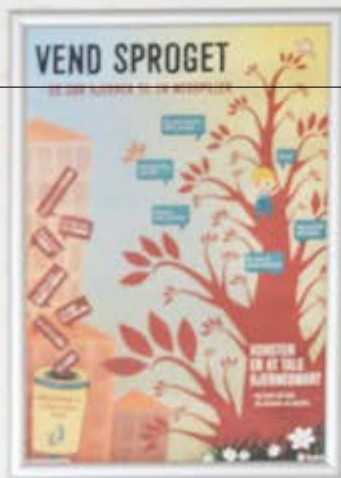
www.ørnehøj.dk • mob. 5531 2500



"FØR JEG SNAKKEDE MED TINA TROEDE JEG IKKE JEG VILLE BLIVE TIL NOGET"

Hver torsdag har **Sukaina Hussain Abed Al Rida Al-Maiahi** fra 9.Z på Tilst Skole en snak med **Tina Mogensen Givskud**, som er socialrådgiver på skolen. Hun er med til at afklare, om barnets eller den unges tegn på mistrivsel skyldes et mindre problem, eller om der er behov for en større indsats.

Af Lærke Øland Frederiksen
Foto: Tor Birk Trads



...FØR JEG SNAKKEDE MED TINA

Da Sukaina Hussain Abed Al Rida Al-Maiahi kom til Tilst Skole i 8. klasse, røg hun hurtigt ind i en masse konflikter med de andre piger på skolen og havde det rigtig svært fagligt.

Sukaina havde haft et lidt turbulent skoleforløb med udredning ved PPR og havde ikke en oplevelse af, at det at gå i skole var nemt. Det var hendes klasselærer, der foreslog, at hun skulle tale med skolens socialrådgiver Tina Mogensen Givskud.

– Jeg troede bare, at jeg skulle snakke med hende én gang, men da jeg var færdig, havde jeg lyst til at komme igen. Og nu glæder jeg mig hver gang, jeg skal snakke med Tina, siger Sukaina.

I løbet af det halve år, hvor Sukaina er kommet hos skolesocialrådgiveren, er der sket en stor udvikling.

– Nu er hun en moden 9.-klassespige, der hviler i sig selv og slet ikke har brug for at gå ind i de konfliktsituationer. Det er et ret imponerende stykke arbejde, Sukaina har lavet, siger Tina Mogensen Givskud.

I samtalerne får Sukaina redskaber til at ændre sine uhensigtsmæssige adfærdsstrategier, så hun har nogle alternativer til at gå ind i konflikterne.

– Tidligere lagde jeg selv op til konflikterne og råbte bare, indtil jeg fik det, som jeg gerne ville. Nu lader jeg være med at gå ind i konflikterne, og hvis der er noget, jeg har brug for at tale om, så tager jeg det med til Tina om torsdagen. Mine lærere siger, at jeg er faldet mere til ro, og de ringer ikke hjem til min mor længere, så hun kan også godt se, at jeg har forandret mig, siger Sukaina.

Hvis man skal ændre sin adfærd, skal man ifølge Tina Mogensen Givskud være motiveret for det, så det handler også rigtig meget om at finde ud af, hvad det egentlig er, man gerne vil med sit liv.

– Vi snakker meget fremtid, håb, drømme, perspektiver og muligheder. Jeg har prøvet at give Sukaina tro på, at hun kan rigtig meget, og at der virkelig er



– Mange familier har helt klassiske sociale problemer, og mange elever er enormt splittede i at være kulturelle, siger skolesocialrådgiver Tina Mogensen Givskud.



Tilst Skole ligger i Aarhus Kommune og går fra 0. - 10. klasse.



Jeg arbejder på at styrke elevernes selvbillede, og så øver vi adfærd. Og pludselig rækker de hånden op i timen eller står i den pigeflok, de ikke har turdet nærme sig i flere år.

Tina Mogensen Givskud, skolesocialrådgiver

brug for hende ude i samfundet, siger Tina Mogensen Givskud.

Sukaina har fået plads i skolens booster-klasse, hvor hun får ekstra hjælp til det faglige. Hendes plan er at tage 10. klasse, og på sigt vil hun gerne uddanne sig til socialrådgiver.

– Men jeg er lidt nervøs over eksamen, og jeg er bange for at dumpe, siger Sukaina.

Det er der ingen grund til at være, forklarer Tina Mogensen Givskud, for der er mange muligheder, selv hvis man dumper. Man kan tage fagene om eller for eksempel tage dem som HF-enkeltfag senere.

Bag om historien

Selv om de fleste børn og unge generelt har det godt i Danmark, er der mange som oplever mistrivsel. Børn og unge bliver i stigende grad patienter i psykiatrien, og flere undersøgelser dokumenterer voksende problemer med ensomhed, præstationsangst og lav livskvalitet.

Hvis udviklingen skal vendes, er det vigtigt, at børn og unges mistrivsel forebygges. Og socialrådgivere er eksperter i at få øje på tegn på mistrivsel, før det går galt. Når de arbejder i børnehaver, skoler og på ungdomsuddannelser, kan de spotte tidlige tegn på mistrivsel – i tæt samarbejde med lærere, pædagoger og PPR – og guide familien og deres børn og unge til hurtig og rigtig hjælp.



Mine lærere siger, at jeg er faldet mere til ro, fortæller Sukaina Hussain Abed Al Rida Al-Maiahi.

Sukaina har da også fået mere tro på sin fremtid.

– Før jeg snakkede med Tina, havde jeg ingen anelse om, hvad jeg ville, og jeg troede faktisk ikke, at jeg ville blive til noget. Men Tina bliver ved med at sige, at jeg er meget åben og kan finde ud af at snakke med mennesker, så nu vil jeg gerne være socialrådgiver, for jeg vil gerne hjælpe, når jeg kan se, at der er nogen, der har det svært, siger Sukaina.

Kæmpe pres på de unge

Sukaina er langt fra den eneste 9.-klasseselev, der føler sig presset af kravene i uddannelsessystemet.



Trivsel er, når en elev pludselig står i den pigeflok, hun ikke har turdet nærme sig i flere år.

Det er ofte her, de unge bliver ramt af livets alvor og føler sig pressede.

– Mange tror, at man efter folkeskolen skal videre på en ungdomsuddannelse og så direkte på en videregående uddannelse. Og de bliver enormt stressede, hvis de ikke føler, at de kan klare det, fortæller Tina Mogensen Givskud.

Der kan være mange grunde til, at de unge ikke føler, at de kan håndtere forventningerne til dem. Tilst Skole ligger i et meget blandet område, hvor der både er et stort villakvarter og meget socialt boligbyggeri. Det er det skoledistrikt i Aarhus, der har flest sager i familieafdelingen.

– Mange familier har helt klassiske sociale problemer, og mange elever er enormt splittede i at være kulturelle, siger hun.

Men Tina Mogensen Givskud bruger også meget tid på børn fra ressourcestærke familier, som kæmper med angstreaktioner og tungsind.

– De er pressede af skoleindholdet og lektiebelastningen. Skoledagen er for voldsom, fordi de har mange timer, og der er larm og uro i klassen. Og så har de mange gøremål i fritiden og føler, at de bliver nødt til at være på sociale medier hele tiden. Der er et kæmpe pres på dem, siger hun.

Dertil kommer mange børn med særlige behov, som skal inkluderes, men som ikke trives i folkeskolen. Skolen gør, hvad den kan, men hele inklusionsområdet er udfordret generelt, oplever Tina Mogensen Givskud.

– Der er nogle, hvor jeg tænker, at de burde få et andet skoletilbud, men det kan de ikke få, og det er



De seneste år er kommunernes udgifter til tabt arbejdsfortjeneste steget voldsomt. Fra lige godt 1 mia. kroner i 2017 til 1,6 mia. kroner i 2021. Det er der flere årsager til, men en af dem er, at flere børn og unge mistrives i så stor udstrækning, at de ikke kan passe deres skolegang.

Kilde: DR og Danmarks Statistik

→ hverken godt for dem eller resten af klassen, siger hun.

Ud over uddannelsen som socialrådgiver har Tina Mogensen Givskud et modul fra VIA om "Unge i udsatte positioner", en kognitiv terapiuddannelse, som hun bruger i samtaleforløbene med de unge, hvor hun også er inspireret af den metakognitive tilgang. Men hun stiller ikke diagnoser og laver ikke decideret behandling. Hvis der er brug for det, 'brobygger' hun i stedet til familiecentret, børne- og ungdomspsykiatrien, angstklinikken, til egen læge, som kan henvise til psykolog, eller til PPR, så børnene kan blive udredt.

I samtalerne med børnene har Tina Mogensen Givskud som socialrådgiver et helhedsblik og får derfor spurgt ind til nogle ting, som lærerne ikke nødvendigvis er opmærksomme på.

– Når de meget urolige og impulsive børn, der ikke kan sidde stille og hele tiden ryger i konflikt, sidder her hos mig i sofaen, så er det pludselig et ganske stille og ked af det menneske, som har en kæmpe facade. Det med at nå ind bag ved facaden, det tror jeg vi socialrådgivere kan på en anden måde, siger hun.

Tina Mogensen Givskud spørger ind til børnenes levevilkår og finder eksempelvis ud af, at en dreng deler værelse med sin storebror, som slår ham, eller at en forælder med PTSD råber og skrider, så barnet ikke kan koncentrere sig om lektierne. Hun har lige som alle andre på skolen skærpet underretningspligt, så hvis hun får mistanke om vold eller social kontrol, underretter hun familieafdelingen. Og hun hjælper sine lærerkolleger med at vurdere, hvornår der skal skrives en underretning.

Men mange problemstillinger tager hun i opløbet i samtale med de unge.

– Jeg møder mange stille og indadvendte børn, som går langs væggen og ikke siger meget i løbet af en hel dag, men man kan bare se, at de ikke har det godt.



Det er vigtigt forebyggende arbejde, for de her børn, bliver ensomme voksne, hvis de ikke får lært nogle sociale skills.

Tina Mogensen Givskud, skolesocialrådgiver



Vores skolesocialrådgiver er tilgængelig, tager problemerne i opløbet og arbejder forebyggende.

Skoleleder Lone Jørgensen



De får ofte lov til at gå under radaren, fordi de ikke forstyrrer nogen, siger Tina Mogensen Givskud.

Denne gruppe af børn ville ofte ikke nå familiecenteret via underretninger, men lærerne kan sende dem ned til Tina Mogensen Givskud og bede hende finde ind til, hvad der er i vejen. Eller hun spotter selv en ændring i deres adfærd, fordi hun møder dem på gangen hver dag og lægger mærke til, hvis der er noget galt.

– Mange af dem har forældre, som ikke er så gode til at snakke om følelser. Så jeg arbejder på at styrke deres selvbillende, og så over vi adfærd. Og pludselig rækker de hånden op i timen eller står i den pigeflok, de ikke har turdet nærme sig i flere år. Det er et rigtig vigtigt stykke forebyggende arbejde, for de her børn bliver ensomme voksne, hvis de ikke får lært nogle sociale skills som børn, siger Tina Mogensen Givskud.

"Håber alle møder en som Tina"

Når de unge nærmer sig afslutningen på deres folkeskoletid, sørger Tina Mogensen Givskud også for at hjælpe dem godt videre i systemet. Eksempelvis ved at henvise dem til samtaleforløb i Ungekontakten eller kommunens mentorstøtte.

En af de elever, Tina Mogensen Givskud har hjulpet, er på vej videre i 10. klasse, og hans mor er rigtig glad for, at Tina Mogensen Givskud overleverer til den nye skole.

– Det er godt at få skrevet det hele ned, for når han skal starte 10. klasse på en anden skole, kender de ham ikke, men gennem de ting, Tina skriver om ham, så ved de, hvorfor han har været hos Tina, og hvad han har været igennem, i stedet for at de bare dømmer ham, siger den 16-åriges mor, som ønsker at være anonym. Redaktionen kender hendes identitet.

Drengen fik det svært i skolen og blev meget indelukket i forbindelse med, at hans far blev syg og var indlagt i en længere periode.

– Han ville ikke fortælle mig, hvordan han havde det, fordi han var bange for at gøre mig ked af det. Det var

lettere for ham at tale med Tina. Men nu kommer han glad hjem og fortæller, at han har haft en samtale med Tina i dag og vi snakkede om det og det, siger moren.

Ud over at tale med drengen har Tina Mogensen Givskud sparret med hans lærere om, hvordan de bedst indretter undervisningen efter hans behov.

– Han er blevet gladere for at gå i skole, og lærerne siger, at han har rykket sig rigtig meget, både fagligt og socialt. Der findes rigtig mange unge, som virkelig har brug for en at snakke med, og jeg håber virkelig, at de møder en som Tina, siger moren.

Skånsomt og trygt

Tina Mogensen Givskud er en af meget få socialrådgivere, som er ansat direkte på en folkeskole, mens andre skole- og daginstitutionssocialrådgivere typisk er ansat i kommunernes forvaltninger og har myndighedsansvar.

Tilbage i efteråret blev Tina Mogensen Givskud sammen med sin skoleleder inviteret til at holde oplæg på Kommunernes Landsforenings årlige konference om Børn og Unges mistrivsel netop for at fortælle om sin funktion og ansættelsesform.

Tina Mogensen Givskud fortæller, at hun selv spotter omkring halvdelen af de elever, der kommer hos hende, mens den anden halvdel kommer forbi hende, efter det er aftalt på et møde, eller lærerne har taget direkte kontakt til hende. Hun kender børnene godt, fordi hun er på skolen alle ugens hverdage, og hun kan af egen drift opspore og opsøge elever, der er i mistrivsel på den ene eller anden måde.

Det er desuden Tina Mogensen Givskuds erfaring, at hvis en lærer eller leder skal søge faglig sparring hos en udenforstående medarbejder – for eksempel en familierådgiver – så skal der ofte være ret tungtvejende årsager til det. Det er ikke altid nemt at søge sparring, det handler også om tillid, da det ofte kan være sårbart at vise sin egen faglige formåen, forklarer Tina Mogensen Givskud.

– På skolen kender vi hinanden også fra uformelle sammenhænge, og det skaber en faglig tryghed, når der er behov for at søge sparring. Dermed kommer vi til at arbejde langt mere forebyggende. Altså virkelig langt mere forebyggende, siger hun.

Tina Mogensen Givskuds erfaring er, at mange af eleverne og deres familier får hurtigere hjælp og støtte – og før det bliver til en børnesag i kommunens familieafdeling. Desuden er det også mere skånsomt for børnene, at samtalerne foregår lokalt på skolen, og det er trygt, fordi de kender hende på forhånd.

Det er skoleleder Lone Jørgensen, der ansatte hende for fem år siden, og hun mener, at skolesocialrådgiveren er uundværlig.



– På skolen kender vi hinanden, og det skaber en faglig tryghed, når der er behov for at søge sparring, siger Tina Mogensen Givskud.



Der går 735 elever på Tilst Skole fordelt på 35 klasser.



– Vi ligger i et meget udsat område, så vi kan ikke undvære en skolesocialrådgiver. Men mange andre skoler ville også have glæde af det, siger hun.

Det er blandt andet Tina Mogensen Givskuds indsigt i det juridiske og kendskab til forvaltningens måde at arbejde på, der er uundværlig for skolen.

– Det er vi lærere og pædagoger jo ikke uddannet til. Så det er rigtig godt, at Tina er med til at kvalificere vores underretninger og tjekke, at vi har styr på, hvem der skal orienteres og partshøres, siger Lone Jørgensen.

Lærerne på Tilst Skole sparrer med Tina Mogensen Givskud, hvis de er bekymrede for et barn eksempelvis ved for meget skolefravær.

– Hun er tilgængelig, tager problemerne i opløbet og arbejder forebyggende. Vi bruger hende meget til at sparre med, og det er enormt stærkt at få et mere tværfagligt blik på vores børn. Hun gør os klogere på alt det, der er omkring barnet.

JOBCENTER PÅ CAMPUS SIKRER HURTIG HJÆLP TIL DE UNGE

Side om side med erhvervsuddannelser, gymnasium, 10. klasse, SOSU-skole og ungdomsskole ligger **Ungekontakten**, hvor socialrådgiver **Laura Lund** hjælper de unge, der ikke tager den lige vej igennem uddannelsessystemet.

Af Lærke Øland Frederiksen

PÅ VEJ HJEM fra skole kan de unge i Frederikssund slå et smut ind forbi Ungekontakten, hvor de kan få hjælp til alt fra bolig, økonomi, uddannelsesvejledning, jobsøgning og andre former for støtte. Her holder socialrådgiver Laura Lund til. Hun er egentlig ansat på jobcenteret, men Ungekontakten ligger midt på Campus sammen med UU-vejledningen og mentorerne, så de unge betragter det ikke som et jobcenter.

– Det gør det lettere for dem at tage fat i os, når det brænder på. Nogle bliver henvist til os fra skolerne, andre kommer ind fra gaden, fordi de er tæt på at droppe ud af deres uddannelse eller allerede er droppet ud og ikke ved, hvad de skal gøre, fortæller hun.

I sådanne tilfælde sætter Laura Lund typisk gang i en fastholdelsesmentor, som skal forebygge, at de unge ender på offentlig forsørgelse.

– Mange af vores unge tager ikke den lige vej igennem uddannelsessystemet. Det er derfor, vi tilbyder mentorer, der kan slukke nogle af de ildebrande, som de unge ikke selv formår at slukke, siger Laura Lund.

Det er meget forskellige unge, der kommer i Ungekontakten. Det er lige fra gymnasieeleven med social angst, der skal have støtte til at vende tilbage til uddannelsen, til unge i misbrug og hjemløshed, og unge med diagnoser som skizofreni og borderline. Så de har meget andet end skolen at bekymre sig om.

– Vi bruger meget tid på at rådgive og vejlede om bolig og økonomi. Det er en del af vores forebyggende arbejde, at vi vejleder inden tingene vælter, og vi koordinerer for de unge, fordi de mister overblikket selv, siger Laura Lund.

Hun ser en lille stigning i antallet af unge, der har brug for hjælp fra Ungekontakten, og en klar tendens til, at de unge er i dårligere travsel og har mere komplekse problemstillinger.

– Der er generelt høje forventninger til unge, og der er sat tydelige rammer i samfundet for, hvor vi gerne vil hen med dem. Så det bliver tydeligere, at de unge, der ikke magter at leve op til det, falder igennem, siger Laura Lund.

Hun er tit ude af huset, fordi hun har et tæt samarbejde med psykiatrien, familieafdelingen og misbrugsbehandlingen. Men hun arbejder også tæt sammen med UU-vejlederne og mentorerne, som også sidder i Ungekontakten på Campus.

– Vi har en meget tæt opfølgning, fordi vi møder hinanden på gangen og lige kan drøfte, hvordan det går med den unge. Det kræver ikke et møde, eller at vi ringer til hinanden, siger Laura Lund.

Hjælp uden ventetid

En af de kollegaer, Laura Lund ofte støder ind i på gangen, er UU-vejleder Rikke Kreiberg. Hun skal egentlig kun tale uddannelse med de unge, men ofte viser det sig i samtalen, at der er nogle helt andre problematikker, som står i vejen for, at den unge kan tage en uddannelse.

– Vi bruger meget krudt på den mistrivsel, der er både psykisk og socialt, det er jo ikke rart at have det sådan, at man har ondt i maven hver dag, når man går i skole. Rigtig mange har andre udfordringer, som spiller ind på deres skolegang, så vi bliver nødt til at samarbejde, siger hun.

Så går hun ud og henter Laura Lund eller en af de andre socialrådgivere.

– Og så aftaler jeg med den unge, at det med uddannelse godt kan vente lidt, lige nu skal du have hjælp til dit privatliv, fordi det personlige og sociale sejler, siger Rikke Kreiberg.

Laura Lund og hendes kollegaer skiftes til at sidde én dag om ugen som 'frontvagt', hvor de tager sig af akutte henvendelser. Så UU-vejleder Rikke Kreiberg kan næ-

Vi har tiden og ressourcerne til at danne os et helhedsbillede, danne en relation til de unge og være tilgængelige for dem, og handle på det, der er vigtigt for dem nu og her.

Laura Lund, socialrådgiver, Ungekontakten i Frederikssund



De unge, som afbryder eller aldrig starter på en ungdomsuddannelse, er en blandet gruppe med forskellige årsager til ikke at gå den lige vej i uddannelsessystemet. For nogle unge er den afbrudte ungdomsuddannelse en strategi, andre dropper ud for at skifte spor, mens andre har svært ved at gennemføre en uddannelse, fordi lav selvtillid eller personlige begivenheder spænder ben. Det viser en ny VIVE-undersøgelse.

Læs undersøgelsen 'Danske unges uddannelsesforventninger' på vive.dk

Skolesocialrådgivere i over halvdelen af landets kommuner

sten altid få fat i en socialrådgiver, når der er brug for det. De kommer enten ind og tager over eller aftaler et møde med den unge meget hurtigt.

– Det er meget bedre end at skulle vente to uger eller tre måneder på et møde. Noget af det, der er enormt vigtigt for mange af de unge, der har udfordringer, det er fornemmelsen af, at nu har jeg endelig indrømmet, at jeg har det svært, jeg har virkelig brug for hjælp, og så går det stærkt. Når man rækker hånden ud, så sker der faktisk noget, siger Rikke Kreiberg.

Mod på at søge uddannelse

De fire dage om ugen, hvor socialrådgiverne i Ungekontakten ikke sidder i frontvagen, har de ansvaret for cirka 40 unge. Det ligger inden for Dansk Socialrådgiverforenings vejledende sagstal for kontanthjælpsområdet, og er ifølge Laura Lund et passende sagstal.

– Vi har tiden og ressourcerne til at danne os et helhedsbillede, danne en relation til de unge og være tilgængelige for dem, og handle på det, der er vigtigt for dem nu og her, siger hun.

Det er ikke altid, at de unge er klar til at starte på en ungdomsuddannelse. For nogle giver det mening at starte på den forberedende grunduddannelse, FGU, eller den særligt tilrettelagte ungdomsuddannelse, STU.

Andre kan få mod på at søge ind på en uddannelse ved først at få en succesoplevelse i en praktik.

– Jeg havde for eksempel en ung med ret meget angst, som havde meget lidt tiltro til, at hun kunne noget som helst. Hende sendte vi ud i praktik, og det var en rigtig god oplevelse for hende. Hun fik meget ros og fik mod på at søge ind på pædagoguddannelsen, fortæller Laura Lund.

De kommuner, som benytter skolesocialrådgiverordningen, oplever, at skolesocialrådgivere fremmer dialogen mellem skolen og det sociale system, er med til at kvalificere underretninger og prioriterer tid til faglig rådgivning og sparring med lærerne. Det viser en ny undersøgelse fra KL.

Af Lærke Øland Frederiksen og Susan Paulsen

SKOLESOCIALRÅDGIVERE er vigtige i kommunernes forebyggelsesindsats. Det dokumenterer en ny undersøgelse fra Kommunernes Landsforening baseret på en spørgeskemaundersøgelse udsendt til samtlige af landets 98 kommuner.

Af de kommuner, som gør brug af skolesocialrådgivere, svarer 88 procent, at skolesocialrådgiverne i høj eller i meget høj grad 'fremmer' dialogen mellem skolen og det sociale system. Knap 75 procent vurderer, at skolesocialrådgiverne i høj eller meget høj grad bidrager til at fremme kvaliteten af underretninger, og hele 85 procent vurderer, at skolesocialrådgiverne i høj grad eller meget høj grad prioriterer tid til at yde faglig rådgivning og sparring til lærere og andre professionelle på skolen.

Spørgeskemaundersøgelsen er som nævnt sendt til samtlige af

landets 98 kommuner – og 76 af kommunerne har deltaget i undersøgelsen. Heraf responderer 51 kommuner svarende til 66 procent, at de gør brug af skolesocialrådgivere, mens 26 kommuner svarende til 34 procent ikke gør.

Forkvinde for Dansk Socialrådgiverforening Signe Færch glæder sig over undersøgelsens resultat. Hun er dog langt fra overrasket over den positive respons.

– Vi er glade for, at rigtig mange kommuner har fået øjnene op for investeringer i tidlige og forebyggende indsatser som én af løsningerne på den stigende mistrivsel blandt børn og unge, der er på alles læber i øjeblikket. Det giver rigtig god mening med socialrådgivere på skoler – men også på ungdomsuddannelser og i dagtilbud. Det koster penge på den korte bane, men på lidt længere sigt betaler det sig, både menneskeligt og økonomisk.

Socialfaglig viden på skolen

Signe Færch bakkes op af Michelle Aarup Kristensen, som er formand for Dansk Socialrådgiverforenings faggruppe for skole- og dagtilbudssocialrådgivere. Som skolesocialrådgiver er hun tilknyttet fem forskellige skoler i Randers Kommune, men er ansat i kommunens pædagogiske og psykologiske rådgivning (PPR).

– Alle børn har et skoletilbud, så hvis vi vil være sikre på at fange børn og unges mistrivsel i opløbet, er det vigtigt, at der er fagpersoner med socialfaglig viden tilknyttet skolerne, så både personale og forældre får mulighed for sparring og vejledning, pointerer Michelle Aarup Kristensen.



MISTRIVSEL KAN RAMME ALLE UNGE – MEN RAMMER UDSATTE HÅRDEST

En ny form for udsathed rammer unge fra alle samfundslag. Årsagerne til mistrivlsen skal ikke findes hos de unge selv, men udspringer for manges vedkommende af rammerne for ungdomslivet. Der findes ikke én løsning på de unges mistrivsel, men akut og helhedsorienteret hjælp er afgørende, pointerer ungdomsforsker på baggrund af ny viden.

Af Susan Paulsen

HVORNÅR ER HØJT tempo udtryk for måltethed og appetit på livet, og hvornår kammer det over og bliver til stress, pres og overbelastning? Hvornår går et stærkt fokus på at klare sig godt fra at være en positiv drivkraft til at kamme over og blive til mistrivsel? Det er nogle af de spørgsmål, som forskerne bag bogen 'Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering – om ny udsathed i ungdomslivet' har undersøgt.

Ungdomsforsker og professor Noemi Katznelson er medforfatter til bogen og understreger, at unges mistrivsel skal tages alvorligt.

– De unge fortæller om, at de taber håret, ikke kan sove, oplever angst og depression og pludselige sammenbrud. Og her spiller rammerne omkring ungdomslivet som for eksempel et øget præstationspres også ind. Mistrivlsen rammer anderledes, end den gjorde tidligere. Den opleves ikke kun af unge med en svær opvækst. I dag kan unge i alle samfundslag blive ramt.

Hun advarer dog imod at tegne et billede af en hel generation i mistrivsel og understreger, at langt de fleste unge har det godt og trives. Men der er en stadig større gruppe unge i mistrivsel, som vi skal være opmærksomme på og tage hånd om.

Pres, stress og angst

Bogen stiller skarpt på de unge mellem 16 og 25 år, der befinder sig i en såkaldt gråzone, hvor de er ramt af forskellige former for psykisk mistrivsel, men allige-



– Unge i langvarig mistrivsel, som kæmper med både klassisk og ny udsathed, har det sværest, siger Noemi Katznelson, professor og leder af Center for Ungdomsforskning.

vel ser ud til at have et ungdomsliv, der i varierende grad fungerer.

Resultatet fra en spørgeskemaundersøgelse, der er indsamlet i 2019 blandt godt 2.000 repræsentativt udvalgte danske unge i alderen 16 til 25 år, viser, at 11 procent af de unge har komplekse udfordringer, 17 procent har psykiske udfordringer, og 16 procent oplever pres og bekymringer, mens et flertal på 56 procent har høj trivsel eller trives, men oplever pres (Se grafik side 23).

Forskerne skelner mellem to former for udsathed for at forstå unges mistrivsel: 'Klassisk udsathed' og 'ny udsathed' (se boks side 23). Ved den klassiske udsathed er der oplagte forklaringer på, at den unge mistrives, som eksempelvis negative erfaringer med skolegang, knaphed på ressourcer, dårlige boligforhold, begræn-

set netværk og ringere adgang til professionel støtte og hjælp.

Mens klassisk udsathed har en markant social slagside, rammer den ny udsathed på tværs af alle sociale lag og er vanskeliggere at få greb om. Og det er ifølge ungdomsforskeren sværere at pege på én konkret ting, som går galt.

– Forestil dig spillet klodsmajor, hvor man stabler en masse klodser til et højt tårn. Det er sjældent en bestemt klod, som er årsag til mistrivlsen. Det er summen af de mange klodser oven på hinanden, som kan få det til at kamme over for nogle af de unge, så de vælter, forklarer Noemi Katznelson og fortsætter:

– Og for at blive i det billede kan man sige, at hvis bunden på tårnet ikke er stabil, fordi man ikke har så meget at stå imod med og heller ikke har så meget

hjælp at hente derhjemme, så er man mere skrøbelig. Måske har du været udsat for mobning og er usikker i det sociale og relationelle. I ungdomslivet er der mange skift, hvor du pludselig føler, at du står enormt usikkert, og du trækker ikke venner med dig ind på de nye områder, for du har ikke fået opbygget de relationer tidligere. Og så står du mere skrøbeligt. Og det er i mødet mellem de her forskellige ting, at den ny udsathed opstår.

Hun pointerer, at den mest langvarige mistrivsel fortsat ses blandt unge, der kæmper med klassisk udsathed forårsaget af socioøkonomiske forhold, samtidigt med at den ny udsathed gør det endnu sværere for dem.

Tre grunde til øget mistrivsel

I bogen peger forskerne på især tre grunde til øget mistrivsel blandt unge:

- Højt tempo på alle livsarenaer og særligt i uddannelsessystemet.

NY FORM FOR UDSATHED

I den nye forskning introduceres to centrale begreber til at forstå unges mistrivsel:

Klassisk udsathed: Handler om klassiske samfundsforhold som ulighed, økonomiske og sociale vilkår, der kan føre til mistrivsel (for eksempel misbrug i hjemmet, fattigdom osv.).

Ny udsathed: En bredere gruppe af unge på tværs af sociale lag bliver ramt af udsathed end dem, der traditionelt har været i risiko. Og dem der i forvejen har det svært, får det endnu sværere. Den nye udsathed kommer blandt andet til udtryk i oplevelser af pres, stress og angst. Det handler især om rammerne for ungdomslivet for eksempel øget præstationspres.

- For ensidigt fokus på præstation (mange vurderende blikke i skolen såvel som i fællesskaberne og på de sociale medier).
- Presset vendes indad og løsningen søges i tilpasning af psyken (psykologisering).

– De unge oplever at skulle være på hele tiden og hele tiden at skulle yde og præstere deres bedste. Begrebet psykologisering dækker over, at unge er opdraget til, at man søger psykologiske forklaringer på personlige problemer og ofte kigger indad, forklarer Noemi Katznelson.

Hun pointerer, at mistrivsel og 'ny udsathed' i høj grad er strukturelt betinget – og henviser til, at knap halvdelen af de unge, som har deltaget i undersøgelsen, føler sig pressede af, at der er så meget de skal hele tiden blandt andet på baggrund af et højt forventningspres og tidspres fra uddannelsessystemet.

Et højt uddannelses- og forventningspres er ikke det eneste, som presser de unge.

– De føler sig også pressede af at skulle se ud på en bestemt måde og af at opleve, at livet kører afsted med dem, uden at de selv kan følge med. Og her spiller presset fra de 'døgnåbne' sociale medier også en rolle. Der er ingen af de tre fænomener, som i sig selv er dårlige, men de skal balanceres. Hvis det bliver for meget, så kammer det over, forklarer Noemi Katznelson.

Forskerne har gennemført over 30 kvalitative interview med de unge og har fulgt de unge i tre år. De har også et bud på, hvad der skal til for at forebygge mistrivsel.

– Politikerne bør se på uddannelsessystemet og skrue ned for det ensidige fokus på præstation og faglige mål og arbejde med skole- og uddannelseskulturen og på tempoet både i hverdagen og i skolen. Der er brug for mere fleksible rammer i uddannelsessystemet, så du som ung ikke føler, at toget er kørt, hvis du ikke kom-

4 FORMER FOR MISTRIVSEL

I bogen 'Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering' – Om ny udsathed i ungdomslivet har forskerne skitseret fire forskellige mistrivselsforløb: Forbigående, tilbagevendende, afgrænset og længerevarende mistrivsel. Forskerne konkluderer, at det er de unge i 'længerevarende mistrivsel', som er hårdest ramt og har sværest ved at komme ud af deres mistrivsel.

Forbigående mistrivsel

Forbigående mistrivsel er karakteriseret ved en periode med pres, mistrivsel og sammenbrud i en ellers relativt stabil hverdag. Mistrivsel kan stabiliseres via hurtig hjælp og støtte, hvor en hverdag i 'overvejende trivsel' vender tilbage.

Tilbagevendende mistrivsel

Tilbagevendende mistrivselsforløb er karakteriseret ved vekslen mellem trivsel og mistrivsel i yoyo-lignende forløb. En vis ustabilitet omkring de unge i deres nære relationer såvel som krav og pres i forhold til uddannelse bidrager til, at mistrivsel er tilbagevendende.

Afgrænset mistrivsel

Afgrænsede mistrivselsforløb er præget af mistrivsel, der rammer hårdt, men i afgrænsede perioder af de unges liv. Stabiliserende rammer omkring de unge såvel som trykke, fleksible skoleforløb bidrager til at mindske mistrivsel.

Længerevarende mistrivsel

Længerevarende mistrivselsforløb er præget af komplekse og dybdegående udfordringer, der medfører en mistrivsel, som kan være langvarig. For at fremme stabilitet og trivsel kræves en tidlig indsats for at understøtte de unges skolegang og en sammenhængende og vedvarende fagprofessionel støtte.

Kilde: 'Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering' – om ny udsathed i ungdomslivet.





mer på i tide. Det skal være muligt at køre med forskellig hastighed. Og så skal vi fortsat tage hånd om de unge i langvarig mistrivsel, som kæmper med både klassisk og ny udsathed, og som er dem, der har det sværest, siger ungdomsforskeren.

Hurtig og helhedsorienteret hjælp

Noemi Katznelson understreger, at der ikke findes én løsning på de unges mistrivsel – men det er afgørende, at de unge kan få hurtig og helhedsorienteret hjælp.

I bogen skriver forskerne, at mange af de unge peger på, at det er vigtigt med hurtig adgang til konkret hjælp og støtte både i grundskolen, på ungdomsuddannelserne og på de videregående uddannelser.

Det handler ifølge Noemi Katznelson om, at der i uddannelsessammenhæng skal

være voksne, som er tilgængelige for de unge, der oplever udfordringer i det daglige. Og de unge skal også vide, hvor de skal gå hen, når de har brug for akut hjælp, når problemerne har tårnet sig op, når de får angstanfald, oplever kollaps og depression.

– Mange af de unge oplever, at de står enormt alene, når de mistrives. De kan ikke finde rundt i systemet, og nogle af dem har svært ved at række ud efter hjælp, men samtidig er det helt åbenlyst, at hvis de havde haft en person, som de kunne gå til, som kunne hjælpe med at få øje på, hvorfor mistrivlsen opstår, så er det muligt at forebygge længerevarende mistrivsel. Altså en der hjælper – sådan en slags hånden i ryggen – som kan støtte de unge i de mange overgange i ungdomslivet, samtidig med at der er mulighed for løbende sparring: ”Hov, nu er der noget

i skolen – der skal snakkes med lærerne.” ”Hov, nu er der noget med det relationelle – jeg tror, at det vil være en rigtig god idé, hvis du kommer til at gå til spejder.” ”Hov, nu tror jeg, at vi er nødt til at snakke med dine forældre.”

Noemi Katznelson fremhæver, at det forebyggende arbejde, hvor man fanger de første tegn på mistrivsel, er vigtig. Og kommunerne skal være opmærksomme på, at de også har tilbud til unge med spirende mistrivsel, for nogle gange er det for svært at få hjælp, påpeger Noemi Katznelson.

– Der, hvor man har det lidt skidt, er det nærmest sådan, at der er en incitamentsstruktur, der tilsiger, at du skal have det meget værre, før du kan få hjælp. Vi får en incitamentsstruktur, som er med til at trække unge hen, hvor vi ikke har lyst til at trække dem hen. Nemlig et sted med risiko for, at de får det dårligere og har det sværere, end en incitamentsstruktur, der trak den anden vej, siger hun med henvisning til det stigende antal henvendelser i psykiatrien.

– Det er blandt andet de mange henvendelser i psykiatrien, som vi gerne skulle undgå, for psykiatrien skal tage sig af psykisk syge. Og forbigående mistrivsel er ikke psykisk sygdom, men en belastningsreaktion, som er den brede, store overskrift for mange af trivselsproblemerne. Det er ikke psykiatriens opgave, men noget der skal gribes tidligere.

Robusthed og det gode liv

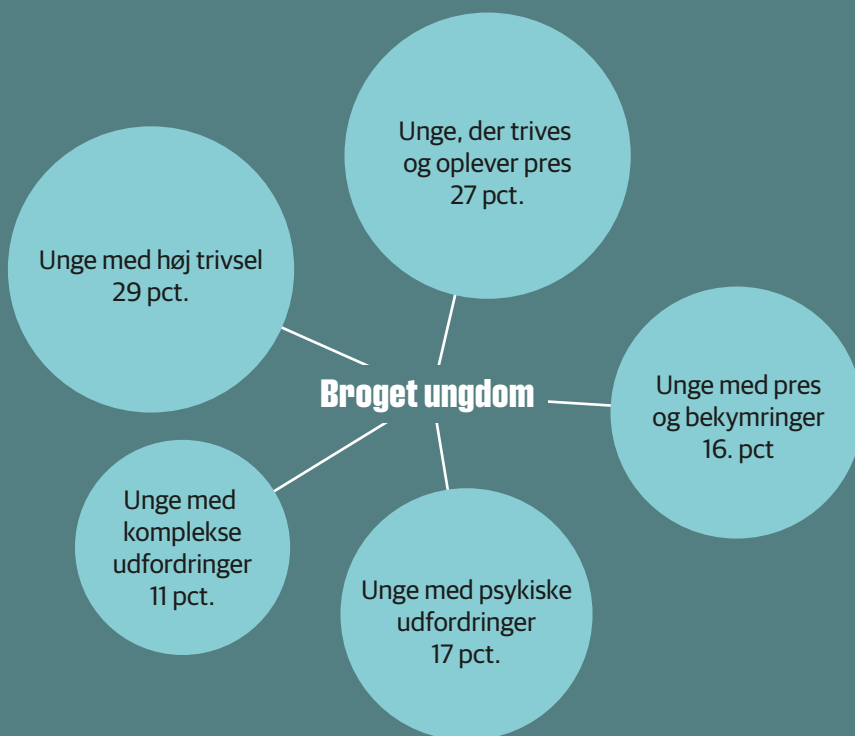
Den nye regering vil nedsætte en kommission ”for det gode børne- og ungdomsliv, der skal foreslå anbefalinger til, hvordan mistrivsel og sårbarhed kan forebygges og afhjælpes, samt hvordan robusthed og myndiggørelse styrkes. Kommissionen skal også se på indflydelsen fra sociale medier og andre større samfundstendenser”, som det hedder i regeringsgrundlaget.

Noemi Katznelson opfordrer til, at man i forbindelse med kommissionsarbejdet bliver skarp på, hvor og hvordan man sætter ind over for hvilke problemer.

– Risikoen er – for at sætte det på spidsen – at man tror, at bedre muligheder for at gå til en fritidsaktivitet kan løse en

BROGET UNGDOM

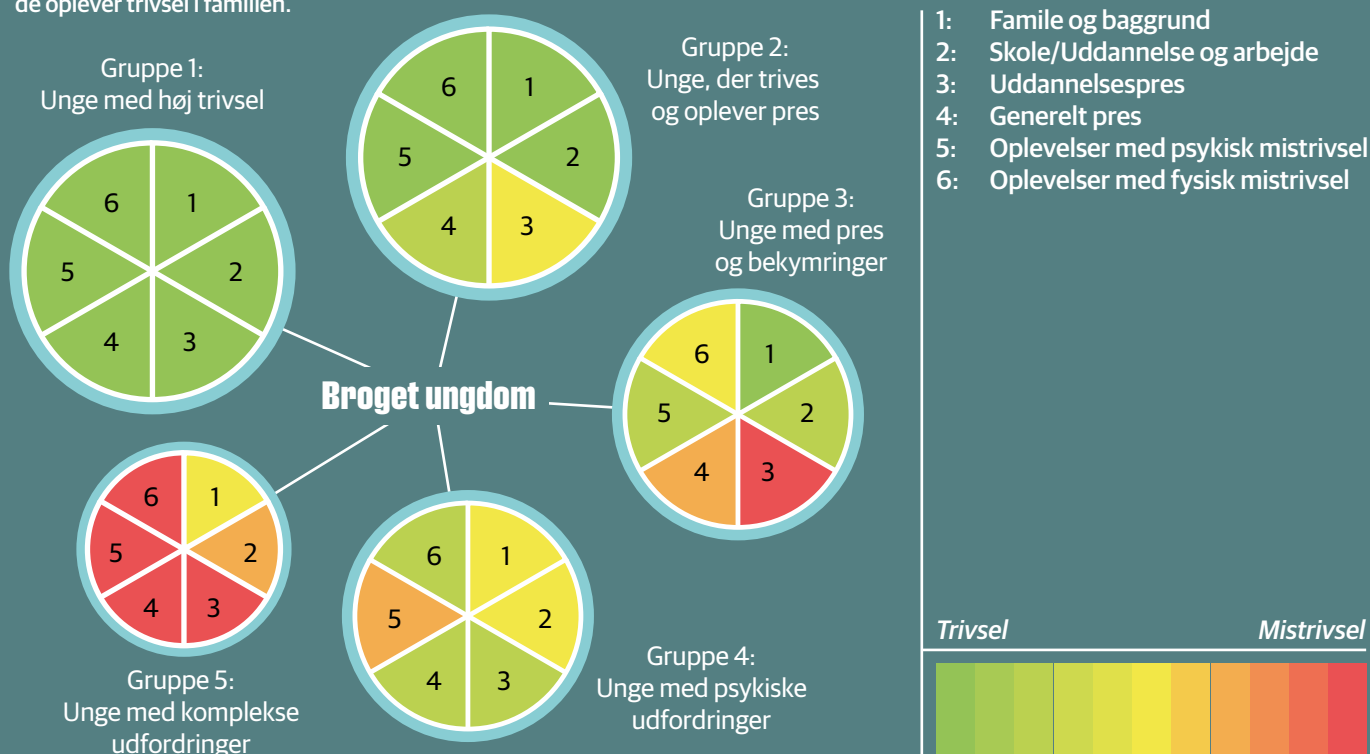
Center for Ungdomsforskning har undersøgt trivslen blandt 2080 repræsentativt udvalgte unge i alderen fra 16 til 25 år. Resultatet var et broget billede – fra unge med høj trivsel til unge med komplekse udfordringer.



Kilde: 'Ny udsathed: Nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel', Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning, Årg. 2/2021.

NUANCER AF MISTRIVSEL

Her kan du se de fem grupper kategoriseret efter grad af mistrivsel – og hvilke områder af de unges liv, som skaber henholdsvis trivsel og mistrivsel. Eksempelvis får gruppen af 'unge med pres og bekymringer' mistrivsel af det pres, de oplever på deres uddannelse, mens de oplever trivsel i familien.



Kilde: 'Ny udsathed: Nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel', Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning, Årg. 2/2021.

psykiatrisk diagnose. At man forsøger at behandle en depression med håndbold på den ene side og omvendt forsøger at give psykiatrisk behandling til en med kærestesorger. Man kan frygte, at kommissionsarbejdet bliver holdningsbaseret frem for vidensbaseret.

Og med henvisning til regeringens beskrivelse af kommissionens arbejde understreger Noemi Katznelson, at hun

ikke er vild med begrebet robusthed, fordi det indikerer, at det er op til den enkelte unge at være robust.

– Der er mange af de unge, vi har mødt i studiet, som er enormt robuste, selv om de har haft det svært. Men hvis robusthed kommer til at betyde, at man har det godt, så er min pointe, at det er nemt at have det godt, hvis man er i nogle super gode rammer, og der er nogen, som støtter en,

når tingene indimellem er svære. Hvem vil så ikke være robust? Så hvad kan man bruge ordet til, når man ikke kan tage konteksten ud af ligningen?

Noemi Katznelson pointerer, at mistrivsel ikke er et isoleret ungeproblem, selv om mistrivsel slår særlig markant igennem i ungdomslivet.

– Man kan sammenligne de unge med kanariefuglen i kulminen, der advarede minearbejderne om iltmangel. Det er de unge, der hurtigst og mest tydeligt reagerer på strukturer og samfundstendenser, som rammer bredt og påvirker vores mulighed for at leve det gode liv.

Skriftlige kilder:

'Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering – om ny udsathed i ungdomslivet' af Noemi Katznelson, Mette Pless og Anne Görlich.

'Ny udsathed: nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel', Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning, Årg. 2/2021. ◆

Forbigående mistrivsel er ikke psykisk sygdom, men en belastningsreaktion, som er den store overskrift for mange af trivselsproblemerne.

Noemi Katznelson, professor og leder af Center for Ungdomsforskning

**Signe Færch**Forkvinde for Dansk
Socialrådgiverforening**Ditte Brøndum**Næstforkvinde for Dansk
Socialrådgiverforening

MERE END "BARE" EN FRIDAG

HVORFOR HAR VI i Dansk Socialrådgiverforening kastet så mange kræfter efter at bevare store bededag? Er det ikke lidt meget for en enkelt fridag – hvad med alle de andre vigtige sager, der har betydning for socialrådgivernes arbejdsliv? Sådan har flere medlemmer spurgt mig. Svaret er, at det har vi gjort, fordi vi står i en

Regeringens forslag handler også om vores arbejdsforhold. At forringe socialrådgivernes mulighed for at restituere er den helt forkert vej at gå! Vi er vilde med vores fag, men vores arbejde er krævende, og vi har brug for at restituere for at kunne holde til et langt arbejdsliv.

Får den store modstand så regeringen til at droppe sit forslag? Noget tyder på, det

” Vi står i en så historisk og indgribende situation, hvor det bliver helt afgørende, hvor stor modstand regeringens forslag møder.

historisk situation, hvor det er meget afgørende, hvordan vi som fagforening og lønmodtagere reagerer på regeringens helt uhørte indgriben i vores overenskomster.

Regeringens forslag om at afskaffe store bededag har sendt chokbølger gennem den danske fagbevægelse. Ikke alene vil regeringen have os til at arbejde mere. Lovforslaget vil simpelthen droppe aftaler, der er indgået ved tidligere overenskomster. Det er aldrig sket før, at en regering på den måde – på et tidspunkt uden strejke eller lockout – helt umotiveret har annulleret dele af en overenskomst ved lov. Vi står i en helt historisk situation.

bliver svært. Men selv hvis regeringen ikke gør, skal den erfare, at den slags tiltag er uacceptable og politisk dyre for dem. Hvis regeringen ikke mærker modstand på det her fra netop fagbevægelsen, hvad skulle så forhindre dem i at tage vores omsorgsdage, seniordage eller lidt af 6. ferieuge, næste gang de mangler penge og arbejdsudbud?

Derfor bliver vi nødt til at sætte særligt og talstærkt ind. Ikke fordi andre kampe ikke er vigtige. Men fordi vi står i en så historisk og indgribende situation, hvor det bliver helt afgørende, hvor stor modstand forslaget møder.



Samfundet har ikke råd til, at vi sender veluddannede og velintegrede mennesker som Ahmad Zanon [nyuddannet socialrådgiver, red.] ud af landet. Derfor gentager jeg, at jeg håber, at man vil genoverveje den beslutning, der er truffet.

Alexander von OettingenRektor på UC SYD, 13. januar
på UC SYDs facebook

Der er så mange dygtige socialrådgivere, som kæmper hver eneste dag for at gøre deres bedste for borgerne, men i Guldborgsund Kommune er der et konstant politisk krydspres, som gør, at man ikke kan bruge sin faglighed ordentligt. Hvis det skal ændres, så er det i toppen, der skal skiftes ud.

Erling HyldgaardSocialrådgiver og tidligere
medarbejder i Guldborgsund
Kommune, 16. januar til TV2
Øst.

Men social- og beskæftigelsespolitikken har over de seneste årtier, med en lang række reformer, presset udviklingen... imod en logik, hvor det at tro på borgeren først og fremmest handler om at tro på borgeren som en ressourcebærende person, der godt kan komme i arbejde... Der er behov for at indrette et system, hvor medarbejderne har plads og frihed til at finde den rette balance mellem at tro på borgerens ressourcer og at tro på borgerens egen fortælling om sig selv.

Mathias Herup NielsenLektor ved Center for Udvikling af Borgerinddragende
Beskæftigelsesindsatser på
Aalborg Universitet, 17. januar
i Dagbladet Information

Det er endnu vigtigere, at vi hjælper børn og deres familier tidligere end i dag. For mange familier fortæller om lange ventetider, og at det kan føles som at bokse ind i en pude. Der sker for lidt og for langsomt. Derfor prøver vi i Aarhus Kommune noget nyt... For det første skal børne- og socialområdet arbejde meget tættere sammen omkring det enkelte barn og familie. Derfor laver vi bl.a. en massiv investering, så vi kommer til at flytte socialrådgivere ude i alle 46 skoledistrikter – og så mindsker vi deres sagsstammer.

Anders WinnerskjoldRådmand for Sociale Forhold
& Beskæftigelse i Aarhus (S),
5. januar på Twitter

Hvordan har du det med at være her?... Hvad er der uden for cellen, som skal tages hånd om: Har du en husleje, en kone, børn, et misbrug, en hund der gør derhjemme, et køleskab der skal tømmes? Og så hele processen: Hvordan håndterer du faktisk at være her. Det er bare svært. Hvordan ville vi selv håndtere det? Jeg tror, jeg ville synes, det var svært at sidde 23 timer på en celle i døgnnet: Hvad stiller man op med alle de tanker?

AnjaSocialrådgiver i Vestre
Fængsel, 'Indefra med Anders
Agger. Buret inde på 8 kvm'
på DRTV



Mie Vode Moll

Forkvinde, Region Syd



Rasmus Balslev

Formand, Region Øst



Trine Quist

Formand, Region Nord



Ida Louise

Jervidalo



Karina Rohr

Sørensen



Lone

Engels



Louise

Marie Friis

Sundheds-
socialrådgiver,
Odense
hospital

HVEM SKAL VÆRE NÆSTFORMAND I DIN REGION?

DE NÆSTE TO ÅR styrker vi det politiske arbejde i Region Nord. Det samme gør Region Øst og Region Syd. For den 1. marts får vi som noget helt nyt en lønnet næstformand. I november vedtog Dansk Socialrådgiverforenings repræsentantskab nemlig et toårigt forsøg med frikøbte næstformænd i vores tre regioner.

Den beslutning er jeg meget glad og taknemmelig for. Og jeg er overbevist om, at det bliver så godt.

For DS er en fagforening med store ambitioner. Også lokalt vil vi gerne være synlige, nærværende, relevante og tilstede for vores medlemmer: på arbejdspladserne, i medierne, når arbejdslivet tager krumspring, når uretfærdigheder finder sted, og når politikerne tager beslutninger, som har betydning for socialrådgiveres arbejdsliv.

Desværre oplever jeg som regionsformand, at vi ikke er nok politikere til at nå alt det, vi gerne vil lokalt. Det hænger også sammen med højere ambitioner for vores tilstedeværelse foruden en intensiveret fastholdelses- og rekrutteringsindsats.

Som eneste frikøbte politiker i DS' Region Nord og regionsformand for næsten 6.600 medlemmer, der spredt sig over 30 kommuner og to regioner, er det vanskeligt at

være lige så synlig og nærværende, som jeg ønsker. Der er for meget brandslukning og akut interessevaretagelse fremfor i højere grad at opsnappe problemerne, inden de opstår. Alt for ofte må jeg sige nej til møder med borgmestre,

”

Vi er ikke nok politikere til at nå alt det, vi gerne vil.

direktioner og journalister. Det er både utilfredsstillende og u hensigtsmæssigt. Men som ene på posten er jeg nødt til at prioritere.

Derfor glæder jeg mig helt enormt til at få en politisk kollega, som mine medlemmer har valgt. Jeg vil gøre mit til at leve op til forventningerne, så medlemmerne kommer til at mærke, at vi er dobbelt så mange kræfter til at kæmpe for bedre arbejdsbetingelser og højere løn til socialrådgiverne. Det gælder også bedre vilkår for det sociale arbejde. Med flere kan vi mere.

I 2024 skal Repræsentantskabet tage stilling til, om ordningen skal fortsætte.

Sæt kryds senest 27. februar og vær med til at beslutte, hvem din regionsnæstformand bliver.

God valglyst til os alle!

Læs mere om valget af regionale næstformænd dansksocialraadgiverne.dk/valg
Her kan du også finde afstemningen.

Rejsen mellem før, nu og efter

Egentligt skulle jeg bare lige over forbi på sengeafdelingen efter hendes underskrift, så hun kunne få handicapparkeringsskiltet. Det var ved at være det sidste, vi manglede i rækken af praktiske ting. Vi havde fået styr på førtidspension, aftale med bedemand, testamente og plejeorlov til hendes nærmeste. Men denne eftermiddag, hvor det kun drejede sig om handicapskiltet – en kontakt, der kunne være overstået på fem minutter – havde hun ventet på mig

Det blev tydeligt for mig, da jeg fik øje på hende. Hun smilte sit lidt barnlige, sprælske smil. Hun havde noget på hjerte, og jeg lod hende tage mig med derhen, hvor hun gerne ville vise mig noget. Vi startede med billederne af hendes elskede hunde på telefonen. Hunde, som jeg havde mødt, og som jeg fortalte, hvad jeg så i. Hun lavede op og kom i tanke om flere minder og viste mig flere billeder af dem – hvor de sov, var frække og nød hendes selskab.

Vi kom gennem det hele... hendes kærlighed til hundene fyldte i rummet. Hun tog mig med til hendes farvel til dem, hver gang hun skulle på sygehuset, hendes drivkraft for at komme hjem til hundene igen, og vi kiggede igen på, hvad der skal ske med hundene, når hun ikke er her mere. Der er styr på det hele nu. For selv om hun kun er i starten af 20'erne, så ved hun, at hendes liv snart har en ende.

Jeg blev siddende denne eftermiddag. Jeg så dem alle; billederne, minderne. Vi lo, mens hun spontant tog mig med på rejsen mellem før, nu og efter. Hun viste mig billederne af det, sygdommen havde taget fra hende; hendes ene arm, hendes hår, hendes selv billede udadtil.

Jeg så det hele, mens jeg fulgte hende frem og tilbage mellem billederne af det, som havde været, og det som er nu, og det, som hun ved, skal ske.

Til sidst landede vi det sted, vi var. Denne eftermiddag på sengeafsnittet, hvor hun snart ville blive hentet af ambulancen for at komme hjem til sine elskede hunde igen. Hun så på mig med et blik fuld af liv – hendes liv. Som hun sad der i kørestolen, skaldet og amputeret, så jeg kun, at hun var et livstykke uden lige. ♦

**Trine Schultz**

Professor (mso) i Socialret ved AAU, Social-, Public- and Administrative Law Research Centre. Forsker i socialforvaltningsret, med særlig fokus på børne- og ungeområdet

**Søren Blæsbjerg**

Studielektor i Socialret ved AAU, SPARC, Social-, Public- and Administrative Law Research Centre. Forsker i socialforvaltningsret, med særlig fokus på udsatte-, handicap- og ældreområdet

**John Klausen**

Professor (mso) i Socialret ved AAU, Social-, Public- and Administrative Law Research Centre. Forsker i socialforvaltningsret, med særlig fokus på forsørgelse og beskæftigelse

'Et så normalt liv som muligt' skal indgå i helhedsvurdering af borgerens behov

Kommunen er forpligtet til at foretage en helhedsvurdering af borgerens behov for hjælp.

KOMMUNERNE ER FORPLIGTET til at foretage en helhedsvurdering af borgerens behov, når kommunen tildeler og udmåler hjælp. Det betyder eksempelvis, at kommunen skal være opmærksom på at behandle ansøgninger og spørgsmål om hjælp i forhold til alle de muligheder, der findes for at give hjælp efter den sociale lovgivning, herunder også rådgivning og vejledning. Denne forpligtelse følger af retssikkerhedslovens § 5.

Konkret betyder det, at hvis en person eksempelvis har et fleksjob og oplyser sagsbehandleren om, at pågældende ikke selv kan gøre rent, så skal sagsbehandleren vejlede om muligheden for hjælp efter servicelovens § 83.

I vurderingen af, om personen er berettiget til hjælp til rengøring, skal det konkret vurderes, om borgeren på grund af sin nedsatte funktionsevne eller særlige sociale problemer ikke selv kan udføre opgaven. Det har Ankestyrelsen i principmeddelelse 83-12 vurderet sådan, at kommunen kan give afslag på praktisk hjælp med henvisning til, at borgeren kan benytte mindre belastende arbejdsstillinger – eksempelvis siddende – dele opgaverne op over flere dage eller gøre brug af andre redskaber eller teknologiske hjælpemidler.

Det er dog afgørende, at der i denne vurdering foretages en helhedsvurdering af borgerens situation, og det vil således være forkert, hvis kommunen alene giver et afslag til en person på baggrund af, at kommunen har vurderet, at pågældende kan udføre rengøringen over flere dage.

Det fremgår eksempelvis af servicelovens § 81, at formålet med hjælpen efter servicelovens voksenbestemmelser er at sikre, at borgeren får en sammenhængende og helhedsorienteret indsats, der modsvare den enkeltes behov. Det tydeliggøres i servicelovens § 81, nr. 2 og nr. 4, hvor det fremgår, at hjælpen skal fremme inklusion i samfundet, herunder medvirke til at øge den enkeltes mulighed for deltagelse i uddannelse, beskæftigelse og sociale relationer.

Værdighed og integritet

I principmeddelelse 82-12 blev dette konkretiseret, og Ankestyrelsen understregede, at forhold såsom borgerens værdighed, integritet og personlige glæde ved at leve i et rent hjem, og navnlig borgerens mulighed for at leve et så normalt liv som muligt, herunder et socialt liv, skal indgå i den samlede helhedsvurdering.

Der er således en klar forpligtelse for kommunen til at se på borgerens samlede situation, når det skal vurderes, hvilken hjælp der er den rigtige. Det vil således være i strid med reglerne, hvis der alene fokuseres på, om pågældende kan opdele rengøringsopgaverne.

Det skete i principmeddelelse 54-15, hvor det fremgår, at en borger blandt andet fik afslag på hjælp, fordi pågældende kunne dele rengøringen op over flere dage. I klagen til Ankestyrelsen fremhæver borgeren, at pågældende har et fleksjob, som borgeren ønsker at bevare, hvorfor pågældende har behov for hvile. Ankestyrelsen fastslog, at kommunen blandt andet skal vurdere, hvorvidt en opdeling af opgaverne giver borgeren tid nok til at restituere, varetage sit fleksjob, og have mulighed for et socialt liv ved siden af udførelsen af opgaverne.

Det er i overensstemmelse med L 137 2000-01, alm. bem. pkt. 4.2, hvor det fremgår, at "Personer, der er i stand til at varetage et fleksjob, men som på grund af restitutionsbehovet og deres nedsatte funktionsevne ikke magter at klare visse opgaver i hjemmet, vil, såfremt de opfylder betingelserne, kunne få hjælp efter servicelovens regler om personlig og praktisk hjælp og/eller hjælp til dækning af merudgifter."

Det er således afgørende, at kommunerne i den konkrete vurdering af borgerens behov for hjælp efter den sociale lovgivning foretager en helhedsvurdering, hvor samtlige af borgerens behov indgår, så borgeren kan leve et så normalt liv som muligt. I denne vurdering er det afgørende, at kommunen inddrager andre relevante oplysninger, eventuelt også fra eksempelvis andre dele af forvaltningen – det er ikke tilstrækkeligt ensidigt at fokusere på sine "egne" oplysninger.

EFTERLYSNING: DET MANGFOLDIGE ARBEJDSMARKED

Af Arzu Ahmad
Socialrådgiver

I starten af 2020 faldt jeg og slog hovedet hjemme hos en borger. Efterfølgende måtte jeg sygemeldes med en alvorlig hjernerystelse. På det tidspunkt havde jeg arbejdet som støttekontaktperson i 11 år. Senere viste det sig, at også nakken havde taget skade.

Efter fem ugers sygemelding indledte arbejdspladsen en administrativ opsigelse. Hvis jeg ikke var tilbage på fuld tid inden december, ville jeg miste mit arbejde. Men den trussel over hove-

”Kan det virkelig passe, at det arbejdsmarked, der har ødelagt mig, ikke kan tage mig tilbage igen?”

det lod jeg mig raskmelde flere gange den næste tid. Det førte til flere tilbagefald, da jeg ikke var klar, hvilket min læge også påpegede flere gange.

Opsigelsen kom den 30. december 2020. Den efterfølgende afklaring i jobcenterregi var yderst nedværdigende: Jeg blev mere eller mindre parkeret og endte med selv at finde et praktiksted som skolesocialrådgiver i 2021. Arbejdsevnen blev afklaret, og jeg fik bevilliget fleksjob på 16 timer om ugen

med få skånehensyn i marts 2022.

Siden har jeg søgt stillinger, både opfordret og uopfordret, som socialrådgiver. Tilbagemeldingen er den samme gang på gang: "Dit cv mangler ikke noget, du har gode efteruddannelser og meget erfaring, MEN vi skal bruge en på fuld tid. 16 timer er for lidt".

Bredt i Folketinget er der ellers fokus på, at alle på den ene eller anden måde skal være selvforsørgende. Der er lavet utallige pilotprojekter og rapporter om, hvordan jobcentret kan øge beskæftigelsen for ledige med handicap. Men virkeligheden er ofte noget helt andet.

Samtidig mangler arbejdspladser socialrådgivere til at løfte betænkeligt høje sagsbunker og lette et usundt arbejdspress. Derfor virker det helt nonsens, at det skal være så svært at finde et socialrådgiverjob på 16 timer.

Hvis formålet med det rummelige arbejdsmarked skal virkeliggøres, må der tænkes anderledes. Det er et samfundsmæssigt ansvar, som hverken den offentlige eller private sektor lever op til i dag.

Kan det virkelig passe, at det arbejdsmarked, der har ødelagt mig, ikke kan tage mig tilbage igen? ♦

MIT ARGUMENT

Har du et **skarpt argument** på max. 700 anslag inkl. mellemrum, så skriv til os på argument@socialraadgiverne.dk



Anna Jessen
Socialrådgiver

HJÆLP OGSÅ UDSATTE BØRNE-FAMILIER MED FLYGTNINGE-BAGGRUND!

Jeg har en opfordring til socialministeren, som siger, hun vil styrke indsatsen for udsatte børn og voksne: Gør noget mod børnefattigdom!

I mit arbejde med traumatiserede flygtninge møder jeg mange hårdt pressede forældre, der er fortvivlede over ikke at kunne give deres børn basale dagligdagsting. Det gør bestemt ikke noget godt for traumatiserede forældre at skulle klare sig på selvforsørgelse- og hjemrejseydelse og med en midlertidig opholdstilladelse, der vedligeholder en konstant frygt for at skulle forlade alt igen og starte forfra et ukendt sted eller at skulle tilbage til de rædsler, de flygtede fra.

Styrket indsats til udsatte børn og voksne bør også gælde fattige børnefamilier med flygtningebaggrund!

Retssikkerhedslovens § 5

Kommunalbestyrelsen skal behandle ansøgninger og spørgsmål om hjælp i forhold til alle de muligheder, der findes for at give hjælp efter den sociale lovgivning, herunder også rådgivning og vejledning. Kommunalbestyrelsen skal desuden være opmærksom på, om der kan søges om hjælp hos en anden myndighed eller efter anden lovgivning.

Hovedkonklusion

Kommunen er forpligtet til at foretage en helhedsvurdering af borgerens behov for hjælp. Det betyder, at kommunen er forpligtet til at inddrage alle overvejelser, når det skal vurderes, om borgeren eksempelvis skal have hjælp til rengøring. Hvis borgeren har et fleksjob, skal dette inddrages i forhold til vurderingen af borgerens mulighed for at gøre rent. Det skal også sikres, at borgeren kan have et socialt liv ved siden af rengøringen. Borgeren skal kort sagt kunne leve et så normalt liv som muligt.

SOCIALRÅDGIVERE KAN IKKE BARE SIGE PYT

Socialrådgivere er den **anden mest stressede faggruppe**.

Nu har to eksperter skrevet en bog om, hvorfor stress rammer så mange i professionsfagene. Socialrådgivere presses først og fremmest af **manglende tid** til at løse opgaverne og til at mødes og samarbejde med kollegerne, siger en af forfatterne, som netop selv har uddannet sig til socialrådgiver.



Socialrådgiverne er den anden mest stressede faggruppe – og stress er udbredt i professionsfagene. Samtidig viser flere analyser, at vi i 2030 kommer til at mangle cirka 35.600 velfærdsmedarbejdere herunder mellem 3500 og 5000 socialrådgivere, hvis udviklingen fortsætter.

Dårlige arbejdsforhold er medvirkende til høj personaleomsætning og at færre søger ind på professionsuddannelserne. Et bedre arbejdsmiljø kan være med til at sætte en stopper for den uheldige udvikling.



Stresskurven stiger år for år. Det har den gjort i de 30 år, Thomas Milsted har arbejdet med stress, trivsel og arbejdsglæde. Samtidig har vi aldrig vidst så meget om stress som nu. Det paradoks sætter han under lup i bogen "Stress i professionsfagene –

Af Henrik Stanek

Illustration: Ditte Ahlgren

hvorfor rammer det så mange så hårdt, og hvad kan vi gøre ved det?", som han har skrevet sammen med Bo Netterstrøm, der også er ekspert på området.

– Der opstår let myter og halve sandheder om stress, men det viser sig at være rigtigt: Stress er udbredt i professionsfagene, siger Thomas Milsted, som har været leder af Center for Stress og Trivsel. Nu er han selvstændig arbejdsmiljørådgiver og hjælper arbejdspladser og offentlige institutioner med at skabe et sundt psykisk arbejdsmiljø.

Bogen er tænkt til undervisning på professionshøjskolerne og til at gøre medarbejderne i velfærdsfagene og deres ledere klogere. Thomas Milsted er netop blevet uddannet socialrådgiver og har derfor haft studerende tæt inde på livet.

– De glæder sig til at bruge deres fagkundskaber og til at betyde noget for borgerne, men mange får

et praksischock, fordi de ikke er forberedte på den virkelighed, de skal ud i. Stress-problemer i løbet af det første år på arbejdsmarkedet skyldes ikke kun krævende borgere. Det handler også om manglende tid til at løse opgaverne og til at mødes og samarbejde med kollegerne, siger Thomas Milsted.

Selv fortsætter han som arbejdsmiljøekspert, men med både juridiske, sociale, psykologiske og strukturelle og institutionelle aspekter har socialrådgiveruddannelsen gjort ham klogere på de mekanismer, der er i spil mellem ledere og medarbejdere, når det handler om arbejdsmiljøet.

Omsorg belaster følelserne

Professionsfagene skiller sig ud fra det øvrige arbejdsmarked ved, at følelsesmæssige belastninger langt overstiger alle andre årsager til stress, skriver de to stressekspert i bogen. Og på spørgsmålet om, hvad der er fælles for oplevelsen af stress blandt de ansatte i professionsfagene, svarer Thomas Milsted:

– Lærere, socialrådgivere, sygeplejersker og andre professionsuddannede arbejder med omsorg og med at hjælpe andre. Det lykkes desværre ikke altid, og følelsen af, at man kunne have gjort det bedre, plager mange i dagligdagen.



Hvordan adskiller socialrådgivernes vilkår og stressoplevelser sig fra de øvrige professioner?

– De borgere, som kommer ind i systemet, har det ofte virkelig skidt. Det fremgår af bogen ”Socialrådgiveres fortællinger fra hverdagen” udgivet af Dansk Socialrådgiverforening. Socialrådgiverne føler ikke, at kvaliteten af deres rådgivning matcher deres faglighed og værdier. Det giver moralsk stress, for det er svært at trække på skuldrene, når man er styret af værdier i sit arbejde.

I skriver, at nyuddannede risikerer at blive udfordret på deres moral, etik og ordentlighed fra dag ét. Hvordan kan socialrådgiverstuderende ruste sig til udfordringer med stress i deres kommende job?

– Det er vigtigt, at de får et realistisk billede af de vilkår, de meget vel kan møde. For eksempel har socialrådgivere ofte eller altid svært ved at overholde tidsfrister. Det siger noget om, hvor hårdt arbejdstempoet opleves mange steder. Hvis jeg var ny, ville jeg spørge lederen: ”Hvis jeg får det skidt, hvilket forum kan jeg så rejse det i?” Samtidig skal man være ærlig over for sin egen sårbarhed, så man er opmærksom på, hvor det kan være nødvendigt at sige fra. Det er fint, at man vil arbejde i Kriminalforsorgen, men hvis banditterne gør, at du ikke kan sove, dur det ikke.

Tid til at sparre

Hvordan kan socialrådgivere – som er den anden mest stressede faggruppe i professionsfagene – blive bedre til at tackle stress?

– Det er meget individuelt, hvordan man bedst håndterer følelsesmæssige krav, så man skal være nysgerrig på sig selv og sætte ord på, hvad der rammer én. Og så skal man bruge sin leder som sparringspartner. Eller en socialrådgiver med mere erfaring, som ikke er så påvirket. Der er ingen grund til at opfinde den dybe tallerken, når man kan bruge andres erfaringer.

I nævner en række redskaber til at håndtere stress i bogen – er der nogle, du særligt vil fremhæve i forhold til socialrådgivere?

– En socialrådgiver, som skal anbringe et barn, kan ikke bare sige pyt. Uanset om hun er presset på tid, er hun nødt til at gennemføre anbringelsen. Der vil altid være noget, man kan gøre lidt bedre, men kvaliteten må ikke blive så ringe, at man ikke kan leve med det. Derfor er det godt at diskutere, hvad faglighed er, og hvilket minimum den må have på arbejdspladsen. Socialrådgivere har ofte komplicerede sager, så de skal også have mulighed for at sparre med hinanden og med lederen om, hvad der går én på. Blot det at få sat ord på kan lette den tilstand af afmagt og tristhed, som følelsesmæssige belastninger medfører.

– Når det kommer til at ændre rammerne på arbejdspladsen, skal man heller ikke være sin egen enmandshær. Hele holdet har et problem, hvis en kollega mistrives. Derfor skal vi støtte hinanden, og lederen skal støtte medarbejderne. Hvis socialrådgivere ikke har tid til at sparre med hinanden, bliver de nødt til at gå sammen om at fortælle lederen, at det har de brug for at kunne.

Selvledelse er et tveægget sværd

Et af kapitlerne hedder netop ”Støtte forebygger stress”. Her nævner Bo Netterstrøm og Thomas Milsted, at det tidspres, som mere end halvdelen af socialrådgiverne ifølge en DS-undersøgelse fra 2018 ligger under for, betyder, at de ikke har tid til at samarbejde med kollegerne i det daglige, hvilket igen medfører følelsen af at sidde alene med problemerne.

Er for meget selvledelse med til at skabe stress, Thomas Milsted?



Følelsen af, at man kunne have gjort det bedre, plager mange i dagligdagen.

Thomas Milsted, arbejdsmiljørådgiver

– Selvledelse er et tveægget sværd. På den ene side er det skönt selv at kunne organisere sit arbejde, men man kan komme i tvivl om sine afgørelser. Selvledelse udelukker ikke, at man kan gå hen til en kollega, men det kræver, at der er en hjælpsom kultur. Autonomi er vigtig for at undgå stress, men hvis der ikke er tid til at mødes, svarer det til, at man ikke har tid til at børste tænder. Så kan tænderne falde ud, og derfor finder vi tid til at børste dem. På samme måde skal vi finde tid til at mødes: Hvor er det, vi bliver presset på tiden? Det kan godt være, at man ikke ved, hvad man skal gøre, når man begynder at tale om problemet, men processen fører forhåbentlig til en løsning.

Stress får nye ansigter

I skriver, at stressen får nye ansigter i form af følelsesmæssige krav, moralsk stress, magtesløshed og forråelse – og at årsagerne i nogle tilfælde bliver mere og mere komplekse – vil du uddybe det?

– Forenklet sagt stilles der helt andre krav i dag. Før var der ud over faglighed en klar forventning

om en høj grad af lydighed, pligtfølelse, trofasthed og flid. Lidt karikeret skulle du 'bare' gå hjem og slappe af, så du var klar til næste arbejdsdag. I dag skal man være omstillingsparat, fleksibel, engageret, initiativrig, selvstyrende, proaktiv, lærevillig, arbejde med sin personlige udvikling og udøve selvledelse. Disse faktorer påvirker hinanden indbyrdes og skaber nye faktorer for stress. For eksempel gik mændene førhen på arbejde, og om de så deres børn var ikke så vigtigt. I dag er det en stressfaktor, hvis mænd ikke ser deres børn så meget, som de vil. Vi er også blevet mere bevidste om, hvad vi vil finde os i. Det er krænkesdebatten og MeToo eksempler på.

– Selv om de nye faktorer måske ikke påvirker dig, så påvirker de din kollega. Vi skal anerkende, at vi har brug for forskellig støtte, og være hinandens hænder i ryggen. Vi skal være klar til at ofre noget for vores kolleger. Man får aldrig et godt arbejdsmiljø uden den kultur, så lad os diskutere, hvad der skal til for at udvikle den. Vi er nødt til at se rammerne på arbejdspladsen igennem. Ellers sker der ikke noget.

I bogen påpeger de to stress-eksperter, at de offentligt ansattes største problem er imidlertid at få lov til at udføre deres arbejde ordentligt:

”Mange medarbejdere giver udtryk for frustrationer over resultat- og målstyring, koordinering, evalueringer, planer, møder, indberetninger og aktiviteter, der udføres af hensyn til opfyldelsen af mål eller procedurer, som i højere grad skal tilfredsstille politikerne end de borgere, der serviceres.”

Hvor ser I løsningen i en tid, hvor velfærdsfagene også står midt i en rekrutteringskrise?

– Jeg tror og håber, at vilkårene for offentligt ansatte vil flytte sig, for hvis vi vil have de klogeste medarbejdere i verden, bliver vi nødt til at skabe de bedste rammer at være klog i. Her skal fagforeningerne gå i brechen, for der skal kollektive løsninger til. Hvis det er den enkeltes ansvar, bliver svaret: ”Lær at leve med det”. Jeg tvivler på, at man kan gøre det uden at blive kynisk, siger Thomas Milsted.

Vælg en grøn græsplæne

Som nævnt omtaler bogen om stress i professionsfagene 'Socialrådgivernes fortællinger fra hverdagen', som Dansk Socialrådgiverforening udgav i 2020. Den dokumenterer, at socialrådgivere primært slås med tre ting: Manglende tid til borgerne, til faglighed og til grundighed. Det har konsekvenser, skriver Bo Netterstrøm og Thomas Milsted:

”Tvinges vi til at gå på kompromis med vores faglighed, så tvinges vi oftest også til at gå på kompromis med de værdier og den etik, der følger med fagligheden. Og vi må ikke glemme, at for eksempel socialråd-

SEKS GULDKORN TIL FOREBYGGELSE

FØRSTE GULDKORN

Indflydelse og medinddragelse

Indflydelse er centralt i forebyggelsen af stress og for trivslen generelt. Indflydelse er typisk forstået som medarbejderens muligheder for at påvirke beslutningsprocesser på arbejdspladsen eller selv at kunne tilrettelægge arbejdets udførelse.

ANDET GULDKORN

Forudsigelighed

Forudsigelighed handler ikke om, at man skal kunne forudsige alle detaljer i hverdagen. Det kan selvfølgelig ikke lade sig gøre. Men da vores nervesystem gerne vil være på forkant med alt og hele tiden arbejder på at skabe mening og forudsigelighed, er mangel på forudsigelighed noget, der helt grundlæggende udløser en stressrespons hos de fleste.

TREDJE GULDKORN

Mening i arbejdet

I arbejdsmiljøsammenhænge og ikke mindst i relation til det at trives eller tøjle sine frustrationer siger man ofte, at arbejdet skal give mening ud fra den forståelse, man har af det.

FJERDE GULDKORN

Social støtte

Arbejdspladsen skal skabe forudsætningerne for, at medarbejderne kan arbejde i et team eller tilhøre en arbejdsgruppe. At have et tilhørsforhold øger nemlig effektiviteten, trygheden og trivslen.

FEMTE GULDKORN

Anerkendelse og belønning

Det er vigtigt, at belønningen står mål med indsatsen. Ellers vil det opfattes som uretfærdigt. Belønningen kan være løn, anseelse og påskønnelse eller muligheder for udvikling og karriere i forbindelse med jobbet. Alle tre former for belønning har betydning for den ansatte.

SJETTE GULDKORN

Balance mellem krav og ressourcer

Hvordan vi oplever kravene, og hvorvidt ressourcerne til at indfri dem er tilstrækkelige, er meget individuelt. Det ændrer ikke på, at balancen skal være til stede. For mange krav og for få ressourcer opleves ofte som en stressfaktor. Ressourcer er individuelle faktorer såsom uddannelse, position på arbejdsmarkedet, erfaring og alder, men også i hvor høj grad man oplever, at de fem forudgående beskrevne "guldkorn" er til stede for én.

Kilde: "Stress i professionsfagene. Hvorfor rammer det så mange så hårdt, og hvad kan vi gøre ved det?", hvori bogens forfattere uddyber de seks guldkorn.



givernes faglighed altid er med til at højne kvaliteten af det, de leverer, og det kan jo i sagens natur have fatale konsekvenser for de mennesker, de servicerer, hvis fagligheden drukner i tidspres.”

Et par af deres løsningsforslag ligger på linje med det, som Dansk Socialrådgiverforening efterlyser for at sikre medlemmerne bedre arbejdsvilkår:

”Det kunne blandt andet gøres ved, at kommunerne politisk fastsætter antallet af sager, at arbejdsgiverne anerkender og udviser tillid til socialrådgivernes faglighed, og at Folketinget sikrer kommunerne en solid økonomi og forpligter dem til at investere i det sociale arbejde.”

– *Nogle kommuner investerer i socialt arbejde og lave sagstal – men socialrådgivere er stadig den anden mest stressede faggruppe – hvordan kommer vi videre?*

– Det skulle undre mig, om færre sager ikke reducerer stress, men det er ikke undersøgt. Uanset hvad afhænger det også af sagernes kompleksitet, at være klar til at møde klienterne og at kunne håndtere, at børn har det forfærdeligt. Man kan også selv gøre noget. Der er

mangel på socialrådgivere, så får man for mange sager, så find et sted med færre sager. Man kan lige så godt vælge en grøn græsplæne fremfor en visse.

I 2020 trådte en ny bekendtgørelse om det psykiske arbejdsmiljø i kraft, som beskriver arbejdsgiverens ansvar for at forebygge, at medarbejderne bliver syge af store arbejdsmængder og tidspres, høje følelsesmæssige krav samt uklare og modstridende krav.

Hvilke perspektiver ser du i den nye bekendtgørelse?

– Hvis arbejdspladserne forpligter sig til at arbejde med temaerne, kan vi nå langt. Men de skal arbejde med arbejdsmiljøet på daglig basis fremfor at parke det til en trivselsundersøgelse. Hvis de ikke gør noget, når en medarbejder siger, at hun er ved at tilte, har de et blødende sår, som aldrig får plaster på. Derfor skal tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter blive ved med at komme med forslag til, hvordan problemerne kan løses, siger Thomas Milsted.

Stress i professionsfagene: Hvorfor rammer det så mange så hårdt, og hvad kan vi gøre ved det? af Bo Netterstrøm og Thomas Milsted, Forlaget Pressto, 256 sider, 299 kroner.

SOCIALRÅDGIVERE INDTAGER TO KEDELIGE FØRSTEPLADSER

Socialrådgiverne kommer ind på to kedelige førstepladser i en undersøgelse af lønmodtagernes psykiske arbejdsmiljø, som Arbejdstilsynet offentliggjorde sidste år i juni:

- Socialrådgiverne er den gruppe, hvor flest svarer, at de ikke kan nå alle deres arbejdsopgaver. 41,5 procent svarer således 'altid' eller 'ofte' til spørgsmålet 'Når ikke alle arbejdsopgaver'.
- Det samme gælder spørgsmålet 'Kommer bagud med arbejdet'. Her svarer 36,9 procent af socialrådgiverne 'altid' eller 'ofte'.
- Inden for spørgsmål om følelsesmæssigt vanskelige arbejdsrelationer og følelsesmæssigt krævende situationer kommer socialrådgiverne ind på to andenpladser. Her svarer henholdsvis 40 procent og 51 procent af socialrådgiverne, at de 'altid' eller 'ofte' oplever dette.
- Kun 47,9 procent svarer, at de i meget høj grad eller i høj grad kan udføre deres arbejde i tilfredsstillende kvalitet. Over halvdelen af socialrådgiverne oplever altså i en eller anden grad at udføre arbejde af utilfredsstillende kvalitet. Det bringer socialrådgiverne ind på en syvende sidsteplads blandt alle de 75 jobgrupper i undersøgelsen.

Kilde: National overvågning af arbejdsmiljøet blandt lønmodtagere 2021, Arbejdstilsynet 2022.



Dokumentarfilm



En Kriminalforsorg under pres



PR-foto

Indefra med Anders Agger

Sæson 9

Varighed: 3 episoder á 31-36 min.

Kan ses på dr.dk/drtv

Hvordan påvirker det et menneske at få sit liv sat på pause i en celle på otte kvadratmeter uden toilet, mens man risikerer at vente både måneder og år på sin dom? 23 timer af døgnet bag lås og slå – og 60 minutters gårdtur.

Denne gang fortæller journalist Anders Agger sine 'Indefra-historier' fra det 127 år gamle Vestre Fængsel i København. Med sine 506 pladser er det Danmarks største arresthus. Vi møder forskellige indsatte, og vi får via socialrådgiver Anja et lille indblik i, hvordan det sociale arbejde er helt afgørende i en situation, hvor familielivet og livet i almindelighed bliver vendt på hovedet. Man er ikke i tvivl om, at det er en Kriminalforsorg under pres – med udbredt overbelægning, pressede fysiske rammer, mindre udgang og færre prøveløsladelser.

Podcast



De forbudte følelser

af Velfærdsprofeten
Københavns
Professionshøjskole
Varighed: 38 min.
Lyt med, hvor du plejer at lytte podcast.

Podcast



Det brændte bordel Sæson 2

Varighed: 6 episoder á 25-32 min.
Lyt med på dr.dk/lyd

Podcast



Et minussmukke

Af Sara Røjkjær
Knudsen
Varighed: 6 episoder á ca. 25 min.
Lyt med på dr.dk/lyd

Podcast



Forældrefælden

Genstart, DR
Varighed: 24 min.
Lyt med på dr.dk/lyd

Skam og vrede

Følelser er en legitim og integreret del af de velfærdsprofessionelles arbejde. Mens følelser som empati og omsorg vurderes som en forudsætning, er vrede, skam og frustration følelser, som vi nødig anerkender som en uundgåelig del af det relationelle arbejde. Podcasten går tæt på både de tabuiserede følelser i relationen mellem den professionelle og borgerne – og konflikter de professionelle imellem.

Menneskehandel

På en stille villavej i Brønshøj kommer en kvinde i en pink jakke løbende med et vildt udtryk i øjnene. På vejen får hun stoppet en bil og flår bildøren op. Hun råber om hjælp, før hun kravler ned og gemmer sig på bagsædets gulv. Kvinden er de seneste fem dage blevet tvunget til at prostituere sig i en lejlighed ovenover et solcenter. Nu vil hun have bagmanden dømt – men det viser sig at være svært.

Moralsk åndssvag

Jane Tirsvad Rasmussen tager på roadtrip med journalist Sara Røjkjær Knudsen for at fremkalde en død mands liv. Svend er Janes familie. Han blev anbragt på Livø i åndssvageforsorgen, men ingen i familien ved hvorfor. Turen bliver en følelsesmæssig opdagelsesrejse, der kommer til at ændre Janes billede af familien og af det Danmark, hun kender. Den statslige åndssvageforsorg blev lukket ned i 1980.

Under pres

Forældre skal engagere sig i barnets interesser, lytte og stå til rådighed. Forældre skal købe den bedste flyverdragt, tjekke Aula et par gange om dagen, lave lektier i en times tid og deltage i både lege- og forældregrupper, hvis de skal leve op til det populære forældreideal om "det nye børnesyn". Sociolog Maria Ørskov Akselvoll, fortæller om, hvordan forældreskabet er kommet under pres.

”Jeg skiftede job med en følelse af at forlade den synkende skude”



Milene Steptoe,
socialrådgiver, Dansk
Kvindesamfunds
Krisecenter

GENNEM NI ÅR har jeg arbejdet i et fantastisk Opusteam i København, hvor vi har behandlet unge med psykoselidelser. Jeg har set mange rejse sig og finde fodfæste igen. Nogle er blevet mere selvstændige, og klarer sig med mindre støtte. En del er blevet selvforsørgende. Nogle er kommet forbi for at hilse på flere år efter, at deres forløb er afsluttet. De har blæst mig bagover med fortællinger om, hvor langt i livet de er kommet trods svær lidelse.

Det er så meningsfuldt et arbejde, men alligevel har jeg nu valgt at takke af. Da jeg startede i Opus i 2013, havde vi hver ansvar for 10 patienter. I dag har vi ansvar for 18. Med mistrivlsen blandt børn og unge er det nærliggende at spå en fremtid, hvor dette tal kun bliver større.

I min funktion har vi ansvar for menneskers liv og sikkerhed.

Men i en presset hverdag er det svært at sætte farten ned og skabe den nødvendige

tid til refleksion. Det øgede caseload betød, at jeg oftere følte mig alene med svære situationer. Både fordi jeg selv havde svært ved at finde tid til at søge sparring, og fordi mine kollegaer var travlt optaget af andre situationer.

Det gav dage med udmattelse og ondt i maven over de beslutninger, som jeg endte med at tage på egen hånd. Jeg brugte alt, hvad jeg havde i mig, og havde ikke noget tilbage til mine egne børn, når arbejdsdagen var slut.

Jeg følte mig frustreret og magtesløs. For mig har det været et valg mellem at sygemelde mig eller søge væk. Det blev så det sidste, og det er med en følelse af dårlig samvittighed over for både kollegaer og patienter. En følelse af at forlade den synkende skude og lade andre i stikken.

OPUS er et specialiseret behandlingstilbud i Region Hovedstadens Psykiatri til unge mellem 18 og 35 år, der for første gang oplever tegn på en psykose.

Foto: Lisbeth Holten
Redigeret af Susan Paulsen

KONTAKT

Telefonerne er åbne man-fre kl. 9-14.

SEKRETARIATET

Dansk Socialrådgiverforening
Toldbodgade 19B, 1253 København K
Tlf: 70 10 10 99
ds@socialraadgiverne.dk

REGION NORD

(dækker Region Nordjylland
og Region Midtjylland)
**Dansk Socialrådgiverforening
Region Nord**
Søren Frichs Vej 42 H, 1.th
8230 Åbyhøj
Tlf: 87 30 91 91
ds-nord@socialraadgiverne.dk

Kontoret i Holstebro

Fredericiagade 27-29,
7500 Holstebro
Tlf: 87 30 91 91
ds-nord@socialraadgiverne.dk

Kontoret i Aalborg

Hadsundvej 184 B
Postboks 764, 9000 Ålborg
Tlf: 87 30 91 91
ds-nord@socialraadgiverne.dk

REGION SYD

(dækker Region Syddanmark)
**Dansk Socialrådgiverforening
Region Syd**
Vesterballevej 3A, Snoghøj
7000 Fredericia
Tlf: 87 47 13 00
ds-syd@socialraadgiverne.dk

Kontoret i Odense

Lumbyvej 11, opgang C, 2.th.
Postboks 249, 5100 Odense C
Tlf: 87 47 13 00

REGION ØST

(dækker Region Hovedstaden
og Region Sjælland)
**Dansk Socialrådgiverforening
Region Øst**
Kornerups Vænge 12, 2,
4000 Roskilde
Tlf: 33 38 62 22
ds-oest@socialraadgiverne.dk

ARBEJDSLØSHEDSKASSEN

(Jobformidling)
FTF-A (hovedkontor)
Snorregade 15, Boks 220
0900 København C
Tlf: 70 13 13 12

PENSIONS KASSEN

PKA
Administration
Tuborg Boulevard 3, 2900 Hellerup
Tlf: 39 45 45 40

For øvrige kontaktoplysninger
henvises til hjemmesiden
socialraadgiverne.dk
Se under "Om DS" eller under
"Medlemsgrupper".

KALENDER

Tilmeld dig og læs mere om arrangementerne – og se flere – på socialraadgiverne.dk/kalender. En række medlemsmøder bliver holdt online via Microsoft Teams eller som webinarer. Du får sendt et link ved tilmelding.

FEBRUAR

27. februar, webinar

Om arbejdsskader – kend regler
og rettigheder, hvis uheldet er
ude.

28. februar, Aarhus

Lev Uden Vold deler viden og
erfaringer om vold i nære rela-
tioner.

3. marts, København

Faggruppen Integration holder
temadag om integrationspolitik
de seneste 40 år samt general-
forsamling.

7. marts, København

Seniorer spiser frokost på
Restaurant Karla kl. 12-14.

7. marts, Aarhus

Fyraftensmøde med Signe
Færch om beskæftigelsesind-
satsen nu og i fremtiden.

13.-14. marts

Faggruppen Handicap
holder konference om det kom-
plekse samarbejde på handicap-
området samt
generalforsamling.

15. marts, webinar

Land godt i praktikken – hør
andre praktikanter erfaringer.

20. marts, Odense

21. marts, Esbjerg
Senkarrieremøde med PKA,
FTFa og DS.

21. marts, webinar

Spørg ansættelsesudvalget – få
indblik i, hvad de lægger vægt på
i ansøgninger og til samtalen.

28. marts, webinar

Hvad er en overenskomst og
hvad kan jeg bruge den til?

29. marts, København

DS-København holder general-
forsamling i DGI Byen. Der er
indskrivning fra 15.30 og start kl.
16. Tilmelding til FTR i BIF Rikke
Troelsen – ax1q@kk.dk.



Dyssegården er en non-profit psykiatrisk
behandlingsinstitution med vores egen
interne skole, der tilbyder følgende:

- Et 45 timers skole- og
dagbehandlingstilbud/skemalet
aktiviteter i skole og afdeling
- Et roligt og overskueligt miljø med en
daglig rutine og forudsigelighed,
herunder fast genkendeligt personale
- Et skole- og dagbehandlingstilbud, hvor
der altid er deltagende voksne, som
har fokus på et miljø fri for mobning
- Morgenmad og frokost hver dag
- Individuelle, ugentlige psykologsamtaler
- Ugentlige gruppesamtaler

Alle børn og unge, der er indskrevet
i vores dagbehandlingstilbud, findes
i Dyssegårdens målgruppe, som du kan
læse mere om på www.dyssegaarden.dk.

”De har tid. De giver omsorg.
De giver plads til dig -
selv når du har det dårligt.”
- Tidligere beboer på Dyssegården



Avderødvej 32A, 2980 Kokkedal
dyssegaarden@dyssegaarden.dk
+45 48 20 78 00



Værsgo. Vi giver mere end
75 mio. kr.
i renter til kunder, der er medejere
af Lån & Spar

Sådan får du 5% i rente på din lønkonto

- Du er medlem af DS og har afsluttet din uddannelse.
- Du samler hele din privatøkonomi hos Lån & Spar (LSBprivat® Løn er en del af en samlet pakke af produkter og services, som din økonomi kreditvurderes ud fra).
- De 5% i rente er på de første 50.000 kr. på lønkontoen. Fra 50.001-500.000 kr. er renten 0,75%. Derefter er renten 1% på resten.
- **Rentesatserne er variable og gælder pr. 1. marts 2023.** Se alle vilkår på lsb.dk/medlemsvilkaar.
- Du behøver ikke flytte dine realkreditlån. Men evt. ændringer og nye realkreditlån skal gå gennem Lån & Spar og Totalkredit.

Læs mere på www.lsb.dk/ds

Mere end 75 mio. kroner! Det fik vores kunder tilbage i januar. Fordi de er medlem af en faglig organisation, der ejer os.

Som medlem af DS kan du få personlige fordele og ekstra gode vilkår hos os. For eksempel 5% i rente på lønkontoen. Vi synes nemlig også, der skal være kontante fordele ved fællesskaber.

**Bliv kunde i
Lån & Spar Bank**
Ring 3378 1976, book
på lsb.dk/ds eller
skriv til ds@lsb.dk



Dansk Socialrådgiverforening

Lån & Spar



Socialstyrelsen

Møder du mennesker i dit arbejde, som kan have senfølger efter seksuelle overgreb?

Bliv klædt på til at hjælpe voksne, der kæmper med følgevirkninger af seksuelle overgreb. Socialstyrelsen har udgivet en håndbog, der giver viden og inspiration til kommunale fagpersoner og ledere.

Læs håndbogen på socialstyrelsen.dk/senfolger.
Her kan du også se to film og lytte til en podcastserie.



Familieinstitution · Observationshjem · Konsulenttydelser

Kvistholm MOR & BARN

Kvistholm Mor & Barn

Vi er et observationshjem, der akut eller planlagt, tager imod mødre, fædre eller par, der har brug for hjælp til at varetage en dagligdag med deres barn.

Vi tager imod familier med børn i alderen 0-6 år, samt gravide.

VI TILBYDER

- ✓ Døgndækket observationshjem.
- ✓ Familiebehandling.
- ✓ Samspilsobservationer.
- ✓ Udvikling af forældre-barn relationer.
- ✓ Observationer og beskrivelser af forældrekompetencer og mentaliseringsevne.
- ✓ Sikrer barnets udvikling og trivsel under indskrivning.

www.kvistholmmorbarn.dk

Kvistholm FAMILIE

Kvistholm Familie

Tilbyder alternativ til anbringelse 24 timer i døgnet samt andre sociale ydelser. Vi dækker hele Danmark.

VI TILBYDER

- ✓ Alternativ til anbringelse
- ✓ §52 stk. 3 nr. 2 praktisk pædagogisk støtte
- ✓ §52 stk. 3 nr. 3 familiebehandling
- ✓ §52 stk. 3 nr. 6 støtte-kontakt person
- ✓ §54 støtteperson til forældre
- ✓ §85 socialpædagogisk støtte til voksne samt
- ✓ Støttet og overvåget samvær
- ✓ Vi skræddersyer den løsning du har brug for

www.kvistholmfamilie.dk

Kvistholm tlf: 71 10 28 05