

SOCI. ALRÅ DGIV EREN

DANSK SOCIALRÅDGIVERFORENING

02/24

FIK ANERKENDT ARBEJDSKADE

Jeg fik hjælp af DS til at
blive et menneske igen

GUIDE

Sådan holder du
længere i jobbet

Socialrådgiver og eks-misbruger:

Jeg gjorde op med stoltheden, skylden og skammen

TEMA: Unges brug af opioid-piller

8

"Jeg kan det hele - med lidt hjælp"

Lærke Posch Bruns har både den faglige indsigt og den personlige erfaring med at være i et fleksjob og slå sig på myten om det rummelige arbejdsmarked. For hun er socialrådgiver, og så har hun en øjensygdom, som betyder, at hun kun har 5-10 procent af sit syn tilbage.



Foto: Lene Esthave

TEMA: Unges brug af opioid-piller

"JEG HAR GJORT OP MED STOLTHEDEN, SKYLDEN OG SKAMMEN"

Marcus, der er socialrådgiver og eks-misbruger, fortæller om sit brug af opioider, og hvordan han kom ud af afhængigheden. Flere unge bruger opioider, og eksperter og praktikere opfordrer til, at der bliver holdt skarpt øje med udviklingen.

Foto: Michael Drost-Hansen

6 ” Normalt kommer de fleste lønstigninger til sidst i overenskomstperioden, os at få dem lagt i begyndelsen. Det betyder, at socialrådgiverne får glæde kroner allerede fra april frem for at måtte vente til 2025.

Signe Færch, forkvinde, Dansk Socialrådgiverforening, om overenskomstresultaterne

32

"Jeg fik hjælp til at blive et menneske igen"

Med hjælp fra Dansk Socialrådgiverforening har Kirsten Jensen fået anerkendt sin arbejdsskade og fået godtgørelse for varigt mén. Afgørelsen har givet hende faglig oprejsning.

Illustration: Morten Voigt

38

"Det betyder noget at, man har noget at stå op til"

Lærke Sick Broskov Jensen, uddannet socialrådgiver i 2021. Læser kandidat Social Studies of Gender på Lund Universitet og er studentermedhjælper i Dansk Flygtningehjælp samt frivillig i SR-Bistand.



10

Guide

Har du brug for mere tid til familien? Trives du med de opgaver, du har? Hvordan ser din økonomi ud?

men denne gang er det lykkedes af et lønloft på flere tusinde



Foto: Lisbeth Holten

Kontakt redaktionen på
redaktionen@socialraadgiverne.dk

04 NYT FRA DS

06 NYT FRA DS

OK24: Store lønstigninger på vej til socialrådgivere

08 MEDLEM NR.

"Jeg kan det hele – med lidt hjælp".

10 GUIDEN

Sådan kan du holde længere i jobbet.

13 BØGER

14 FORSKEREN

SMS giver børn og unge lettere adgang til socialrådgiveren.

16 TEMA: UNGES BRUG AF OPIOID-PILLER

Marcus, der er socialrådgiver og eks-misbruger, fortæller om sit brug af opioider, og hvordan han kom ud af afhængigheden.

23 VOXPOP

Unge brug af opioider skaber bekymring i praksis.

24 OPIOIDER ER BLANDT DE FARLIGESTE STOFFER, MAN KAN TAGE

Flere unge er begyndt at bruge rusmidler under kategorien opioider. Ekspert kalder det for en bekymrende tendens.

26 LEDER

Tak for jeres opbakning til OK24

26 MIN MENING

27 REGIONSLEDER

Læren fra Nordic Waste

27 PRAKSISKLUMMEN

Det er syret, at livet bare fortsætter.

28 JURA

Kommuner skal offentliggøre mere præcise sagsbehandlingsfrister.

29 DEBAT

Fleksjobbere har også brug for faglig udvikling.

29 MIT ARGUMENT

Faglighed kræver tid.

30 ANALYSE

Hver fjerde socialrådgiver er stresset.

32 DS VINDER ARBEJDSKADESAG

"Jeg fik hjælp til at blive et menneske igen."

38 REFLEKSION

"Det betyder noget, at man har noget at stå op til."

39 KONTAKT

39 KALENDER



Dansk Socialrådgiverforening

Udgives af Dansk Socialrådgiverforening, Tolbodgade 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 **Journalister** Sofie Mehl Augustesen, sma@socialraadgiverne.dk Bjarke Hartmeyer Christiansen, bhc@socialraadgiverne.dk, Lærke Øland Frederiksen, lof@socialraadgiverne.dk **Layout** Signe Ida Christiansen, sic@socialraadgiverne.dk **Annøncer** 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 3-2024 er 26. april 2024 **Forside:** Michael Drost-Hansen **Tryk** Stibo **Årsabonnement** 910 kr. inkl. moms. Løssalg 70 kr. pr. nummer plus forsendelse **Socialrådgiveren** udkommer 8 gange om året. Dette nummer udkommer 19. marts 2024. Artikler og indlæg er ikke nødvendigvis udtryk for organisationens holdning. **Kontrolleret oplag:** 19.040 **Trykt oplag:** 19.140 **ISSN** 0109-6103

MIT HADEORD

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



Anne Thule Banke

Socialrådgiver og virksomhedskonsulent, Virksomhedsservice Jobcenteret, Horsens Kommune.
Hendes hadeord er:

"LUK JOB-CENTRENE"

I 2022 lød den skarpe retorik fra statsministeren: "Luk jobcentrene". Min påstand er, at politikerne ikke er bevidste om, hvilke ringe i vandet det skaber at udskamme en hel beskæftigelsesindsats og true med at "lukke jobcentrene", der fungerer godt de fleste steder trods de udfordringer, som lovgivningen giver os. Derfor hader jeg den ytring.

Vi får færre, der ønsker at uddanne sig til socialrådgiver, færre der ønsker praktik indenfor beskæftigelsesområdet. Vi bliver stemplet og bliver et lavstatus-område.

Men jobcentrene er her endnu. Så rank ryggen socialrådgiver, jobkonsulent, beskæftigelsesrådgiver og fortæl verden om det vigtige arbejde, I udfører på jobcentrene.



Fleksibelt arbejdsliv

FLERE KOMMUNER INDFØRER FIRE DAGES ARBEJDSUGE

På jobcenteret i Esbjerg Kommune er forsøget med en frivillig firedages arbejdsuge blevet permanent. Og på jobcenteret i Nordfyns Kommune er der indgået en lokalaftale, der giver medarbejderne mulighed for at vælge mellem at arbejde fire eller fem dage om ugen.

Evalueringen af forsøget med en frivillig firedages arbejdsuge på Jobcenteret i Esbjerg viser, at medarbejderne er glade for at arbejde der, og det gælder uanset, om de er ansat på fire- eller femdages ugen. I 2023 var 96 procent af medarbejderne tilfredse eller meget tilfredse med deres arbejde, viser evalueringen fra VIVE.

På baggrund af evalueringen og socialrådgivernes ønske om at fortsætte ordningen, har Dansk Socialrådgiverforening indgået en aftale med Esbjerg Kommune og HK om at gøre ordningen permanent, så medarbejderne kan fortsætte på den arbejdsuge, der passer dem bedst.

Kort efter indgik Dansk Socialrådgiverforening en tilsvarende aftale på jobcenteret i Nordfyns Kommune, så socialrådgiverne her også får mulighed for at vælge imellem at arbejde i fire eller fem dage om ugen.

”**Man kan frigive værdifuld tid hos plejepersonalet, befri de ældre for mange af deres økonomiske og digitale frustrationer samt sikre større lighed i alderdommen, hvis socialrådgiverne fik lov til at spille en større rolle på ældreområdet.**”

Ditte Brøndum, næstforkvinde for Dansk Socialrådgiverforening, i debatindlægget 'Socialrådgiverne: Ældreloven kan øge uligheden' på Altinget/social, 7. februar.

Tilbageblik

SÅDAN SKREV VI I SOCIALRÅDGIVEREN 2-1964:



1964: Praktikuddannelsen er lige så betydningsfuld en del af socialrådgiveruddannelsen som den teoretiske undervisning. Praktiklærerne yder en betydningsfuld indsats for socialrådgiverfagets udvikling og sikrer, at eleven har den fornødne faglige duelighed og har identificeret sig med socialrådgiverrollen den dag, han forlader eksamensbordet.

2024: Næsten alle studerende på socialrådgiveruddannelsen ønsker sig mere praktik. Derfor anbefaler SDS, at man øger andelen af praktik og styrker koblingen mellem teorien i bøgerne og virkeligheden i praksis – for eksempel ved at supplere den nuværende praktik med en periode, hvor man bevæger sig mellem praktiksted og uddannelsesinstitution.

Nyborg

OPNORMERER MED 13 SOCIALRÅDGIVERE

Nyborg Kommune havde oprindeligt hyret revisionsfirmaet BDO til at finde besparelser på socialområdet, men firmaets rapport afdækkede i stedet "særlige bekymrende" forhold på særligt børne- og ungeområdet. Dansk Socialrådgiverforening har derfor krævet handling, og nu vil kommunen opnormere med 13 socialrådgivere og indføre ret til supervision.

Podcast

KRITISK SOCIALRÅDGIVER FIK MUNDKURV PÅ

Dansk Socialrådgiverforenings historigruppe har udgivet en podcast om socialrådgiveren Ilse Mikkelsen, der i 1976 kritiserede Københavns Kommunes behandling af bistandsklienter og anbragte børn. Udtalelserne førte til, at hun fik mundkurv på og blev truet med forflyttelse.

Lyt til podcasten 'Sagen Ilse Mikkelsen' på radiostjernen.dk

Opråb fra FTR

NYUDDANNEDE MANGLER OPLÆRING

Fællestillidsrepræsentanterne for socialrådgiverne i landets fem største byer advarer i et debatindlæg i Politiken om, at mange nyuddannede socialrådgivere kommer skævt ind i faget, fordi de ikke får en ordentlig oplæring, og det har konsekvenser for både dem selv, kollegaerne og ikke mindst borgerne.



Sammen giver
vi mere tilbage



Få mere ud af
den høje rente på
pka.dk/sparop

Få 8 % i rente på al opsparing

I 2024 får du 8 % i rente på din pensionsopsparing hos PKA. Det er den højeste rente siden 2007. Hvis du vil have mest muligt ud af den høje rente, så lav en ekstra indbetaling. Jo tidligere du indbetaler, jo mere får du ud af dine penge.

Se, hvad du får ud af en ekstra indbetaling på pka.dk/sparop

Dine fordele i PKA

- ✓ 8 % i rente i 2024 på al opsparing
- ✓ Lave omkostninger – det giver dig mere i pension
- ✓ Mulighed for fradrag, så du betaler mindre i skat

OK24

STORE LØNSTIGNINGER PÅ VEJ TIL SOCIALRÅDGIVERNE

Som resultat af overenskomstforhandlingerne 2024 er der store lønstigninger på vej til alle offentligt ansatte socialrådgivere. Og hovedparten af lønstigningerne får socialrådgiverne glæde af allerede 1. april.

April er en dejlig måned. Men i år er det ikke kun forårets komme, man kan glæde sig over, for alle socialrådgivere ansat i kommuner, regioner og staten får samtidig en lidt sjovere lønseddel. Hovedparten af de lønstigninger, som DS har forhandlet hjem til medlemmerne, falder nemlig allerede i april, og det er forkvinde Signe Færch godt tilfreds med.

– Normalt kommer de fleste lønstigninger til sidst i overenskomstperioden, men denne gang er det lykkedes os at få dem lagt i begyndelsen. Det betyder, at socialrådgiverne får glæde af et lønløft på flere tusinde kroner allerede fra april frem for at måtte vente til 2025, siger Signe Færch.

DS når langsigtet mål om pension

OK24 sikrer derudover pensionsforbedringer til alle offentligt ansatte socialrådgivere. Det betyder også, at DS nu har indfriet et mål fra 2008 om at nå op på 16 procent i pension til socialrådgivere i kommunerne – noget, forkvinde Signe Færch også er meget tilfreds med. – Det er en stor sejr for vores fællesskab, som viser, at det nytter at sætte langsigtede mål og kæmpe for dem. Desuden er en højere pension noget, som kommer alle – og særligt dem, som er i starten af deres arbejdsliv – til gode. Derfor var det en vigtig prioritet for os, fortæller Signe Færch.

Barsel og fleksibilitet

Udover løn og pension får socialrådgivere og andre lønmodtagere også andre forbedringer. Det gælder blandt andet ret til yderligere tre ugers barsel med løn for fædre og medmødre, som bringer os et skridt videre i kampen for ligeløn, samt mulighed for at afvikle opsøret afspadsering og særlige feriedage samlet – det giver større fleksibilitet, som for eksempel kan bruges til at køre børn ind i daginstitution, rejse eller passe syge forældre. Endelig sikrer OK24, at sammenligningen mellem offentlige og private lønninger bliver mere retvisende. Det betyder konkret, at lønudviklingen i det offentlige fremover reguleres på et mere retfærdigt grundlag end hidtil.

Husk at stemme

Nu skal overenskomstresultaterne til urafstemning blandt Dansk Socialrådgiverforenings medlemmer – ved bladets deadline var datoen for afstemningen endnu ikke offentliggjort. Som medlem modtager du en mail med detaljer om urafstemningen samt Dansk Socialrådgiverforenings hovedbestyrelses anbefaling.

– Jeg håber, at rigtig mange medlemmer vil bruge deres stemme og deltage i urafstemningen om overenskomstresultatet, lyder opfordringen fra Signe Færch.

Hvis du vil læse mere om indholdet i OK24-resultatet på dit område, kan du bruge QR-koderne til højre eller klikke ind på socialraadgiverne.dk/OK24



Sådan udmøntes pengene

HVAD SKAL DU STEMME OM?

Din overenskomst har stor betydning for din løn og dine arbejdsvilkår. Her kan du dykke ned i overenskomstresultatet på dit område og få et overblik:

Overenskomstresultat for socialrådgivere i kommunerne



Læs mere ved at bruge QR-koden eller gå ind på: socialraadgiverne.dk/overenskomst-med-kl-ok24/

Overenskomstresultat for socialrådgivere i regionerne



Læs mere ved at bruge QR-koden eller gå ind på: socialraadgiverne.dk/overenskomst-med-regionerne-ok24/

Overenskomstresultat for socialrådgivere i staten



Læs mere ved at bruge QR-koden eller gå ind på: socialraadgiverne.dk/overenskomst-med-staten-ok24/

HAR DU BRUG FOR RÅDGIVNING?

VISO tilbyder gratis rådgivningsforløb inden for det specialiserede socialområde og specialundervisningsområdet

Sammen med nogle af landets dygtigste specialister rådgiver vi fagfolk i kommuner og sociale tilbud samt borgere inden for det specialiserede socialområde og specialundervisningsområdet. Rådgivningen omhandler komplekse problemstillinger i forhold til børn, unge og voksne, der har et handicap eller er socialt udsatte.

VISO Den nationale Videns- og Specialrådgivningsorganisation

 **Social- og Boligstyrelsen**

VISO tilbyder rådgivningsforløb:

- i enkeltsager
- vedrørende flere borgere
- om sagsbehandling for myndighedsrådgivere

Inden for disse områder tilbyder vi både mini-forløb og længere forløb.

Herudover yder vi telefonisk rådgivning med en VISO-specialist til fagfolk – uden at der igangsættes et egentligt rådgivningsforløb – og korterevarende rådgivning til borgere med komplekse problemstillinger.



Læs mere og kontakt os på www.sbst.dk/VISO



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, senhjærneskade 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

CV

Lærke Posch Bruns

38 år, Tønder

2022 -
Selvhjælp Sydvest,
10 timer om ugen.

2021-
Fleksjob i job-
centeret i Tønder
Kommune, 6 timer
om ugen.

2019-2022
Fleksjob i Frivillig-
centeret Tønder,
7 timer om ugen.

2018 - 2019
Jobsøgende.

2017 - 2018
Afklaring og bevil-
ling af fleksjob.

2016
Myndighedsrådgiver i Tønder
Kommune.

2016
Uddannet
socialrådgiver.

”
**Mit klare mål er
at komme ud af
fleksjobordningen.
Den drøm skal ingen
tage fra mig.**

Lærke Posch Bruns, Socialrådgiver



”Jeg kan det hele – med lidt hjælp”

Hun har både den faglige indsigt og den personlige erfaring med at være i et fleksjob og slå sig på myten om det rummelige arbejdsmarked. For Lærke Posch Bruns er socialrådgiver, og så har hun en øjensygdom, som betyder, at hun kun har 5-10 procent af sit syn tilbage.

Af Mette Mørk
Foto: Lene Esthava

- JEG HAR BLINDE pletter i synsfeltet, jeg er farveblind og meget lysfølsom. Man ser mig meget sjældent uden solbriller. Og det medfører alt sammen, at nok er jeg en god socialrådgiver – bare ikke på fuld tid.

Og det er den sidste del af sætningen ”ikke på fuld tid,” der har spændt ben for Lærke Posch Bruns vej ind på arbejdsmarkedet. Lige nu har hun selv kæmpet og fundet to forskellige fleksjobs – et som jobvejleder i Tønder Kommune og et som projektmedarbejder i Selvhjælp Sydvest. I alt 16 timer.

– I kommunen er jeg inspirator og vejleder for borgere, der har svært ved at finde tilbage til ar-

bejdsmarkedet. Jeg har været ude og holde oplæg, hvor jeg fortæller, at det godt kan lade sig gøre at få et job. Jeg håber, at mine erfaringer vil brede sig som ringe i vandet, og det giver helt vildt mening for mig, siger Lærke Posch Bruns.

Synet blev dårligere

Hun er oprindeligt uddannet SoSu-hjælper, men synet blev dårligere og i samråd med Institut for blinde og svagtseende, IBOS, fandt hun frem til, at uddannelsen og jobbet som socialrådgiver både levede op til hendes faglige ambitioner og kunne varetages med de gode hjælpemidler, der er til rådighed.

– Det er for eksempel et svagtsyns-tastatur med gule taster og sort skrift, jeg bruger mulighederne for at zoome teksten op og lave sort baggrund – det ligger jo i tekstbehandlingsprogrammerne i dag – og så har jeg både en elektronisk og en almindelig lup.

– Vi havde tre små børn derhjemme, men jeg knoklede på med uddannelsen. Undervejs udviklede jeg epilepsi, formentlig stressudløst. Men det var jeg ikke så god til at lytte til, for ingen skal sige til mig, at jeg ikke kan.

Sårbar, men ikke svag

Med en forsinkelse på kun fem måneder fuldførte hun uddannelsen, og efter mange forgæves ansøg-

ninger fik hun et fuldtidsjob i en forvaltning. For socialrådgiverjob på deltid findes næsten ikke.

– Jeg var overbevist om, at jeg kunne. Men der gik en måned, så fik jeg stress og måtte indse, at min vilje er stærkere end min formåen. Det var som at løbe ind i en mur. Helt fysisk. Jeg mistede fuldstændig fodfæstet og tænkte negative tanker som: ”Gider min mand at være gift med sådan en som mig? Jeg kan jo ikke finde ud af at arbejde”. Og jeg har jo altid set mig selv som en, der kan det hele, bare med lidt hjælp.

Det var et nederlag for hende at skulle gennem en langvarig fleksjobafklaring.

Via flere afklaringsforløb gennem Dansk Blindesamfund nåede hun frem til, at hun er sårbar – men ikke svag.

– Hvis jeg havde et job under én chef fremfor at skulle håndtere to forskellige arbejdspladser, så tror jeg, at jeg ville kunne arbejde 20 til 25 timer om ugen. Så mit klare mål er at komme ud af fleksjobordningen. Den drøm skal ingen tage fra mig.

Om hun har et godt råd til den socialrådgiver, der arbejder med fleksjobbere?

– Ja, se det menneske, der kommer ind, se alle kompetencerne og fagligheden – og ikke kun alle udfordringerne.

Læs også debatindlægget på side 29



– I kommunen er jeg inspirator og vejleder for borgere, der har svært ved at finde tilbage til arbejdsmarkedet.

SÅDAN KAN DU HOLDE TIL JOBBET I FLERE ÅR

Er du på vej ind i din senkarriere? Der er mange muligheder for at tilpasse arbejdet, så det kan blive mere attraktivt at være lidt længere på arbejdsmarkedet. Guiden giver inspiration til, hvilke temaer du kan drøfte med din leder og tillidsrepræsentant til seniorsamtalen.

Af Susan Paulsen

TID

Har du brug for mere tid til familien, så du lidt oftere kan besøge dine gamle forældre eller hente barnebarnet fra institution?

FLEKSIBEL TID

Du har mulighed for at drøfte fleksibilitet, eksempelvis at placere timer eller opgaver på andre tidspunkter på dagen eller ugen.

ORLOV

Du kan drøfte muligheden for orlov i løbet af året i forbindelse med ferie, mere tid til familien eller andet.

NED I TID

Du kan drøfte muligheden for at gå ned i arbejdstid enten i en kortere periode, på bestemte tider af året eller permanent.

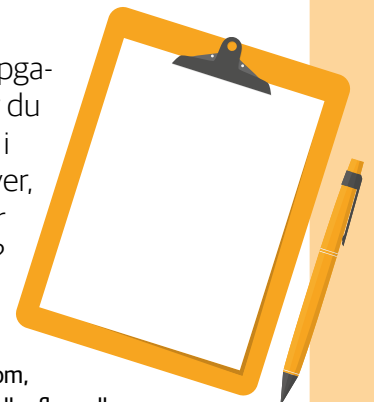
BEDRE TID

Overvej om det er oplagt med færre opgaver i alt, flere opgaver uden tidsfrister eller at få bedre tid til eksisterende opgaver.



OPGAVER

Trives du med de opgaver, du har, eller har du brug for ændringer i mængden af opgaver, opgaveindhold eller ansvar for opgaver?



NYE OPGAVER

I har mulighed for at tale om, at du kan få nye opgaver eller flere eller færre af en bestemt slags opgaver. Det kan være i en kort prøveperiode og senere gøres permanent.

HJEMMEARBEJDE

I kan drøfte muligheden for at arbejde hjemmefra og eventuelt hvilke udvalgte opgaver, der egner sig til det.

KOMPETENCEUDVIKLING

Sammen kan I undersøge muligheder for at blive dygtigere på bestemte områder for eksempel via videreuddannelse, faglige fællesskaber eller kurser.

JOBROTATION OG SPORSKIFTE

Hvis der er ønske og muligheder for det, kan I drøfte muligheden for, at du i en kortere eller længere periode skifter til en anden stilling eller et andet område.

Arbejdsindtægt og fuld pension

Den 1. juni 2023 blev det vedtaget, at man som folkepensionist ikke længere vil blive modregnet i sin folkepensions grundbeløb eller pensionstillæg på grund af egen arbejdsindtægt. Det vil sige, at man som folkepensionist kan have en arbejdsindtægt og alligevel få fuld folkepension.

Få et samlet overblik over alle dine pensioner og forsikringer på pensionsinfo.dk

ØKONOMI

Hvordan ser din økonomi ud, hvis du arbejder mindre og går ned i løn?

FASTHOLDELSESBONUS

Overvej at undersøge muligheden for at få seniorbonus eller et fastholdelsestillæg for at blive en periode længere på arbejdspladsen.

FÆRRE TIMER MED SAMME PENSIONSINDBETALING

Overvej at undersøge, om det er muligt at gå ned i timer og dermed løn, men samtidig bevare den samme indbetaling til pension.

ELLER NOGET HELT ANDET?

Ingen medarbejdere er ens, så ingen model passer perfekt på alle. Har I jeres helt egen idé, kan I snakke om den og i fællesskab se, hvad der kan lade sig gøre.



AFTALER OG RETTIGHEDER

Seniorsamtaler

Som senior ansat i det offentlige har du ret til at blive tilbudt en seniorsamtale sammen med din leder, hvor I sætter ord på, hvordan I ser resten af dit arbejdsliv, og hvad der skal til for at give dig lyst til at fortsætte på arbejdspladsen. Du kan takke nej, hvis du endnu ikke synes, at det er relevant.

Seniorfridage

Seniorer ansat i det offentlige har ret til et antal seniorfridage hvert år. I kommuner og regioner kan seniorfridagene konverteres til løn eller pension.

Seniorordninger

Som seniormedarbejder kan du i fællesskab med din leder og din tillidsrepræsentant drøfte muligheden for at benytte en kombination af forskellige tilbud til seniorer afhængig af, om du er ansat i staten, i en kommune eller i en region. Ordningerne giver din leder, din tillidsrepræsentant og dig nogle muligheder for sammen at tilpasse din fremtid på arbejdspladsen, så den passer bedst muligt til dig.

Offentligt eller privat

Vær opmærksom på, at der er forskel på, om du er ansat i det offentlige eller i den private sektor. Er du ansat i den offentlige sektor, vil der i forvejen være aftaler om seniorordninger eller -politikker, mens du som ansat i den private sektor oftest særskilt skal aftale det med din arbejdsgiver, medmindre andet fremgår af for eksempel din ansættelseskontrakt eller lokale aftaler. På den enkelte arbejdsplads kan der desuden være aftalt konkrete seniorpolitikker, som supplerer de basale rettigheder, der er aftalt i overenskomsten/kontrakten.

Seniordage

Som senior har du hvert år ret til et antal seniordage. Sammen med din leder aftaler I, hvordan du bruger dine seniordage.

Hvornår er man senior?

Det afhænger af den overenskomst og den personalepolitik, som man er omfattet af.

Tjek hvornår du har ret til seniordage – og hvor mange – og læs mere om seniorordninger på socialraadgiverne.dk/seniorordning

Seniorpartnerskabet

KL og Forhandlingsfællesskabet – hvor Dansk Socialrådgiverforening er repræsenteret – har skabt Seniorpartnerskabet for at give flere seniorer lyst til og mulighed for at blive længere tid på det kommunale arbejdsmarked. I dag er mere end hver fjerde kommunale medarbejder over 55 år – og med den nuværende tilbagetrækningsalder betyder det, at 100.000 medarbejdere går på pension frem til 2030. Seniorpartnerskabet består af 43 kommuner og udvikler løsninger til den kommunale seniorindsats.

Læs mere på vpt.dk/seniorpartnerskabet

Kilder: Inspirationskatalog til seniortiltag, Håndbog til seniorindsats, Seniorpartnerskabet på vpt.dk, socialraadgiverne.dk/seniorordning

En ny undersøgelse fra Det Nationale Center for Arbejdsmiljø (NFA), som udkom efter interviewet med Lars L. Andersen blev lavet, viser, at mange seniorer er villige til at udskyde pensionen og blive længere på arbejdsmarkedet. Halvdelen af de adspurgte svarer, at de ville udskyde pensionen, hvis de kunne gå på nedsat tid, og 44 procent ville gøre det, hvis de fik flere seniordage.

Læs 'Fleksibilitet i seniorarbejdslivet' på nfa.dk

ET GODT ARBEJDSMILJØ FÅR FLERE TIL AT FORLÆNGE ARBEJDSLIVET

Bedre balance mellem arbejde og fritid, et styrket arbejdsmiljø og en økonomisk fordel. Det er de tre overordnede områder, som afgør, om seniormedarbejdere ønsker at blive længere på arbejdsmarkedet, lyder det fra ekspert.

Af Susan Paulsen

DER SKAL SÆTTES ind på flere fronter, hvis flere seniorer skal kunne holde til – og have lyst til – at arbejde længere. Nøglen ligger i en kombination af en bedre balance mellem arbejde og fritid, et bedre arbejdsmiljø samt en økonomisk gevinst.

– Vores forskningsprojekt SeniorArbejdsliv viser helt klart, at mange seniormedarbejdere gerne vil arbejde til en højere alder, hvis de samtidig kan få mere frihed. Derfor vil det for mange være et ønske at gå på nedsat tid, arbejde mere hjemmefra og i det hele taget have mere fleksibel arbejdstid, siger professor Lars Louis Andersen fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø.

Fleksibel arbejdstid er et oplagt tema at drøfte ved en seniorsamtale, og i den kontekst pointerer Lars Louis Andersen i øvrigt, at ansvaret for at indkalde til seniorsamtale bør ligge i HR-regi.

– På den måde undgår man, at det bliver et 'mellemværende' mellem den enkelte seniormedarbejder og nærmeste leder, så man ikke føler sig udpeget til samtalen. For den enkelte seniormedarbejder handler det også om ikke at blive puttet i en kasse, hvor fordomme og forestillinger om seniorer og deres virkelyst kan bringes i spil.

Arbejdsglæde gør en forskel

Derudover kan en målrettet og vedvarende arbejdsmiljøindsats være med til at sørge for, at flere kan holde til at arbejde til en højere alder – også ud over folkepensionsalderen.

– Vores undersøgelser viser, at hvis arbejdet var mindre fysisk og/eller mindre psykisk krævende, ville hver fjerde arbejde længere end planlagt. Det er psykisk krævende for socialrådgivere at skulle

tage stilling til borgeres udfordringer 37 timer om ugen, men det kan være svært at ændre på i praksis. Til gengæld kan man ændre nogle af de andre ting – eksempelvis at give medarbejderne indflydelse på eget arbejde og have tillid til, at de gør det godt nok. Derudover er det vigtigt, at man har det godt med kollegerne og chefen, for det er mere oplagt at blive længere i jobbet, når der er arbejdsglæde.

Økonomisk overblik

Lars Louis Andersen opfordrer til, at man tjekker sin økonomi grundigt, inden man planlægger sin pensionstilværelse.

– Man har brug for et overblik over sin økonomiske situation for at vurdere, om man har råd til at trække sig tilbage fra arbejdsmarkedet før pensionsalderen. Hvis man gerne vil arbejde længere, kan



Det er vigtigt, at man har det godt med kollegerne og chefen, for det er mere oplagt at blive længere i jobbet, når der er arbejdsglæde.

Lars Louis Andersen, professor, Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø

man til gengæld glæde sig over, at det er blevet langt mere økonomisk attraktivt at arbejde efter folkepensionsalderen, da arbejdsindtægten ikke længere bliver modregnet i folkepensionen og den skattefri seniorpræmie forhøjes fra 2026. ♦



CV

Lars Louis Andersen,

professor, cand. scient., ph.d., Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, NFA. Forsker blandt andet i, hvordan helbredet påvirkes af høje fysiske krav i arbejdet og af psykosociale faktorer, og hvordan vi sikrer et langt og sundt arbejdsliv. Han er leder af forskningsprojektet Seniorarbejdsliv

Læs mere på seniorarbejdsliv.dk

Sundere skærmvaner for både børn og voksne



Skærmsund
En 4-ugers guide til bedre trivsel, mere nærvær og sundere skærmvaner i familien

af Imran Rashid, Katja Bamberg Bro og Marie Brixtofte
Gyldendal
156 sider, 300 kr.

Danske unge bruger i gennemsnit 5,5 timer om dagen på sociale medier, og den nyeste forskning viser, at et forbrug over tre timer fordobler risikoen for angst og depression. Bogen 'Skærmsund' henvender sig til forældre, som er bekymrede over familiens skærmbrug og har brug for konkrete redskaber til at ændre det.

Forfatterne til bogen forklarer, at de har skrevet bogen, fordi de er blevet opmærksomme på, hvordan det øgede skærmbrug

medfører konflikter, bekymringer og tvivl i familierne "Mange af os ved måske godt, at for at opnå det liv og den familie, som man drømmer om, så er både unge og voksne i familien nødt til at tage ansvar, men hvordan gør man det? Måske ved man også, at nogle – eller måske alle – i familien ville have gavn af mindre tid på deres skærme, men igen: Hvor skal man starte?" Det handler ikke om at 'slå op' med sin telefon, men om at få et mere bevidst og afbalanceret skærmbrug.



Det handler ikke om at 'slå op' med sin telefon, men om at få et mere bevidst og afbalanceret skærmbrug.

Fagbog

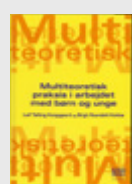


Når gode mennesker handler ondt - mulige løsninger på et vildt problem
af Dorthe Birkmose
Syddansk Universitetsforlag
272 sider, 348 kr.

Forråelse

Da bogen udkom for først gang for over 10 år siden, var forråelse ikke noget, der blev talt ret meget om. I dag er tabuet brudt, selv om problemer med forråelse stadig findes. Den nye udgave af bogen gør status over, hvad der er sket siden 2013. Den sætter fokus på, hvad vi kan gøre, når mennesker bliver forråede, og hvordan vi kan forsøge at forhindre, at det sker. Mulige løsninger diskuteres.

Fagbog



Multiteoretisk praksis i arbejdet med børn og unge
af Leif Tøfting, Kongsgaard og Birgit Raundahl Koldsø
Samfundslitteratur
418 sider, 398 kr.

Uforudsigelighed

At arbejde med børn og unge i udsatte positioner er at arbejde med uforudsigelighed. Sådan indledes bogen, der præsenterer et bredt repertoire af tilgange til arbejdet med relationer, kommunikation og forandringsprocesser inden for det sociale og pædagogiske arbejde – samt eksempler på, hvordan det omsættes til praksis. Bogen har et gennemgående inddragelsesperspektiv, hvor børn ses som aktører i egen ret.

Beretning



En families liv med autisme - fra børnehaven til bosted
af Dorthe Ørsig Frydenlund
216 sider, 270 kr.

Råd og tips

Hvordan får man en familie til at fungere, når ens barn har autisme og ADHD? I bogen følger vi Frederik, fra han er fem år, til han som 21-årig flytter hjemmefra. Hans mor beskriver alle de tiltag – ud over en god portion kærlighed og tålmodighed – hun har lavet for at hjælpe sin søn bedst muligt igennem hverdagen og livet. Bogen er fuld af konkrete råd og tips til andre familier i samme situation.

Roman



Jeg hører, hvad du siger
af Katrine Marie Guldager
Gyldendal
200 sider, 200 kr.

Vrede kvinder

Parterapeuten Marianne kæmper desperat for sin søns liv. Da han bliver tvangsindlagt og hendes kæreste tager på den planlagte kærestetur til Norge uden hende, står hun alene over for et psykiatrisk system, som ikke lytter. Hverken til patienter eller pårørende. Med romanen afslutter forfatteren sin trilogi om vrede kvinder, hvor 'Endnu en dag i Guds skaberværk' portrætterede en socialrådgiver.

Fem pejlemærker. I forbindelse med forskningsprojektet "Digitalt socialt arbejde", som gennemføres af VIVE, KL og Komponent, er der udviklet fem pejlemærker for god digital kommunikation mellem anbragte børn og unge og deres myndighedsrådgiver. DS er med i forskningsprojektets advisory board.

Få overblik over de fem pejlemærker på: komponent.dk/boern-unge/digitalt-socialt-arbejde/pejlemærker

Digitale medier giver børn og unge lettere adgang til socialrådgiveren

Der er fordele ved, at myndighedsrådgiveren kan kommunikere med børn og unge på for eksempel sms eller videomøder. Men der er også faldgruber, viser ny vidensindsamling fra Vive, som Sofie Henze-Pedersen har stået i spidsen for.

Af Mette Mørk



Sofie Henze-Pedersen

er forsker ved VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd og beskæftiger sig med udsatte børn og familier - med særligt fokus på hverdagsliv og familieliv fra barnets perspektiv. Hun har lavet vidensindsamlingen sammen med Michella Ida Mikuta og Sylvester Tønnesen.



Læs 'Digital kommunikation med børn og unge i udsatte positioner' på vive.dk

Hvad er fordelene ved, at børn og unge kan kommunikere digitalt med socialrådgiveren?

Det er naturligt og ligetil for børnene og de unge at kommunikere på den måde. Anden forskning viser, at relationen til socialrådgiveren kan være lidt langt væk - ofte skal man for eksempel ringe for at lave en aftale, og det er de ikke vant til.

De skriver beskeder i stedet for. Så at kommunikationen kan foregå på andre platforme, kan gøre rådgiverne mere tilgængelige, og det kan af børnene og de unge opleves som en måde at kommunikere på, som er mere på deres præmisser.

I beskriver udfordringer med de digitale løsninger. Hvilke vil du fremhæve?

Digital kommunikation kræver, at man har adgang til den - og det kræver også, at man har færdigheder til at anvende den. Det er der nogle børn, som ikke har. Så man skal som rådgiver åbne for samtalen med barnet om: Hvad er en god måde at kommunikere på for dig?

På nogle punkter kan det være en fordel, at den digitale kommunikation giver mulighed for løbende at udveksle informationer, men det kan også opleves som overvågning af børnene og de unge.

De kan være i tvivl om, hvor tit de skal svare, og hvad deres svar bliver brugt til. Og så indeholder det digitale møde også nogle begrænsninger. Det kan være svært gennem en skærm at få indblik i børn og unges trivsel - og de udfordringer, der er i et hjem.

Hvad skal socialrådgiveren ude i praksis bruge jeres vidensindsamling til?

Den viser mulighederne for, at man kan kommunikere digitalt, og hvordan det kan give børn og unge lettere adgang til socialrådgiveren - og potentielt være med til at styrke relationen.

Men det er også vigtigt at understrege, at digital kommunikation kræver klare etiske og juridiske retningslinjer for at sikre børnenes og de unges privatliv, fortrolighed og beskyttelse af følsomme oplysninger.

For eksempel er sms rigtig fin til at planlægge et møde - men det kan være, at man får en sms tilbage, som pludselig indeholder oplysninger, der er personfølsomme. Så det kræver omtanke.

I skriver, "at grænserne for privatliv kan blive forskubbet i en digital sfære." Hvad mener I?

Nogle af studierne fremhæver, at grænserne mellem privatliv og arbejdsliv kan blive skubbet, fordi rådgiveren potentielt altid er "på".

Hvis et barn eller en ung kontakter socialrådgiveren en aften med en akut problemstilling, så kan man føle sig forpligtet til at reagere, selv om man har fri. Ellers ser man måske først beskeden dagen efter på arbejds-telefonen og kan føle, at man svigter.

Det kan skrives langt, snørklet og kompliceret. Eller helt PlusKort: Få gode rabatter!

Gå ind på PlusKort.dk eller i appen og gå på opdagelse i alle dine rabatter og fordele.



Dansk Socialrådgiverforening

PlusKort.



Scan QR-koden og få dit PlusKort og alle rabatterne på mobilen med det samme.

JEG HAR GJORT OP MED STOLTHEDEN, SKYLDEN OG SKAMMEN

Jeg har taget, hvad jeg kunne få af stoffer, og det har taget rigtig meget af mig, fortæller **Marcus**, der er **eks-misbruger** og **nyuddannet socialrådgiver**. Stofferne gav ham en indre ro - og ikke mindst en pause fra **præstationskrav**, socialt pres og på et senere tidspunkt også rygsmerten. Marcus har også været afhængig af de farlige **opioid-piller**, som nu breder sig blandt unge - og det var ved at ødelægge hans liv.

Af Susan Paulsen

Foto: Michael Drost-Hansen

Som 16-årig begyndte Marcus at eksperimentere med stoffer - og det har været en lang og hård rejse at komme ud af misbruget. Nu vil han som nyuddannet socialrådgiver gerne være med til at advare imod de farlige rusmidler - de såkaldte opioider - som breder sig blandt unge. Han er for nylig blevet interviewet til DR og synes, at det er oplagt også at dele sine erfaringer med sine fagfæller.

- Jeg har sagt ja til at blive interviewet, fordi jeg føler, at jeg har en pligt til at fortælle om det. Jeg tror, at der er mange som mig, der lader tingene køre helt af sporet, før de beder om hjælp. Det er tabubelagt at snakke om brug af rusmidler, og de er bange for, hvad der sker, hvis de overhovedet lukker op for det.

- Det kræver, at man gør op med stoltheden, skylden og skammen og når frem til erkendelsen: Jeg har

det svært, det her ødelægger mig, og jeg vil rigtig gerne ud af det. Og så efterspørge hjælp til det.

I dag har Marcus, som nu er 27 år og nyuddannet socialrådgiver, lagt misbruget bag sig. Når han sidder ved langbordet i køkken-allrummet, hvor hustruens og hans to små hunde løber rundt mellem stolebenene, er det svært at forestille sig, at han i lange perioder af sit liv har haft et problematisk brug af rusmidler.

Ikke tabe ansigt

Vi skruer tiden tilbage til barndommen. Marcus voksede op sammen med sine forældre og søster i en lille by i Østjylland - med sin farmor, sine fætre, onkler og tanter lige i nærheden. Marcus fortæller, at hans søster var en 12-talspige, og at han også selv var dygtig i skolen, men knap så flittig som søsteren.



Bag om temaet

Overdoser af opioider er blevet den hyppigste dødsårsag blandt unge voksne i USA, og på det seneste har medierne sat fokus på, at også danske unge gør brug af opioidpiller. Da pillerne fås i blisterpakninger og er lette at skaffe, kan de opfattes som ufarlig medicin, der kan tage toppen af nervøsitet, virke afslappende, euforiserende og præstationsfremmende.

En kortlægning fra 2023 viser, at medarbejdere i 15 kommuner oplever, at flere børn og unge bruger opioider. Aktører på området opfordrer til, at der bliver holdt et skarpt øje med udviklingen – og at socialrådgivere altid spørger ind til de unges brug af rusmidler.

→ Barndommen var præget af borgerlige værdier, som især blev italesat af faderen. Man skulle ikke træde meget ved siden af, før faderen kunne eksplodere af vrede.

– Jeg husker min barndom som rigtig god, men jeg har haft en meget streng far. Jeg var hunderæd for ham. Hvis jeg holdt forkert på gaffen, kunne han finde på at slå så hårdt i bordet, at noget af porcelænet gik i stykker. Jeg var meget opmærksom på ikke at gøre min far vred. Som lille løb jeg nogle gange over til min farmor, fordi jeg troede, at min far ville slå mig ihjel.

– Det betød også, at jeg i skolen gjorde alt for, at der ikke måtte komme klager over mig. Jeg gik fuldstændig i panik, hvis det var ved at ske, og stod og tryglede om, at de ikke sendte en klage hjem. Jeg lavede en del drengestreg, men var også ret pligtopfyldende i skolen – ikke at jeg lavede alle lektierne, men jeg kunne nærmest svare på alt.

Jeg har altid godt kunnet lide ekstreme ting, og jeg har gået til kampsport, siden jeg var seks år. I folkeskolen følte jeg mig understimuleret. Jeg var grænsesøgende. En rebel, kan man måske godt kalde mig. Og det har altid været vigtigt for mig ikke at tabe ansigt. Det er nok noget, som jeg har med hjemmefra.

Værdikamp med far

Som teenager udviklede forholdet til faderen sig til, hvad Marcus beskriver som en værdikamp.

– Det blev mere og mere tydeligt for mig, at jeg ikke delte værdier med mine forældre. Min far omtalte mennesker, der røg en smule hash som junkier, og da han fandt ud af, at jeg røg cigaretter, truede han med at smide mig ud hjemmefra. Jeg kan tydeligt huske, at jeg tænkte: "Fuck dig, far. Nu gør jeg alt det, som jeg ved, gør dig sur." Jeg har siddet og været ved at brække mig, fordi jeg havde røget for mange smøger og tænkt: "Ej, vi tager lige en mere for far". Så jeg blev sådan lidt, at alt det, min far stod for, var forkert. Og så skulle jeg selv prøve at finde ud af, hvad der var rigtigt og forkert her i livet.

Marcus understreger, at forholdet til faderen ikke er en forklaring på, hvorfor han kastede sig ud i et problematisk brug af stoffer. Men det hører med til historien.

– Det var en form for oprør. Jeg ville ikke være med til at dømme folk. Jeg ville godt vise især mine forældre, at det ikke var stigmatiserende at tage stoffer. Og jeg var heller ikke god til at håndtere, at nogen sagde til mig, at dét må du ikke, dét er forkert.

Forløb i psykiatrien

Lige inden Marcus skulle starte i gymnasiet, begyndte han at få det skidt. På det tidspunkt røg han hash, og prøvede også forskellige andre stoffer.



”**Jeg manglede et rum, hvor jeg kunne dele den rigtige version af mit liv i tryk forvisning om, at min verden ikke væltede.**”

Marcus, socialrådgiver og eks-misbruger

– Jeg kan huske, at jeg sagde til mine forældre, at jeg ikke kunne mærke mig selv. Jeg kunne ikke mærke mine følelser. Og det er også i den periode, at jeg begynder at tage stoffer – ikke hver dag, men on and off et par gange om ugen. Det gav mig ro indeni og en pause fra krav om præstationer. Jeg kunne ikke acceptere, hvis ting ikke gik godt, eller hvis folk kunne mærke, at jeg var ved at være træt eller ikke kunne præstere mere.

Hans mistrivsel endte med, at han blev henvist til psykiatrien, hvor han blev udredt og gik til samtaler i cirka tre år.

– Jeg fik en ADHD-diagnose, og der var mistanke om en bipolar sindslidelse. Men jeg har aldrig været bipolar. Mistanken opstod, fordi jeg løj om, hvorfor jeg havde det dårligt. Når jeg tog en masse amfetamin, fik jeg en kæmpe nedtur dagen efter. Problemet var mit stigende forbrug af stimulanser, men jeg turde ikke fortælle om det, for så var jeg klar over, at jeg ikke kunne være i psykiatrisk behandling, og jeg følte, at jeg havde brug for hjælp. Jeg havde fået besked om, at "hvis du er stofpåvirket, så kan vi ikke hjælpe dig".

– Den udmelding var afgørende for, at jeg ikke turde fortælle sandheden. Jeg manglede et rum, hvor jeg kunne dele den rigtige version af mit liv i tryk forvisning om, at min verden ikke væltede. Hvis jeg havde fortalt det til mine forældre, ville det også være gået fuldstændig galt. Så en tryk ramme, ville have gjort en forskel. Jeg oplevede, at jeg var nødt til at holde masken, for ellers ville jeg ingen hjælp få.

Samtidig undrer Marcus sig stadig over, at det i forløbet ikke blev opdaget, at han havde et forbrug af rusmidler.

– Jeg kan huske, at jeg faldt i søvn under nogle af samtalerne, og når jeg kiggede mig selv i spejlet, tænkte jeg: "Shit, du er ude blandt mennesker i det offentlige rum". Men jeg turde som sagt hverken at fortælle det til de professionelle eller til mine forældre.



←
- Jeg kunne ikke acceptere, hvis ting ikke gik godt, eller hvis folk kunne mærke, at jeg var ved at være træt eller ikke kunne præstere mere, fortæller Marcus.



→ På et tidspunkt, mens jeg kom i psykiatrien, deltog min far i et gruppeforløb for pårørende. Efterfølgende undskyldte han for sin opførsel og erkendte, at han havde fejlet. Han fandt ud af, hvordan det havde virket at sætte hård mod hårdt – at det havde den absolut modsatte effekt. Efterfølgende begyndte vores relation at ændre sig til det bedre. Fra frygt og had til gensidig respekt og interesse i hinandens liv. Og i dag taler jeg ofte med ham to gange om dagen.

Kemisk eufori

Som mange andre unge fik Marcus også på et tidspunkt tilbudt de smertestillende og stærkt afhængighedsskabende piller inden for stofkategorien opioider (se boks).

– Da jeg i en kort periode, mens jeg studerede, begyndte at tage først tramadol og så oxycontin, som er morfinpræparater, var det fedt. Jeg svævede på en lyserød sky. Alle smerter forsvandt. Alt var dejligt og lige meget, hvad man laver, så har man det konstant godt. Det er en kemisk eufori. I starten brugte jeg også pillerne for at kunne være social, rydte op i mit hjem – som jeg nogle gange har svært ved, fordi jeg har ondt i ryggen, siger Marcus og forklarer, at rygsmerterne opstod for nogle år siden i forbindelse med hårdt fysisk arbejde på et lager

– I lang tid følte jeg ikke, at jeg var påvirket. Jeg følte bare, at jeg ikke havde ondt og kunne sove



Jeg har ikke oplevet et stof, der på samme måde har kunnet virke så uskyldigt og så lige pludselig opleve at sidde i et jerngreb af afhængighed.

Marcus, socialrådgiver og eks-misbruger

godt. Efter et stykke tid skulle der flere piller til for at opnå en effekt, men efterhånden forsvandt den dejlige følelse i kroppen og blev erstattet af bivirkninger, så det føltes ikke så rart mere. Men hvis jeg ikke tog pillerne, fik jeg det dårligt, så det udviklede sig til at være en konstant kamp og planlægning for ikke at have det skidt. Det var ekstremt stressende. En dag fik jeg kigget på min konto, og det gik op for mig, at jeg har brugt rigtige mange penge på at købe piller. Det var totalt uholdbart, hvis jeg ikke ville køre både mit liv og min økonomi helt i sænk, fortæller Marcus.

Jerngreb af afhængighed

Efter at have taget pillerne i godt fire måneder besluttede han sig for at droppe dem, men det var nemmere sagt end gjort.

SÅDAN VIRKER OPIOIDER

Opioider er en samlet betegnelse for stoffer som for eksempel morfin, heroin, metadon, kodein og tramadol. Opioider giver et kort sus og herefter en afslappende rus, hvor smerter og problemer for toner sig i en følelse af lykkelig ligegyldighed. Virkningen kommer meget hurtigt.

- Stofferne har en stærk smertestillende virkning, men bedøver også centralnervesystemet på andre måder.
- Store doser giver forstoppelse, hæmmer vejrtrækning, og pupillerne trækker sig sammen. Man bliver sløv, døsig, taler snøvlede og går usikkert. Og man kan blive utilpas med kvalme og kulderystelser.

Forgiftning

Opioider virker hæmmende på vejrtrækningscentret i hjernen. En for stor dosis vil give langsom og overfladisk vejrtrækning og i sidste ende stoppe vejrtrækningen, så man dør.

Afhængighed

Kroppen vænner sig hurtigt til opioider. Efter kun få dages brug skal man have stadig mere stof for at opnå samme virkning.

Abstinenssymptomer

Kulderystelser, svedeture, muskelsmerter, kvalme, søvnbesvær med mere er symptomer på abstinenser, som kan minde om influenza. Derefter kommer en lang periode med træthed, irritabilitet, apati og følelse af ulyst, nedtrykthed og trang til stoffer.

Kilde: Sundhedsstyrelsen



– Jeg har ikke oplevet et stof, der på samme måde har kunnet virke så uskyldigt – det var jo piller, som også kunne fås på recept – og så lige pludselig opleve at sidde i et jerngreb af afhængighed, fortæller Marcus.

Han havde selv købt en del piller på sit tidligere uddannelsessted fra en studerende, som gentagne gange skrappelløst havde understreget, at man ikke blev afhængig af det. Det troede Marcus dog ikke på, men at afhængigheden var så voldsom, kom bag på ham.

– Da jeg forsøgte at stoppe med pillerne, viste det sig, at jeg var blevet vildt afhængig. Hvis jeg ikke tog pillerne, blev jeg syg ligesom med kraftig influenza og dårlig mave. Jeg troede, at jeg bare kunne stoppe, men jeg undervurderede, hvor kraftige abstinenserne var. Jeg fik det så dårligt, og jeg kunne ikke som studerende og kæreste bare melde pas til mit liv og ligge og have det vildt dårligt i to til tre uger. Derfor indså jeg, at jeg var nødt til at bede om hjælp.

På det sociale medie Reddit efterlyste og fik Marcus

en mentor, som kunne hjælpe ham med at holde fast i beslutningen om at stoppe sit misbrug af piller.

– På baggrund af mine tidligere forsøg med at lægge stofferne på hylden, vidste jeg, at motivation ikke er en konstant størrelse, man kan regne med. Man kan træne sin disciplin, men man må ikke forvente, at en stofmisbruger på baggrund af motivation alene bare stopper. Det kræver masser af disciplin, og så skal der ske forandringer i livet.

Derudover kontaktede han det kommunale rusmiddelcenter. De skulle vurdere, om hans fysiske afhængighed var så stor, at det gav mening med substitutionsbehandling.

– Jeg levede op til kriterierne for at få substitutionsbehandling, hvor man skifter over til et stof, som ikke er superaktivt, men binder sig til opioid-receptorerne, så man kan trappe ned på det uden at blive påvirket, og abstinenserne får du kun i lav grad. I starten skulle jeg møde hver dag for at få medicinen, og senere kunne jeg få det udleveret til tre dage ad

↑
– På baggrund af mine tidligere forsøg med at lægge stofferne på hylden, vidste jeg, at motivation ikke er en konstant størrelse, man kan regne med, siger Marcus.

→ gangen. Det har været et forløb, som har fungeret fint for mig.

Marcus har suppleret behandlingen med intensiv træning i fitnesscenteret – for at få brugt en masse energi og få ro indeni.

Opgør med tabu

I forbindelse med sin jobsøgning har Marcus været til flere jobsamtaler, hvor han ikke har lagt skjul på sine erfaringer med forskellige stoffer. Han har for nylig fået job på et bosted med efterværn for kriminalitetstruede og misbrugstruede unge, hvor han er sikker på, at han også kan bruge sine personlige erfaringer. Det har også været en af hans ambitioner med at vælge socialrådgiveruddannelsen.

– Jeg vil gerne bruge alt det, jeg har oplevet, til noget positivt og arbejde med og hjælpe mennesker, der kunne være i min position. Socialrådgiverfaget åbner mange døre og er et fag, som favner alt det, jeg synes er interessant, lyder det fra Marcus.

Han understreger, at når man møder borgere med eksempelvis et bekymrende brug af rusmidler, skal dialogen foregå i et trygt rum. En pointe, som han også fremhævede i forbindelse med en jobsamtale, hvor han blev bedt om at forholde sig til en case, hvor borgeren lugtede af alkohol.

– Jeg sagde, at jeg ikke ville reagere på borgerens lugt af alkohol, fordi vi sad tre mennesker i rummet. Borgeren og to socialrådgivere. En samtale om et problematisk forbrug af alkohol skal foregå i et trygt rum – og her var der jo en åbenlys ulige magtbalance, så jeg tror, at borgerne ville lukke helt i og komme ud af mødet så hurtigt som muligt. Til jobsamtalen forklarede jeg, at jeg ville vente, til borgeren og jeg var på tomandshånd.

– Kernen i arbejdet med misbrugere er virkelig at gå til det med respekt og en forståelse af, at der er ingen, som ønsker et misbrug. Derfor må man aldrig klandre eller få misbrugeren til at føle skyld og skam. Det er min erfaring, at det kan risikere at eskalere situationen helt vildt. Det er tit skyldfølelsen, som misbrugeren flygter fra. Det bliver til en ond spiral – man får det dårligere, andre får det dårligere, man tager flere stoffer for at fjerne skyldfølelsen, men det hele går bare mere og mere ned. Borgeren må ikke være i tvivl om, at jeg er der, fordi jeg oprigtig gerne vil hjælpe vedkommende.

Om sin egen skyldfølelse, siger han:

– Jeg har været meget tynget af skyld og skam, men det er ikke produktivt. Jeg har sagt undskyld til alle dem, jeg skal sige undskyld til. Jeg har nu skabt mig et liv, som jeg er glad for, og hvor jeg kan se, at stofferne på ingen måde er gavnlige. Jeg har sagt farvel til



stofferne og har fundet ud af, at for at have et godt liv, skal jeg finde rusen i at arbejde med noget meningsfuldt.

– Hvis jeg bliver passiv og ikke sørger for, at der er progression i mit liv, så trives jeg ikke. Så begynder jeg at blive ligeglad – falder tilbage i dårlige mønstre, bliver ustruktureret. Jeg trives bedst – ikke nødvendigvis i helt faste rammer – men jeg skal være i gang, fra jeg står op, til jeg skal i seng.

Efter ønske fra Marcus benytter vi kun hans fornavn i artiklen. Redaktionen kender Marcus' fulde navn.

↑ – Jeg har nu skabt mig et liv, som jeg er glad for, og hvor jeg kan se, at stofferne på ingen måde er gavnlige, reflekterer Marcus.

UNGES BRUG AF OPIOIDER SKABER BEKYMNING I PRAKSIS

Vi har spurgt tre ledere af **rusmiddelcentre**, om de oplever en stigning i unge, som er **afhængige af stoffer** indenfor kategorien opioider, og om hvor bekymrede de er for **udviklingen**.

Af Susan Paulsen



Forbrug af opioider blandt unge er stigende

Mette Clausen, socialrådgiver og leder af U-turn, rådgivnings- og behandlingstilbud til unge med rusmiddelproblemer, Københavns Kommune.

- Vores vurdering er, at forbruget af opioider blandt unge er stigende og har været det over noget tid. Vi holder løbende øje med udviklingen. I efteråret lavede vi en status, og der havde 21,5 procent af de unge i forløb i U-turn prøvet opioider. Det er selvfølgelig ikke det samme som at være afhængig af det, men samtidig må jeg sige, at for fem år siden så vi ikke opioidbrug blandt de unge i U-turn. Det er noget, som vi skal tage alvorligt, da det er meget mere afhængighedsskabende end for eksempel hash.

- Det er vigtigt, at vi kommer i dialog med de unge. I København har vi et rådgivningstilbud, som hedder Ro på Rusen, hvor vi tager ud på ungdomsuddannelserne og laver rusmiddelrådgivning og klasseindsatser. Uden løftede pegefingre, men hvor vi spørger anerkendende og nysgerrigt ind til de unges erfaringer med rusmidler.



Vi ser kun toppen af isbjerget

Morten Aagaard, socialrådgiver og leder af rusmiddelcenteret i Aarhus Kommune.

- Vi oplever, at der er flere unge, som bliver afhængige af opioider, og at det er en bredere gruppe end tidligere. Nu ser vi også middelklassens børn her i rusmiddelcenteret. Jeg er overbevist om, at der er flere derude, som ikke får behandling, så min vurdering er, at vi kun ser toppen af isbjerget.

- Det er den værste udvikling, jeg kan forestille mig, fordi vi ved, at der vil være nogen, som kommer til at kæmpe med afhængigheden resten af livet. Hvis man bliver ved med at spise

opioid-piller, ender man i de udsatte miljøer.

- Vi er nødt til at tage det alvorligt, og derfor er jeg glad for, at Aarhus Kommune har lavet en handleplan - herunder en oplysningskampagne - for at forebygge en stigning i unges brug af opioider.

- Jeg har foreslået, at vi fylder den ambulante ramme ud, så de unge under 30 får to samtaler om ugen for at begrænse skadevirkningerne ved afhængigheden mest muligt. Andre kommuner måtte gerne melde lige så tydeligt ud. Det ville klæde dem. Og det ærgrer mig, at sundhedsmyndighederne ikke tager det mere alvorligt og melder klarere ud.



Rammer ikke kun udsatte unge

Jens Kjer Nielsen, konstitueret leder af Center for misbrug og udsatte, Esbjerg Kommune. Centeret dækker også kommunerne Varde, Vejen og Fanø.

- Jeg har arbejdet på misbrugsområdet i snart fyrré år, og det, der bekymrer mig mest med opioiderne, er administrationsformen - at du ved at kaste en pille i munden kan tage nogle af de mest potente rusmidler. Det kan godt være, at det ser pænere ud, når det er piller i blisterpakker, men virkningen er lige så kraftig, som hvis du injicerede heroin.

- Der er desværre en løbende tilgang af unge til rusmiddelcenteret,

som har brug for hjælp, men der er ikke en markant stigning af misbrugere, der tager opioider. Af og til oplever vi, at en større eller mindre gruppe af unge eksperimenterer med opioider - og dem forsøger vi at hjælpe. Sandsynligheden for, at du før eller siden ved brug af opioider er nødt til at søge hjælp til afvænning, er relativ stor. Vi har pt. cirka 30 unge mellem 18 og 30 år i substitutionsbehandling.

- Tidligere talte man om, at det alene var de mest udsatte og meget skrøbelige unge, som kom ud i et misbrug, men det er det ikke længere. Det rammer også unge, som er i gang med en uddannelse, og nogle af dem har heldigvis styrken til at lave et comeback og blive helt fri af stoffer.

**EKSPERT:**

Opioider er blandt de farligste stoffer, man kan tage

Flere unge er begyndt at bruge rusmidler under kategorien opioider. Ekspert kalder det for en bekymrende tendens, som vi skal blive klogere på, hvordan vi kan forebygge.

Af Susan Paulsen

EN BEKYMRENDE TENDENS breder sig blandt unge. Flere er begyndt at bruge rusmidler i kategorien opioider. Stofferne findes i piller som tramadol, dolol, fentanyl og oxycodon. Pillerne er lette at skaffe, og mange unge betragter det som ufarlig medicin, der 'lukker ned for følelserne'. De kan tage toppen af nervøsitet, virke afslappende, euforiserende og præstationsfremmende.

– Det er et meget farligt og afhængighedsskabende stof, og i for høje doser kan det stoppe vejtrækningen. Det er vigtigt, at vi bliver klogere på, hvordan vi kan forebygge, at opioid-piller, som er et morfinlignende præparat, bliver et udbredt problem blandt unge, ly-

der det fra Mads Uffe Pedersen, professor ved Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet.

Men hvor bekymrede skal vi egentlig være? En kortlægning fra 2023 viser, at medarbejdere i 15 kommuner oplever, at flere børn og unge bruger opioider. Undersøgelsen blev foretaget af SSP-samrådet for Sundhedsstyrelsen i 2023, og 63 kommuner ud af de 98 deltog. Kortlægningen viser, at stigningen i misbruget blandt de unge ses både i store og små kommuner og er geografisk spredt i kommuner over hele landet. Opioiderne er typisk illegale og skaffes fra pushere, kiosker, nettet og venner.

Stigning i brug af opioider

At forbruget af opioider blandt unge er stigende, er et billede, som Mads Uffe Pedersen genkender fra de indberetninger, som Rusmiddelcenteret på Aarhus Universitet får fra landets kommuner. I 2022 havde 10,1 procent af de 15-25-årige, som var indskrevet i stofbehandling, taget opioider inden for den seneste måned. I 2023 var det tilsvarende tal vokset til 13,2 procent. Tallene omfatter ikke indberetninger fra Københavns Kommune, som først kommer med i opgørelsen fra i år.

– Der er store forskelle imellem de enkelte kommuner, hvor nogle har flere unge opioid-brugere, mens andre har ganske få. Og vi kan se, at de, der kommer i



” Det er afgørende, at der ikke er nogle negative konsekvenser for de unge ved at fortælle sandheden, for så får vi ikke sandheden at vide.

Mads Uffe Pedersen, professor ved Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet

behandling for misbrug af opioider, er en lidt bredere gruppe, som i højere grad end andre misbrugsgrupper er under uddannelse, fortæller Mads Uffe Pedersen.

Han opfordrer alle faggrupper, der er i berøring med unge, til at være opmærksomme på problemet, som kan være svært at opdage, fordi det sammenlignet med eksempelvis hash nærmest er et usynligt og lugt-frit misbrug. Han opfordrer til, at de professionelle spørger aktivt ind til, om de unge har erfaringer med rusmidler.

– Det er afgørende, at der ikke er nogle negative konsekvenser for de unge ved at fortælle sandheden, for så får vi ikke sandheden at vide, pointerer Mads Uffe Pedersen.

Opioid-piller kan som nævnt af unge opleves ganske uskyldige, fordi pillerne ofte kommer i blisterpakker som 'rigtig' receptpligtig medicin, men de kan være produceret illegalt og uden, at nogen med sikkerhed kan vide, hvad de indeholder. Og Mads Uffe Pedersen beskriver opioider som et af de farligste stoffer, man kan tage.


– Det går som nævnt ind og påvirker åndedrættet, og hvis man får for meget af det, så holder man op med at trække vejret. Og det er umuligt at sige, hvornår det er for meget, for det kommer an på, hvad man tager pillerne sammen med af andre stoffer eller alkohol. Derfor skal man slet ikke tage dem. Jeg kender et eksempel med en ung mand, som havde drukket meget alkohol, og så havde han kombineret det med noget, som han troede var kokain, men som viste sig at være opioider. Han døde af det.

Langt fra USA's opioid-krise

Samtidig slår Mads Uffe Pedersen fast, at vi er meget langt fra den opioid-krise, som man har oplevet i USA, hvor myndighederne ifølge DR anslår, at opioider fra 1999 og frem til 2021 har kostet cirka 645.000 mennesker livet. Og alene i perioden fra 2021 til 2022 har opioider resulteret i mere end 100.000 dødelige overdoser i USA.

– Opioiderne er ikke i den samme liga i Danmark. Det stof, der primært slår amerikanerne ihjel, er et

syntetisk opioid, som hedder fentanyl, og den type fentanyl ser vi ikke aktuelt i Danmark. Derudover har vi et helt andet behandlingssystem her i landet, mens opioidbrugerne i USA ikke nødvendigvis får tilstrækkelig hjælp til at komme ud af deres misbrug. Mange af dem, der bliver afhængige, er udsatte og fattige borgere. De har adgang til gratis afgiftning, men modtager ikke nødvendigvis psykosocial støtte. Umiddelbart efter afgiftningen går de ud og tager opioider igen, og det kan de ikke tåle, forklarer Mads Uffe Pedersen.

I efteråret 2023 igangsatte Center for Rusmiddelforskning en undersøgelse af unge og deres brug af opioider. Undersøgelsen fokuserer dels på, hvordan de unge opfatter og bruger opioider, og dels på fagpersoners erfaringer og møder med de unge for eksempel i rusmiddelbehandlingsregi. Undersøgelsen forventes færdig i løbet af juni. 

7 GODE RÅD

Sundhedsstyrelsen har formuleret en række råd til kommunernes generelle forebyggende indsats over for unges brug af opioider.

- Styrk robustheden hos de unge, lav generelle forebyggende indsatser, der styrker værdier og holdninger.
- Styrk sunde fællesskaber og fritidsaktiviteter for de lokale unge.
- Klæd lokale fagpersoner på til at spotte brugen af opioider og andre stoffer og til at agere – hav et beredskab på plads. Det gælder for eksempel også personer, der rydder op efter unges fester.
- Mange unge eksperimenterer med stoffer i forbindelse med indtagelse af alkohol – så arbejd sideløbende med at udskyde alkoholdebuten og at mindske druk blandt de unge.
- Vær opmærksom på sociale medier i forhold til salg af stoffer, og anmeld kiosker, som kan være kendt for ulovligt salg af pillerne.
- Hjælp og rådgiv unge, der er begyndt at eksperimentere med opioider og andre stoffer.
- Sørg for, at unge har en mulighed for at få hjælp, når livet udfordrer, så de ikke får behov for at dæmpe det ubehagelige med stofferne.

Kilde: Sundhedsstyrelsen, juni 2023

**Signe Færch**

Forkvinde for Dansk Socialrådgiverforening

**Ditte Brøndum**

Næstforkvinde for Dansk Socialrådgiverforening

TAK FOR JERES OPBAKNING TIL OK24

SOCIALRÅDGIVERNE fortjener mere i løn. Sådan lyder det slogan, vi har brugt i vores OK24-kampagne – og jeg er både stolt af og glad for, at vi har opnået præcis det: Historisk store lønstigninger til socialrådgiverne.

” I gav os den energi, der skulle til for at sikre et godt resultat.

I skrivende stund mangler en række fagforbund stadig at forhandle aftaler på plads med arbejdsgiverne. Men alt tyder på, at vi når i mål med en flot overenskomst for alle offentligt ansatte – og måske er afstemningen om resultatet allerede i gang, når du læser dette.

Jeg og resten af forhandlingsdelegationen i Dansk Socialrådgiverforening har kæmpet hårdt for et markant lønloft til socialrådgiverne. Det har vi fået sammen med en række andre forbedringer, herunder mere i pension. Vi har ikke fået alt igennem, og jeg er særligt ærgerlig over, at

arbejdsgiverne blankt afviste vores åbenlyst rimelige krav om en ret til introforløb for nyansatte – det er helt uforståeligt.

Men alt i alt ser det ud til, at vi snart står med en overenskomst fyldt med afgørende forbedringer for socialrådgiverne, ikke mindst de største lønstigninger i mange år – de første kommer allerede til april.

Det skyldes først og fremmest én ting: Vores fællesskab. Vi, der forhandler for socialrådgiverne, kan bringe alle mulige rimelige krav og gode argumenter med til arbejdsgiverne, men hvis ikke vi har jer i ryggen, nytter det ingenting. Vi er kun så stærke, som medlemmerne af Dansk Socialrådgiverforening gør os.

Derfor vil jeg gerne sige et kæmpe stort tak til dig og alle andre medlemmer af vores stærke fællesskab. Selv i de lange nætter, hvor vi med tunge øjenlåg lå i udmattelseskamp med arbejdsgiverne, mærkede vi jeres opbakning – og det gav os den energi, der skulle til for at sikre et godt resultat.

Vi er ikke i mål, og kampen for bedre løn og arbejdsvilkår slutter aldrig. Men vi er kommet et stort skridt videre, og så snart OK24 er afsluttet, går vi i gang med arbejdet frem mod næste overenskomst. Der er nok at tage fat på.

Læs også artiklen på side 6



Tallene for førtidspensionerede unge er efter min mening ikke et udtryk for en skrøbelig, hjælpeløs ungdom, men snarere en spejling af et dybere problem og en fornemmelse af afmagt i de etablerede behandlings- og støttesystemer i regioner og kommuner. I Det Sociale Netværk og headspace møder vi mennesker, som har eller har haft det psykisk svært, men som er kommet sig, ikke på grund af, men ofte på trods af den behandling og støtte, de etablerede systemer har tilbudt dem.

Poul Nyrup Rasmussen, protektor og stifter af Det Sociale Netværk/headspace Danmark og tidligere statsminister på [altinget.dk](#), 19. februar



De gængse plejehjem kan typisk ikke rumme udsatte ældre. Derfor ser vi i Kirkens Korshær, at mange i denne gruppe ender med lange ophold på herberger og natvarmestuer. Desværre er de tilbud ofte ikke rustet til at imødekomme de langvarige, anderledes pleje- og støttebehov, de ældre har. Det betyder, at langt fra alle får en optimal sidste tid med den hjælp, de har behov for. Det er et problem.

Jeanette Bauer, Chef for Kirkens Korshær, [dagbladet Information](#), 20. februar



I stedet for at individualisere udfordringerne på børne- og familieområdet og få dem til at handle om den enkelte sagsbehandlers faglighed, så lad os fokusere på det egentlige problem: At de strukturelle vilkår på børne- og familieområdet er så ringe, at de sætter fagligheden og kvaliteten under pres.

Signe Færch og Sisi Ploug Pedersen, hhv. forkvinde, Dansk Socialrådgiverforening og forkvinde for DS' Faggruppen Børn, Unge og Familier, i debatindlægget: 'Socialrådgiverne til Børns Vilkår: Nej, der er ikke "langt mellem" de dygtige sagsbehandlere', på [altinget.dk](#), 21. februar



Årsagerne til den stigende mistrivsel handler ikke kun om rammerne i daginstitutionerne. Det handler også om et samfund, der kører stærkt, og om forældre, der føler sig presset, og når de endelig kommer hjem, giver de børnene lov til at sidde med en skærm, og måske møder de også her en knaphed på nærvær.

Else Rimpler, formand for BUPL, i artiklen 'Mistrivsel er rykket ind i børnehaven og vuggestuen', [Politiken](#), 2. marts



Mie Vode Moll
Forkvinde, Region Syd



Rasmus Balslev
Formand, Region Øst



Trine Quist
Formand, Region Nord



Mette Louise
Brix



**Karina Rohr
Sørensen**



Lone
Engels



Louise
Marie Friis

LÆREN FRA NORDIC WASTE

SAGEN OM Nordic Waste og miljøkatastrofen i Randers er ikke kun historien om en skrappelløs virksomhed. Meget tyder på, at rettidig

fag som vores, hvor de ansatte hver eneste dag har ansvaret for udsatte mennesker, er det en stor psykisk belastning ikke at få tid og rum til at udføre arbejde af en høj faglig kvalitet.

Travlhed er ikke i sig selv et problem, men følelsen af ikke at slå til og svigte mennesker

” Hver fjerde socialrådgiver er stadig stresset

omhu og kontrol havde sparet både kommunens økonomi og det lokale miljø for meget. Derfor er det også historien om offentlige myndigheder og politikere, der ikke har løftet deres ansvar.

En ny rapport fra Arbejdstilsynet om en anden type miljø, nemlig lønmodtagernes arbejdsmiljø, viser noget af det samme. Når hver fjerde socialrådgiver stadig er stresset, skyldes det først og fremmest, at arbejdsgivere og politikere ikke gør nok for at sikre et ordentligt arbejdsmiljø. Det ved vi, for rapporten viser også, hvad der ligger bag det alarmerende tal: 39 procent af socialrådgiverne kommer bagud med arbejdet – flere end nogen anden faggruppe – mens 42 procent har følelsesmæssigt vanskelige relationer i arbejdet. Det er en virkelig dårlig kombination, for i et

med behov for hjælp slider på sjælen og over tid også på kroppen. 42 procent af socialrådgiverne svarer, at de har smerter i kroppen. Også her ligger vi helt i toppen i forhold til andre faggrupper, og selv om noget af forklaringen kan være, at mange af os arbejder meget foran en computerskærm, forklarer det ikke, hvorfor andre med stillesiddende kontorarbejde ikke oplever det i samme omfang.

Både Christiansborg, kommunerne og andre arbejdspladser har et kæmpe ansvar for at sikre, at vi ikke bliver syge af at gå på arbejde, at vi trives og har overskud til at yde den indsats, som udsatte mennesker fortjener. Som Nordic Waste-sagen har lært os, bliver det kun værre af at vente.

Læs også analysen side 30

Det er syret, at livet bare fortsætter

“Jeg er personligt utroligt påvirket af situationen i Gaza, hvor vi som verdenssamfund lige nu ser til, mens en menneskeskabt humanitær katastrofe udspiller sig for øjnene af os. Og jeg er som fagperson voldsomt bekymret for de langvarige konsekvenser af de traumer, som en hel befolkningsgruppe påføres”... Sådan skrev min forkvinde blandt andet i et opslag på Facebook.

I den her frygtelige tid, hvor hver ottende palæstinenser er blevet dræbt, går vi rundt og passer vores job. Holder møder, sender mails, planlægger sommerferie, ansætter folk, og minder hinanden om at rydde op i mødelokalet.

Vi forsøger at signalere vores holdning, alt det vi kan. Vi demonstrerer. Vi tager vores Palæstina-tørklæder på, skriver under på borgerforslag, støtter kage-salg for Gaza, køber en palæstinensisk kagebog, lytter til Lowkey på Spotify, tjekker hvor dadler og avocado kommer fra, ser Al Jazeera, og deler, deler, deler på de sociale medier.

Det er på en måde helt syret, at livet bare fortsætter. Vi hakker ting af på tjeklister, synger for den kollega, der har fødselsdag, og samler ind til ham, der skal på barsel. Samtidig med bevidstheden om Gaza, om bomber, sult, fortvivelse og fordrivelse...

Når min forkvinde og andre gæve socialrådgivere råber op, mærker jeg det. Når jeg ser andre socialrådgivere bruge deres story på Facebook til at protestere, mærker jeg det. Når en socialrådgiver deler et link til en MobilePay Box, hvor man kan donere direkte til en fordrevet familie i Gaza, mærker jeg det. Når nogen opretter facebookgruppen “Socialrådgivere for et frit Palæstina” mærker jeg det:

Vi er en del af et fællesskab. Et stærkt, solidarisk og levende fællesskab, der ikke stiltiende ser til, der bruger vores stemmer til at råbe op mod fordrivelse og folkemord. Tak for det. ♦

**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

Kommuner skal offentliggøre mere præcise og realistiske sagsbehandlingsfrister

På socialområdet skal kommunerne behandle spørgsmål om hjælp så hurtigt som muligt. I en ny tilsynsudtalelse præciserer Ankestyrelsen, hvordan kommunerne skal fastsætte og offentliggøre sagsbehandlingsfrister og give borgerne et reelt billede af, hvornår de kan forvente svar.

HVOR HURTIGT KAN borgerne forvente af få svar, når de har brug for hjælp fra kommunen? På det sociale område skal kommunen behandle spørgsmål om hjælp så hurtigt som muligt med henblik på at afgøre, om borgeren har ret til hjælp og i så fald hvilken.

Det er et grundlæggende princip og fremgår direkte af retssikkerhedslovens § 3, hvor det har været lovfæstet siden 1998. Kommunen skal også på de enkelte sagsområder fastsætte frister for, hvor lang tid der må gå fra modtagelsen af en ansøgning, til afgørelsen skal være truffet. Fristerne skal offentliggøres.

Fristen for sagsbehandlingen starter, når kommunen modtager en ansøgning fra en borger, og slutter, når kommunen har truffet en afgørelse på baggrund af ansøgningen. Kommunen skal derfor også indregne den tid, der går til eventuel oplysning af sagen i den offentliggjorte frist for sagsbehandlingen.

Offentliggørelsen af kommunale sagsbehandlingsfrister skal ske på kommunens hjemmeside og fremgå tydeligt samt være let tilgængelig, hvilket skal forstås som et sted på hjemmesiden, hvor det er logisk for borgeren at lede efter sagsbehandlingsfristerne.

Fristerne gælder også ved kommunens behandling af sager, som hjemvises af Ankestyrelsen. Fristerne regnes fra modtagelsen af Ankestyrelsens afgørelse. Ankestyrelsen hjemviser 3-4.000 sager om året. Kommunens behandling af hjemviste sager vil dermed ikke kunne udskydes i forhold til behandlingen af førstegangsansøgninger om hjælp og støtte.

Pligt til at revidere tidsfrister

Hvis fristen ikke kan overholdes i en konkret sag, skal ansøgeren skriftligt have besked om, hvornår ansøgeren kan forvente en afgørelse. En ansøger om hjælp skal således inden for fristen på det pågældende område modtage enten en afgørelse eller begrundet, skriftlig oplysning om, hvornår ansøgeren kan forvente en afgørelse.

Det fremgår af Børne- og Socialministeriets vejledning om retssikkerhed og administration på det sociale område, at fristerne bør være realistiske, så de for eksempel svarer til den tid, der i praksis går med at behandle 80-90 procent af sagstypen.

Det fremgår også af en udtalelse fra Folketingets Ombudsmand (FOB 2015-10), at formålet med retssikkerhedslovens krav om fastsættelse af generelle frister er, at borgerne skal kunne vide, hvilket

niveau de kan forvente med hensyn til sagsbehandlingstid, at fristerne skal være realistiske, og at der derfor gælder en forpligtelse til at revidere fristerne, når det viser sig, at kommunen – eventuelt efter ændring af arbejdsrutiner og arbejdsgange – ikke over en vis periode kan få rettet op på overholdelsesprocenten.

Det er desuden Ankestyrelsens opfattelse, at kommunen skal opgøre fristerne, så den udmeldte sagsbehandlingstid er den tid, der går med at behandle 80-90 procent af den pågældende sagstype. Der er altså tale om en gennemsnitlig sagsbehandlingstid for den pågældende sagstype.

Overholdelse af reglerne om hurtig sagsbehandling og sagsbehandlingsfrister på det sociale område giver i mange kommuner anledning til betydelige retssikkerhedsproblemer. Det fremgår af Ankestyrelsens statistik over kritik af formelle sagsbehandlingsfejl i ankesager, at der i 2022 var fejl vedrørende tidsfrister i 1062 sager, svarende til seks procent af sager med registrering.

Det kommunale tilsyn i Ankestyrelsen har også i en række tilsynssager konstateret manglende overholdelse af reglerne om sagsbehandlingsfrister.

Det drejer sig eksempelvis om at anvende en venteliste forud for selve sagsbehandlingstiden i ansøgningssager om hjælpemidler, manglende overholdelse af sagsbehandlingsfristen for børnefaglige undersøgelser, manglende overholdelse af sagsbehandlingsfrister i sager om børn med handicap og manglende overholdelse af genvurderingsfristen.

Du kan maile til
redaktionen@socialraadgiverne.dk

Deadline for læserbreve til nr. 3-24 er 16. april klokken 9.00.
Maks 1900 anslag inkl. mellemrum.

FLEKSJOBBERE HAR OGSÅ BRUG FOR FAGLIG UDVIKLING

Jeanett Hye, koordinerende jobrådgiver, ressourceforløb

I 2016 fik jeg tilkendt fleksjob på grund af en autoimmune sygdom, og siden er mine drømme for mit arbejdsliv gradvist blegnet. Først var det en hård kamp overhovedet at finde et fleksjob som socialrådgiver, selv om jeg havde mange års erfaring inden for flere forvaltningsområder. Det lykkedes dog, og i dag arbejder jeg fuldstændig som mine kolleger med samme relative sagsmængde, arbejdsbyrde, ansvarsområder og forventninger – blot på nedsat tid.

Jeg er glad for mit arbejde, men jeg vil også

eneste måde, jeg kan få lov til at dygtiggøre mig. Heldigvis kan jeg tage kurserne gennem min arbejdsplads, men hvis de varer længere end min daglige arbejdstid, skal jeg bruge interesseretimer. Med andre ord skal jeg bruge min fritid, hvis jeg vil dygtiggøre mig inden for mit arbejde, så jeg kan yde en endnu bedre service, støtte og hjælp til mine borgere. Jeg kender ikke nogen ordinært ansatte, som bliver nødt til at bruge fire til seks timer af deres fritid på udelukkende at blive bedre til deres fag for at imødekomme de øgede

”

Jeg skal bruge min fritid, hvis jeg vil dygtiggøre mig.

gerne være, blive og kunne mere end at sagsbehandle. For eksempel ville jeg gerne fordybe mig i sammenhængen mellem jura og socialfaglige problematikker for at blive klogere på, hvordan vi opfylder lovens krav på en ordentlig, menneskelig og værdibaseret måde. Men ligesom mange andre fleksjobbere, jeg har talt med, har jeg ikke de samme muligheder som mine kolleger for at tilegne mig kompetencerne til at blive for eksempel fagkonsulent eller teamleder. Kurser er den

faglige krav og konstante omstillinger.

Blot fordi man arbejder i et fleksjob, betyder det ikke, at man har givet afkald på alle sine ønsker og drømme om et frit og udfordrende arbejdsliv. Vi vil også gerne være, blive og kunne mere, men vi får ikke mulighederne. Vi har brug for et rummeligt arbejdsmarked med arbejdsgivere, der kan se mulighederne frem for begrænsningerne ved at ansætte og udvikle en medarbejder i fleksjob.

Læs også artiklen side 8

MIT ARGUMENT

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



Tina Mortensen

Socialrådgiver og fællestillidsrepræsentant, Odense Kommune.

FAGLIGHED KRÆVER TID

Jeg snakker med de tillidsvalgte om, hvordan vi kan passe bedst på vores nyuddannede kolleger. Også som nyuddannet kan det være svært at rumme, at man i en travl hverdag ikke kan leve op til sine egne faglige forventninger. Og kommunernes pressede økonomi, især på det specialiserede socialområde, gør, at de nyuddannede risikerer at sidde med lidt for mange sager samtidigt med, at tyngden i sagerne er blevet større.

Jeg oplever ikke en modvillig ledelse eller kolleger, der ikke vil give sig tid til at hjælpe. Det handler om, at hverdagen er presset – og det er en udfordring i et fag, hvor man ofte skal håndtere svære dilemmaer.

Stikprøvekontrol i 2024

- Det kommunale tilsyn i Ankestyrelsen har foretaget en gennemgang af tilgængelige oplysninger om sagsbehandlingsfrister på det sociale område på alle kommuners hjemmesider. Tilsynet har bedt 15 kommuner om en udtalelse om, hvordan de vil bringe de offentliggjorte frister for sagsbehandlingen i overensstemmelse med retssikkerhedsloven.
- I forhold til en række af de øvrige kommuner, vurderede tilsynet, at der er behov for en præcisering af de offentliggjorte sagsbehandlingsfrister. Der blev derfor den 15. december 2023 udsendt en generel udtalelse til samtlige kommuner om offentliggørelse af sagsbehandlingsfrister på det sociale område.
- I 2. halvår 2024 vil tilsynet på baggrund af den generelle udtalelse foretage en stikprøvekontrol af udvalgte kommuners hjemmesider for at se, om de pågældende kommuner til den tid lever op til reglerne.

Kilde: 'Tilsynsudtalelse om kommunernes offentliggørelse af sagsbehandlingsfrister på det sociale område'. Læs hele udtalelsen på ast.dk/tilsynet/udtalelser/udtalelises-database

Hver fjerde socialrådgiver er stresset

I en ny undersøgelse af lønmodtagernes psykiske arbejdsmiljø kommer socialrådgiverne ind på to kedelige førstepladser: Socialrådgiverne kommer oftest bagud med deres arbejde, ligesom de tilhører den jobgruppe, hvor flest svarer, at de har følelsesmæssigt vanskelige relationer i arbejdet. Det kan være en del af forklaringen på, hvorfor cirka hver fjerde socialrådgiver oplever, at de er stressede.

Af Elisabeth Huus Pedersen,
arbejdsmiljøkonsulent,
Dansk Socialrådgiverforening

EN NY UNDERSØGELSE fra Arbejdstilsynet svarer 24 procent af socialrådgiverne, at de hele tiden eller ofte har følt sig stressede indenfor de seneste to uger. Arbejdstilsynets undersøgelse 'National Overvågning af Arbejdsmiljøet blandt Lønmodtagere' er gennemført i første halvår af 2023 og omfatter cirka 75 jobgrupper.

Det er særligt indenfor de spørgsmål, der handler om arbejdsomfang og arbejdstempo, at socialrådgiverne skiller sig ud. 39 procent af socialrådgiverne svarer 'altid' eller 'ofte' til spørgsmålet 'Kommer du bagud med dit arbejde?' Dermed kommer socialrådgiverne



Illustration: Morten Voigt

Arbejdstilsynets vejledninger om psykisk arbejdsmiljø

I 2022 og 2023 har Arbejdstilsynet udgivet tre nye vejledninger til bekendtgørelsen om psykisk arbejdsmiljø. De handler om 'Stor arbejdsomfang og tidspres', 'Høje følelsesmæssige krav i arbejdet med mennesker' samt 'Uklare krav og modstridende krav i arbejdet'. Bekendtgørelsen understreger, at arbejdsgiveren har pligt til at forebygge dårligt psykisk arbejdsmiljø, der fører til sygdom eller skader.

verne ind på en kedelig førsteplads.

Næsten det samme gælder spørgsmålet 'Hvor ofte sker det, at du ikke når alle dine arbejdsopgaver?', som 39 procent af socialrådgiverne svarer 'altid' eller 'ofte' til, og som placerer socialrådgiverne på en andenplads blandt alle jobgrupper.

En af forklaringerne på, at mange socialrådgivere har svært ved at nå deres arbejde, kan være, at 46 procent oplever at få uventede arbejdsopgaver, der øger tidspreset.

Travlhed går ud over kvalitet

Det er ikke nødvendigvis stressende at have travlt med mange arbejdsopgaver, men når travlheden går ud over kvaliteten af det arbejde, man kan udføre, kan det ikke undgå at påvirke trivslen. Også her er socialrådgiverne hårdt ramt.

Hele 27 procent svarer, at de 'altid' eller 'ofte' oplever, at arbejdstempoet er så højt, at det påvirker kvaliteten af arbejdet. Det bringer socialrådgiverne ind på en 11. plads blandt alle jobgrupper.

Ingen har lyst til at udføre arbejde af utilfredsstillende kvalitet. Men det går særligt hårdt ud over de jobgrupper, som arbejder med mennesker, og hvor det er svært at undgå at involvere sig følelsesmæssigt i sit arbejde.

Følelsesmæssige krav

Inden for de spørgsmål i undersøgelsen, der handler om de følelsesmæssige krav i arbejdet, er socialrådgiverne også hårdt ramt. Det bliver til en førsteplads, når 42 procent svarer, at de har arbejdsrelationer, der er følelsesmæssigt vanskelige at håndtere (se grafik).

Og det bliver til en fjerdeplads, når 50 procent af socialrådgiverne svarer, at arbejdet bringer dem i følelsesmæssigt krævende situationer. Socialrådgiverne lander på endnu en fjerdeplads, når 35 procent svarer, at arbejdet kræver, at man skjuler sine følelser.

Kombinationen af at have så travlt, at man ikke kan udføre arbejdet tilfredsstillende, og at have et

” Når travlheden går ud over kvaliteten af det arbejde, man kan udføre, kan det ikke undgå at påvirke trivslsen.

følelsesmæssigt krævende arbejde, kan være med til at forklare, hvorfor mange socialrådgivere føler sig stressede.

Ikke desto mindre er socialrådgiverne næsten lige så tilfredse med deres job som gennemsnittet af de øvrige lønmodtagere. Hvordan det hænger sammen med, at socialrådgiverne oplever et højt stressniveau, kan vi kun gisne om. Men vi ved fra forskningen, at der er flere beskyttende faktorer, som kan øge trivslsen, selv om der er travlt, og arbejdet er følelsesmæssigt krævende. Det er faktorer som god ledelse, samarbejde om opgaveløsningen, mening med arbejdet, fælles faglig refleksion og kompetenceudvikling (se boks om 'Mere fag og arbejdsglæde').

Over 40 procent har ofte smerter

Undersøgelsen viser også, at mange socialrådgivere oplever smerter. På spørgsmålet 'Hvor ofte har du haft smerter i kroppen (undtaget

hovedet) inden for de sidste tre måneder?' svarer 42,5 procent 'altid' eller 'ofte'. Desuden er der 13,5 procent, som tager smertestillende medicin 'altid' eller 'ofte' for at komme igennem en arbejdsdag.


Arbejdstilsynets undersøgelse indeholder ikke analyser eller årsagsforklaringer, men de mange smerter kan være et resultat af et arbejde, som kan være både psykisk og ergonomisk belastende. Socialrådgivere skal som nævnt håndtere mange følelsesmæssige krav i jobbet, ligesom mange socialrådgivere har stillesiddende arbejde foran en computerskærm.

Arbejdstilsynets undersøgelse dokumenterer også, at socialrådgivere i stort omfang er udsat for chikane fra borgere. 34 procent oplever chikane af forskellig slags. Desuden oplever 19 procent at blive udsat for trusler.

Hvem er mest stresset?

Arbejdstilsynet laver undersøgelsen hvert andet år. I 2021 blev målingen foretaget under en hjemsendelsesperiode under corona-pandemien, og det ser ud til at have påvirket resultaterne. Dansk Socialrådgiverforening har derfor valgt ikke at sammenligne resultaterne fra de to år, da arbejdsforholdene for socialrådgiverne ikke har været de samme.

Dog kan det være på sin plads at nævne, at hvor socialrådgiverne sidste gang var den anden mest stressede faggruppe, viser den nye undersøgelse, at socialrådgiverne er den 11. mest stressede faggruppe. Det kan desværre ikke ses som en forbedring af socialrådgivernes arbejdsmiljø, men er et udtryk for, at andre faggrupper har fået det værre. For dengang som nu er det hver fjerde socialrådgiver, som er stresset.

Læs Dansk Socialrådgiverforenings notat 'Socialrådgivernes arbejdsmiljø - resultater fra Arbejdstilsynets overvågning' NOA-L 2023 på socialraadgiverne.dk/publikationer 

Mere fag og arbejdsglæde

Dansk Socialrådgiverforening (DS) har i materialet 'Mere fag og arbejdsglæde - Vejledende standarder for socialrådgivernes faglighed og arbejdsmiljø' samlet en række anbefalinger, som arbejdspladserne kan bruge til at sikre, at rammerne for at udøve socialrådgiverfaget er i orden. De vejledende standarder skal ses som et vigtigt supplement til DS' vejledende sagstal.

Læs mere på socialraadgiverne.dk/merefagogararbejdsglaede og socialraadgiverne.dk/sagstal

To kedelige førstepladser til socialrådgiverne

De når ikke deres arbejdsopgaver

Top10: Andel i procent der svarer 'altid' eller 'ofte' på spørgsmålet: 'Kommer du bagud med dit arbejde?'



Krævende følelsesmæssige relationer i jobbet

Top10: Andel i procent, der svarer 'altid' eller 'ofte' på spørgsmålet: 'Har du i forbindelse med dit arbejde relationer, der er følelsesmæssigt vanskelige at håndtere?'




Kilde: 'National Overvågning af Arbejdsmiljøet blandt Lønmodtagere', 2023, som kan læses på at.dk

JEG FIK HJÆLP TIL AT BLIVE ET MENNESKE IGEN

I 2018 var socialrådgiver **Kirsten Jensen** udsat for **tre voldsomme episoder** inden for et døgn i sit job som beskæftigelsesrettet mentor for borgere med svære sociale og psykiske problemer. **Fem år efter er sagen afsluttet.** Med hjælp fra Dansk Socialrådgiverforening har hun fået anerkendt sin arbejdsskade og fået **godtgørelse for varigt mén.**





Det er tirsdag eftermiddag, og Kirsten Jensen er på hjemmebesøg hos en borger, som er kendt for at være udadreagerende. De har en samtale i borgerens etværelses lejlighed. Han sidder på sengen ved døren, hun sidder på sofaen, og pludselig bliver borgeren oprevet, vredladet og står med knyttede næver. Hun overvejer, om flugtvejen måske er at springe ud fra 1. sal fra altanen, men borgeren gør sit bedste for at besinde sig selv, og hun lykkes med at komme ud ad hoveddøren.

Af Dorthe Kirkgaard Nielsen

Illustration: Morten Voigt

– Jeg har været der flere gange uden problemer, men denne gang er han virkelig vred. Da jeg lander hjemme, er det sent. Jeg er chokeret, rystet og bange, men tænker, at det får vi talt om, når jeg kommer på arbejde, fortæller socialrådgiver Kirsten Jensen.

Traumer og selvmordstrussel

Næste morgen skal hun ledsage en stærkt traumatiseret syrisk flygtning til et traumecenter. De kører med flextrafik. Chaufføren er dansker med et stort fuldskæg, og kvinden bliver angst og panisk, fordi hun tror, han er Talebankriger. Via en tolk i telefonen lykkes det at få kvinden ind i bilen, men undervejs til

traumecentret slår kvinden sig selv i hovedet, råber, åbner flere gange bildøren og truer med at springe ud på motorvejen. Køreturen tager omkring 45 minutter.

På traumecentret får kvinden lov til at hvile sig lidt, men i rummet ved siden af får en borger flashback til krig, råber, skriger og kaster rundt med møbler. Det vækker den syriske kvinde, som går i panik. Turen hjem foregår også med flextrafik – denne gang med en arabisk udseende mand. Det udløser samme panik og uro.

– Jeg er ved at være udmattet. Jeg har brug for at trække vejret, brug for ikke at være bange, ikke at have ansvar og være på overarbejde. Tilbage på arbejdet snakker jeg med en kollega om oplevelsen på traumecentret, forklarer hun.

En sms tikker ind fra en anden borger. Hun ønsker ikke at leve mere, hun står ved skinnerne og vil springe ud foran toget. Kirsten Jensen overbeviser borgeren om, at hun ikke skal tage livet af sig selv. Hun tager derud og får styr på situationen. Bagefter tager Kirsten Jensen hjem, hvor hun bor alene.

Græder til personalemøde

Dagen efter får Kirsten Jensen underrettet sin chef om oplevelsen på traumecentret, og hun taler med sagsbehandleren for den udadreagerende borger fra om tirsdagen.

– Jeg får at vide, at han tidligere har truet medarbejdere, og at der i jobcenterregi er vagter på ham. Senere får jeg at vide, at borgeren har sagt, at hvis jeg ikke var en kvinde, havde han smadret mig.

Da Kirsten Jensen kommer til weekend, kan hun ikke holde sammen på sig selv. Om fredagen græder hun til et personalemøde, og lørdag ringer hun til sin koordinator og bryder sammen. Mandag går hun til chefen, der tilbyder hende en coachforløb, så hun kan lære at administrere sine opgaver.

– Jeg kan slet ikke mærke mig selv, men tænker hold op; jeg må være virkelig dårlig til mit arbejde, når jeg bliver så påvirket af det, og min arbejdsgiver sender mig til coach for at mestre mine opgaver.

Fortsætter på fuld tid

Alle tre episoder sker, mens Kirsten Jensen arbejder som beskæftigelsesrettet mentor for borgere med svære sociale og psykiske problemer.

Efterfølgende fortsætter Kirsten Jensen med at arbejde fuld tid, og hun fortsætter med at køre den samme syriske kvinde til traumecenter – en gang om ugen – nu i egen bil.

– Det er udfordrende og hårdt at blive sendt afsted igen. For man får en følelse af ikke at blive taget alvorligt, siger hun.

Måneden efter har afdelingen supervision, og her får Kirsten Jensen at vide, at hun skal have krisehjælp, og hun får nogle timer ved kommunens psykolog.

– Jeg sover ikke om natten, jeg hører kvindens skrig hver nat, jeg har hukommelsesbesvær og er rundt på gulvet. Men jeg fortsætter med at arbejde, for jeg er nødt til at tage mig sammen, min arbejdsgiver mener jo, at jeg er dårlig til mit arbejde.

Kirsten Jensen kører med den syriske kvinde i fire måneder. Nogle gange går det uden problemer, andre gange råber og skriger kvinden og er på vej ud af bilen, for eksempel hvis de møder en ambulance med sirene.

Der sker en fejl, så 14 dage efter, at Kirsten Jensen troede, at det var overstået, skal hun køre med borgen igen.

– Jeg har holdt så meget sammen på mig selv, men dér knækker jeg helt sammen, fortæller hun.

Sygefravær fører til afskedigelse

Fem måneder efter de tre voldsomme episoder bliver Kirsten Jensen derfor deltidssygemeldt. Hun arbejder 22 ud af 37 timer og har to ugentlige fridage. Fire måneder efter er hun oppe på fuld tid igen.

En række episoder med truende adfærd fra en pårørende og en borger, der får hjertestop under en samtale, genaktiverer hendes traume, og i april 2019 bliver hun fuldtidssygemeldt. Hun går til psykiater, går til EMDR-traumebehandling og kommer i medicinsk behandling. Hen over sommeren bliver hun trappet op i arbejdstid, og i december 2019 arbejder hun igen fuld tid.

I slutningen af januar 2020 går hun i panikangst på vej til arbejde. Hun kan ikke få luft, og det sortner for øjnene. Hun bliver sygemeldt, og kort tid efter bliver hun fyret på grund af for meget sygefravær.

– Jeg har tidligere arbejdet med hjemløse, på forsorgshjem og i boligsociale indsatser, og når du arbejder med folk med PTSD, skizofreni, misbrug og folk, der er tidligere dømt for vold, så er det en del af pakken, at du kan blive spyttet på og truet.

– Så jeg har før stået i svære situationer, men der blev vi grebet. Vi fik supervision og debriefing, så vi kunne lande i de ubehagelige oplevelser, fortæller Kirsten Jensen, der blev uddannet socialrådgiver i 2011.

De næste 10 måneder går med at komme på fode igen. Hun går til psykolog, EMDR-traumebehandling, sover, går ture, passer på sig selv.

– Jeg prøver bare at blive et menneske igen, for min krop er lukket helt ned.

Uden DS havde jeg givet op

Helt fra den første sygemelding har Kirsten Jensen haft Dansk Socialrådgiverforening ved sin side. I første omgang tog hun fat i sin lokale DS-region, som

ARBEJDSKADESAGER

DS skaffede 25,5 mio. kr.

i erstatning til socialrådgivere

- Arbejdsskader er ofte langvarige, komplicerede og drænende for den enkelte, så det betaler sig at hente hjælp i sin fagforening. Dansk Socialrådgiverforening har i løbet af 2023 hjulpet 208 socialrådgivere med arbejdsskader, hvoraf 37 har fået erstatning.
- I 106 tilfælde har medlemmer fået hjælp i sociale sager om sygedagpenge, seniorpension, fleksjob og førtidspension.
- I 2023 har 37 socialrådgivere tilsammen fået udbetalt 25,5 millioner kroner i erstatning for arbejdsskader. De fleste sager handler om vold, trusler og chikane, men der er også sager om fald, trafikulykker og langvarige følger efter smitte med covid19.
- Hvis du er udsat for en arbejdsulykke, skal du kontakte din arbejdsgiver, der skal anmelde skaden. Hvis der er tale om en erhvervs sygdom, skal du kontakte din læge, der skal anmelde skaden. Hvis du har brug for hjælp, kan du kontakte Dansk Socialrådgiverforening på tlf. 70 10 10 99.

Læs mere om arbejdsskader og anmeldelse af vold og trusler på socialraadgiverne.dk/arbejdsskader

Hver femte udsættes for trusler

Arbejdstilsynets seneste arbejdsmiljøundersøgelse blandt offentligt ansatte viser, at 19 procent af socialrådgiverne udsættes for trusler. Læs mere om undersøgelsen på side 30.



Min arbejdsskadesag viser mig, at arbejdsgiver ikke bare skal trykke på en pytknap, når vi socialrådgivere er ude for voldsomme oplevelser.

Kirsten Jensen, socialrådgiver

sendte hende videre til arbejdsskadekonsulenten i Dansk Socialrådgiverforenings sekretariat i København.

– Jeg følte mig magtesløs og misforstået af min arbejdsplads, så jeg havde brug for min fagforening, så jeg ikke stod alene, fortæller Kirsten Jensen.

Hun er da heller ikke i tvivl om, at uden DS havde hun hverken fået anerkendt de voldsomme episoder som en arbejdsskade, fået tilkendt en godtgørelse eller genvundet sin faglige stolthed.

– Uden DS havde jeg givet op, for jeg var så langt nede og så kognitivt udfordret, så hvis DS ikke havde været der, havde jeg aldrig kunnet gennemføre en arbejdsskadesag, og jeg havde stadig stået med en følelse af, at jeg var dårlig til mit arbejde.

Dansk Socialrådgiverforening har været bisidder for Kirsten Jensen og har dermed haft fuldmagt og adgang til alle dokumenter.

– Konsulenten i Dansk Socialrådgiverforening har været en kæmpe hjælp. Alene det, at hun tydeligt fortalte mig; jeg hører dig, jeg ser dig, og behandlingen af dig er ikke i orden. Samtidig har hun stået for al skriftlighed, sat de rigtige krydser, guidet mig – noget jeg slet ikke var i stand til selv.

Kirsten Jensen kalder det ”rædselsfuldt” at køre en arbejdsskadesag og ”noget af det hårdeste, hun har prøvet i sit liv”.

– Det føles som at have et sår, der ikke vil hele, når man har en arbejdsskadesag. Fordi sagen kører over flere år, og fordi man hele tiden får rippet op i det, der gør en syg. Den første afgørelse, hvor Arbejdsmarkedets Erhvervs sikring afviste min sag, sendte mig fuldstændig til tælling, fordi de sagde, at det ikke var rigtige trusler. Så igen pegede pilen på mig, at der var noget galt med mig, siger Kirsten Jensen.

'Ekstraordinær psykisk belastning'

I den første afgørelse fra Arbejdsmarkedets Erhvervs sikring fra maj 2022 stod der blandt andet: ”Vi vurderer samlet set, at du ikke har været udsat for ekstraordinære belastninger, som er tilstrækkelige

til at forårsage psykisk sygdom. Vi har lagt vægt på, at du ikke har været udsat for personrettet fysisk vold. Vi vurderer endvidere, at omfanget af truslerne/den truende adfærd, som du har været udsat for, ikke udgør en særlig og ekstraordinær belastning. Vi har lagt vægt på, at der skal være tale om en vis alvorlighed i truslerne, lige som at der skal være tale om trusler mod dit liv og førlighed.”

Dansk Socialrådgiverforening anker afgørelsen, og efter forelæggelse for Erhvervs sygdomsudvalget kommer Arbejdsmarkedets Erhvervs sikring i april 2023 frem til den modsatte konklusion:

”Flertallet har lagt vægt på, at du flere gange har været udsat for trusler og truende adfærd rettet mod dig... og vurderer samlet set, at belastningen har en karakter og et omfang, der udgør en ekstraordinær psykisk belastning... Flertallet har lagt vægt på, at du har udviklet sygdommen i tidsmæssig sammenhæng med arbejdsbelastningen, og at der ikke er grundlag for at antage, at der er andre årsager til sygdommen.”

Faglig oprejsning

Med anerkendelsen af en belastningsreaktion med PTSD-symptomer som en arbejdsskade og en godtgørelse for varigt mén på 10 procent føler Kirsten Jensen, at hun har fået oprejsning.

– Afslutningen på min arbejdsskadesag viser mig, at jeg ikke reagerede forkert. Det var ikke, fordi jeg var dårlig til mit arbejde. Og det viser mig, at arbejdsgiver ikke bare skal trykke på en pytknap, når vi socialrådgivere er ude for voldsomme oplevelser. De skal gribe os.

For Kirsten Jensen beviser sagen også, at arbejdsgivere skal have større fokus på arbejdsmiljø og sikkerhed, når socialrådgivere i den udførende del arbejder så meget alene.

– Det kan have store konsekvenser for resten af livet, og en psykisk arbejdsskade heler jo ikke igen,



Presser jeg mig selv, kommer angsten snigende, og jeg får flashback om natten, så jeg har brug for en tryk og forudsigelig hverdag.

Kirsten Jensen, socialrådgiver

→ men efterlader en permanent skade. Særligt når ingen samler én op.

Til gengæld er godtgørelsens størrelse på 45.000 kroner ikke det afgørende.

– Det kan undre, at det at sætte sig selv og sit liv på spil ikke er mere værd, men afgørelsen er det vigtige, for den giver mig faglig oprejsning.

Lever med eftervirkninger

I dag arbejder den 47-årige Kirsten Jensen fuldtid som bostøtte i socialpsykiatrien. Hun elsker sit arbejde, elsker målgruppen, men lever med eftervirkninger af sin arbejdsskade.

– Jeg er mere på vagt. Samtidig har det haft stor effekt på mit tidligere udadvendte liv, fortæller hun.

Tidligere har Kirsten Jensen lavet en masse frivilligt arbejde – på alt fra musikfestivaler til krisecentre, hun var vant til at træne fem gange om ugen og have sociale aftaler tre-fire gange om ugen.

– Alting er blevet et spørgsmål om at koncentrere min brug af energi. Jeg har brug for ro og overskuelighed, og i dag kan jeg klare én aftale om ugen, ellers kan jeg ikke passe mit arbejde. Så det er slut med frivilligt arbejde.

Samtidig har hun problemer med at bevare overblikket, og derfor får hun varer fra Årstiderne.

– Jeg kan godt finde ud af at lave mad fra ting, der står i køleskabet, men jeg kan ikke selv beslutte og købe ind, det er for stor en proces.

– Jeg har det meget bedre, og i dag kan jeg træne to gange om ugen, men det har haft voldsomme konsekvenser. Presser jeg mig selv, kommer angsten snigende, og jeg får flashback om natten, så jeg har brug for en tryk og forudsigelig hverdag. Men på trods af det, føler jeg, at jeg har fået hjælp til at blive et menneske igen.

Kirsten Jensen er et opdigtet navn. Socialrådgiveren kender Kirstens rigtige identitet, men hun ønsker at være anonym. ◆

Nyt kollegietilbud i Thisted

Ølandhus' nye kollegie, Kongemølle Kollegiet ligger 4 km fra centrum. Tilbuddet er for beboere imellem 16 og 30 år, der har behov for en ydelse efter §43.6 stk. 3 Barnets lov eller § 107 efter SEL, grundet nedsat kognitivt eller psykisk funktionsniveau, med eller uden sekundære problematikker, f.eks. angst, ADHD eller ASF.

14 nye ledige pladser

Leder Louise Zinther
Tlf. 64 63 11 22 / 28 71 68 55
www.olandhus.dk

Ølandhus 





Når du finder den rigtige, er du ikke i tvivl

Er du i tvivl om du har den rigtige bank? Det er vores kunder ikke. For tredje år i træk vinder Lån & Spar prisen for at have de mest loyale bankkunder i Danmark. Faktisk ville 86 pct. af vores kunder genvælge Lån & Spar, hvis de skulle vælge bank i dag. Det viser en uafhængig undersøgelse fra konsulenthuset Loyalty Group.

Er du medlem af DS – men ikke kunde i Lån & Spar?

I så fald går du glip af en række fordele, du som medlem har adgang til. Som MedlemsKunde får du Danmarks højeste rente på din lønkonto, og du får en rådgiver med ekspertise i de forhold, der gælder for netop medlemmer af DS. Hvorfor får du disse fordele? Fordi DS er medejer af Lån & Spar og ønsker at give sine medlemmer de bedst mulige vilkår – også i banken.

Udnyt de fordele, der følger med dit medlemskab af DS
– bliv MedlemsKunde i dag.

Gå ind på lsb.dk/ds eller ring 3378 1976



Kilde: Loyalty Groups
Brancheindex Bank 2023



Dansk Socialrådgiverforening

Lån & Spar

”Det betyder noget, at man har noget at stå op til”



Lærke Sick Broskov Jensen

Uddannet socialrådgiver i 2021. Læser kandidat i Social Studies of Gender på Lund Universitet og er studentermedhjælper i afdelingen Frivillig i DRC, Dansk Flygtningehjælp samt frivillig socialrådgiver i SR-Bistand.

Af Lærke Sick Broskov Jensen
Foto: Lisbeth Holten

JEG UNDERSØGTE i mit bachelorprojekt bodegaen som alternativ social indsats for udsatte ældre. Resultaterne viste, at bodegaer over hele landet fungerer som et hjælpesystem parallelt med det offentlige. Men hvor det kommunale tilbud om socialpædagogisk støtte fokuserer på at gøre borgerne selvhjulpne, udgør de brune værts-huse en arena af autentisk omsorg.

En bodegaejer fra København beskrev, hvordan hun påmindede stamgæster om at få spist, og at hun om nødvendigt gik ud bagved og smurte en rugbrødsmad til dem. En medarbejder ved en fynsk bodega fortalte, at hendes arbejdsgiver ofte købte mad på 'bud' for at kunne tilberede en stor omgang mørbradbøf til stamgæsterne. Og at samme bodegaejer også kører ud med en portion mad til sengeliggende stamgæster. En bodegaejer fra Aalborg fortalte, at han under

corona-nedlukningerne især var bekymret for en stamgæst, som han vidste havde svært ved at gå i bad, få klippet negle og generelt pleje sig selv. Bodegaejeren fortalte ikke, om han normalt plejede at støtte stamgæsten med den personlige hygiejne, men andre bodegaejere bemærkede, at det, at komme på bodegaen, for mange stamgæster er deres eneste daglige aktivitet i det offentlige rum, hvorfor bodegavesøget bliver den primære årsag til overhovedet at stå op, gå i bad og gøre noget ud af sig selv.

Vi er nok en del, der selv som socialt privilegerede individer under nedlukningen havde udfordringer med at opretholde vores gode hverdagsrutiner med bad, pænt tøj, fast døgnrytme m.v. Det betyder noget, at man har noget at stå op til. En fast rytme. Også når rytmen er at besøge bodegaen rundt om hjørnet. ♦

KONTAKT

MEDLEMSSERVICE

Hvis du har brug for hjælp, så ring til os på 70 10 10 99. Telefonerne er åbne: Mandag-torsdag: 9.00-16.00 Fredag: 9.00-15.00

SEKRETARIATET

Dansk Socialrådgiverforening
Toldbodgade 19B, 1253 København K
ds@socialraadgiverne.dk

REGION NORD

(dækker Region Nordjylland og Region Midtjylland)
Dansk Socialrådgiverforening Region Nord
Dusager 16
8200 Aarhus N
ds-nord@socialraadgiverne.dk

Kontoret i Holstebro

Fredericiagade 27-29,
7500 Holstebro
ds-nord@socialraadgiverne.dk

Kontoret i Aalborg

Hadsundvej 184 B
Postboks 764, 9000 Ålborg
ds-nord@socialraadgiverne.dk

REGION SYD

(dækker Region Syddanmark)
Dansk Socialrådgiverforening Region Syd
Vesterballevej 3A, Snoghøj
7000 Fredericia
ds-syd@socialraadgiverne.dk

Kontoret i Odense

Lumbyvej 11, opgang C, 2th.
Postboks 249, 5100 Odense C

REGION ØST

(dækker Region Hovedstaden og Region Sjælland)
Dansk Socialrådgiverforening Region Øst
Langebjerg 1, Trekroner
4000 Roskilde
ds-oest@socialraadgiverne.dk

ARBEJDSLØSHEDSKASSEN

(Jobformidling)
FTF-A (hovedkontor)
Snorresgade 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".

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.

MARTS-MAJ

26. marts, Aarhus

Seniorer mødes til frokost på Café Folkestedet kl. 12-14.

8. april, Aalborg

Fyraftensmøde: Æresrelaterede konflikter og negativ social kontrol.

11.-12. april, Aarhus

Faggruppen Beboerrådgivere holder forårstræf.

17. april, Aabenraa

"Pseudoarbejde". DS Region Syd inviterer til foredrag med antropolog Dennis Nørmark.

17. april, webinar

Faggruppen Beskæftigelse: Socialt arbejde og beskæftigelsespolitik – etik og normkritik.

24. april, online

Studerende: Jura-brush up, Kristina Bøgelund fører os gennem fortolkningslæren og brug af metoden i socialt arbejde.

29. april, webinar

Nyuddannet: Styrk din jobsøgning, spørg ansættelsesudvalget.

30. april, Aarhus

Seniorer mødes til frokost på Café Folkestedet kl. 12-14.

1. maj, Odense

DS Region Syd inviterer medlemmer og studerende i SDS og deres familier til 1. maj-morgenmad

21. maj, webinar

Nyuddannet: En god start - få tips og tricks til den bedste start på dit arbejdsliv som socialrådgiver.

25. maj, København

25. maj, Vejle

Studerende: SDS byder på jura-brush up! Arrangementet er gratis for alle SDS-medlemmer, og du kan få refunderet dine rejseudgifter.

NARRATIVEPERSPEKTIVER

anne@narrativeperspektiver.dk

Østerbrogade 29 3sal
2100 København Ø
tlf 22160065

INTENSIVT NARRATIVT SAMTALEKURSUS FORÅR 2024

NARRATIV SAMTALEPRAKSIS BASIC - INTENSIVT TRÆNING
Kursus • 4 dage • 15-18. April 2024 • København • Pris: 6.500,00 kr.
Underviser: Cand. psych. Anne Saxtorph

ALLAN WADE OG SHELLY DEAN - SIDSTE CHANCE

RESPONSBASERET PRAKSIS IFT VOLD OG OVERGREB
2 hele dage • 28-29 Maj 2024 • København • Pris: 3.900 kr.
Responsbaseret praksis for dig som ikke kender det, og dig som gør.

RESPONSBASERET INTENSIV UDDANNELSE

FOKUS PÅ RESPONSBASERET & NARRATIV SAMTALEPRAKSIS
Kursus • 10 dage • Start 3-4. Sept. 2024 • pris: 14.500 kr.
Underviser: Anne Saxtorph, Louise Østergård, Anne Albinus, Bushra Hanif

NARRATIV TRAUMEBEHANDLING

NÅR FLASHBACK & AKUTTE KRISER KRÆVER TILTAG
Kursus • 2 dage • 19-20. Nov. 2024 • København • Pris: 5.200 kr.
Undervisere: Cand. Psych. Anne Saxtorph

TAVLEBRUG - DET VISUELLE UDSYN

NÅR TAVLEN GØR FORSKELLEN FOR DIT ARBEJDE MED ANDRE
Kursus • 1 dag • 19. Nov. 2024 • København • Pris: 1.350 Kr.
Underviser: Cand. Psych. Anne Saxtorph

FAMILIETERAPI UDDANNELSE 1. ÅR 2024

MED FAMILIENS RELATIONER OG RESPONSER I FOKUS
12 hele dage • Start 11 sept. 2024 • København • Pris: 23.500 kr.
Narrativ & responsbaseret uddannelse for dig som vil familiefarbedet.

narrativeperspektiver.dk

Står I med et menneske med en særlig kompleks problemstilling, hvor I leder efter en ny vej?

Med mere end 30 års erfaring er det måske os, der skal hjælpe med at finde en ny retning.



Den Sociale Udviklingsfond er en non-profit almennyttig fond med speciale i individuelt tilpassede løsninger.

SUF
DEN SOCIALE UDVIKLINGSFOND

Få mere at vide på: www.suf.dk

Kvistholm

FAMILIEHJEM & KONSULENTYDELSER

Vi dækker hele Danmark



Familiehem

Vi er et familiehem, 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 familiehem.
- ✓ Familiebehandling.
- ✓ Samspilsobservationer.
- ✓ Udvikling af forældre-barn relationer.
- ✓ Observationer og beskrivelser af forældre-kompetencer og mentaliseringsevne.
- ✓ Sikrer barnets udvikling og trivsel under indskrivning.

Konsulenttydelser

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

VI TILBYDER

- ✓ Støtte og overvåget samvær: BL §§ 103-105 – Samvær (støttet samvær § 104, stk. 3 / Overvåget samvær § 105, stk. 1, nr. 1)
- ✓ Praktisk pædagogisk støtte: BL § 32 stk. 1, nr. 2
- ✓ Familiebehandling: BL § 32, stk. 1, nr. 5
- ✓ Afklarings og Rådgivningsforløb: BL § 30
- ✓ Kontaktperson: BL § 32 stk. 1, nr. 3
- ✓ Støtte i forbindelse med efterværn: BL § 114-116 Ungestøtte
- ✓ Støtteperson ifm. anbringelse af barnet: BL § 75
- ✓ Ledsagerordning: BL § 89
- ✓ Alternativ til anbringelse: BL § 32 stk. 1 nr. 1
- ✓ Anbringelse på eget værelse, kollegie eller kollegielignede hjem: BL § 46-47 – 43 stk. 1 nr. 5 eller som efterværn jf. BL § 114.1.4 eller § 120.
- ✓ Støtteophold /Aflastning i hjemmet: BL § 32, stk. 1, nr. 7
- ✓ Socialpædagogisk støtte: SEL § 85
- ✓ Tryghedsopkald til udsatte voksne: SEL § 85
- ✓ Familieklasse for børn og unge: Barnets lov og folkeskoleloven

