

# Guide til undervisere: Individuelle samtaleforløb med psykisk sårbare unge

## Om forløbet

Samtaleforløbet er et velafprøvet forløb for unge psykisk sårbare i alderen 18-29 år, som er på uddannelseshjælp. Rekrutteringen er foregået i samarbejde mellem UU-vejledere og sagsbehandlere i jobcentret. Samtaleforløbet afvikles af UU-vejledere og tager afsæt i den enkeltes unges aktuelle situation, behov og ønsker for fremtiden. Forløbets varighed afhænger af den unges behov, men består typisk af fire samtaler af en times varighed. Samtalerne tager afsæt i Jan Tønnesvangs vitaliseringsmodel med de fire rettetheder, hvortil der efter hver samtale opsættes et konkret træningsmål, som kan hjælpe den unge med at bevæge sig fra deres aktuelle selvsyn frem mod deres ønskelige selvsyn. Ved at møde de unge dér, hvor de er, er samtaleforløbets formål at styrke de unges selvværd og motivation for at komme tættere på uddannelse og/eller beskæftigelse.

## Målgruppe og rekruttering

Målgruppen for samtaleforløbene er unge i alderen 18-29 år, som er på uddannelseshjælp. Rekrutteringen er foregået i samarbejde mellem UU-vejledere og sagsbehandlere i jobcentret. De udvalgte unge har alle oplevet nederlag i uddannelsessystemet og er på forskellige måder psykisk sårbare. Den psykiske sårbarhed udspringer bl.a. af udfordringer grundet psykiske diagnoser, manglende selvværd, problemer med relationer til familie og venner, ensomhed, manglende selvtillid, manglende mål i livet og gentagne nederlag.

Unge psykisk sårbare ønsker at få en uddannelse og et job, men oplever en række forhindringer på vejen. De unge finder det svært at vælge uddannelse og finde det rette job og føler sig pressede til at tage et valg. Samtidig kan et forkert valg have konsekvenser, som den enkelte ikke kan overskue. De unge oplever, at et fuldtidsstudie eller job virker uoverskueligt og er forbundet med mange krav og stress fra omgivelser, familie, system, samfund. De bliver isolerede og føler sig alene med og "mod" systemerne. Den enkelte har en meget lille tro på egne evner og håb om fremtiden. Når den enkelte først har oplevet en fiasko, bygges der videre på denne. I dette individuelle samtaleforløb gives der plads til, at de unge kan se fremgang i de små skridt til at opbygge nok selvværd og motivation til at tage et skridt nærmere uddannelse og/eller beskæftigelse ved, at fagpersoner møder de unge dér, hvor de er, og hvor fokus er på de unges ønsker, drømme og kompetencer.

## Formål

Formålet med samtaleforløbene er, at de unge kommer tættere på uddannelse og/eller beskæftigelse. De unge skal blive mere bevidste i forhold til hvordan de kan ændre deres livssituation. Dette ved at de unge gennem samtalerne udvikler deres selvvindst og dermed opdager, hvordan de kan udvikle sig og bliver parate til at træffe ændringer, som kan påvirke deres liv positivt. De unge arbejder efter hver samtale med et træningsmål, som skal hjælpe dem med at bevæge sig fra deres aktuelle selvsyn og frem mod deres ønskede selvsyn.

## Vitaliseringsmodellen som samtalemodel

Ved hver samtale tages udgangspunkt i en udskrevet vitaliseringsmodel herunder én af de fire rettetheder i vitaliseringsmodellen: selvkendskab, fællesskab, mestring og retning. Hver samtale tager udgangspunkt i den unges aktuelle selvsyn, herefter samtales omkring den unges ønskelige selvsyn og til sidst opsættes et første skridt, som den unge skal tage for at bevæge sig fra det aktuelle selvsyn og frem mod den unges ønskelige selvsyn. Næstfølgende samtale indledes med en samtale omkring det første skridt, som den unge har foretaget.

## Supplerende redskaber

Som et supplement til vitaliseringsmodellen kan det være nyttigt at anvende et [fordele/ulempe skema](#), når den unge er usikker på, hvad en kommende ændring kan komme til at betyde for vedkommendes liv. [V-modellen](#) kan anvendes, hvis den unge skal undersøge, hvor parat vedkommende er til at bevæge sig frem mod et ønskeligt selvsyn. Den unge vurderer vigtigheden af en ønsket ændring, og i hvilken grad vedkommende har troen på at kunne foretage ændringen.

## Udbytte af forløbet

De unge får gennem samtalerne hjælp til lave strategier for, hvordan de med små skridt oplever den progression, de ønsker i forhold til at blive parate til at påbegynde og gennemføre en ungdomsuddannelse. Progressionen skal komme via de ændringer de unge laver i deres adfærd.

## Opfølgning på forløbene

Efter forløbene er de unge forskellige steder, og en opfølgning er derfor forskellig fra ung til ung:

- Unge med ønsket om beskæftigelse: De unge fortsætter i et job- og CV-kursus, som er et tilbud i samarbejdet mellem UU-vejledere og sagsbehandlere i jobcentret. På forløbet deltager en virksomhedskonsulent fra jobcentret sammen med 2-3 UU-vejledere.
- Unge med ønsket om at starte på en uddannelse: De unge vil blive kontaktet af en UU-vejleder, når tiden for tilmelding nærmer sig. UU-vejlederen og den unge vil i samarbejde lave en tilmelding til den kommende uddannelsesinstitution.
- Unge med ønsket om at starte på FGU: De unge vil i samarbejde med deres UU-vejleder lave en målgruppevurdering og uddannelsesplan med henblik på snarest opstart.
- Unge, som ikke er afklarede: De unge som ikke afklares i forhold til uddannelse og job fortsætter på ydelse. Her har den unge mulighed for at deltage i et forløb på CSV, komme i virksomhedspraktik eller i nyttejob.

Når de unge har afsluttet samtaleforløbet vurderer UU-vejlederen, hvordan der skal følges op på de enkelte forløb. Nogle indkaldes til et opfølgende møde, andre kontaktes telefonisk eller via SMS. Opfølgningen kan f.eks. foregå i forbindelse med opstart på ungdomsuddannelse eller i naturlig forlængelse af samtaleforløbet.

## Særlige opmærksomheder/anbefalinger:

- For nogle unge kan det være svært at forblive fastholdt i et samtaleforløb. Her er det vigtigt at kontakte den unge telefonisk inden næste samtale for at fastholde relationen.
- Hvis de unge er svære at fastholde i at fremmøde til samtalerne, kan det være en mulighed at afholde samtalerne telefonisk eller online.
- Det er et godt redskab at opsætte et træningsmål for hver samtale. Dette kan i praksis give den unge en fornemmelse af at være i progression. Det er de små skridt, som giver en oplevelse af succes.
- Det kan være svært at opsætte træningsmål sammen med en ung, som har manglende selvindsigt. Her bliver det desto vigtigere at formulere de rigtige spørgsmål i forhold til aktuelt selvsyn.
- Det er vigtigt at stille spørgsmål, der ligger op til, at den unge skal reflektere over svaret.
- Hvis den unge ikke har mulighed for at påbegynde uddannelse umiddelbart efter samtaleforløbet, er det godt, hvis der er mulighed for, at den unge kan fortsætte i et opfølgende forløb – f.eks. job og CV søgning eller praktik. Dette for at den unge ikke ”slippes”, men fortsætter med at være i et aktivt forløb, hvor hun kan fortsætte sin udviklingsproces.
- Det er vigtigt, at vejlederen vurderer den enkelte unges abstraktions- og refleksionsniveau, da det ikke er alle unge, som kan eller har gavn af at arbejde på det abstraktionsniveau som vitaliseringsmodellen kræver.
- Opmærksomhed ift. at fremhæve det trygge og fortrolige rum ved bl.a. at nævne tavshedspligten.
- Hjælp for at skabe overblik for den unge f.eks. ift. overblik over uddannelsesretninger, muligheder, krav m.m.
- Anbefaling ift. at prioritere tid til at opbygge en tryk relation til den unge
- Arbejdet med vitaliseringsmodellen skal være så konkret og håndgribeligt som muligt (jeres gode erfaringer med at visualisere undervejs i samtalen og have modellen liggende)
- Tag afsæt i den unges styrker, interesser og drømme (også udfordringer?)
- Jeres opmærksomheder/råd ift., hvordan man har fokus på job og uddannelse?