

U-TURN

Ungeenheden



Indhold

Baggrund for U-TURN i Jobcenter Hedensted:	3
Pædagogiske metoder:	4
Deltagerantal:	5
Målgruppe:	5
Visitation og strukturering:	6
Metode ved opstart i projektet:	6
Strukturering af U-TURN i Jobcenter Hedensted:	9
Mulige U-TURN i Jobcenter Hedensted:	9
Samarbejde med eksterne aktører:	10
Samarbejde med lokale virksomheder samt uddannelsesinstitutioner:	10
Mentorer/Rollemodeller:	11
Målinger, progression mv.:	11
Evaluering:	11
Sponsorater:	11

Baggrund for U-TURN i Jobcenter Hedensted:

U-TURN indsatsen i Jobcenter Hedensted bygger på erfaringerne med de cykelprojekter, som Ungeenheden i Jobcenter Hedensted har gennemført siden 2012.

Ungeenheden i Jobcenter Hedensted lavede således i 2012 i samarbejde med firmaet Forward – Presence og den tidligere professionelle cykelrytter Allan Johansen et projekt "Jeg Vil – Jeg Kan" for unge ledige i matchgruppe 2. Projektet, der var et cykelprojekt, afsluttedes med, at de unge cyklede til bjerget Alpe d'Huez i Frankrig.

Projektet var en stor succes for de unge. Af de 13 unge, som begyndte i projektet, har ni gennemført turen op på Alpe d'Huez. Generelt så kan man for deltagerne på turen sige, at den har gjort en meget stor forskel i deres liv – og for de fleste så var det første gang i deres liv, at de gennemførte noget. De unge, som har gennemført turen, er kommet videre i uddannelse og arbejde.



Ungeenheden har på baggrund af ovenstående både i 2013 og 2014 etableret lignende projekter for unge i matchgruppe 2. For målgruppen har det begge år været gældende, at flere tidligere har været kriminelle, og de har haft et årelangt misbrug af psykoaktive stoffer – især hash. Andre har lidt af depression og angst. Projekterne har begge år været etablerede i samarbejde med den tidligere professionelle cykelrytter Jens Veggerby.

Vi har ligesom i projekt i 2012 trænet dem i at cykle. Denne træningsperiode har dog været noget længere end i det tidligere projekt.

De unge har samtidig med cykeltræningen været i praktik i lokale virksomheder, idet ugen har været delt op med tre dage i virksomhedspraktik og to træningsdage, hvor der trænes både fysisk, socialt og mentalt. Kombinationen af disse elementer har vist sig at have en fantastisk effekt for de unge. Gennem det samlede forløb opbygges de unges selvværd, fokus, vedholdenhed og evnen til at agere.

De unge har selv ansøgt om at blive optagede i projektet, og de har gennem hele forløbet skulle leve op til de samme rammer, som findes på det almindelige arbejdsmarked: Forventninger, hjælp, krav og konsekvens.

Forløbet er afsluttet med en "eksamen" hvor deltagerne cyklede fra Hedensted til Grenoble og op ad bjerget Alpe d'Huez i Frankrig. "Kan jeg cykle til Alpe d'Huez, så kan jeg også bidrage på en arbejdsplads".

Forløbet er fulgt op med tre måneders coaching, hvor projektdeltagerne efter touren til Alpe d'Huez også fortsat cykler sammen én gang om ugen.

Pædagogiske metoder:

Overordnet set er U-TURN i Jobcenter Hedensted metodemæssigt forankret i tanken om social inklusion gennem uddannelse og arbejde.

Der arbejdes med en anerkendende tilgang, hvor der særligt lægges vægt på tilknytning af tilidspersoner, hvis fornemste opgave er at være en positiv rollemodel og inspirator for den unge i retning mod uddannelse og beskæftigelse.

U-TURN i Jobcenter Hedensted søger med sin metodetilgang at ramme tre overordnede målgrupper, idet der er sat øget fokus på en grundig visitations- og introproces til U-TURN. Dette skal sikre, at vi med indsatsen rammer flest mulige på bedst mulig vis.

Tanken er overordnet, at hver af de tre grupper vil komme fra andre af Ungeenheden i Jobcenter Hedensteds projekter, og hvor det for disse deltagere ikke er lykkedes at komme i uddannelse eller beskæftigelse.

Deltagerne, som visiteres til U-TURN i Jobcenter Hedensted, vil herefter have separate og individuelt tilrettelagte introduktionsforløb, som er tilpasset de ressourcer samt barrierer som den enkelte målgruppe besidder.

U-TURN i Jobcenter Hedensteds fundament er støbt på tanken om at bryde både egne personlige grænser og på at få de unge – for måske første gang i deres liv til at opleve en succes.

De unge vil i alle dele af U-TURN i Jobcenter Hedensted blive udsat for det, man kan kalde et eliteforløb med helt særlige udfordringer, hvor tilgangen vil være learning by doing og aktiviteterne vil være bygget op omkring de små succesers princip. Tanken bag dette er, at den unge gennem perioden opnår en større grad af selvværd og tro på, at noget kan lykkes, og dermed får mod på at udvikle sig yderligere og på denne måde nærme sig at kunne gennemføre uddannelse og få job.

Der er ligeledes i U-TURN i Jobcenter Hedensted lagt stor vægt på udvikling af de unges sociale kompetencer. De vil gennem U-TURN lære at arbejde sammen i grupper, og der vil blive stillet krav til mødetid og stabilitet nøjagtigt som i uddannelsessystemet og på arbejdsmarkedet. De unge vil efterhånden, som forløbet skrider frem, desuden erfare vigtigheden af en sund kost ved udførelsen af så ekstrem fysisk aktivitet, og der vil blive lagt vægt på den personlige hygiejne hos deltagerne. Tanken er dog, at denne proces vil komme ganske naturligt efterhånden som U-TURN skrider frem, og de unge vil selv blive mere bevidste om kroppens og psykens behov i takt med, at de lærer sig selv bedre at kende.

Deltagerantal:

Der vil være et deltagerantal på 12 unge pr. hold – der visiteres generelt mellem 15 og 17 unge til et hold, idet der må forventes et vist frafald.

Målgruppe:

Målgruppen for U-TURN i Jobcenter Hedensted er fx unge, der tidligere har været kriminelle, unge der har haft eller har et misbrug af psykoaktive stoffer – især hash. Herudover så omfatter målgruppen unge udad reagerende og unge med depression og angst.

Mange af de unge vil have en tendens til at stikke af og afvise at tage imod hjælp. Desuden vil der være tale om unge med en tendens til at snyde, lyve og samt for at klare sig igennem hverdagen. Disse handlinger har rod i en grundlæggende mistillid til omverdenen, og det skyldes endvidere en indre mangel eller tomhedsfølelse, som den unge forsøger at kompensere for på anden vis.

Et andet typisk tegn hos de unge, som visiteres til U-TURN i Jobcenter Hedensted er, at de har en tendens til at leve en omstrejvende samt en til tider rodløs tilværelse. Dette mønster holder dem fast i en urealistisk forestilling om, at den aktuelle og til tider uoverskuelige situation ikke er permanent, og fungerer derfor som en slags flugt strategi.

De unge i målgruppen er også ofte meget impulsstyrede, hvilket kan være årsag til, at de begår eller har begået kriminelle handlinger, idet impulsstyring samt udskydelse af egne behov ligger dem fjernt.

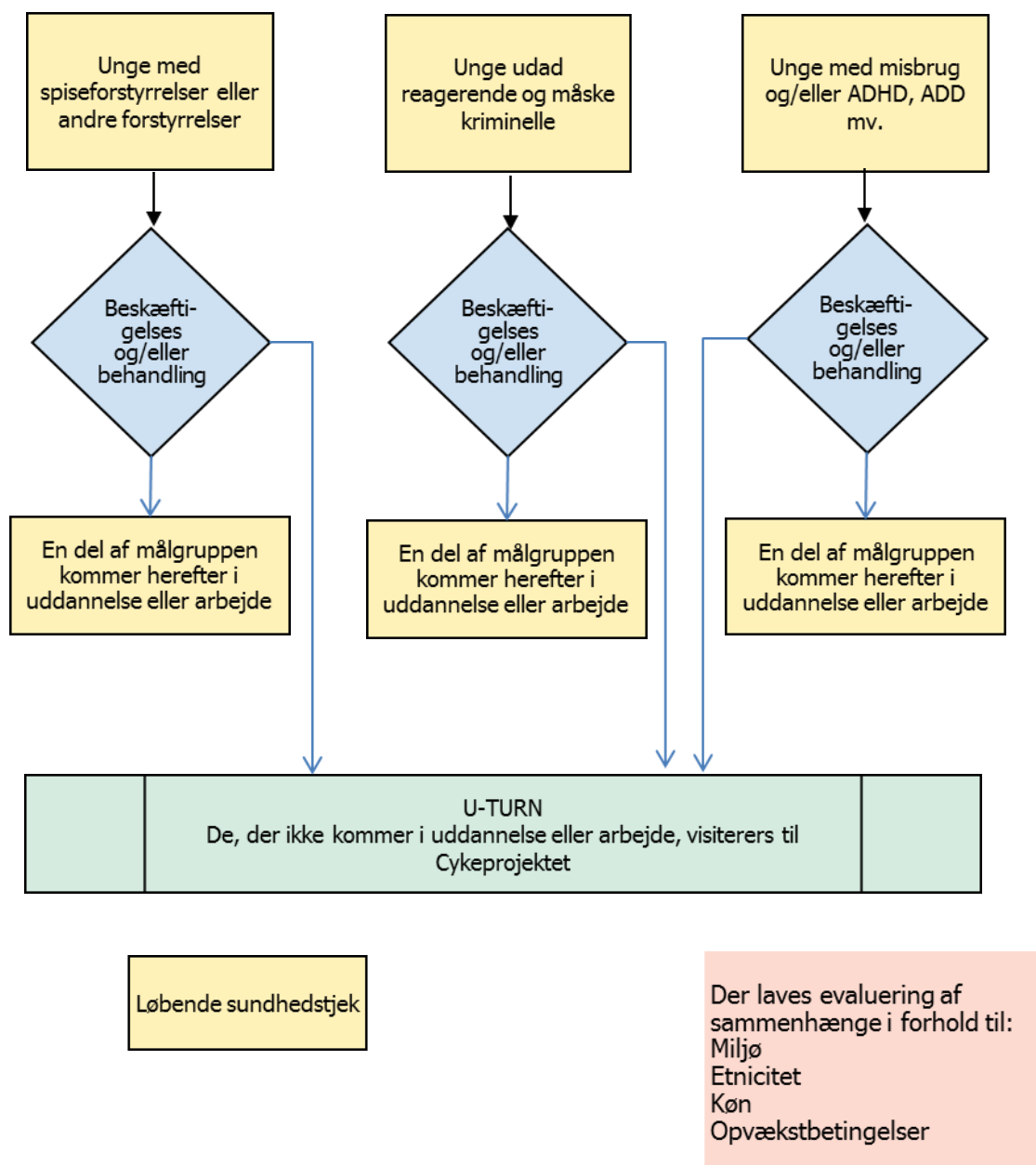
De unge har endvidere tendens til at projicere sine sociale handlinger, fordi de fungerer som en stor grundsten i deres identitet. Mangel på aggressionskontrol er endvidere kendetegnende for mange af de unge, der er i målgruppen for U-TURN i Jobcenter Hedensted. De unge er således ikke i stand til selv at kontrollere egne aggressioner, og de vækker ofte frygt hos omgivelserne, og truende adfærd og hidsighedsudbrud kan være forårsaget af den mindste kritik eller modgang.

Mange af de ovenfor nævnte symptomer og adfærdsmønstre overlapper mange diagnoser i klassifikationssystemet DSM-VI - U-TURN i Jobcenter Hedensted vil derfor arbejde med unge med ADHD, ADD mv.



Visitation og strukturering:

De unge, som bliver visiterede til projektet kan have forskelligartede begrænsninger, og de vil gennem allerede eksisterende indsats i Ungeenheden i Jobcenter Hedensted blive visiterede til U-TURN, når det viser sig, at den allerede iværksatte indsats ikke er tilstrækkelig.



Metode ved opstart i projektet:

Visitations- og introproces til U-TURN i Jobcenter Hedensted bygger på følgende metoder:

Trickbanken er en måde at lade de unge dele. Ved at høre om hinandens bedste tricks får deltagerne i gruppen mod til at forsøge at komme videre i forhold til deres begrænsninger.

Modellen tager udgangspunkt i, at de unge har nogle drømme om det positive som en forandring vil medføre i deres liv. Men der er ofte vanskeligheder forbundet hermed. Det er her de unge kan få glæde af hinandens tricks til at overvinde vanskelighederne.

Problemløsningsmodellen kan inspirere unge til at finde konkrete og realiserbare mål, løsningsforslag og handlemuligheder.

Modellen er god til at få en god snak med en ung, som måske synes, at tingene ser lidt sorte ud for tiden. Modellen kan være god til sammen med den unge at finde konkrete og realiserbare delmål på vej mod den unges mål. Modellen er inspireret af firmaet Attractor:

Hvad er mit problem?

Forstå:

Har der været perioder uden problemet - hvor det ikke fyldte så meget?

Hvad gjorde du / var anderledes?

Hvad er mit mål?

Forestil dig at dit problem er blevet løst. Vi mødes om et år...

Hvad er nu anderledes i dit liv?

Hvad gjorde du anderledes?

Hvad ville andre (familie, netværk m.fl.) sige er anderledes?

Hvilke gevinster ville der ellers være?

Hvad kunne jeg gøre?

Fokuser

På baggrund af dine forestillinger om fremtiden - hvad er så vigtigst at vi tager fat på?

Hvad vælger jeg at gøre?

Frigør

Hvad er det første du kan gøre NU, for at sætte gang i denne udvikling?

Er der nogle som der kan støtte dig så det lykkes?

Beskriv det så konkret som muligt.

Til næste gang

Hvad skete der?

Hvad er det næste skridt?

I-modellen illustrerer, at der ofte er meget komplekse grunde til at en konflikt opstår i en ungs liv. Hvis man bevidst arbejder på at forbedre den unges livssituation på de områder, der fylder meget hos dem, så får de ofte mere overskud til at undgå konflikter.

Fremtidsmodellen er god til at tale om fremtidsdrømme med de unge.

Når unge begynder at få forestillinger om deres fremtid, får de også en stor lyst til at begynde at forandre deres nuværende situation.

Forestil dig at du er blevet 25 år gammel. I drømmen er alt muligt - alt kan lade sig gøre.:

- Fortæl lidt om hvad du laver nu/ job og lignende?
- Er du gift /kæreste/ har du børn?
- Hvor bor du og hvordan?
- Hvordan ser du ud?
- Ryger du hash eller tager stoffer?

Fortæl kort om hvordan det lykkedes dig at nå til der, hvor du er nu - hvad gjorde du?

Dansen med de unge beskriver gyldne principper i samtalen med unge:

- Lad de unge "føre an" - og lad de unge bestemme tempoet
- Vær nysgerrig og lyttende
- Vær anerkendende - søg efter gode oplevelser og ressourcer
- Motivér - giv ansvaret tilbage - giv de unge ejerskab
- Drøm med de unge. Hvordan når de drømmene? Hvad er første skridt?
- Kig fremad og vær løsningsorienteret - få de unge til at lede/afdække muligheder
- Fordomme og "det plejer du jo" kan de unge ikke bruge til noget

Kig fremad og find ressourcerne giver nogle tricks til at kigge på de unges ressourcer.

Find ressourcerne, sæt nye mål og find nye handlemuligheder via anerkendende spørgsmål:

- Hvordan ville det se ud, hvis problemet ikke var der
- Hvad var anderledes - hvad ville være bedre?
- Hvem ville først opdage de forandringer de gerne vil lave?
- Hvad ville de kunne se?
- Ville der være andre gevinster ved at problemet var væk - hvilke?
- Hvad ville det første tegn på en forandring være?
- Hvad var det første, du kunne gøre for at skabe en forandring?
- Skalering - hvor meget vil du gerne forandre 1-10 - hvordan kommer du længere op eller hvordan er du kommet derop?
- Forestil dig, at du vågner op en morgen og at alt er som du gerne vil have det - hvad er så forandret?

Fordele og ulemper er en model til at tale om fx hash og stoffer på en anerkendende måde.

De unge har altid gode grunde til at ryge hash eller tage stoffer. Men de ser ofte flere grunde til at gøre noget andet i deres liv.

Når en ung taler om fordele og ulemper med sine venner, sin kæreste, sine forældre eller en professionel bliver ønsket om forandring tit mere klart.

Den gode samtale kan give inspiration til, hvordan man får unge til at lytte.

Tal til åbne ører ved at droppe skældud.

Man får unge til at lytte ved selv at lytte og være indstillet på, at en samtale forandrer alle, der er med i den.

Modellen er tænkt både til samtaler mellem to personer og gruppesamtaler. Tal til åbne ører ved at droppe skældud og løftede pegefingre. Tanken bag modellen er, at en samtale udvikler alle involverede.

Strukturering af U-TURN i Jobcenter Hedensted:

U-TURN i Jobcenter Hedensted er for alle indsatser bygget op omkring et årshjul, der er faseinddelt i henholdsvis visitationsproces, træning, selve eventen (fx turen til Alpe D'Huez) samt efterværn.

Det er vigtigt, at der visiteres i god tid, så der er mulighed for at udvælge de unge, som i højeste grad vil kunne profitere af U-TURN. Visitationsprocessen opstartes senest én måned før påbegyndelse af træning.

Herudover så er efterværnet overordentligt vigtigt, idet de unge her fastholdes i den succes, som de har oplevet gennem eventen – og de understøttes til deres videre vej mod uddannelse og arbejde.

Mulige U-TURN i Jobcenter Hedensted:

Fysisk aktivitet udløser endorfiner i hjernen. Det er erfaringen, at dette kan være en hjælp til at komme ud af et misbrug, til at kontrollere sine aggressioner, til at dæmpe angst og depression og til meget, meget mere.

U-TURN i Jobcenter Hedensted arbejder derfor med fysisk træning i mange forskellige former alt efter målgruppens sammensætning.

De unge skal ikke i forvejen have erfaring med nogle af de valgte træningsmetoder, men de skal have mod på at udfolde sig fysisk, blive forpustede og ikke mindst skal de være med til at opstille nogle mål, som de kan støttes i at opnå.

U-TURN indsatser kan være:

- Cykle til Frankrig og op ad Alpe d'Huez
- Boksning og skak, som er træning til både krop og hjerne
- Køre Midtjylland rundt på cykel
- Tøserunden som er en lang cykeltur i lokalområdet for piger
- Løbe halv eller hel Marathon

- Sejle Gudenåens løb i kajak
- Gå Hærvejen
- Svømme rundt om Juelsminde Halvøen

... eller noget helt andet fysisk udfordrende

Samarbejde med eksterne aktører:

U-TURN i Jobcenter Hedensted samarbejder med forskellige professionelle indenfor de forskellige indsatsområder.

De professionelle samarbejdsparter medvirker således til, at indsatsen kan ske gennem en kombination af et stærkt personligt engagement i forhold til den enkelte træningsgren og den faglige robusthed i Ungeenheden i Jobcenter Hedensted.

U-TURN i Jobcenter Hedensted er således en kombination af de professionelles store faglige viden indenfor deres fagområde – og hvad denne giver af positive sideeffekter – og den sociale faglighed, som Ungeenheden i Jobcenter Hedensted besidder i forhold til at få de unge i uddannelse og i beskæftigelse. Begge er så at sige professionelle på eget område – og "glade amatører" på den andens.

Det er i samarbejdsstrukturen vigtigt, at hver bidrager indenfor eget kompetenceområde – og supplerer hinandens. Det er vigtigt, at der i U-TURN opbygges en relation til de unge gennem træningen – og at der her opstår nogle gode samtaler om den unges baggrundshistorie og udvikling. Den daglige kontakt med de unge under træningen skal i denne sammenhæng underbygge en uformel og uforpligtende atmosfære, som får den unge til at lukke op for selv meget vanskelige spørgsmål og fortælle, hvad der ellers kan være. Denne tilgang giver et fantastisk frirum og skaber en sund grobund for et fremtidigt samarbejde med den unge. De unge lærer dermed kompetencer som frihed under ansvar, at kæmpe mod personlige mål, respekt og empati for andre og den positive effekt af at kunne samarbejde om en opgave. Alt sammen nøgleord for at kunne begå sig i samfundet og opnå "det gode liv" – og indsatsen giver grobund for en sundt og fagligt forsvarlig funderet udvikling for de unge.

Samarbejde med lokale virksomheder samt uddannelsesinstitutioner:

Der lægges i U-TURN stor vægt på opbakning fra erhvervslivet i lokalområdet. Dette gøres bl.a. ved, at de unge tilbydes praktikpladser i lokale virksomheder, hvor virksomheden følger den unge i udviklingen og anerkender den indsats, som den unge gør i træningen og ved gennemførelsen af eventen. Vi har selvfølgelig særligt fokus på den gode match mellem den unge og virksomheden.

Virksomhederne vil endvidere i høj grad tage ansvar for den unges udvikling og for oplæringen på arbejdsmarkedet. De unge får gennem praktikkerne et afgørende indtryk af, at det lokale erhvervsliv yder en stor, velvillig indsats for at skaffe lige netop det job eller den læreplads, som de står og mangler. Det er i denne sammenhæng essentielt, at de unge forstår alvoren af et godt samarbejde til erhvervslivet. Endelig så opnår den unge gennem U-TURN også grundlæggende en praktikplads, der kan føre videre til læreplads og uddannelse.

Den unge vil løbende igennem forløbet blive pålagt at tage stilling til eget liv fremadrettet – og der vil blive arbejdet med struktur og en fastlagt udviklingsplan frem mod målet.

Mentorer/Rollemodeller:

Mentorer og rollemodeller er en væsentlig faktor i den unges vej mod uddannelse og beskæftigelse. Dette er derfor en integreret del U-TURN i Jobcenter Hedensted.

U-TURN sætter særligt fokus på den gode match ung og mentor imellem – dette uanset om der er tale om en social mentor fra kommunen eller en virksomhedsmentor under et praktikforløb.

Erfaringer har vist, at hvis man lægger en ekstra indsats i at udvælge en mentor, hvor især den rette kemi er til stede, så vil den unge i større grad udvikle både sociale og beskæftigelsesmæssige kompetencer, idet der skabes en tryghedsbase, som den unge kan udvikle sig fra.

Endelig er der i U-TURN frivillige mentorer, som bl.a. deltager i den fysiske træning med de unge, og selv træner med de unge i fx weekender og ferie.

Målinger, progression mv.:

Alle deltagerne får lavet et sundhedstjek. Det er dog vigtigt, at dette ikke bliver gjort for tidligt i processen, da det kan have en negativ og skræmmende effekt for nogle.

Der laves anamnese på alle deltagere, og den løbende udvikling beskrives fra start til slut. Den ansvarlige rådgiver står for dette.

Der vil i denne bl.a. blive lagt vægt på forbruget af medicin før/efter projektet, søvn og døgnrytme, misbrug, og der vil være en beskrivelse af det sociale netværk mv.

Der vil blive arbejdet ud fra en spindelvævs eller trappe tilgang, således at det synliggøres for den unge, hvordan vedkommende udvikler sig gennem forløbet.

Evaluering:

Der udarbejdes evalueringsredskaber til brug på bestemte tidspunkter i processen – både for selvevaluering hos den enkelte og for evaluering af processen.

Sponsorater:

Sponsorater gives fra lokale virksomheder ved materielle ting eller ved likvider, hvortil der trykkes det respektive firmas logo på deltagernes træningstøj. Placering af logo afhænger af sponsoratets størrelse.

Pia Hermanstad
Afdelingsleder