

# GUIDE

TIL JOBCENTER-  
MEDARBEJDERE



## BESKÆFTIGELSESRETTET INDSATS TIL BORGERE MED PSYKISKE LIDELSER



PSYKIATRI  
FONDEN ©  
ET GODT LIV  
TIL FLERE



# DERFOR ER DET VIGTIGT

Langt de fleste personer med psykiske lidelser ønsker at have et arbejde. Samtidig er det den gruppe, der har den laveste beskæftigelsesgrad af alle handicapgrupper. Den udvikling skal vendes. Specielt fordi undersøgelser viser, at det rette job under de rette forhold gavner den mentale sundhed og trivsel og hjælper mennesker med at komme sig efter psykisk sygdom.

Derfor er det vigtigt, at du som jobcentermedarbejder er med til at hjælpe borgere med en psykisk lidelse til et aktivt arbejdsliv.

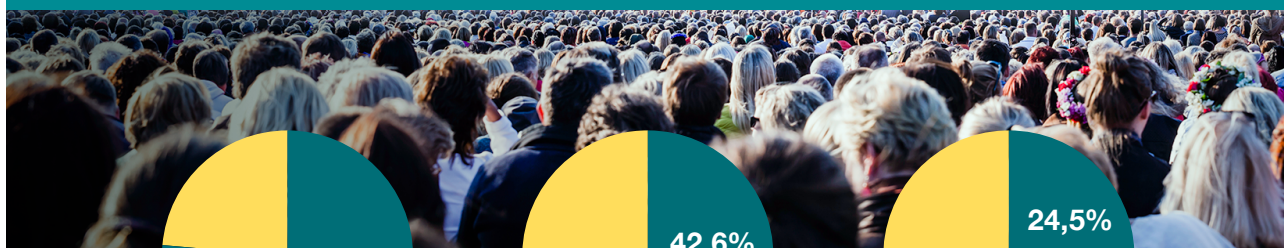
Husk, at du ikke behøver at være psykolog eller vide specielt meget om psykisk sygdom for at tale med en borger, der har det svært.



Det handler om helt almindelig kontakt. Hvordan har borgeren det lige nu? Hvad fylder meget? For de fleste er psykisk sygdom en forbigående - og ikke statisk - tilstand, hvor der veksles mellem gode og dårlige perioder.

I samarbejde med EN AF OS og Psykiatrifonden er her samlet en række gode råd og svar på typiske spørgsmål til indsatsen for borgere, der har en psykisk lidelse.

## BESKÆFTIGELSESGRAD



Befolkningen i  
almindelighed

Personer med  
fysiske handicap

Personer med  
psykiske lidelser

Mindst en halv million danskere er lige nu ramt af en psykisk sygdom. For de fleste er det forbigående, og de kommer sig helt. For andre er der tale om mere langvarige forløb eller tilbagevendende problemer – men her er det også vigtigt at være opmærksom på, at der typisk vil være en vekslen mellem gode og dårlige perioder og ikke en statisk tilstand.

# DIT FOKUS BANER VEJEN

## Hav fokus på ordinært arbejde

Fra den første kontakt skal du sigte på, at borgeren kommer i ordinært job. Virksomhedspraktik er ikke et mål i sig selv, men skal alene bruges til at skabe kontakt til arbejdsmarkedet.

## Tag udgangspunkt i borgerens ønsker og drømme

Skab den største motivation ved at tage afsæt i borgerens ønsker og drømme. Hjælp med at virkeliggøre dem ved at koble borgerens kompetencer og tidligere erfaringer med mulige jobåbninger. Jo mere realistisk det bliver at få et job, jo mere vokser motivationen.

## Tilrettelæg indsatsen med afsæt i ressourcer

Undgå at fokusere på, hvordan borgeren skal overvinde sine barrierer. Det dur ikke at træne "at stå op om morgenen", hvis der ikke er noget ægte, man skal. Fokusér i stedet på ressourcerne og byg oven på det, som allerede fungerer. Hvad interesserer borgeren sig for? Hvornår er han eller hun bedst tilpas? Brug aktivt det input, du får, til at bane vejen.



## Brug mentor, når det er relevant

En mentor kan være den afgørende støtte, der får borgeren til at fungere på en arbejdsplads. Mentoren kan samle op på eventuel usikkerhed og se de problemer, der skal tackles, i tide.

## Hvis noget glipper, så justér i stedet for at opgive

Hvis fx en virksomhedspraktik må afsluttes før tid, så brug erfaringen til at planlægge, så det lykkes bedre næste gang.

## GODE RÅD

- Fokusér på det ligeværdige møde og brug tid på at etablere relationen.
- Vær nysgerrig. Hvem er borgeren ud over det, der står i papirerne om diagnose og medicin? Hvad betyder det for borgeren at have en psykisk lidelse? Og hvad har borgeren med i bagagen?
- Italesæt styrker og hold fast i, at sygdommen er et øjebliksbillede - ikke hele personen.
- Indtænk pårørende i processen og vær opmærksom på betydningen af socialt netværk for borgeren.
- Revurdér løbende. Mange psykiske lidelser påvirker funktionsniveauet forskelligt i forskellige perioder.

# TYPISKE SPØRGSMÅL

## Hvilke krav kan du stille til borgeren?

At være i job kan styrke funktionsniveauet, hvis der foretages de nødvendige tilpasninger

En person med psykiske vanskeligheder kan godt fungere på en arbejdsplads, hvis der tages hensyn til mulige funktionsnedsættelser, fx nedsat hukommelse, lavere stresstærskel mv.

Gør opmærksom på mulighederne for at justere og tilpasse indsatsen, så dine krav ikke forstærker borgerens symptomer eller bekymringer

## Hvordan afdækker du borgerens motivation?

Tag afsæt i, hvor borgeren er lige nu. Tal om, hvad der fungerer godt / mindre godt i hverdagen

Spørg til, hvad borgeren er motiveret for og forsøg at koble det til samtalens mål

Acceptér ambivalens og hjælp med at skabe balance mellem ambitioner og muligheder

## Hvad gør du, når borgeren kun identificerer sig med sin sygdom eller bare vil have ro?

Spørg til borgerens historie og hvad diagnosen betyder for borgeren

Find forskellene i symptomstyrke og varighed og sæt fokus på, at der er tidspunkter med formindskede symptomer

Fasthold troen på, at borgeren kan komme i arbejde og hold fast i, at det er vigtigt for alle at have en aktiv hverdag

## Hvad gør du, når borgeren ikke vil anerkende sin sygdom?

Vær anerkendende og brug tid på at skabe en god dialog. Snak åbent og ærligt

Få borgeren til at reflektere over, hvorfor han eller hun ikke er i beskæftigelse

Afdæk sammen de muligheder der er for at mindske barriererne for at komme i arbejde

## MERE INFORMATION

### Psykiatrifonden.dk

Her kan du finde viden og gode råd om psykiske sygdomme og diagnoser. Desuden kan du gå til Psykiatrifondens mentale motionscenter og læse om fakta om psykiske sygdomme.

### En-af-os.dk

Landsindsatsen EN AF OS har til formål at afstigmatisere psykisk sygdom i Danmark. På kampagnesiden kan du finde viden, gode råd og værktøjer til at håndtere - og få fat om - psykisk sygdom i alle livets forhold.

### Bmhandicap.dk

Her får du overblik og viden om de forskellige støtteordninger og gældende love på området. Desuden finder du en række små film fra forskellige arbejdspladser, hvor man allerede bruger flere af støtteordningerne.

### Vidensnetværket.dk/ handicap-sygdom

Her kan du hente viden om handicap og beskæftigelse samt finde viden om forskellige psykiske sygdomme og deres betydning i forhold til beskæftigelse.