

Familjeterapi och aktivitetsstöd

Columbus nya stödinsatser

Columbus i Göteborg erbjuder unga kombinerad behandling och stöd för vidare studier eller arbete. I projektet *Hoppet* har stödinsatserna familjeterapi och aktivitetsstöd utvecklats. "Utan aktivitetsstödjaren skulle jag gå hemma och deppa", säger deltagare Anna Persson.

I Columbus får arbetslösa unga i Göteborg möjlighet att kombinera behandling och aktivitet med stöd av rehabvägledare, kurator, psykolog och psykiater för att närma sig studier och arbete. Anna Persson medverkar i Columbus projekt *Hoppet*, som med bidrag från Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, introducerat familjeterapi och aktivitetsstöd som nya frivilliga insatser. För sju år sedan tog deltagaren Robin studenten:

– Min neuropsykiatriska diagnos har bidragit till att jag inte arbetat eller pluggat efter gymnasiet. Ångest och annat har stått i vägen. Det känns frustrerande att livet är detsamma som när jag var arton. Arbetslivet har blivit starkt ångestladdat och läskigt.

Anna Perssons socialsekreterare tipsade om Columbus. Väntan på diagnos, följt av en bra period, gjorde att det dröjde två år innan hon ringde dit. Idag deltar hon i *Hoppet* för unga mellan 18 och 25 år med försörjningsstöd, samt deltagare i kontakt med Columbus eller kommunal aktivitetsansvarig. Anna fick snabbt en aktivitetsstödjare:

– Vi promenerar ofta, pratar och fikar. Hon får mig att komma vidare. Utan aktivitetsstödjaren skulle jag gå hemma och deppa. Nu har jag en anledning att klä mig på morgonen, livet blir meningsfullt. Många med ångest stänger in sig. Jag är en av dem.



– Vi promenerar ofta, pratar och fikar. Hon får mig att komma vidare, säger Anna Persson.

Hon beskriver aktivitetsstödjaren som en multifunktionell person som får henne att inte ge upp:

– Att arbetsträna i en second-hand-butik var min idé, här får jag verktyg att tro på mig själv. Jag har varit så försiktig och rädd, behöver göra annorlunda nu. I samtal med aktivitetsstödjaren har problematiska mönster blivit tydliga. Jag måste ta steget. Det är skitläskigt, men jag gör det ändå.

Hoppet kombinerar samtalsstöd med praktiskt stöd i planering och myndighetskontakter. I samverkansteam identifieras

individens resurser och sammanhang där deltagaren fungerar bäst.

– Aktivitetsstödjaren möter upp unga hos exempelvis arbetsförmedling och läkare. Platser som simhall och bibliotek introduceras också – arenor som individerna aldrig skulle våga närma sig själva. Egenmakt och delaktighet handlar om små steg för att närma sig det stora steget till studier eller arbete. Se hela individens sammanhang och behov, istället för en tårtbit. Det är framgångsfaktorn, säger biträdande enhetschef Therese Björntorp.



I Columbus får arbetslösa unga i Göteborg möjlighet att kombinera behandling och aktivitet med stöd av rehabvägledare, kurator, psykolog och psykiater för att närma sig studier och arbete.

”Jag har fastnat.” En vanlig känsla hos deltagare, säger Therese Björntorp:

– Många mår jättedåligt, vilket är en utmaning. De befinner sig långt bort från arbete och studier. Vi erbjuder behandling, men fokuserar på arbetsinriktad rehabilitering. Ibland räcker våra insatser inte hela vägen. Vissa skulle behöva psykiatrisk vård.

Omkring sextio procent av Columbus deltagare går vidare till arbete, arbetsträning eller studier.

– Det är bra resultat, men vi saknade familje- och nätverksperspektiv. *Hoppet* ger oss möjlighet att, utöver aktivitetsstödet, introducera familjeterapi i arbetsinriktad rehabilitering, säger Therese Björntorp.

Familjen kan vara viktigast i förlängningen, att samarbeta med vuxna som ungdomen definierar som sin familj, betonar hon.

– Ofta är det tjafsigt med föräldrarna, deltagarna är likgiltiga inför familjerelationerna, men bor ändå hemma. En separation, en normal frigörelse från föräldrarna, sker bäst i relation. Det är skillnad att prata om sina föräldrar än till dem. I arbetet förmedlas verktyg för att kunna släppa taget. Familjerna upplever att de kommit närmare varandra under terapin. Alla har gett högsta betyg i utvärderingen.



Ann-Cristin Annby, aktivitetsstödjare.

Just nu pågår arbete för att finna lösningar för att inkludera aktivitetsstödet i verksamheten. Familjeterapin implementeras i Columbus ordinarie samverkansteam.

– Arbetsgruppen får ytterligare en funktion, där kuratorn genom att reparera och jobba med anknytning kan skapa nya relationsmässiga bryggor. Föräldrarna är ofta ett varaktigt stöd i att bryta isolering och hemmasittande. Våga bjuda in familjen!

Columbus

– för att unga vuxna ska må bättre och närma sig arbete och studier

Columbus, som är en hbtq-diplomerad verksamhet, vänder sig till unga mellan 18 och 29 år som behöver stöd för att närma sig studier eller arbete, i ett samarbete mellan hälso- och sjukvården, Samordningsförbundet, arbetsförmedlingen och tre stadsdelar.

På Columbus arbetar ett tvärprofessionellt team med socionomer, psykologer, psykiater och konsulent från arbetsförmedlingen.

Det unika med Columbus är att den unge får hjälp med behandling och stöd till arbete/studier parallellt och där aktivitet är centralt för att förbättra måendet.

Insatserna söker den unga själv och de kan pågå upp till 12 månader.

Hoppet är ett projekt inom Columbus verksamhet.