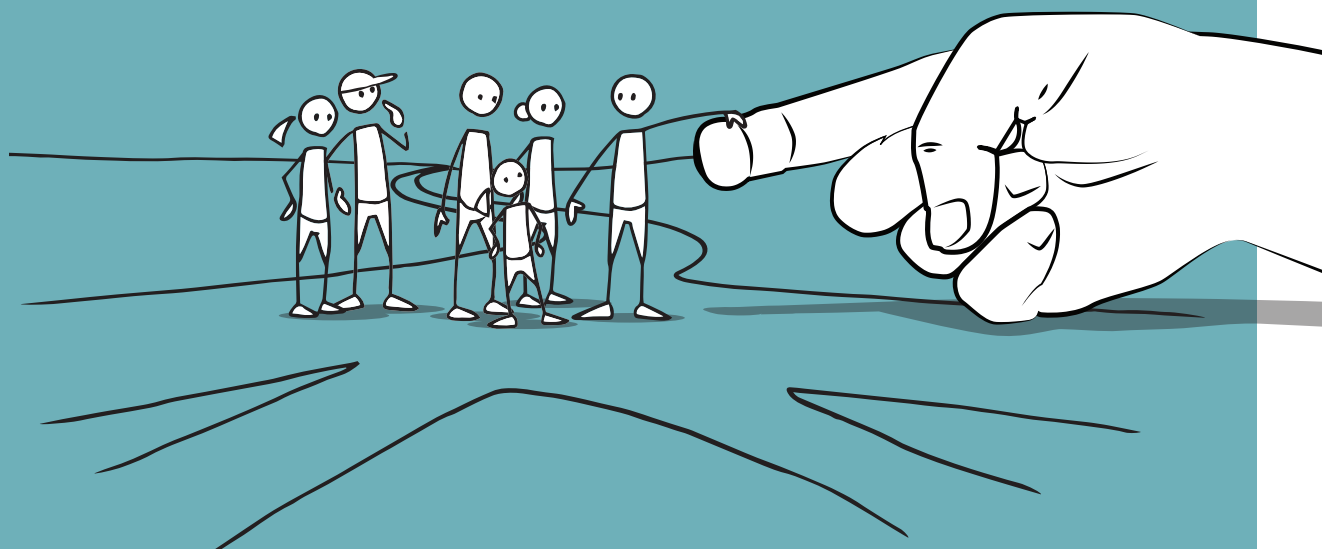




GUIDE TIL UNGEMENTORER

Et tilbud til unge, som lever med en erhvervet hjerneskade



midt
regionmidtjylland

Med støtte fra
TrygFonden

EN TVÆRSEKTORIEL OG TVÆRKOMMUNAL FUNKTION I REGION MIDTJYLLAND



INDHOLD

FORORD	4
INDLEDNING	5
MÅLGRUPPENS LIVSVILKÅR	6
GRUNDLAGET FOR ARBEJDET SOM UNGEMENTOR	6
RELATIONEN PRIORITERES FØRST	7
FLEKSIBILITET	7
DE VÆSENTLIGSTE TEORIER OG METODER	8
UNGEMENTOR STØTTER DEN UNGE I AT FINDE DEN NYE KURS	9
EFFEKT AF UNGEMENTORFUNKTIONEN	9
RAMMEBETINGELSER	9
RESULTATER FRA SUNDHEDSSTYRELSENS RAPPORT	
"SLUTEVALUERING AF STYRKET INDSATS TIL UNGE MED ERHVERVET HJERNESKADE"	10
SÅDAN KAN UNGEMENTORER STØTTE UNGE MED ERHVERVET HJERNESKADE	11
INDEN DEN FØRSTE KONTAKT TIL DEN UNGE	12
MØDET MED HVERDAGEN OG HJERNESKADENS FØLGER	13
STØT DEN UNGES NYE VEJ	15
STØTTE TIL SAMSPILLET MELLEM UNG OG NETVÆRK	17
STØTTE TIL AT STYRKE DEN UNGES SOCIALE LIV	19
STØTTE TIL AT STARTE PÅ UDDANNELSE	22
STØTTE TIL AT FLYTTE HJEMMEFRA	23
STØTTE TIL AT MESTRE ARBEJDSLIVET	24
SÅDAN AFSLUTTES FORLØB	25
AFRUNDING	27
KONTAKTOPLYSNINGER	28
REFERENCELISTE	29
ANBEFALET LITTERATUR	30

FORORD

I 2013 bevilligede Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse satspuljemidler på i alt 100 mio. kr. til de fem regioner i landet til en 3 årig projektperiode. Formålet var en styrket indsats for unge med erhvervet hjerneskade i alderen 15-30 år. I Region Midtjylland (RM) omsatte man midlerne til en række interventioner under projektnavnet "Bristede Drømme – Nyt Håb" (BDNH). RM oprettede ungementorfunktionen som én af interventionerne. Kommunale repræsentanter var med i dannelsen af denne nye funktion, som pegede på et udækket behov bestående af en anderledes, hurtig og kvalificeret indsats. Indsatsen sigter mod en ny og anderledes måde at støtte den unge i et godt og aktivt ungeliv med uddannelse, arbejde og deltagelse i fællesskaber. Projekt BDNH er afsluttet, men i februar 2017 besluttede kommunerne i RM at gøre ungementorfunktionen permanent.

I dag er der i Region Midtjylland ansat 2 ungementorer, der kan støtte de unge på tværs af regionens kommuner. Funktionen er videreudviklet ud fra de erfaringer og den efterspørgsel, der har været gennem ungementorernes praksis samt løbende supervision, kompetenceudvikling og uddannelse.

På baggrund af midler, bevilliget af TrykFonden i sommeren 2016, har der været mulighed for at udvikle funktionen samt udbrede viden og erfaring fra arbejdet til kommende ungementorer. Dette særligt til brug for andre regioner, der i dag ikke har ansat en ungementor.

Resultatet er denne praksisrelaterede guide, en kort animationsfilm om ungementorernes arbejde samt en rapport udarbejdet af cand.pæd. soc./ph.d. studerende M. R. Bystrup "Ungementorfunktionen set fra et sociologisk perspektiv" (1). Både rapport og animationsfilm kan ses her: www.um.rm.dk. Rapporten giver et sociologisk blik på arbejdet som ungementor og indeholder derudover anbefalinger til rammebetingelser for, at funktionen kan udføres så smidigt og hensigtsmæssigt som muligt. Endvidere beskrives behovet for funktionen på baggrund af kommunernes, de unges, og pårørendes perspektiv samt ved at undersøge de unges og netværkets livssituation og behov.

Guiden er opbygget med praksiseksempler fra ungementorernes hverdag suppleret med tekstbokse, som beskriver de primære metoder og tilgange, der på nuværende tidspunkt anvendes af ungementorerne. Det er væsentligt at pointere, at funktionen fortsat udvikler sig. Denne guide er derfor ikke en færdig opskrift eller en lineær arbejdsbeskrivelse, men skal læses som en pallet af mulige og anvendte metoder og tilgange, som desuden skal kombineres med kommende ungementorers kompetencer.

Et fremtidsperspektiv kan være udvidelse af målgruppen ift. alder, både yngre og ældre, eller inden for andre områder af neurorehabilitering, herunder fx unge ramt af langvarige følger efter hjernerystelse. Et andet fremtidsperspektiv kan være at etablere et fagligt netværk med ungementorer på tværs af regionerne, hvor der kan deles viden og erfaringer med henblik på fortsat at udvikle funktionen og kunne give den rette støtte til målgruppen.

Formålet med denne guide er at udbrede viden og inspirere kommende ungementorer og andre fagpersoner, som arbejder inden for dette felt i Danmark. Dette med henblik på at tilbyde en neurofaglig og proaktiv støtte til unge med erhvervet hjerneskade, så de så godt som muligt kan mestre hverdagen og er i et givende og naturligt samspil med deres netværk.

Helle Dybkjær, Projektleder og daglig leder for ungementorerne
Hanne Skovgaard Petersen, Ungementor
Nina Overgaard Jensen, Ungementor

INDLEDNING

Guiden vil indledningsvis beskrive målgruppens – de unges – særlige livsvilkår, grundlaget for arbejdet som ungementor og det særlige ved den tilgang, der anvendes i arbejdet med de unge og deres netværk.

Efterfølgende beskrives data og anbefalinger af ungementorfunktionen udfra DRUE (Register for Unge med Erhvervet Hjerneskade), rapporten af M.R. Bystrup og fra Sundhedsstyrelsens slutevaluering. Kort nævnes udfordringer i rammebetingelserne.

Afsnittet med praksiseksempler er skrevet af ungementorerne og beskriver eksempler på samt anbefalinger til, hvordan en kommende ungementor kan støtte unge med erhvervet hjerneskade. Tilgange og metoder uddybes i relation til disse eksempler. Eksemplerne er taget ud af en alsidig praksis og er således ikke fyldestgørende for et helt forløb med en ung, men et nedslag i én af flere interventioner med den unge.



MÅLGRUPPENS LIVSVILKÅR

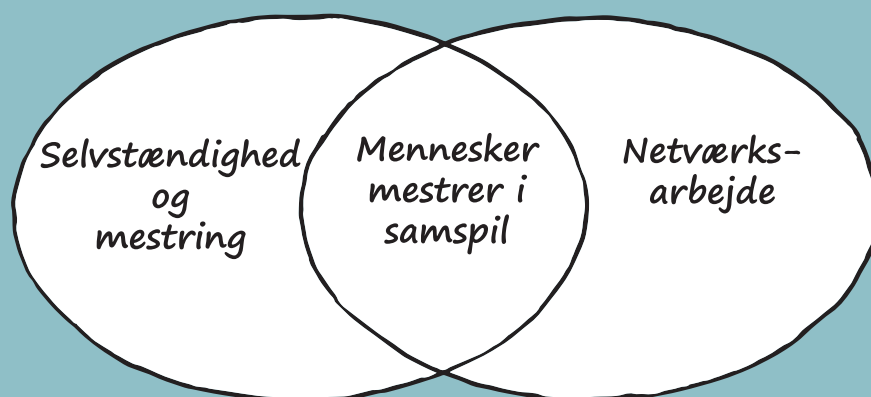
En erhvervet skade i hjernen vender op og ned på alting for både den unge og for det personlige netværk. Problemstillingerne kan ramme særligt hårdt i ungdomsårene, da de unge befinder sig i en sårbar fase mellem barne- og voksenlivet med en forventning om snart at kunne varetage en selvstændig livsførelse. Ud over at skulle forholde sig til de kognitive vanskeligheder og eventuelle funktionstab, som skaden har medført, skal de også forsøge at bygge bro mellem det gamle og det nye liv, mellem den gamle og den nye identitet. Identitetsdannelse udgør en vigtig udfordring for de unge, da det at få skabt en ny mening med tilværelsen er afgørende for at komme sig efter en erhvervet hjerneskade. Mange oplever en mærkbar forskel mellem hvem, man var før skaden, og hvem man er nu. Det er således vigtigt, at den unge med erhvervet hjerneskade kan hente den nødvendige sparring ift. at afprøve roller og holdninger, der er med til at udvikle hans/hendes person og selvfølelse. Den unge og netværket kan have svært ved at adskille hvilke udfordringer i tilværelsen, der kan relatere til skaden og hvilke, der kan relateres mere generelt til det at være ung, fx at være i tvivl om uddannelsesvalg og at kunne styre sin økonomi.

Det personlige netværk kan opleve ændringer ift. identitet og roller, fx kan en kæreste komme til at påtage sig rollen som forældre, hvor han/hun egentlig ønsker at bibeholde rollen som kæreste eller en forældre kan komme til at være overbeskyttende overfor sit "barn", hvor forælderen faktisk gerne vil hjælpe den unge til større selvstændighed.

GRUNDLAGET FOR ARBEJDET SOM UNGEMENTOR

Den grundlæggende forståelse er, at mennesker udvikler sig i relation til andre. Derfor er opgaven særligt at have fokus på både den unge og på de betydningsfulde personer i den unges netværk. Ungementorerne støtter den unge og netværket i at blive mestrende i samspil, bl.a. ved at give en øget forståelse for og indsigt i følgerne efter hjerneskaden samt at støtte dem i deres forståelse for hinandens perspektiver.

Uanset om skaden er ny eller sket for flere år siden, er erfaringen, at det er vigtigt rettidigt at komme i kontakt med den unge og dennes netværk, så ungementorerne med deres tilgang og neurofaglige viden kan bidrage til at styrke samspillet ikke kun i familien, men også ift. venner, på studiet eller på arbejdspladsen. Derved minimeres udfordringer som ensomhed, marginalisering og psykiske følger, som er kendte risici både for den ramte og det personlige netværk, når man skal leve med en erhvervet hjerneskade.

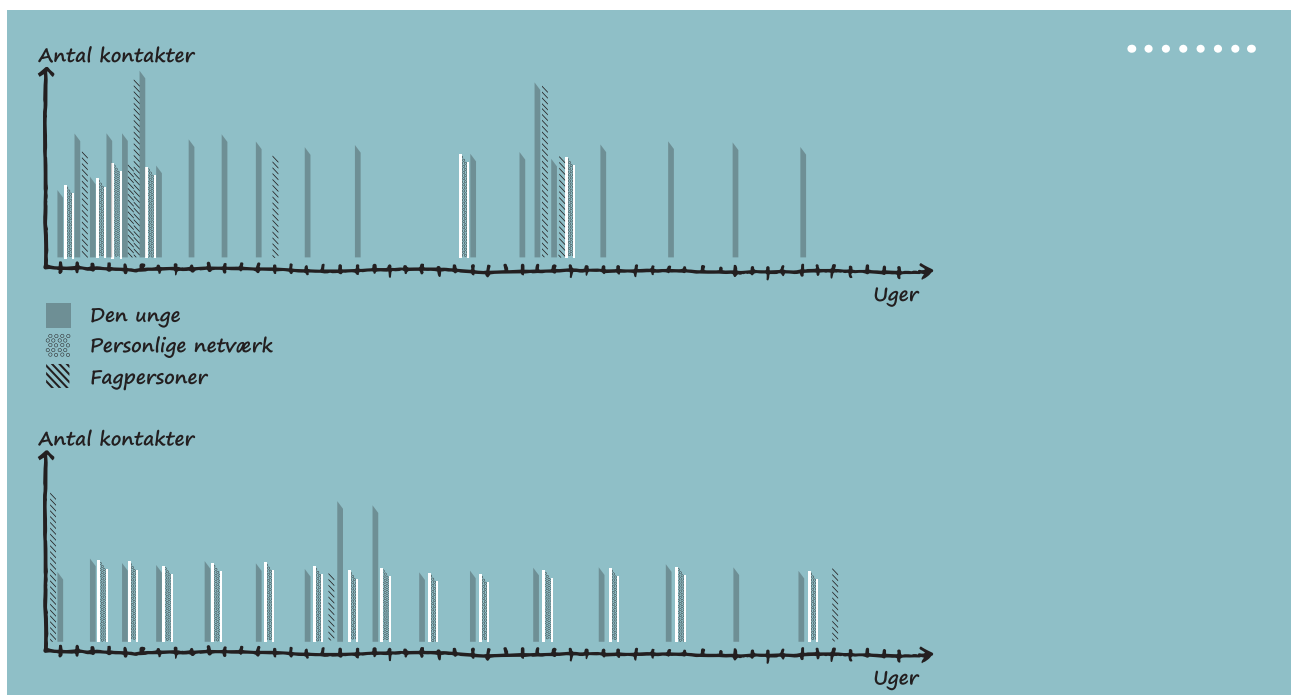


RELATIONEN PRIORITERES FØRST

Forudsætningen for arbejdet som ungementor er, at der hurtigt skabes en tryk og tillidsfuld relation til den unge. Det er den unge, som har den primære definitionsret ift. hvilke fokusområder, der skal være i samarbejdet. Når denne relation er etableret er det vigtigt at få dannet en god relation til den unges personlige netværk, da netværkets livssituation også er ændret som følge af skaden, og det kan ligeledes have behov for støtte til at mestre hverdagen. Derfor tages der som udgangspunkt afsæt i både den unges og netværkets ønsker og behov, selv om en udfordring kan være, at den unge og dennes netværk kan have forskellige opfattelser af livssituationen, eller der kan være familiære årsager, fx misbrug eller dårlig relation mellem ung og forældre, som kan udfordre hensigten om at tilgode dese netværkets ønsker og behov i lige så høj grad som den unges.

FLEKSIBILITET

Noget af det unikke ved ungementorernes arbejdsform er den fleksibilitet, der tilbydes, både over tid, i forhold til indhold og kontaktform. Der er mulighed for at mødes både dag og aften, og ungementoren tilpasser i videst muligt omfang tidspunktet for at kunne mødes med den unge og dennes netværk på tidspunkter, der er muligt for dem. Ligeledes kan hyppigheden for kontakt intensiveres eller sættes i bero alt afhængig af behovet. Mødestedet er dér, hvor de unge har deres hverdag, dvs. i hjemmet, på studiet, på jobbet, i mødet med myndigheder og i det sociale liv med venner og familie. Endvidere forgår kontakten via telefon, sms, Facebook og e-mail. Et forløb med en ung kan strække sig fra et par måneder op til et år eller mere alt efter behov for intensitet og de udfordringer, den unge står med.

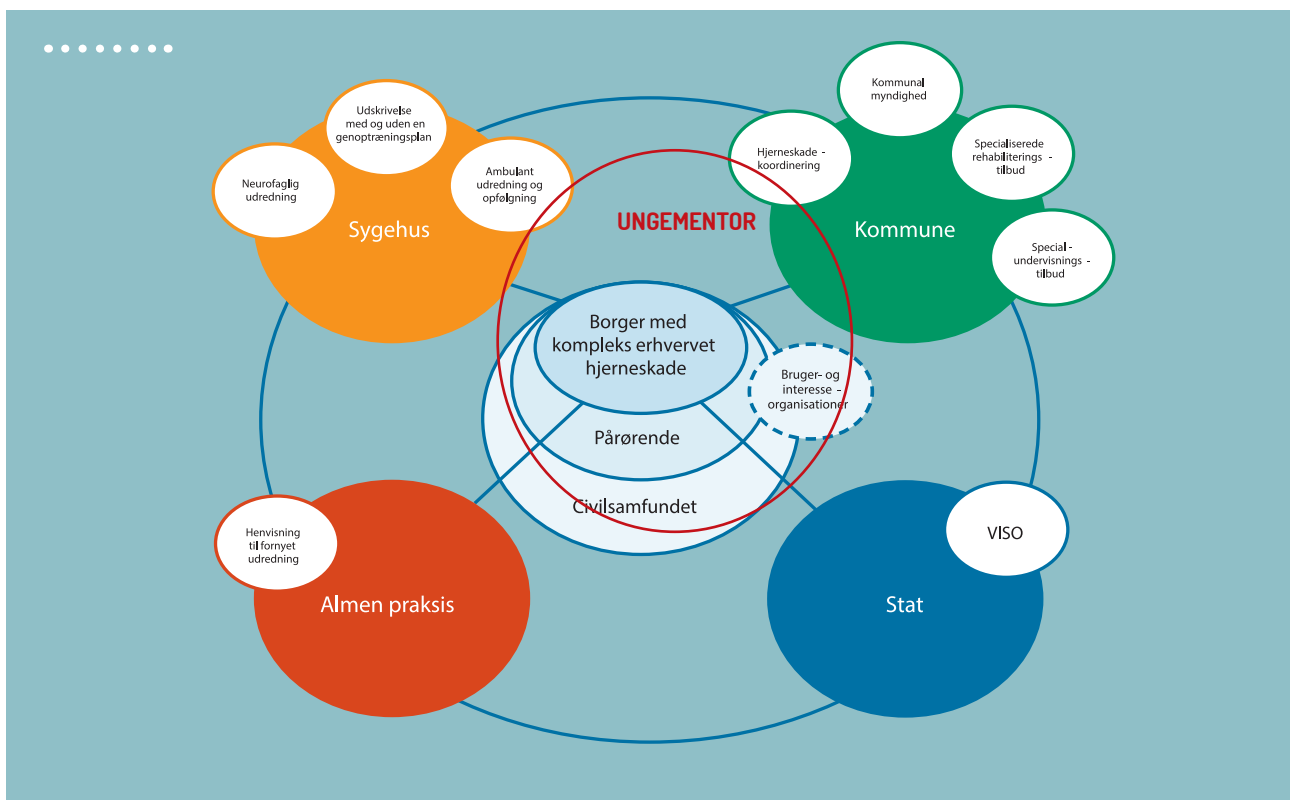


- Tidslinierne illustrerer hyppigheden og antallet af kontakter i
- to forskellige ungeforløb.

"Det er rigtig rart at vide, at jeg ikke bliver ladet helt alene"

Udsagn fra ung kvinde, da kontakten sættes i bero

Ungementorerne har deres virke i den fase af rehabiliteringsforløbet, hvor de unge skal etablere hverdagslivet. Ungementoren arbejder i den unges nærmiljø og støtter den unge i at navigere i ift. de ofte mange forskellige aktører på tværs af sektorer, som det fremgår af nedenstående figur.



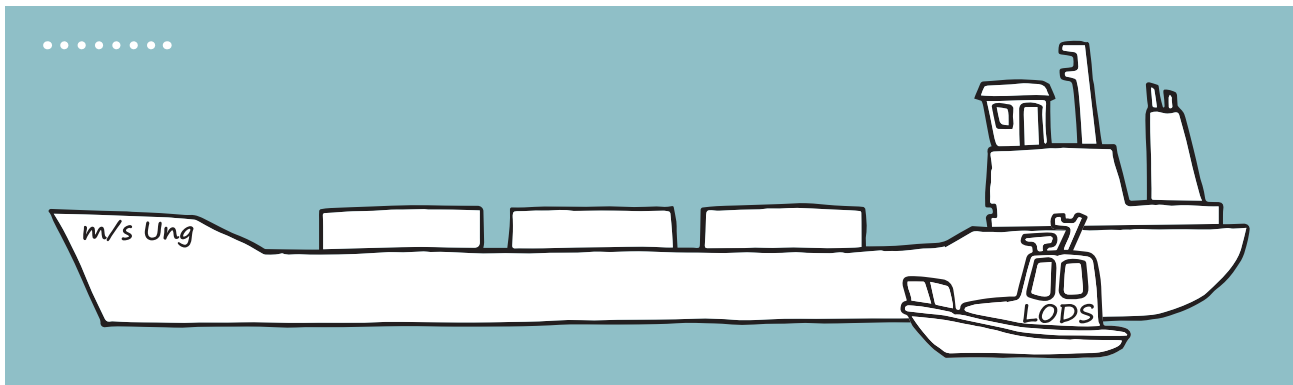
● Socialstyrelsens oversigt over centrale aktører (3) tilføjet ungementorerne arbejdsområde.

DE VÆSENTLIGSTE TEORIER OG METODER

I arbejdet som ungementor benyttes en palet af metoder med afsæt i forskellige teorier. Da målgruppen er uhomogen, og tilgangen derfor tilpasses hvert enkelt forløb, findes der ikke nogen facitliste for arbejdet. Som udgangspunkt arbejdes med de unge og deres netværk ud fra en borgerorienteret tilgang, hvor den unge involveres i sin egen rehabilitering. De vigtigste faglige afsæt hentes via en stærk neurofaglig viden, Åben Dialog, narrativ praksis og grafisk facilitering. Løbende supervision er derudover et vigtigt redskab til den faglige udvikling af arbejdet som ungementor. Det er væsentligt at få hjælp til at analysere den følelsesmæssige involvering i relationerne, så tilgangen bliver forankret i en reflekteret og faglig funderet praksis.

UNGEMENTOR STØTTER DEN UNGE I AT FINDE DEN NYE KURS

Blot en lille justering kan få stor indflydelse på den unges kurs resten af livet. Det er ofte forbundet med udfordringer at navigere i livet efter en erhvervet hjerneskade. Ungementorens rolle kan visualiseres som dén, der lægger sig på siden af den unge – lytter til og støtter den unge i at mestre hverdagen i et positivt samspil med netværket.



EFFEKT AF UNGEMENTORFUNKTIONEN

I projektperioden er der indhentet data via DRUE ift., hvilken indsats ungementorerne primært har varetaget overfor de unge, og i hvor høj grad der har været tilfredshed med dette hos de unge og deres netværk. (4)

Ungementorerne har i projektperioden blandt andet støttet den unge i:

- at kunne forvalte sin energi (75%)
- at kunne strukturere sin hverdag (61%)
- at kunne forvalte kontakt til skole/uddannelse (49%)
- at kunne forvalte kontakt til kommune (32%)
- at kunne forvalte kontakt til arbejdsplads (11%)

De unge og deres pårørende har besvaret spørgeskemaer ved 1 års opfølgning med henblik på at få svar på: "I hvor høj grad har ungementors arbejde givet mening for dig?"

Baseret på 42 svar fra de unge har 74 % svaret, at det i høj grad og i nogen grad har givet mening.

Baseret på 23 svar fra de pårørende har 78 % svaret, at det i høj grad og i nogen grad har givet mening.

Endvidere viser opgørelser fra DRUE, at ungementoren primært har ydet støtte i perioder med større livsændringer, hvor den unge er startet på uddannelse/job (46%), er flyttet (36%) eller hvor der sker familiære forandringer (14%).

RAMMEBETINGELSER

I rapporten af M.R. Bystrup laves en sociologisk analyse af ungementorernes rammebetingelser. Betingelserne for ungementorernes virke har ændret sig undervejs, som funktionen er gået fra at være finansieret af satspuljemidler i projektet til at være driftet tværkommunalt. En særlig opmærksomhed i rapporten er på de udfordringer, der kan være dels at gå fra en projektperiode, hvor der ikke er kommunale udgifter forbundet med anvendelse af ungementorer, og dels de udfordringer der kan være ved ændringer i finansieringsmodellen efter, at funktionen er kørt i drift.

I Sundhedsstyrelsens slutevaluering pointeres vigtigheden af, at den valgte finansieringsmodel ikke skaber udfordringer for den fleksible ungementorfunktion.

RESULTATER FRA SUNDHEDSSTYRELSENS RAPPORT "SLUTEVALUERING AF STYRKET INDSATS TIL UNGE MED ERHVERVET HJERNESKADE"

I april 2018 udkom Sundhedsstyrelsen med en samlet slutevaluering, med det formål at vidensopsamle erfaringer og resultater, der er opnået gennem de fem regioners styrkede indsats til unge med erhvervet hjerneskade.[2]

Ungementorfunktionen fremhæves i slutevalueringen som et godt eksempel på en proaktiv indsats, der skaber værdi, ved at afsætte ressourcer til en målrettet indsats i samarbejdet med kommuner og andre aktører om den unges forløb. Der beskrives ligeledes at det specielle er at *"de har formået at være særligt proaktive i forhold til samarbejdet. Det vil sige, at de har hjulpet de unge meget aktivt, deltaget i møder med kommunen og andre relevante parter."* (s.15)

Rapporten kommer med 4 konkrete anbefalinger, hvori det fremhæves, at der skal arbejdes videre med at sikre, at erfaringerne fra ungementorfunktionen kan udbredes og forankres (også relevant for det øvrige hjerneskadeområde og andre kroniske patientgrupper med omfattende genoptrænings- og rehabiliteringsbehov).

Der har været meget positive erfaringer med Region Midtjyllands ungementorer. Det viser både den interne evaluering af ungementorfunktionen og den interviewundersøgelse, der er lavet i forbindelse med slutevalueringen.

En hjerneskadekoordinator siger: *"Ungementorer har mulighed for at lave netværk på tværs af kommunerne, og det ville hjerneskadekoordinatorene aldrig have mulighed for, for vi har ikke det samme overblik."* (s.48)

En anden hjerneskadekoordinator fortæller, at *"det er kombinationen af hjerneskadekoordinator og ungementor, der gør forskellen. At der sidder en i kommunen, som ungementor kan samarbejde med og aflevere til. Og så får kommunen også bedre adgang til den tværfaglige udredning."* (s.48)

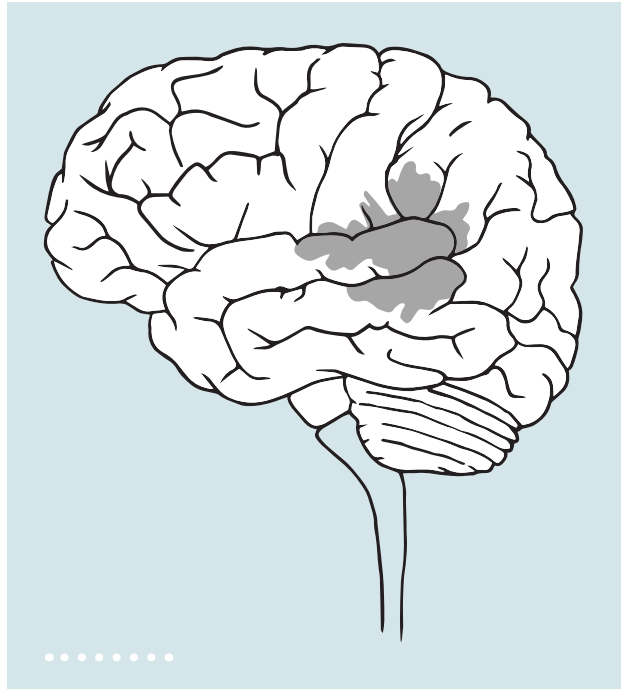
Formanden for Hjerneskadeforeningen Jette Sloth Flohr, og daglig leder af lokalafdelingen i Aarhus, Region Midtjylland, har også kun positive ting at sige om ungementorerne: *"Jeg synes de, ungementorerne, har gjort et stort stykke arbejde. Jeg har kun positive ting at sige om dem og deres arbejde. De har virkelig gjort noget for de unge mennesker. Nogle af de unge mennesker har mistet det meste af deres netværk, hvor ungementorerne har brugt deres aften med at tage til Hovedtropperne [unge-netværk for hjerneskadede] med dem. Ungementorer er noget helt andet end kommunale arbejdere. De bliver ikke anset for at være kommunale folk, og det er rigtig vigtigt. For i de unge menneskers øjne er det ikke sikkert, at de kommunale folk vil mig noget godt. Der er et rum for fortrolighed med ungementorerne. Der er nogle, der virkelig forstår mine vanskeligheder."* (s.48)

Ungementorfunktionen peges på som et særligt godt eksempel på tværsektorielt samarbejde, og det betegnes som værende en succes, at ungementorerne fortsætter efter projektets afslutning.



SÅDAN KAN UNGEMENTORER STØTTE UNGE MED ERHVERVET HJERNESKADE

I den følgende del af guiden beskriver ungementorerne deres arbejde via eksempler fra praksis. Praksiseksemplerne suppleres med tekstbokse med uddrag af det teoretiske afsæt ungementorerne arbejder ud fra. Endvidere suppleres praksiseksemplerne med specifikke anbefalinger til kommende ungementorer. Alle navne og steder er fiktive, men afspejler den kontekst ungementorerne arbejder i.



SÅDAN BESKRIVER UNGEMENTORERNE DERES ARBEJDE:

INDEN DEN FØRSTE KONTAKT TIL DEN UNGE

De unge har mulighed for at blive henvist fra flere forskellige instanser, fx sygehus, rehabiliteringscenter eller hjerneskadekoordinator. Derfor møder vi som ungementor dels unge, der snart skal eller lige er blevet udskrevet eller unge der har pådraget sig en hjerneskade for flere år siden.

Vi arbejder tæt sammen med kommunens hjerneskadekoordinator og andre fagpersoner, der har kontakt til den unge. Som ungementor har vi ikke beslutningsmyndighed, hvilket vi ser som en styrke både ift. at etablere og opretholde en særlig tillidsfuld relation til den unge.

FORBEREDELSE OG DELTAGELSE I RELEVANTE MØDER

- Gå i dialog med kommunens hjerneskadekoordinator eller anden henvisende kommunal fagperson inden du indhenter samtykke og påbegynder kontakt med den unge.
- Indhente relevante faglige notater fra den unges udredning/rehabilitering, når samtykke er underskrevet.
- Deltag om muligt i udskrivningssamtalen hvis den unge er indlagt.



CASE OM
RASMUS

MØDET MED HVERDAGEN OG HJERNESKADENS FØLGER

Rasmus på 17 år er indlagt på et rehabiliterings-hospital efter en trafikulykke. Jeg er som ungementor inviteret med til udskrivnings-samtalen, hvor der tales om, hvilke ressourcer og udfordringer Rasmus opleves at have ved udskrivelse. Herudover planlægges den videre rehabilitering, samt hvordan jeg kan supplere kommunens tilbud.

KONTAKTEN ETABLERES MED DEN UNGE

- Det er ofte en god ide at møde den unge alene i starten, så du kan opbygge en tillidsfuld relation.
- Er den unge i kontakt med mange fagpersoner, så afstem i samråd med den unge og den kommunale kontaktperson, om du som ungementor fx skal være afventende i starten.
- Aftal med den unge, hvordan og hvor hyppigt jeres kontakt skal foregå. Vær opmærksom på om den unge selv tager kontakt ved behov, eller om du skal være opfølgende.

Rasmus har endnu ikke den fulde indsigt i sin skades konsekvenser, da han ikke har gjort sig erfaringer fra sin hverdag efter ulykken. Han udskrives med en genoptræningsplan. Den videre rehabilitering skal foregå hos fysioterapeut og ergoterapeut i kommunalt regi. I samråd med Rasmus og kommunens fagpersoner (hjerne-skadekoordinator, fysioterapeut og ergoterapeut) er jeg afventende i starten, da han ikke kan forholde sig til mange aftaler. Vi aftaler dog, at jeg holder telefonisk kontakt til både Rasmus og hans mor ca. hver 14. dag. Det viser sig, at han ikke er motiveret for træningen hos fysio- og ergoterapeut, så efter 2 måneder stopper han hos dem.

Et par måneder efter udskrivelsen mødes jeg med Rasmus, hvor han fortæller, hvad han nu oplever anderledes og udfordrende i hverdagen sammenlignet med før ulykken. Mor giver i telefonen udtryk for at føle sig frustreret og magtesløs. Hun er bekymret for Rasmus. Hun oplever, at han mistrives i miljøet på produktionsskolen og ryger en del hash. Mor oplever også, at Rasmus vender rundt på døgnet og spiller computerspil den halve nat.



Rasmus og jeg aftaler, at vi mødes med hans forældre hjemme hos dem. På mødet vender vi de aktuelle udfordringer, de hver især oplever. Med baggrund i min neurofaglige viden hjælper jeg dem til øget forståelse ift. hvilke udfordringer der kan relateres til skaden i hjernen, særligt de kognitive følger, og hvilke udfordringer der kan relateres til det at være ung. Gennem samtalen får de hver især mulighed for at spørge og sætte ord på deres bekymringer, og Rasmus fortæller blandt andet, at han ønsker min sparring til at blive klogere på sin uddannelsesvej, da han ikke trives på produktionsskolen.



NEUROFAGLIG VIDEN – HVORFOR ER DET VIGTIGT?

Det er vigtigt, at have den nødvendige neurofaglige viden for at kunne skabe forståelse for særligt de kognitive følger, skaden i hjernen har medført. Dette både for den unge, det personlige netværk og for de øvrige personer i den unges liv fx på arbejdsplads og uddannelse. Det skaber tryghed for såvel

den unge som det personlige netværk, at de bliver mødt med denne baggrundsviden.

Viden om neuropædagogiske strategier samt evnen til at relatere de kognitive følger til konkrete situationer i hverdagen er med til at støtte og ruste den unge samt netværket til at håndtere de udfordringer, som måtte opstå.

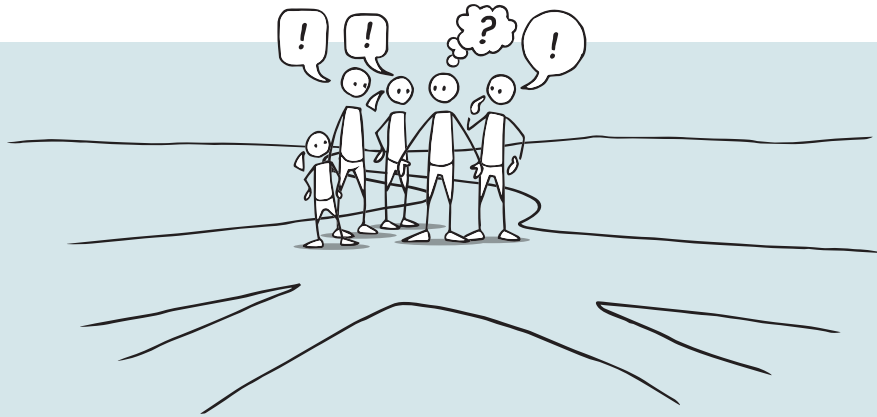
"Det har betydet rigtig meget at få hjælp af én, der kender til hjerneskader og ved, hvad jeg gennemgår. Men også hvad min kone gennemgår. Det er jo ikke kun min, men også hendes situation det handler om."

Ung mand udtaler

RELATIONEN DANNES TIL DEN UNGE OG DEN UNGES NETVÆRK

- Sammen med den unge afdækkes netværket, både det personlige og det fagprofessionelle, og hvilken betydning de enkelte har for den unge.
- Afhængig af den unges relation til personer i netværket, bør du forventningsafstemme med den unge, inden de involveres eller du tager kontakt til dem.
- I mødet med det personlige netværk kan du begynde med at afklare konteksten og forventningsafstemme. Derefter er det vigtigt at være tålmodig og lyttende for at give deltagerne i netværket mulighed for at føle sig hørt samt give dem tid til at mærke efter, hvad de har behov for støtte og sparring til.





STØT DEN UNGES NYE VEJ

På et koordineringsmøde med hjerneskadekoordinator og UU-vejlederen besluttes det, at jeg støtter Rasmus i sit valg af uddannelse, da jeg kan bidrage med den nødvendige neurofaglige viden.

Rasmus har en god relation til en lærer fra produktionsskolen, så vi mødes med ham for at drøfte Rasmus' muligheder for uddannelse. Læreren får tydeliggjort konsekvenserne af at ryge hash i forhold til at lære nyt. Han udtrykker sin bekymring for at finde en læreplads på ordinære vilkår og anbefaler, at Rasmus fortsætter på produktionsskolen og tager en kombineret ungdomsuddannelse.

På baggrund af samtalen fastholder Rasmus dog sit ønske om at forlade produktionsskolen og vil finde en læreplads.

FØLG MED DEN UNGE

- "Dan armkrog" med den unge og følg ham/hende i det, der opleves vigtigt for ham eller hende.
- Hjælp den unge med at involvere betydningsfulde personer, som den unge har tillid til, og som derfor kan støtte den unge i at træffe valg.
- Brug din neurofaglige viden til at skabe en større forståelse for de udfordringer, som skaden har medført både ift. den unge og dennes netværk.



GRAFISK FACILITERING

Grafisk facilitering skaber et fælles tredje, som kan visualisere et emne og kan anvendes til at reflektere ud fra og øge forståelsen. I dialogen med både den unge og med netværket, kan der enten tegnes undervejs eller anvendes medbragte illustrationer.

Grafisk facilitering kan understøtte psyko-education ift. fx balance mellem energiniveau og aktivitetsniveau, ændret stresstærskel, mental træthed, accept og erkendelse samt tålmodighed i rehabiliteringen.

Rasmus og jeg mødes efterfølgende med hans forældre og drøfter mulige nye veje at gå. Samtalen understøttes af grafisk facilitering, hvor jeg på et blankt stykke papir tegner mulige veje at vælge – nogle snor sig, andre har sideveje og nogle har sten eller andre forhindringer på vejen.

Inspireret af den narrative praksis griber jeg undervejs forældrenes udsagn, når de italesætter ressourcer hos Rasmus og hjælper dem til at have fokus på disse. Rasmus finder styrke i den positive fortælling og føler sig derigennem rustet til at vælge og følge den ønskede vej.

Efter et halvt års tid har Rasmus nu gennemført det teoretiske grundforløb og er i gang som

"Min kæreste er simpelthen så god til at fremhæve, de ting, som jeg faktisk er god til".

Ung mand udtaler

lærling.

NARRATIV PRAKSIS

Sproget, og dermed vores fortællinger, konstruerer og skaber den virkelighed, vi kan se og forholde os til. Den unges fortælling om sig selv kan i nogle tilfælde være begrænsende og bygger oftest på et spinkelt grundlag fx "jeg er ikke god til at få nye venner" eller "jeg får aldrig en uddannelse". At arbejde ud fra narrativ praksis vil sige at hjælpe, såvel den unge som netværket, med at skabe alternative fortællinger og dermed få øjnene op for nye handlemuligheder. Den narrative tilgang kan hjælpe den unge til at øge sit selvværd, genfinde håb samt genskabe identitet og relationer gennem positive fortællinger om sig selv. Både den unge og netværket hjælpes herigennem til at have positive og realistiske forventninger til fremtiden.



STØTTE TIL SAMSPILLET MELLEM UNG OG NETVÆRK

CASE OM
MATHILDE

Mathilde på 19 år bor hjemme hos sine forældre og går i 3. G. i gymnasiet. Hun bliver indlagt med en blodprop i hjernen. Efter 2 måneders hospitalsophold er hun i gang med hverdagen og studiet.

Mathilde oplever, at hun nu bliver behandlet som et lille barn af sine forældre, og at de har svært ved at lade hende gøre tingene på egen hånd. Hun vil fx gerne selv køre bil og selv tage

til kontrolundersøgelser på sygehuset. Hendes forældre oplever, at Mathilde ofte er irriteret, og de har mange konflikter.

I samråd med Mathilde og hendes forældre afholder vi en netværkssamtale med elementer fra tilgangen Åben Dialog. Mathildes kæreste og hendes udeboende storesøster inviteres med. De kan bidrage med andre perspektiver, da de ikke er så direkte involveret i de daglige konflikter.



ÅBEN DIALOG SOM REFERENCERAMME

Centralt i den åbne dialogiske tilgang er, at det er den unge og den unges netværk, der definerer, hvad der er særlig vigtigt at tale om. Det gælder både i individuelle samtaler og i netværkssamtaler. Det er vigtigt at være bevidst om sine egne forforståelser, og sætte dem i baggrunden for at være åben overfor den unges og/eller netværkets perspektiver.

Netværkssamtalen i Åben Dialog bidrager til, at deltagerne lytter til hinanden på en anden måde, end de vil gøre i en almindelig samtale. Kimen til forandring skabes i dialogen mellem mennesker og opstår således ikke inde i den enkelte, men i de sociale samspil og gennem ændrede måder at tale sammen på. Der skal helst være to fagpersoner til stede. Den ene skaber rammen for processen, så alle får

taletid. Den anden er reflektant og noterer udsagn og observationer. Under refleksionen mellem de 2 fagpersoner tales der i et "sprog", som afspejler deltagernes omgangstone, på en anerkendende og undrende måde. Refleksionerne tilbyder mulige forståelser eller nye måder at anskue tingene på, som deltagerne kan tage til sig eller lade ligge. Den åbne refleksion giver den unge og netværket en pause til at lytte til refleksionerne og hvilke tanker og følelser, det har sat i gang.

Målet med Åben Dialog er, at deltagerne i netværkssamtalen får skabt en større forståelse for hinandens perspektiver og evt. får øje på nye muligheder, hvor både den unges og netværkets ressourcer kommer i spil.



"Jeg ved ikke helt, hvad det er, men jeg kan mærke, at det har gjort en stor forskel for os som familie".

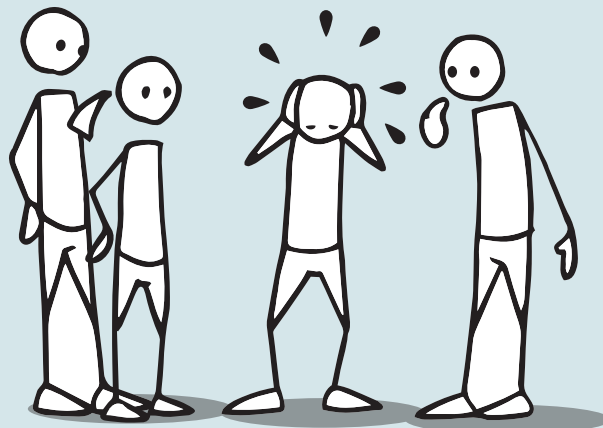
Far udtaler efter en netværkssamtale

STØT SAMSPILLET VIA NETVÆRKS-SAMTALE

- Støt den unge til at invitere relevante personer fra både det personlige og det fagprofessionelle netværk afhængig af det aktuelle tema.
- Netværkssamtalen kan bruges til at lette bekymringsgraden hos både den unge og det personlige netværk ved at hjælpe dem til at få øje på, hvad der fungerer godt og italesætte ressourcer. Det ud fra betragtningen om, at det, der får fokus i samtalen, vil fylde i hverdagen.
- Hav øje for om det er hensigtsmæssigt at tilbyde en opfølgende netværkssamtale ift. at understøtte samspillet yderligere.

Kæresten får under samtalen sagt, at han tror, at Mathildes irritabilitet og frustration i høj grad handler om hendes manglende accept af sin nuværende situation. Både Mathilde og hendes forældre genkender den udlægning. Jeg griber situationen og bruger min neurofaglige viden til at skabe forståelse for, at Mathildes stresstærskel bliver udfordret af hendes skade, der nedsætter hendes koncentrationsevne og mentale udholdenhed.

Mathilde og hendes forældre har efter netværkssamtalen givet udtryk for, at deres samspil nu fungerer bedre. De har en større forståelse for hinandens reaktioner og har i dag færre konflikter. Undervejs støtter jeg Mathilde til at blive bevidst om behovet for at prioritere, så hun tager højde for bl.a. hendes mentale udholdenhed. I samråd med studievejleder beslutter hun at følge sine A-fag i 3. G. og tager et ekstra år i gymnasiet for at afslutte studentereksamen.



STØTTE TIL AT STYRKE DEN UNGES SOCIALE LIV.....

CASE OM
SARAH

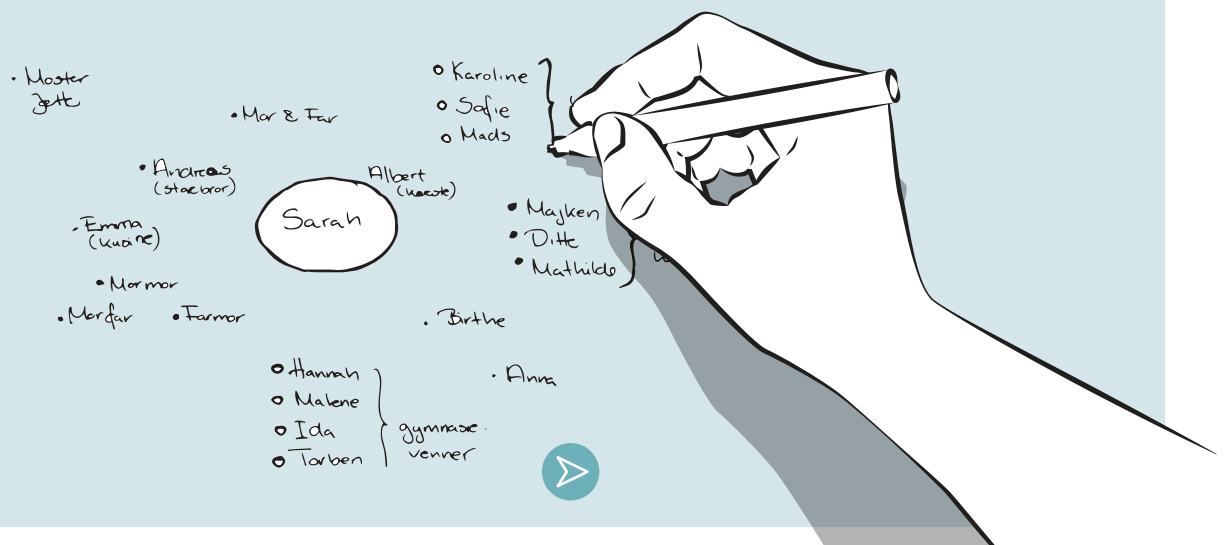
Den kommunale hjerneskadekoordinator har rettet henvendelse til mig som ungementor, da Sarah på 22 år et års tid efter sin hjerneskade oplever, at hendes veninder er faldet fra.

Vi aftaler, at jeg igangsætter et samarbejde med Sarah for at støtte hende til at få genetableret kontakten til de veninder, som hun savner i sin hverdag.

En af de første gange jeg mødes med Sarah, udarbejder vi sammen et netværkskort for at få et overblik over hendes relationer, og dermed et fælles udgangspunkt for samtalen.

BRUG NETVÆRKS KORT TIL AT AFDÆKKE RELATIONER

- Netværkskortet anvendes som dialogredskab med henblik på at bringe den unge i positivt samspil med sit netværk.
- Du kan sammen med den unge lave et netværkskort for at få et visuelt overblik over såvel det personlige som fagprofessionelle netværk.
- Afklar sammen med den unge, hvem der er betydningsfulde, og som er eller kan være en støtte i forskellige sammenhænge. Hvilke relationer ønsker den unge at styrke, og hvilke skal evt. fylde mindre? Er der behov for at udvide netværket?
- Vurder, hvor tæt der er behov for, at du følger den unge på vej mod at styrke nuværende netværk eller skabe nye relationer.
- Vær opmærksom på at det kan være en følsom proces at udarbejde et netværkskort, særlig i de tilfælde hvor netværket fx er spinkelt eller socialt udfordret.
- Yderligere vejledning til brug af netværkskortet kan ses på www.um.rm.dk.



Undervejs i forløbet giver Sarah udtryk for, at hun gerne vil snakke med andre unge, som er i en lignende situation. Sarah inviteres til at deltage i et ungefællesskab, og hun vælger at tage sin kæreste med. Efterhånden som månederne går, har Sarah stadig ikke fået den ønskede relation til sine tidligere veninder, men har dog fået øje på 3 andre relationer fra sit netværk, som jeg støtter hende i at have kontakt til. Sarah og hendes kæreste nyder at komme i ungefællesskabet.

"Det er dejligt, at jeg kan sidde og gabe uden at skulle forklare mig, skjule det eller andre tænker jeg keder mig."

Ung udtaler om deltagelse i Ungefællesskabet



UNGEFÆLLESSKABET MIDT VEST

De unge, i den vestlige del af Region Midtjylland, har givet udtryk for at der mangler et socialt tilbud for unge med erhvervet hjerneskade. Vi som ungementorer har derfor i samråd med de unge etableret et ungefællesskab i denne del af regionen. Formålet er at skabe et socialt fællesskab, hvor de unge kan danne relationer og finde forståelse fra andre i lignende situationer. Rammen er, at vi mødes én gang om måneden fra

kl.17-20. De unge har mulighed for at invitere en jævnaldrende fra deres netværk med fx kæreste, ven eller søskende. Vi laver aftensmad sammen, og under maden har vi en runde "Nyt siden sidst", eller vender andre aktuelle emner. Der prioriteres altid tid til grin og sjov, fx ved at spille spil.

De unge inviteres ind i gruppen på Facebook: Ungefællesskab Midt Vest (15-30 år med erhvervet hjerneskade samt netværk). Her kan der kommunikeres og vi sender invitationer ud ugen før vi mødes.

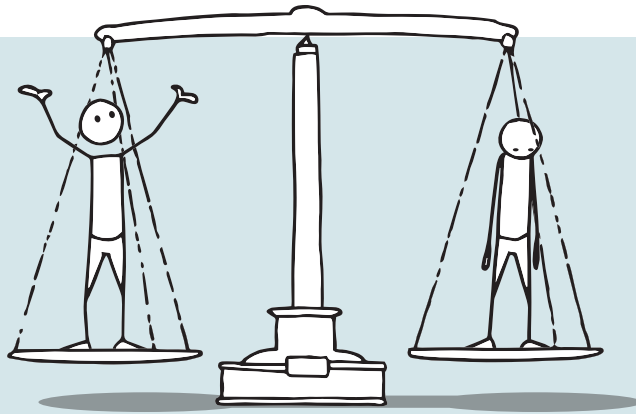


"Det betyder meget for os,
at det er noget vi går til
sammen, at det er for
os begge to."

Kæreste til ung om deltagelse i
Ungefællesskabet

SKAB KONTAKT TIL NYE NETVÆRK

- I kan sammen, eller du kan på vegne af den unge, kontakte relevante brugerorganisationer, foreninger og/eller patientforeninger for at skabe nye relationer med unge i samme situation.
- Hav øje for om nogen af de unge, du er i kontakt med eller pårørende fx forældre eller samlevende, kan have gavn af at dele erfaringer med hinanden. Vær i den forbindelse dén, der klarer det praktiske i forhold til at afklare, hvor og hvornår de mødes. Det er mest neutralt at mødes et offentligt sted på café eller gå en tur.
- Hjælp dem til at forventningsafstemme i forhold til tavshedspligt og gør det klart for dem, at det er ok at trække sig igen.
- Det er en god ide, hvis du er til stede minimum første gang for at hjælpe dialogen i gang.
- Vær opmærksom på, at de unge i et ungefællesskab har brug for, at du som ungementor skaber rammerne. Du indkalder og minder om, hvornår og hvor I mødes, køber ind til madlavning og følger op på forslag til indhold.

CASE OM
GUSTAV

STØTTE TIL AT FORVALTE SIN ENERGI

Gustav oplever øget træthed og nedsat energiniveau som følge af en tumor i hjernen. Jeg mødes flere gange med Gustav og hans hustru med det formål, at skabe en bedre dialog imellem dem og dermed minimere konflikterne. Gennem samtalen byder jeg ind med psyko-education i forhold til energiforvaltning, og ift. at øge forståelse for, at Gustav har behov for, at der skabes balance mellem krav og ressourcer. De er nu blevet klogere på, hvordan de kan forstå hinanden, og hvad der betyder noget for deres familieliv som småbørnsforældre.

Begge er blevet bevidste om, at Gustav må hvile sig, når han kommer hjem fra arbejde, så han også kan være noget for familien resten af dagen. Han har svært ved at acceptere, at det er nødvendigt at holde pauser, men når han gør det, oplever han mere overskud i hverdagen.

FIND BALANCEN MELLEM KRAV OG RESSOURCER

- Understøt at den unge og den unges netværk får indsigt i og strategier til at planlægge dagen og ugen, så der bliver balance mellem krav og ressourcer.
- Vær nysgerrig ift. hvad der giver energi, og hvilke aktiviteter eller situationer der dræner for energi.
- Understøt og anerkend netværkets vigtige rolle i forhold til at støtte nye strategier, da det er svært at ændre vaner og roller og skabe nye rutiner.

STØTTE TIL AT STARTE PÅ UDDANNELSE.....

Kasper er blevet optaget på en erhvervsuddannelse. Efter at have erhvervet en hjerneskade har Kasper nedsat koncentrationsevne, nedsat evne til at danne overblik samt problemer med at løse mere komplekse opgaver. Til et møde med studievejlederen, støtter jeg Kasper i at kunne argumentere for, at der er behov for specialpædagogiske støttetimer (SPS-timer) ift. at skabe de bedst mulige læringsbetingelser.

Senere inviteres jeg af Kasper med til et møde med den kontaktlærer, som skal have SPS-timerne. Inden mødet har Kasper, hans forældre og jeg forberedt formidlingen af de kognitive udfordringer. Med afsæt i min neurofaglige viden udarbejder vi konkrete forslag til den hjælp, han ønsker fra kontaktlæreren. Kasper har stort udbytte af ugentlige SPS-timer, og støtten er løbende justeret i samarbejde med mig.

UNDERSTØT DEN BEDSTE START PÅ SKOLEN – FAGLIGT OG SOCIALT

- Gennem dialog med hjerneskadekoordinator og evt. UU-vejleder aftales hvem der følger den unge ift. uddannelse, hvad enten det er en igangværende eller en ny.
- Vær opmærksom på at du kan følge den unge på tværs af kommunegrænser.
- Du kan i samarbejde med den unge og relevante fagpersoner på uddannelsesinstitutionen drøfte, hvordan der skabes de bedst mulige læringsbetingelser.
- Aftal med kontaktlærer eller SPS-støttelærer, hvilken rolle du kan have i forhold til at give sparring med henblik på at evaluere og justere støtten.
- Vær nysgerrig ift. samspil med andre elever. Hvilke sociale relationer der fremmer den unges trivsel?
- Følg med den unge på skolen. Støt ham eller hende i at formidle hjerneskadens følger, især de kognitive udfordringer, og hvordan der kan kompenseres for dem, både til relevante lærere, men også til klassekammerater.



CASE OM
VICTOR

STØTTE TIL AT FLYTTE HJEMMEFRA

Victor har erhvervet en mindre skade i hjernen efter et overfald en aften i byen. Han har planlagt at flytte i bofællesskab med 3 kammerater fra HF, når han udskrives fra rehabiliteringshospitalet.

Inden han bliver udskrevet, inviterer den behandlende ergoterapeut mig til et møde med Viktor for at drøfte hans nye boligsituation. Her fortæller han, hvordan han forestiller sig hverdagen med sine kammerater, og vi sammenholder den forestilling med hans nuværende energiniveau og kognitive udfordringer.

Efter vores sparring, føler Victor sig klar til selv at afstemme forventninger med sine kammerater. Han beder bl.a. om at få et værelse for sig selv, så han har mulighed for at trække sig fra det sociale ved behov.

Viktor har efterfølgende givet udtryk for, at det er en udfordring at bo med flere kammerater, men, at det har været godt for ham at have sit eget værelse.

STØT DEN UNGE MED STRATEGIER TIL AT FLYTTE – OG HJÆLP FAMILIEN MED AT SLIPPE

- Hjælp den unge til at bruge strategier, der gør ham eller hende i stand til at mestre både processen i at flytte og håndtering af hverdagen i de nye rammer.
- Hjælp den unges forældre, hvis de har bekymringer i forbindelse med, at deres barn flytter hjemmefra. Hvilke bekymringer kan almenføres? Og hvilke knytter an til den erhvervede skade i hjernen?
- Du kan skabe rammen for en netværkssamtale med den unge og relevante fra det personlige netværk fx familie og/eller kommende bofæller for at tale om temaer i forbindelse med flytning.

CASE OM
OLE

STØTTE TIL AT MESTRE ARBEJDSLIVET

Ole er gift og far til 2 små drenge. Han har været igennem et halvt års rehabilitering på henholdsvis hospital og i kommunalt regi efter en blodprop i hjernen. Jeg har som ungementor været tilknyttet som støtte til energiforvaltning og samspil i familien.

Ole er utålmodig efter at komme tilbage til jobbet som mekaniker. Jeg deltager, efter aftale med hjerneskadekoordinatoren i et koordineringsmøde med sagsbehandler og jobkonsulent, for at støtte Ole i at beskrive sit nuværende funktionsniveau. Ligeledes hjælper jeg med at forstå den neuropsykologiske undersøgelse. Jeg sætter konkrete eksempler på fra dagligdagen for at illustrere de kognitive udfordringer, Ole har.

Efterfølgende mødes jeg med Ole på hans arbejdsplads, hvor vi i samarbejde med hans arbejdsgiver finder nogle strategier, der kompenserer for de nuværende udfordringer.

Undervejs i forløbet støtter jeg både Ole og hans sagsbehandler i at have tålmodighed, i forhold til at øge det ugentlige antal arbejdstimer. Dette for at understøtte, at Ole har balance mellem sit arbejdsliv og familieliv. Sideløbende har jeg samtaler med Ole og hans hustru ift., hvordan hverdagen fungerer, og hvordan han oprettholder energi til både arbejde og sin rolle som familiefar. Efter ca. et halvt år beslutter Ole i samråd med sin hustru at søge fleksjob, da han har erfaret, at han økonomiserer sin energi mest hensigtsmæssigt, når han arbejder 15 timer ugentlig.

"Hendes
[ungementors] indsats har
betydet, at vi kan være sammen
uden at gå hinanden på nerverne.
Hun har hjulpet os til stadig at
kunne bo under samme tag".

Udtalelse fra samlevende kæreste

**STØT DEN UNGE I AT FUNGERE I
ARBEJDSLIVET**

- Gå i dialog med hjerneskadekoordinator og evt. jobkonsulent og aftal hvem der gør hvad i forhold til at følge den unge retur til eller i gang med arbejdslivet.
- Nogle unge vil selv kunne formidle deres udfordringer ud fra jeres fælles refleksioner. Andre vil have behov for, at du støtter samarbejdet med arbejdsgiver og evt. kollegaer om at skabe de bedst mulige arbejdsbetingelser.
- Hjælp den unge til at skabe balance mellem arbejdsliv og privatliv.

SÅDAN AFSLUTTES FORLØB

Varigheden af forløb med de unge er individuel, ligesom der er stor variation i behovet for antal samt hyppighed af kontakter.

Efterhånden som den unge afslutter øvrige rehabiliteringstilbud og tager større del i hverdagens mange gøremål, øges krav og forventninger både fra den unge og fra hans/hendes omgivelser. Når den unge oplever mindre behov for vores sparring og støtte eller har følelsen af at mestre sin hverdag tilfredsstillende, kan kontakten sættes i bero i samråd med den unge. Flere unge har givet udtryk for, at det er trygt at vide, at vi som ungementor fungerer som en livline, altså at de ikke bliver ladet alene, når det går dem godt. Det gør en positiv forskel for dem og netværket at vide, at der er mulighed for at genoptage kontakten til os, hvis behovet ændrer sig, eller der sker en ændring i deres hverdag. Det kan fx være en eksamensperiode, overgang mellem praktik og job eller jobskifte, ændring i familiens situation eller andet, som ændrer den unges forudsætninger for at mestre på egen hånd.

I samråd med den unge, netværket og hjerneskadekoordinator afsluttes forløbet ud fra en fælles vurdering af den enkelte unges livssituation og mestringssevne. Vi udarbejder en slut-evaluering, som beskriver fokuspunkter for forløbet. Denne gennemgås med den unge, før den sendes til hjerneskadekoordinatoren eller sagsbehandleren i kommunen.

VED AFSLUTNING AF FORLØB

- Vurder i samråd med den unge og relevante fagpersoner, hvornår et forløb afsluttes. Nogle afsluttes inden for et år og andre først efter flere år.
- Forløb kan sættes i bero i en periode, før det afsluttes, da det kan være en tryghed for både den unge og netværket at vide, at de ikke slippes helt, men fortsat har mulighed for at tage kontakt ved behov. Aftal eventuelt med den unge at tage kontakt, hvis den unge ikke har henvendt sig i en længere periode.
- Støt den unge i at blive bevidst om hvem i sit netværk han/hun kan støtte sig til i stedet for dig som ungementor.
- Forløbet kan afsluttes når den unge mestrer sin hverdag og står stærkt sammen med betydningsfulde personer i sit netværk.



AFRUNDING

Ønsket med denne guide har været at inspirere, udbrede viden og give indblik i arbejdet som ungementor til unge med erhvervet hjerneskade. Ligeledes har ønsket været at give læseren mulige værktøjer til dels at støtte de unge til at blive mestrende i deres hverdag og dels til, hvordan der kan arbejdes med unge og netværket, herunder både det personlige og det faglige netværk, så de opnår en større gensidig forståelse og dermed bliver bedre rustet til at mestre hverdagen i samspil med hinanden.

Dataindsamlingen fra DRUE, fokusområder og anbefalinger fra rapporten af M.R. Bystrup og Sundhedsstyrelsens slutevaluering har peget på hhv. frugtbare resultater og det nødvendige grundlag, der skal til for, at funktionen kan fungere i praksis.

Funktionen som ungementor i Region Midtjylland er som tidligere skrevet fortsat under udvikling, og der deles gerne erfaring og viden fra de nuværende ungementorer samt deres leder.



KONTAKT- OPLYSNINGER

Ungementor Hanne Skovgaard Petersen
Mail: hanpte@rm.dk
Tlf: 23 74 41 43

Ungementor Nina Overgaard Jensen (indtil 01.07.2018)
Mail: ninove@rm.dk
tlf: 23 74 41 63

Ungementor Malene Arendt Eriksen (efter 01.07.2018)
Mail: maleri@rm.dk
Tlf: 23 74 41 63

Projektleder Helle Dybkjær
Mail: Helle.Dybkjaer@rm.dk
Tlf: 21 44 63 83

E-mail til funktionspostkassen: FRV@midt.rm.dk
Hjemmesiden www.um.rm.dk



REFERENCELISTE:

- (1) M. R. Bystруп (2018) *Ungementorfunktionen i et sociologisk perspektiv*. Rapporten kan downloades: www.um.rm.dk
- (2) Sundhedsstyrelsen (2018) *Slutevaluering af styrket indsats til unge med erhvervet hjerneskade*. Downloades: www.sundhedsstyrelsen.dk.
- (3) Socialstyrelsen (2016) *Forløbsbeskrivelse: Rehabilitering af voksne med kompleks erhvervet hjerneskade*. Downloades: www.socialstyrelsen.dk
- (4) Database med register for unge med erhvervet hjerneskade – DRUE (Marts 2018).

ANBEFALET LITTERATUR:

Andersen T. (2009) *Reflekterende Processer, samtaler og samtaler om samtaler*. Dansk Psykologisk Forlag, 4. oplag.

Eiterå A. et. al (2014) *Åben Dialog - Nøglemarkører og deres kontekst. En introduktion til behandlingstilgangen Åben Dialog. Børn og unge psykiatrien*, Region Syddanmark.

Fredens K. (2012) *Mennesket i Hjernen. En grundbog i neuropædagogik*. Hans Reitzels Forlag 2. udgave, 1. oplag.

Pallesen H. og Trier M. (2006) *Inde i varmen eller ude på et sidespor- en redegørelse om unge med erhvervet hjerneskade og deres særlige problemstillinger*. Videnscenter for Hjerneskade.

Seikkula J. og Arnkil T. (2014) *Åben Dialog i relation praksis. Respekt for anderledeshed i øjeblikket*. Akademisk Forlag 1. oplag.

Stokholm L. et al (2016) *Skaden fortæller ikke alt - fra sygdom og problemer til nyorientering og deltagelse*. Specialpædagogisk Forlag, 1. udgave, 1. oplag

Thybo P. (2013) *Neuropædagogik. Hjerne, liv og læring*. Hans Reitzels Forlag 1. udgave, 1. oplag.

Vange B. (2015) *Set, hørt og forstået. Inspiration til åben dialog og netværksmøder*. Akademisk Forlag, 1. oplag.

Udgivet 2018

Illustrationer: Region H. E-læring

Sparring og journalistisk bistand til tekst fra journalist og kommunikationskonsulent Else Marie Andersen

Design og layout Gudrun Frost-Søgaard

