

Status for Helsingung



2014/15

HELSEINGUNG.NU

Leder

I 2014 overgik Helsingør Kommune fra at være projekt til at være forankret i Helsingør Kommune. Det er vi rigtig glade for; både at vi har været en del af et projekt, som er så vigtigt i forhold til at udvikle indsatser til unge der bruger rusmidler, og også at Helsingør Kommune har vist os den tillid, så vi kan fortsætte vores arbejde.

For nylig offentliggjorde SFI (Det Nationale Forskningscenter for Velfærd) en rapport, som evaluerer projektet, vi har været en del af. Rapporten konkluderer overordnet set, at den model vi arbejder ud fra (U-turn modellen) er en virksom model i forhold til at hjælpe unge med rusmiddelproblemer. Der peges eksempelvis på en direkte effekt i forhold til nedsat rusmiddelforbrug hos de unge, der har været i behandling. Desuden fremhæves det, at modellen i særlig grad også lykkes med få fat i en gruppe af unge, som står med meget komplekse problemstillinger. Rapporten sætter også fokus på, hvordan en helhedsorienteret indsats er helt afgørende for at sikre, at vi kan arbejde hele vejen omkring den unge, og nå dem der, hvor der er brug for det.

I 2013 pegede Socialstyrelsen i sin forebyggelsespakke på nogle elementer med stærk evidens for effekt, når det kommer til indsatser for unge med rusmiddelproblemer. Her bliver bl.a. korte rådgivende forløb samt forældreuddannelse fremhævet som væsentlige indsatser (Socialstyrelsens Forebyggelsespakke 2013). I Helsingør har vi gennem noget tid arbejdet med at etablere en åben anonym rådgivning, hvor såvel unge som forældre eller fagpersoner kan henvende sig og søge rådgivning. Anonyme forløb er i sigens natur svære at registrere, men vi har haft en fornemmelse af, at det var en væsentlig - og lidt usynlig - indsats. I det seneste år har vi derfor systematisk registreret anonyme henvendelser for at dokumentere denne 'fornemmelse'. Resultatet er slående: Antallet af henvendelser er fordoblet i forhold til tidligere. Den anonyme 'usynlige' indsats er altså en væsentlig faktor i arbejdet (se statistik side 14).

En ligeså væsentlig del af arbejdet er kontakten til forældre og familie. I en helhedsorienteret indsats er familien altid en del af løsningen, og vi har oplevet en stor villighed og beslutsomhed fra forældrenes side omkring samarbejdet. Vi har også oplevet et stigende antal forældre, der er henvist af kommunale sagsbehandlere. Dette samarbejde er uvurderligt og helt i tråd med intentionerne i en helhedsorienteret indsats.

For os har det været helt afgørende at designe et ungetilbud, som sigter mod at etablere et samarbejde omkring at skabe et godt liv for alle unge, hvad enten det drejer sig om rusmiddelproblemer, psykiske udfordringer, socialt udsatte - eller som oftest en kompleks sammenblanding. Fordi projektet med at skabe gode liv for alle

SFI rapport: Unge i misbrugsbehandling, U-turn modellen.

- 8 ud af 10 unge angiver hash som det problemgivende rusmiddel
- 68 % af de unge har reduceret eller er stoppet helt med deres forbrug
- Der ses en stigning i antal af unge der passer skolegang ved udskrivning
- Gruppen af unge med hård belastning fx kriminalitet, hårdere stoffer m.m. er større end i de andre modeller
- Samlet set kommer U-turn modellen ligeså godt eller bedre ud end de andre evidensbaserede modeller



unge, kræver at vi kigger bredere på de unges liv; er villige til at tilpasse os; og er indstillede på at samarbejde omkring det. Og fordi det er et vigtigt fælles mål: Vi skal skabe gode liv for unge - sammen!

- Den forandring jeg har lavet er ikke let at beskrive. Før var jeg aldrig hjemme, jeg var altid ude med drenge. Nu er jeg hjemme, og vi kan snakke sammen, og de ser mig lykkeligere. Jeg er ved at vænne mig til den følelse. Følelsen af tillid. Det er næsten helt mærkeligt... (uddrag af ungeinterview på side 8-9)

På de følgende sider kan du læse lidt om, hvordan vi har tilrettelagt og implementeret denne indsats, du kan høre hvad en ung tænker om det, og se hvilke resultater der er opnået.

God læselyst!

Vi vil gerne takke vores samarbejdspartnere: Familierådgivningen, Lokalcenteret, SSPK, Ungdomsskolen, UU-Øresund og alle de andre vi har samarbejdet med undervejs. Uden jer kunne vi ikke have nået vores resultater.



Indhold

	Dagteamet anno 2014/15	Side 4
	Jeg har fået det godt	Side 8
	Forældreftener - et sted at mødes, og gå videre fra	Side 10
	Statistik 2014	Side 14
	Samarbejde omkring unge	Side 18
	Streetwalking.	Side 20
	FIT - hvordan kan vi skræddersy det her, så det lige præcis passer til dig!	Side 22
	En behandlers fortælling om FIT	Side 23
	Hvad betyder ordet misbrug for de unge?	Side 25
	Helsingung.nu	Side 26



Dagteamet anno 2014/15

"Det er et sted, hvor jeg kan være helt mig selv, og det er fedt at ingen fordømmer mig"

"Det er ligesom mit andet hjem, her er hyggeligt og rart at være"

I det forgangne skoleår har vi haft 5 unge indskrevet i dagteamet, nogle af dem i få måneder og andre det meste af skoleåret. Aldersmæssigt har de været 14-17 år fordelt på 3 piger og 2 drenge.

Dagteamet:

- Helhedsorienteret dagbehandlingstilbud som omfatter skole, terapeutisk arbejde samt social og fysisk aktivitet
- Til unge i Helsingør Kommune under 18 år som har et problematisk forbrug af rusmidler og ikke har ni års skolegang og/eller folkeskolens afgangsprøve.
- Normeret til max 7 unge
- Der er to behandlere og en lærer tilknyttet dagteamet

DAGTEAM SKEMA				
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
9.00 - 9.30 Fælles morgenmad	9.00 - 9.30 Fælles morgenmad	9.00 - 9.30 Fælles morgenmad	9.00 - 9.30 Fælles morgenmad	9.00 - 9.30 Fælles morgenmad
9.30 - 10.15 Gruppesnak	9.30 - 11.45 Undervisning	9.30 - 11.00 Undervisning	9.30 - 12.00 Undervisning	9.30 - 10.30 Tilbage melding og Evaluering af ugen
10.15 - 12.00 Undervisning		11.00 - 12.00 Unge og stoffer		10.30 - 12.30 Fælles aktivitet (Fysisk træning)
12.00 - 12.30 Fælles frokost	12.00 - 12.30 Fælles frokost	12.00 - 12.30 Fælles frokost	12.00 - 12.30 Fælles frokost	12.30 - 13.00 Sandwich og god weekend
	12.45 - 15.00 Fælles aktivitet (Fysisk træning)			

Hverdagen i dagteamet er struktureret omkring et skema, der sætter en række forskellige aktiviteter på programmet, og hvor vi sammen søger at skabe nogle gode rytmer. Hverdagen sammen har budt på mange oplevelser, både gode og dårlige, og de unge har hver især taget fat på væsentlige problemer og de håb, som knytter sig hertil. Der har selvfølgelig været helt individuelle problemstillinger, som den enkelte har arbej-



det med, men der har også været temaer af fælles karakter. Betydningen af familien stikker her ud som noget helt afgørende for de unge i deres proces med at finde vej i ungdomslivets udfordringer. Og så har henholdsvis ønsket om at få en god eksamen samt lægge afstand til hash og stoffer, været vigtige pejlemærker. Alle fem unge har forandret deres forbrug af rusmidler, og det har været en lang proces, som har sat sine spor. To har kvittet stofferne og fastholder fortsat denne stoffrihed. Alle har arbejdet med deres forbrug af hash, nogle har valgt at tage hashen helt ud af deres liv, mens andre har fået hashen under kontrol. At hashen kan være en vanskelig følgesvend, kan de unge tale med om. Især ønsket om en almindelig skolegang og en god eksamen, var noget de unge følte truet. Nogle af de unge valgte at bruge deres historie med hash til at skabe fagligt indhold og derved samtidig gøre op med hashen - to fluer med et smæk!

Min stofhistorie

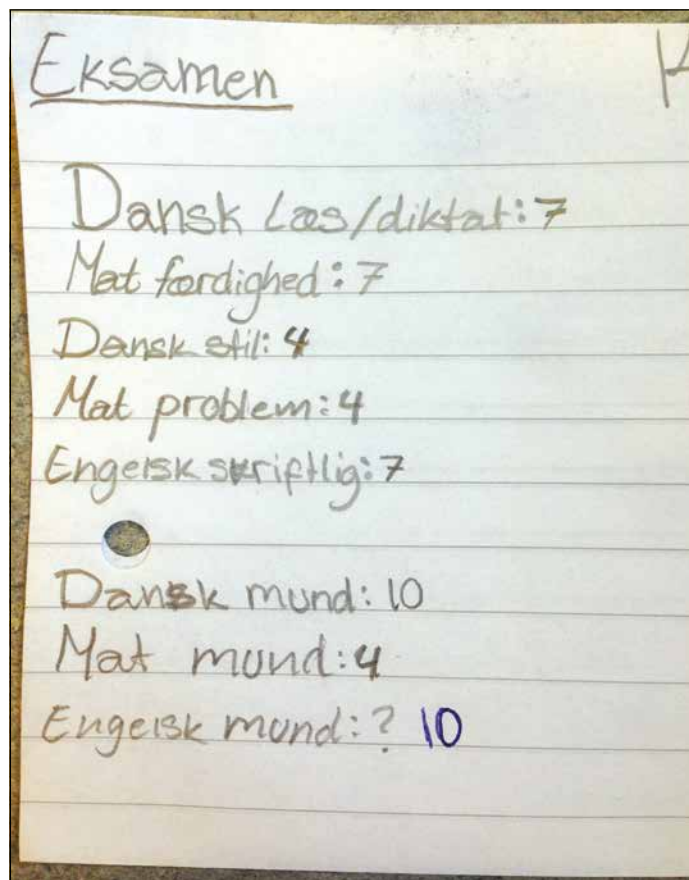
Mit navn er Lise jeg er 16 år gammel. For omkring et år siden, blev hashen ligeså stille en del af min hverdag. Jeg boede på noget, som hedder kløvermarken. Et opholdssted som lå lige op til, det vi unge kalder for staden. Da jeg flyttede ind på kløvermarken røg jeg ikke, men da der var gået omkring de 2 måneder efter startede historien.

En helt almindelig dejlig solskinsdag, stod jeg og en af drengene ude foran og røg en smøg, men så tænkte han op i en joint. Han sugede et par hvæs, hvorefter han spurgte mig, om det han aldrig skulle have spurgt om. Han spurgte om jeg ville ryge med, jeg stod ikke og tænkte længe, så tog jeg jointen og røg nogle hvæs. Det skal lige siges, jeg har røget før, men ikke fast. Da jeg gav jointen videre igen, var det lidt ligesom hele min krop faldt til ro, alt det bøv! der havde været blev pludselig lagt lidt tilbage i tankerne. Dagene gik og alle tankerne kom tilbage, så jeg tog hurtigt en beslutning. Jeg måtte ryge, så jeg tog på staden. Meget hurtigt blev staden en stor del af mig. Røg flere gange om dagen, kom hjem banke skæv.

Efter cirka 1 år flyttede jeg til Hornbæk. Jeg var så glad, men hashen fulgte med mig alligevel. Den var blevet en del af mig, jeg havde jo røget hverdag, så det var jo naturligt. Tilbage til alle menneskerne jeg kendte, så begynde og ryge med de andre fra Hornbæk. Vi sad typisk nede ved toget, eller skolen. Der gik ikke længe før min plejemor, fandt ud af jeg røg. Hun sagde ikke rigtig noget i starten, men ikke længe efter fortalte hun mig at jeg skulle stoppe, og hvis jeg ikke gjorde dette ville hun sige det til kommunen. Jeg tog selv hurtigt sagen i egen hånd, så jeg startede til anonym samtaler på noget som hedder Helsingung. I dag går jeg i deres dagteam hvor man får undervisning og hygger med de andre.

Udover hashen er stofferne også en del af min historie. Jeg blev lidt før jul sidste år, præsenteret for et stof vi kalder for MDMA også kaldt Emma. Jeg sad sammen med en veninde, hjemme i hendes mors lejlighed. Der tog jeg for første gang stoffer, jeg husker det så tydeligt som det var i går. Den følelse i kroppen, den glæde, den energi som stoffet gav mig. Når jeg tog stoffet gav det mig mere energi og overskud på en måde, problemerne blev gravet ned kan man sige.

Jeg har personligt brugt stofferne som en slags optur, forstås på den måde, at jeg brugte det som en slags lykkepille. Jeg følte pludselig at jeg kunne klare hele verden, men blev hurtigt afhængig af den falske glæde og brugte pludselig ikke længere stofferne som en optur. I stedet blev det bare afhængigheden der talte. De problemer som jeg havde blev jo ikke løst af og tag stofferne, tværtimod blev der bare endnu et problem og kæmpe med.



Fire af de unge har været til Folkeskolens afgangsprøve i dansk, engelsk og matematik. Alle har imponeret med deres ihærdige forberedelse og vedholdende arbejde. Det har til tider været vanskeligt at få undervisningen til at køre, men de unge viste også, at når det gjaldt, så var de klar! Resultaterne af prøverne fortæller også denne historie, og selv om vi alle blev grebet af tvivlen undervejs, lykkedes det alligevel. Også i det lys er det så meget desto mere tilfredsstillende at kunne føre en personlig karakterbog.



Den årlige gallaafslutning blev også en fin ceremoni, hvor de unge og deres familier kunne modtage eksamensbeviser og lykønskninger, og gå på sommerferie med en god fornemmelse i maven. De træder ud i verden, nogle allerede videre i uddannelsessystemet, nogle i arbejde, men alle efter at have sat sig solide spor og med vigtige erfaringer i bagagen. Alt dette er også blevet muligt i samarbejde med deres familier, og med de samarbejdspartnere, der er omkring de unge. En stor tak til jer alle for det, men frem for alt en tak til jer unge, som har vist vejen og givet os troen på, at det er muligt!

Kigger vi nu lidt fremad, så har et af de spor, der er sat, især fået betydning for fremtiden. Skoledelen er gang på gang blevet fremhævet af de unge, som et særligt vigtigt område af deres liv. Derfor har vi valgt at prioritere dette yderligere, og har ansat en lærer 30 timer om ugen i dagteamet. Håbet er, at vi i højere grad kan tilrettelægge og tilpasse undervisningen i forhold til de unges behov og ønsker.



Undervisningen foregår i et mindre klassemiljø med max 7 elever og med et omfang på 10 timer pr. uge. Erfaringsmæssigt betyder et lille klassemiljø, at undervisningen ofte bliver mere intensiv, og kan tilpasses den enkelte elevs særlige behov. Noget vi håber at kunne få endnu mere gavn af med den nye organisering.

Det kompetenceløft, som det er at knytte en lærer fast til dagteamet, vil derfor også betyde bedre mulighed for at udvælge og opdatere os på undervisningsmaterialer, som kan indgå i den didaktiske tilrettelæggelse af undervisningen.

Prioriteringen af en fast lærer betyder også, at vi kan arbejde mere direkte med elevernes motivation og den enkeltes læringsstil. Den kan give os - og de unge - et billede af hvordan de lærer bedst, så undervisningen kan tilrettelægges individuelt. Videreudviklingen af de unges faglige kompetencer sker i samsvar med de ønsker og krav, der er til uddannelse, således at de bliver klar til at aflægge prøve i de fag de ønsker, når skoleåret slutter.



Vi vil også fremover implementere IT mere systematisk i undervisningen for at opøve elevernes grundlæggende IT-færdigheder, så de er så godt rustet som muligt, både i forhold til at kunne aflægge prøver, men også i forhold til det stigende krav om IT-kundskaber, man ellers møder i samfundet.

Samtidig er skoledelen i dagteamet fortsat en del af Helsingungs helhedsorienterede tilgang og det vil stadig være væsentligt for os, at undervisningen integreres med de øvrige aktiviteter i dagteamet. Nu hvor vi har en lærer fast i huset, er det håbet, at denne integration vil blive endnu mere indarbejdet i vores dagligdag. Vi ser i hvert fald frem til, at vi også fremover kan være et reelt tilbud til unge, der til trods for rusmiddelproblemer, har et ønske om at gå i skole.



Jeg har fået det godt

- Første gang jeg kom ned i Helsingung, blev jeg modtaget godt. Tony var åben og god at snakke med. Jeg kan også huske, at jeg følte mig tilpas i det rum, vi sad i. Der var ikke bare en stol og et bord. Der var gjort mere ud af indretningen af rummet, der minder om sådan en hyggelig bedste-farstue. Sådan fortæller Kasper på 23 år, da vi møder ham syv måneder efter, at han stoppede med at ryge hash.

- Vi snakkede lidt om mit liv, husker Kasper, der på det tidspunkt røg hash dagligt. Jeg havde det ikke fedt, understreger Kasper. De første gange havde han en joint med, som han røg, når han kom ud fra samtale i Helsingung. Efter en måned holdt Kasper 10 dages pause fra hashen, men valgte så at ryge igen. Det blev dog en joint, der ikke var en god oplevelse, men et vigtigt vendepunkt - og han har ikke røget siden.

Jeg turde ikke gå uden for en dør

- I starten var jeg bare derhjemme, fortæller han. - Jeg turde ikke gå udenfor en dør, så jeg blev derhjemme og var lidt paranoid. Kasper husker også, hvordan han i starten havde så meget koldsved om natten, at hans seng var gennemblødt og hans mor kom og skiftede sengetøjet midt om natten. Det var vigtigt for Kasper, at hans forældre vidste, at han var ved at stoppe med hashen for som han siger: Hvis de ikke havde vidst det, var jeg blevet smidt ud hjemmefra. For det påvirker altså humøret.

Kasper røg en masse smøger, når han havde trang. Han husker en dag hvor verden var ved at "falde under", som han siger. - Så tog jeg min tykke hund, og sagde: "Nu løber du og så fanger jeg dig", og på den måde fik jeg trangen væk. Jeg fik en glæde ved at løbe den tur, jeg tror ikke det var bevidst, men jeg løb ned på en kæmpe mark, og her slappede jeg af og røg smøger.

FIFA og lykke

Et af de emner som Kasper husker havde betydning for ham, var da han og Tony skrev fordele og ulemper ved hashen op på tavlen. - Det åbnede noget på en god måde for mig. Det gik op for mig, at der ikke var nogen fordele ved hashen, forklarer Kasper.

- Det var også vigtigt, at vi snakkede om mine venner, fortsætter Kasper. Nu ved jeg, hvor lang afstand jeg skal holde fra mine hash-venner. Jeg har nu fået nye venner og er igen begyndt at se nogle af de venner, jeg havde, før jeg begyndte at ryge. Det startede med, at jeg fik kontakt til en af mine gamle venner, og det førte videre til de andre. Det er super fedt. Vi spiller fodbold og FIFA.

Anonym rådgivning:

- Unge under 25 år kan få op til 5 anonyme samtaler i Helsingung
- Samtalerne tager udgangspunkt i det, den unge gerne vil have hjælp til
- I rådgivningsforløb kan familien og netværk inddrages. Efter fem samtaler skal forældrene orienteres eller inddrages, hvis den unge er under 18 år
- Efter fem samtaler tages der, sammen med den unge, stilling til det videre forløb



- Og så har jeg også fået en kæreste. Det er nærmest min rus og min måde at være lykkelig på nu, smiler Kasper mens han beskriver, hvordan de først mødtes på vennebasis, og det så langsomt blev til noget mere. Noget der ikke var sket, hvis han havde røget, fortæller han. Der havde, han ikke nogen kæreste.

Jeg er ved at vænne mig til følelsen af tillid i min familie

- Der er også sket en stor forandring i min familie, fortsætter Kasper. Da han røg hash havde han og hans forældre svært ved at tale sammen, og Kasper blev som regel ude indtil hans forældre var gået i seng, for at de ikke skulle se ham skæv.

- Den forandring jeg har lavet, er ikke let beskrive. Før var jeg aldrig hjemme, jeg var altid ude med drengene. Nu er jeg hjemme, og vi kan snakke sammen, og de ser mig lykkeligere. Jeg er ved at vænne mig til den følelse. Følelsen af tillid. Det er næsten helt mærkeligt, fortsætter Kasper.

Jeg kan erhvervsøkonomi og jeg er åben på mit arbejde

Kasper har fået en læreplads og er startet i skole, og også her er hans liv blevet anderledes. Han har aldrig tidligere følt, at han kunne følge med i skolen. Nu er han begyndt at stille spørgsmål i timerne. *Det er fedt*, understreger han. - *Lige pludselig kan jeg erhvervsøkonomi. Det har jeg ikke oplevet før. Jeg kan også stå op om morgenen og gå i seng om aftenen og gå på arbejde hver dag.*

- Det er også blevet anderledes på jobbet, fortsætter Kasper, der nu også er åben overfor de andre på sin læreplads.

Penge giver følelsen af frihed

En anden forandring er, at Kasper nu har penge næsten hele måneden.

- Før holdt mine penge til den 3. i måneden, fordi jeg brugte dem på Staden og på pizza, forklarer Kasper. - Jeg kan nu tage i biografen med min kæreste og ud at spise, hvis jeg vil. Det giver noget frihed.

Kasper har også købt en bil, og det er de bedste 9.500 kroner, han nogensinde har brugt. - Det er rart i modsætning til at købe en plade hash og så skulle klodse sig frem resten af måneden, understreger Kasper, der også har været gældfri længe nu.

- Nu er der kun folk, der skylder mig penge. Det er mærkeligt, men fedt, griner han.

Vi spørger Kasper, hvilket råd han har til andre unge, der overvejer at droppe hashen:

- Kom i gang, siger han. - Tro på dig selv. Grib chancen. Jeg har kun fået det godt!

Individuelle samtaleforløb:

- I individuelle samtaleforløb starter vi med at arbejde med den unges målsætning for forløbet
- Ofte er en forandring i forhold til rusmidler en del af målsætningen, men målsætningerne handler også gerne om andre ønsker for livet
- De fleste unge kommer til samtale en time en gang om ugen. Hertil kommer familiesamtaler, netværksmøder og møder med andre samarbejdspartnere
- Nogle unge kommer i et par måneder og andre i mere end et år



Forældreftener - et sted at mødes, og gå videre fra!

"Det er rart at tale med ligesindede. At man ikke er alene. At tro på at alt kan ændre sig - Jeg har fået meget større viden og forståelse, som man kan handle anderledes ud fra ..."

(Far om forældreftenerne).

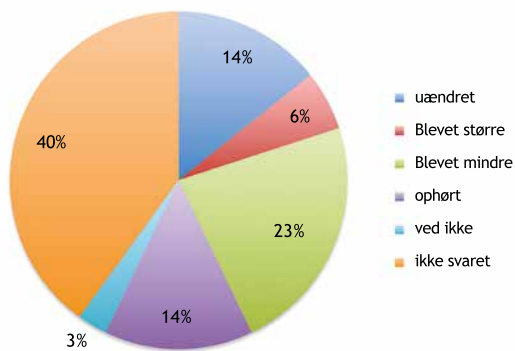
Vi har gennem nogle år nu afholdt forældreftener for forældre og andre voksne familiemedlemmer. Tendensen i de tilbagemeldinger vi får er, at det er meningsfuldt og at det virker.

Siden 2012 har vi afholdt 6 forældreforløb og i alt 35 forældre har deltaget i forløbene, som hver strækker sig over 4 aftener og en opfølgende aften. Vores evaluering peger på, at aftenerne - ud over at skabe fornyet tro på tingene - gør en forskel for både unge og forældre. En overvejende del af forældrene rapporterer, at deres barn ved opfølgningen, efter 3 måneder, er ophørt eller har mindsket sit forbrug af rusmidler. Samtidig oplever størstedelen af forældrene, at de har fået nye handlemuligheder, og at de stadig gør brug af dem ved opfølgningen. En foreløbig opgørelse af en spørgeskemaundersøgelse 1 år efter forløbets afslutning tyder på at effekten varer ved.

Forældreftener:

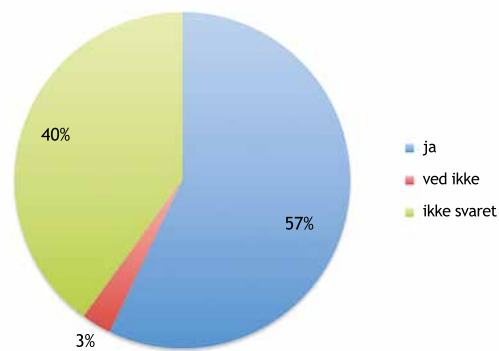
- Gratis tilbud til alle forældre og voksne søskende i Helsingør Kommune, som har en ung i familien, der har problemer med rusmidler
- Forløb over 4 gange og en opfølgingsaften
- Afholdes 3-4 gange om året, eller når der er deltagere til et hold
- Læs mere eller tilmeld på: www.foraldrebackup.nu

Rusmiddelforbrug søn/datter?



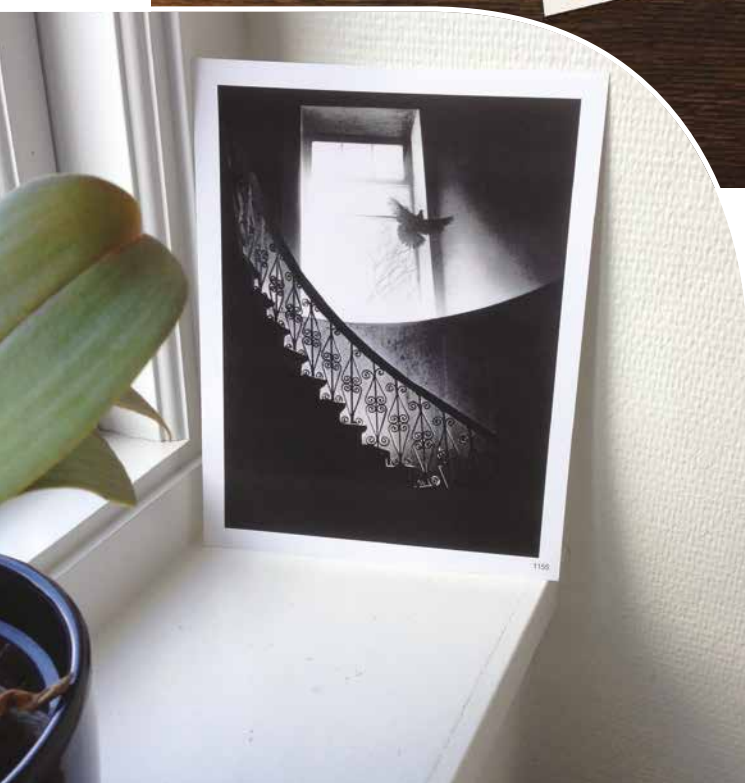
3 måneder efter

Bruger nye handlemuligheder?



1 år efter

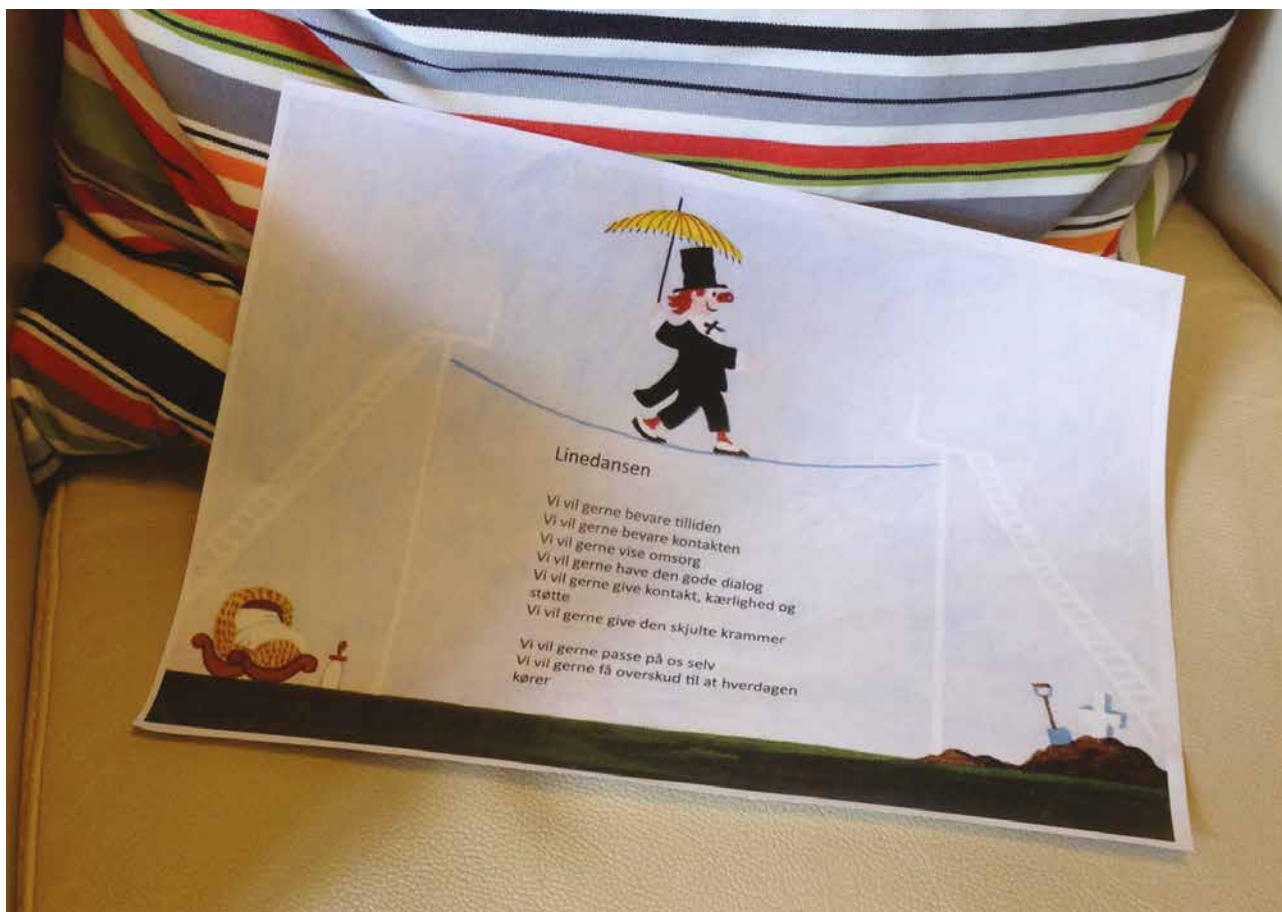




Forældreaftenerne er tilrettelagt som en vekselvirkning mellem erfaringsudveksling, faglige oplæg og konkrete problemstillinger.

Forældrene kommer med en række dilemmaer og fortællinger om deres barn og den situation, de står i. For mange kan det være svært at beskrive deres situation med ord.

Illustrationerne her er eksempler på billeder, som forældre har peget på som gode metaforer til at beskrive deres situation.



Linedansen

Vi vil gerne bevare tilliden
Vi vil gerne bevare kontakten
Vi vil gerne vise omsorg
Vi vil gerne have den gode dialog
Vi vil gerne give kontakt, kærlighed og støtte
Vi vil gerne give den skjulte krammer
Vi vil gerne passe på os selv
Vi vil gerne få overskud til at hverdagen kører

Fortællingerne vækker ofte genklang forældrene imellem, og vi arbejder i forløbet med at følge op på de håb og ønsker, som er knyttet til forældrenes fortællinger, samt styrke erfaringer og ny viden som opstår. Et tema som synes at gå igen er den svære balance mellem at passe på sig selv samtidig med at ville give alt for at hjælpe sit barn. Illustrationen af 'linedansen' er et produkt, som blev lavet på baggrund af erfaringer fra et forældreforløb.

Et fast element på forældreaftenerne er, at vi får besøg af en ung som er eller har været tilknyttet Helsing-ung. Den unge fortæller om det at være ung, livet med hash og stoffer, forældres betydning og deres vej ud af rusmidlerne. Det er en rørende og betydningsfuld aften, hvor forældre får direkte indblik i en ungs livssituation, og hvor der er mulighed for stille spørgsmål og komme i dialog med den unge.



Et tema som altid er både en udfordring og et ønske fra forældrene er at bevare eller genskabe den gode dialog med deres barn. De oplever sig ofte magtesløse, frustrerede og opgivende. Vi har gennem de seneste forløb, sammen med forældrene, arbejdet med at afdække, hvad der henholdsvis fordrer og ødelægger den gode dialog. Dette har vist sig at være et både sjovt og konstruktivt arbejde, hvor forældrene deler ud af erfaringer, lytter til hinanden, kommer med nye handleforslag og går herfra med en lyst og energi til at afprøve nye ting i familien. Vi ser frem til i de kommende år at fortsætte dette arbejde, og forhåbentlig få mulighed for at hjælpe flere forældre med at tage vare på det som er aller vigtigst - deres børn.

Fordrer den gode dialog

- At gyngede med
- At lytte, forstå og reagere
- At respektere
- At have tålmodighed
- At tale om noget andet
- At være sammen om noget andet
- Gode steder: Bilen, opvasken, gå en tur
- At skelne mellem intention og effekt
- At skelne mellem person og handling
- At huske at sige: "Jeg elsker dig"
"Jeg er der"

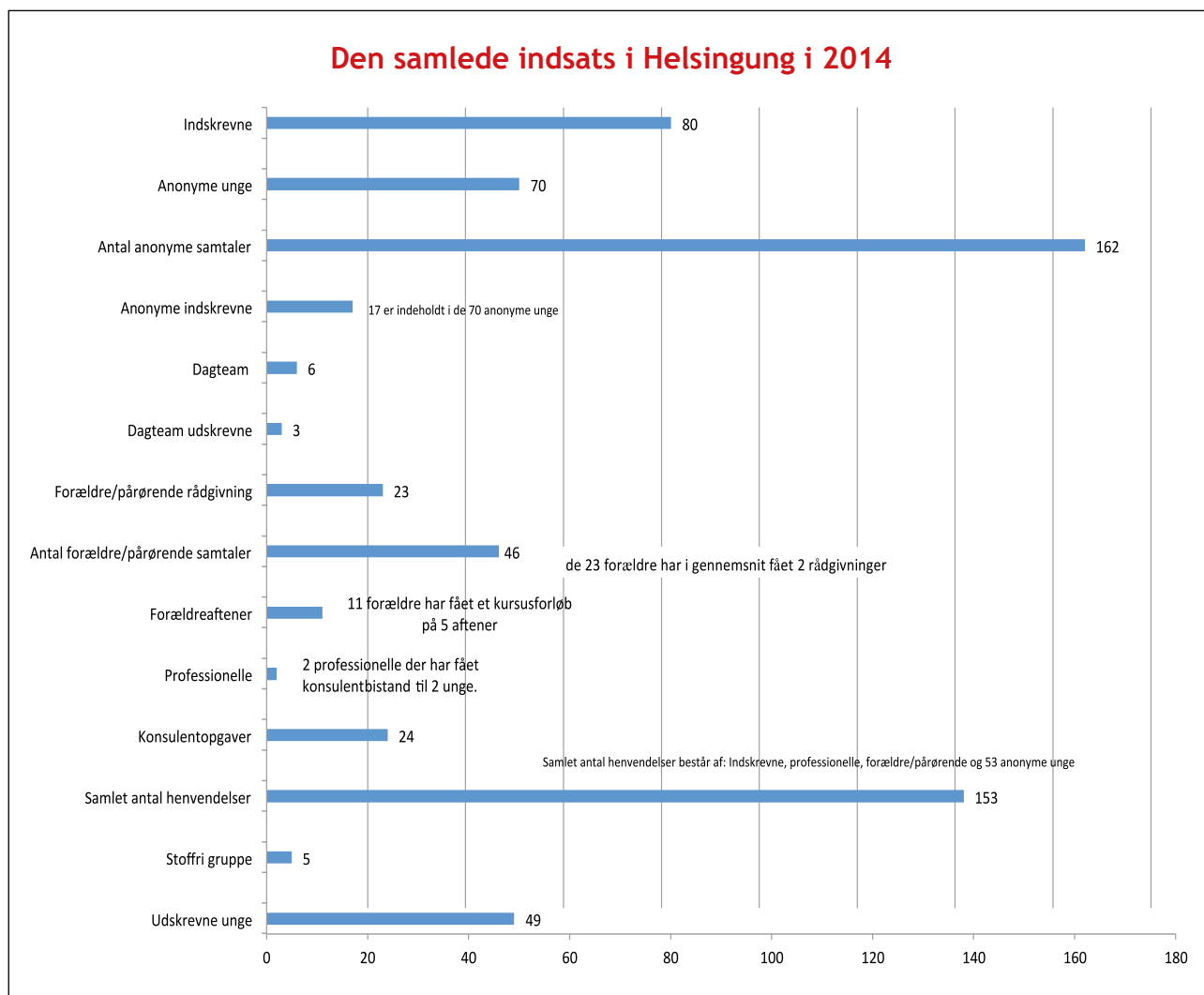
Ødelægger den gode dialog

- At bebrejde
- At hæve stemmen
- At sige eller signalere: Jeg ved bedre
- At spørge: Hvorfor? Når man ikke kan acceptere svaret
- Dårlige erfaringer fra tidligere
- Talestrøm
- Spørge-Jørgen

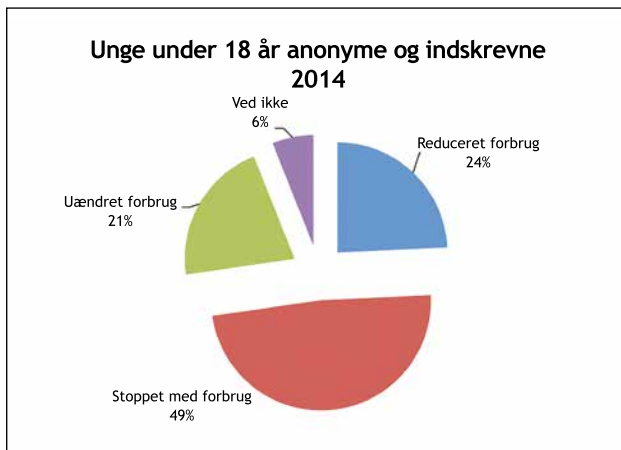


Statistik 2014

Helsingung udarbejder løbende statistikker på vores indsats og sammenholder dataene med resultater fra landsdatabaser på området for at dokumentere vores indsats. Nedenfor er et samlet statistisk overblik over indsatsen i 2014. Vi har suppleret statistikkerne med nogle uddybende forklaringer, der kan bidrage til at belyse dataene.



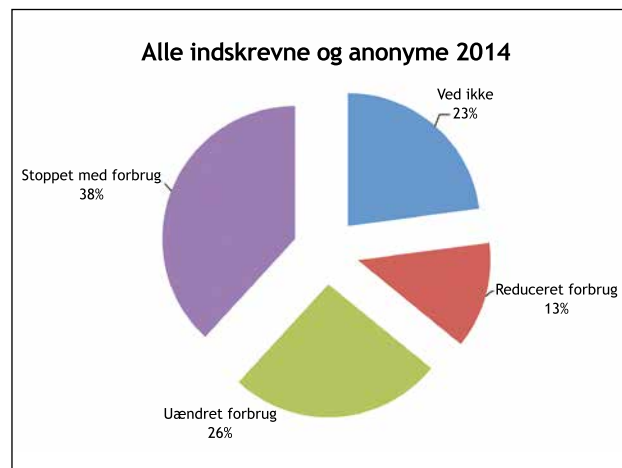
Tidlig indsats er og bliver en afgørende indsats. Både når vi kigger på tallene for 2013 og for tallene i 2014 ser vi den tendens.



For de unge under 18 år er det over 70% som laver en ændring i deres forbrug af rusmidler (49% stopper og 24% reducerer deres forbrug). Sammenligner vi med alle de indskrevne og anonyme i 2014, det vil sige også dem over 18 år, så viser det sig, at "kun" 51% laver tilsvarende forandringer i deres liv. Hvis vi kan hjælpe de unge tidligt ser det altså ud til, at de har bedre chancer for at skabe forandring i deres liv. Samme tendens var gældende i 2013.

Hvis vi sammenligner vores resultater med for eksempel U-turn i Københavns Kommune, som arbejder med samme målgruppe og tilgang, kan vi se tilsva-

rende resultater. Sammenligner vi endvidere resultaterne med resten af landet, via Landsdatabasen for Stofmisbrug, ser vi, at man på landsplan ligger med en succesrate på 30-33%, når det gælder reduktion eller ophør af rusmiddelforbrug for unge over 18 år i behandling. Vi sammenligner selvfølgelig her vores resultater med en betydeligt større datamængde, som vi selv bidrager til, og når vi samlet set kommer bedre ud end landsgennemsnittet, er den statistiske validitet naturligvis en del af forklaringen - vi har ikke så stort datamateriale endnu. Samtidig har den helhedsorienterede tilgang til arbejdet, som vi indledningsvis omtalte, vist sig at være en både effektiv og rummelig model, og vi tænker, at resultaterne også skal ses i dette lys.

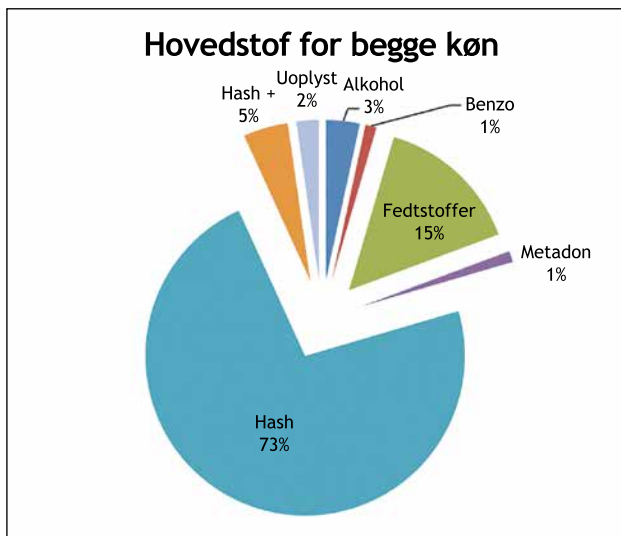


"Når en ung starter i Helsingung, er noget af det første vi spørger om, hvorfor den unge er kommet. Spørgsmålet kan synes irrelevant eller måske tåbeligt, for er den unge ikke gået ind ad en dør, til et hus, hvor der ydes hjælp til at arbejde med rusmidler? Så den unge må da skulle have hjælp til noget med rusmidler, eller...?"

(Helsingung behandler om tilgangen)



Det er sjældent den unge siger: *"Jeg ryger for meget hash, så jeg vil gerne stoppe med at ryge."* Det er der selvfølgelig nogle unge, der siger, men de fleste oplever, at det er livet, der gør ondt og det vil de gerne have hjælp til at løse. At vi så ofte ender med at tale om, hvad deres hashforbrug kan have af betydning for "problemet", er noget andet, men den unge får selv lov til at definere problemet. Dermed øger vi muligheden for, at den unge også tager



ansvaret for løsningen. Så det er ikke behandlerens plan, men den unges plan, hvilket gør planen meget stærkere og mere holdbar.

Hash er det stof flest unge i Helsingung har størst problemer med at stoppe med. Det kan skyldes, at hash typisk først opleves som et problem efter flere år, hvor der er opstået en afhængighed, som sætter spor både fysisk og psykisk, men også i den unges sociale liv. Ryger man hash regelmæssigt og på daglig basis, oplever mange - med et omskrevet slogan "at de bliver det de ryger". Det vil sige, at hashen griber

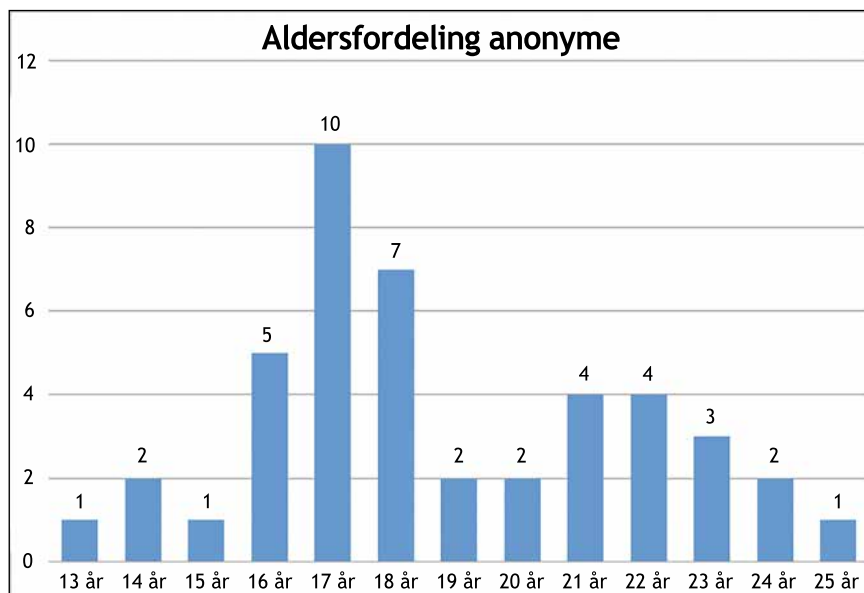
Det den unge typisk vil have hjælp til er:

- Sure forældre
- Kæreste der brokker sig
- Skoler der vil have mere nærvær fra den unge
- At få en uddannelse
- Hjælp til den sociale angst
- Osv.

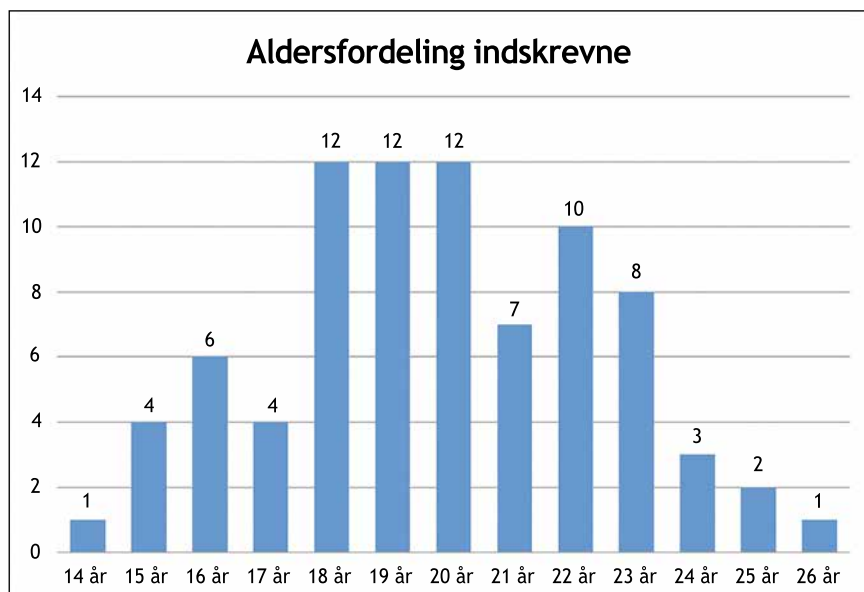
ind i hverdagslivet på en måde, så dagligdagen bliver 'skæv': De daglige gøremål, vennerne, og kontakten med verden er på en eller anden måde centreret om at ryge. Samtidig ryger rigtig mange unge, fordi de oplever, at de får lettere ved at tackle tilværelsen: de får venner, de kan glemme skolen, forældrene, nederlagene.

Når de unge har svært ved at slippe hashen, hænger det også sammen med at hashen får indflydelse på mange aspekter af den unges hverdagsliv, og faktisk kommer til at indgå i og være en del af den daglige livsførelse. Derfor er det også vigtigt, at vi får etableret kontakt til de unge så tidligt som muligt. Kigger vi på vores statistik, ser vi en tendens til at vi får kontakt til flere unge under 18 år, når vi har en åbne anonyme rådgivning. Dette er en spændende tendens som vi de kommende år vil følge nøje. For os er det spændende fordi, vi så forhåbentlig bedre kan hjælpe dem inden hverdagen er blevet helt opslugt af hash, og mens der stadig er resurser og netværk, der kan støtte og hjælpe. Så vi sammen kan hjælpe de unge i retning af et bedre liv.





Tendens til at flere unge under 18 år henvender sig i åben anonym rådgivning i forhold til at blive indskrevet.



Derfor kan det være svært at stoppe:

Når de unge prøver at stoppe eller reducere deres forbrug, vil der være en risiko for at de oplever, at meget lidt bliver bedre i starten og at nogle ting faktisk føles værre. De kan få abstinenser så som svedeture; grunden til at de begyndte at ryge, er der måske stadig; de kan få søvnproblemer; de kan opleve dårlig samvittighed overfor dem, de har svigtet (forældre/venner/kærester); de ved ikke, hvad de skal bruge tiden til og mangler deres netværk (som ryger). De skal stort set til at definere sig selv igen, de skal "starte" på uddannelsen igen, de har måske gæld, og de har ofte en social udvikling, der skal indhentes. At stoppe med noget betyder på den måde at starte med noget andet, og når det drejer sig om at starte et nyt liv, så er det en både stor og til tider skræmmende opgave.



Samarbejde omkring unge

I Helsingung er vi afhængige af vores samarbejdspartnere for at kunne yde den helhedsorienterede indsats over for de unge og deres familier, som vi gerne vil. Derfor har vi i 2014 og også i 2015 haft fokus på at være til gavn ikke bare for de unge og deres familier, men også for vores samarbejdspartnere.

Dette gør vi på flere måder. Vi inviterer gerne indenfor i vores hus, når vi afholder netværks- og samarbejds-møder. Vi tilbyder ofte at indkalde parterne, udarbejde dagsordener, at samle op, udarbejde beskrivelser og så videre. Og hvis vi glemmer at tilbyde det, så er I velkomne til at spørge!

Vi kommer også gerne ud af huset, for at hilse på unge og tage de første samtaler på deres hjemmebane. For vi ved, at det ikke altid er let for unge at skulle møde op i Helsingung første gang.

Og så kommer vi også gerne på besøg hos vores samarbejdspartnere eksempelvis for at give sparring i konkrete sager. Ofte er det netop samarbejdspartnerne, der har den bedste kontakt med de unge, og som derfor også kan være de bedste til at hjælpe unge videre i den situation de står i - også selvom rusmidler er en del af problemstillingen. Vi stiller gerne op med tips, tricks og idéer til, hvordan man kan navigere i dette felt, når man som professionel for eksempel skal arbejde med motivation i forhold til rusmidler. Ligesom vi også gerne stiller op på personaledage, yder supervision og afholder kurser i samtaler om rusmidler.

Vi skræddersyr det hele i samarbejde med jer.

Som noget nyt har vi også udarbejdet en folder, hvor I kan læse mere om Helsingungs konsulenttilbud.

Ring eller skriv hvis I vil høre, om vi kan bidrage med noget hos jer, eller kunne tænke jer nogle eksemplarer af folderen.



UU Øresund

I 2014 prøvede vi som noget nyt at nedsætte en samarbejdsgruppe bestående af to medarbejdere fra UU Øresund og to medarbejdere fra Helsingung. Formålet med denne gruppe er at styrke og forbedre vores samarbejde omkring de unge, som har et forbrug af rusmidler og samtidig skal videre i skole- og uddannelsessystemet. Målgruppen er både unge under 18 år og unge mellem 18 og 25 år.

I gruppen har der været særlig fokus på samarbejdsflader, samarbejdsmuligheder samt samarbejdspraksis. Med andre ord; hvordan kan UU Øresund og Helsingung arbejde tættere sammen med og omkring den unge, således at den unge oplever en helhedsorienteret og dynamisk hjælp, og hvordan sikrer vi, at en ung med et rusmiddelforbrug får den rette hjælp i forhold til at kunne komme godt videre i et uddannelsesforløb.

Best Practise

Er overskriften på samarbejdet mellem Lokalcentret, myndigheden, SSPK og Helsingung. Vi har de sidste par år haft en årlig temadag, hvor alle medarbejdere fra de fire enheder mødes med det fælles formål at forbedre samarbejdet i hverdagen omkring de unge og deres familier.

I oktober 2014 løb endnu en temadag af stablen. Over 80 ansatte var samlet på Kulturværftet i Helsingør omkring temaet *'Inddragelse og betydning af kærester i arbejdet med den unge'*. Dagen bød på oplæg, gruppearbejde på tværs af enheder og fælles drøftelser. Disse temadage bevirker, at vores ståsteder, opfattelser og tilgang i arbejdet med den unge, trods det at vi arbejder forskellige steder, bliver mere ensartet. På denne måde sikrer vi en mere helhedsorienteret hjælp til vores unge mennesker og deres familier.

Som et led i Best Practise har vi nedsat en netværksgruppe, med det formål at kunne drøfte særligt komplekse ungesager, hvor der er et rusmiddel indblandet. Håbet med det er, at vi kan minimere indgrebet i den unges og familiens liv, samt forebygge at større foranstaltninger bliver nødvendige. Netværksgruppen består af en leder og en medarbejder fra de tre enheder, som mødes én gang om måneden i Helsingung, og her drøfter og vurderer aktuelle ungesager.



Streetwalking

På trods af Helsingungs generelle indsats med at etablere kontakt til unge i kommunen gennem de seneste fire år, er den procentvise andel og unge med anden etnisk baggrund fortsat minimal. Ud fra ønsket om at levere en helhedsorienteret indsats rettet mod alle unge, har vi på denne baggrund iværksat et projekt, som retter sig mod denne gruppe.

Projektets baggrund:

I Helsingør er der ifølge Danmarks Statistik mellem 800-900 unge mellem 13 og 25 år, der er vokset op i familier med en muslimsk baggrund. Nationale tal fra Center for Rusmiddelforskning viser, at ca. 10 procent af unge med muslimsk baggrund har et interventionskrævende forbrug af hash og andre rusmidler. Estimeret til Helsingørforhold svarer det til mellem 80 og 90

Streetwalking:

- Projekt rettet mod unge med anden etnisk baggrund - særligt tyrkiske og arabiske familier
- Puljemidler til projektet i 2015-2017
- Korps af frivillige medarbejdere med anden etnisk baggrund arbejder sammen med Helsingung på projektet
- Formålet er at skabe kontakt til unge i disse miljøer



unge i Helsingør. Dette billede svarer overens med det, vi hører fra unge og samarbejdspartnere som for eksempel SSPK, der bevæger sig i disse miljøer.

Vi har fået bevilget satspuljemidler og midler fra TrygFonden til at etablere et korps af frivillige med anden etnisk baggrund. De skal, gennem dialog med familier fra primært arabiske og tyrkiske miljøer, hjælpe disse grupper af unge videre til Helsingør og andre kommunale tilbud. Korpset af frivillige vil, gennem besøg i blandt andet klubber, skoler og kulturhuse samt åbne arrangementer i Helsingør, etablere kendskab, tillid og tryghed blandt familier og unge i disse miljøer. Korpset vil ligeledes tage på besøg i familier.

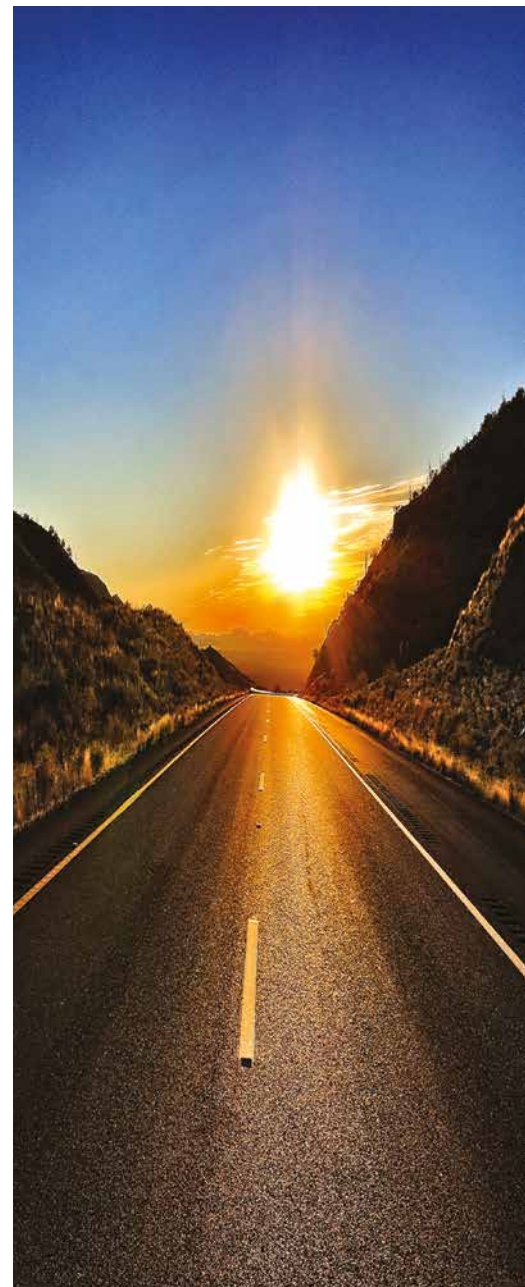
Projektet koordineres af en frivillig tidligere ansat i Helsingør med tyrkisk baggrund samt en medarbejder fra Helsingør, der er projektansvarlig.

Hvad er formålet:

Projektets formål er at bygge bro mellem familier med anden etnisk baggrund og Helsingør. Gennem de frivilliges kendskab til ungdomsliv og familiekultur blandt tyrkiske og arabiske familier, er det håbet at komme i dialog med de unge og deres familier, og at opbygge tillid så unge og familier vil søge hjælp og tage kontakt med os og det øvrige kommunale hjælpesystem. Dermed er det ønsket at skabe en tidlig indsats, der kan mindske kriminalitetsrisikoen, og hvor der reelt kan arbejdes med rusmiddelproblemer, såvel på et forebyggende plan som gennem direkte intervention i forhold til et behandlingskrævende forbrug.

Bevillinger:

Der er i første omgang bevilget 100.000 kr. fra Puf Puljen, satspuljemidler i Socialstyrelsen til at dække driften i 2015-2016. Der er yderligere blevet bevilget 150.000 kr. fra TrygFonden som vil dække driften 2016-2017.



FIT - hvordan kan vi skræddersy det her, så det lige præcis passer til dig!

Gennem nogle år har vi arbejdet på at implementere det evidensbaserede værktøj FIT (Feedback Informed Treatment), hvor vi gennem løbende feedback og monitorering af effekten, søger at optimere vores indsats til dem, vi skal hjælpe. Men hvad går det egentlig ud på?

Kort fortalt kan man sige at to ting ser ud til at være vigtige, når det gælder, hvad der er virksomt i behandling. På den ene side at man får feedback på, hvordan det man gør passer til dem, man skal hjælpe - og retter arbejdet ind i forhold til det. På den anden side, at man holder øje med at indsatsen faktisk har den ønskede effekt. Som hjælp til dette bruger vi i starten og slutningen af hver samtale et lille skema, som vi beder folk om at udfylde. Skemaet i starten af samtalen handler om, hvordan de oplever det går på forskellige områder af deres liv - i

FIT - Feedback informed treatment:

- Overordnet tilgang til kvalitets-sikring og monitorering af psyko-terapeutisk behandling
- Fokus på tilpasning til klient-præferencer og udbytte
- Kan anvendes på tværs af be-handlingsmetoder
- Evidensbaseret og integrerer den bedst tilgængelige forskning på området
- Se: Centerforclinicalexcellence.com

The screenshot shows a web browser displaying the FIT platform. The address bar shows 'fitplatform.dk'. The page has a dark header with a menu icon, the text 'Menu', a logo, and the name 'Morten Halberg'. The main content area is titled 'Outcome Rating Scale: Individuelt'. It features a horizontal slider with a central label 'Mig' and '(Hvordan har jeg det?)'. Below the slider are two circular icons: a sad face on the left and a happy face on the right. At the bottom, it says 'Spørgsmål 1 ud af 4' and has two buttons: 'Forrige' (Previous) and 'Næste' (Next).





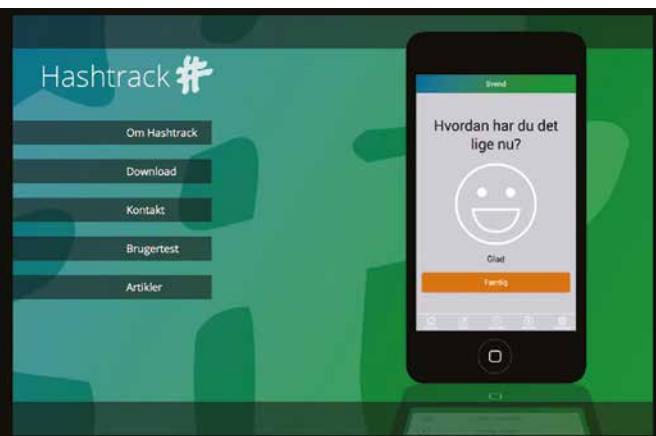
relation til det deres henvendelse drejer sig om; skemaet i slutningen af samtalen er en feedback på hvordan dagens samtale har været. Som en del af arbejdet med FIT har vi nu over nogle år, udviklet en digital platform, som kan integrere skemaerne og behandle de data, vi får.

Vi bruger dette værktøj dels sammen med de mennesker, vi skal hjælpe, dels bruger vi det i vores faglige fællesskab, når vi tilrettelægger og drøfter behandlingen - alt sammen for at blive mere skarpe på, hvordan vi bedst kan tilpasse det vi gør, så det hjælper dem, det skal. Det handler med andre ord om at skræddersy indsatsen.

Hvis vi gik til skrædderen og bestilte et sæt tøj, ville han være nødt til at måle, lægge ind eller ud, prøve tøjet på os, og vi ville være nødt til at give ham noget feedback på, hvordan vi synes tøjet sad, hvordan vi foretrækker at gå klædt osv. Alt dette for at resultatet bliver tilfredsstillende. Sammenligningen er måske lidt søgt, men omvendt så giver det god mening for dem vi møder, at vi løbende skræddersyer og tilpasser det, vi gør.



Jeg tror det er vigtigt at mine forældre er med!



Lise på 19 år (*ændret navn*) har henvendt sig sammen med mor og far på grund af et voldsomt forbrug af kokain, og med et ønske om at sætte en stopper for det - Hun er simpelthen bange for sit helbred! Jeg mødes med Lise og forældrene nogle gange. Vi har nogle gode og også svære samtaler, og vi opnår nogle af de forandringer Lise og forældrene ønsker, frem for alt reduceret kokainforbrug.

Når jeg beder dem om at give feedback på vores samarbejde, er de generelt positive. Forældrene bemærker dog også, at de gerne ser, at Lise får mulighed for at komme alene, så hun kan åbne mere op. Jeg foreslår på denne baggrund, at vi skal prøve at mødes uden forældrene, og Lise indvilger i at det er værd at prøve.

Da vi mødes næste gang, Lise og jeg, er stemningen i samtalen lidt trykket. Lise har faktisk sværere ved at åbne op, og det var jo ikke meningen. Da jeg får feedback fra Lise fortæller hun blandt andet, at det lige nu er rigtig vigtigt at forældrene er med, både her, fordi det hjælper hende til at komme (der har været nogle afbud), men også i dagligdagen, fordi det hjælper hende til at få en struktur og mening i hverdagen. Vi aftaler på denne baggrund at mødes med forældrene fremover, og får talt med dem om, hvor stor en rolle de spiller lige nu.

Pointen i dette eksempel (eller en af dem) er, at Lise faktisk ser ud til at profitere af det vi gør sammen. Hun siger det selv og rapporterer det også på skemaet. På grafen visualiseret ved en stigende kurve, noget som forældrene bekræfter. Feedbacken efter samtalerne er også god, men da vi ændrer på samtalerne og mødes alene for at 'åbne op' sker der noget. Det virker modsat ønsket, og Lise giver en mere kritisk feedback - som er virkelig brugbar - nemlig at vi skal have forældrene med igen! Ideen om at Lise skal 'åbne op', som ofte kan fremstå som den 'rigtige' måde at arbejde på, virker simpelthen ikke godt for Lise i denne situation. Feedbacken bliver her afgørende for, at vi får ændret på det, og igen kan komme på sporet af den gode udvikling, som faktisk er i gang.

Arbejdet med at bruge FIT meningsfuldt og målrettet i vores arbejde er et fortløbende projekt, som også i den kommende tid vil blive prioriteret. Her er udviklingen af den digitale FIT platform en vigtig brik for at understøtte og lette integrationen med øvrige arbejdsgange. En af de nye funktioner som er blevet mulig er en integration mellem 'hashtrack' (en app udviklet til af tracke hashforbrug) og FIT platformen, så det bliver lettere at arbejde direkte med de forskellige typer data i behandlingen. Vi arbejder også på at udvikle en alkoholapp, som er målrettet alkoholbehandling, ligesom FIT platformen hele tiden forbedres og opdateres.



Hvad betyder ordet misbrug for de unge?

"Jeg opfatter ikke mig selv som en misbruger, hvorfor skal andre så kalde mig det?"

(Ung fyr i anonym rådgivning)

*"Vi taler om at jeg har et forbrug.
Det kan jeg bedre forholde mig til og acceptere.
Og det får mig lyst til at gøre noget ved det"*

(Ung pige, ved et netværksmøde)

Vi vælger i Helsingung vores ord med omhu. Vi drøfter ofte ords betydninger og hvad de gør ved os som mennesker. Ordet "Misbrug" og "Misbruger" er to af de termer som ofte bliver drøftet. Vi har som behandlere vores faglige og etiske holdninger til disse betegnelser, og vælger brugen af dem med omtanke og i samarbejde med de unge. Og aller helst undlader vi at bruge dem. At være misbruger er et meget negativt ladet ord, som associeres til fx heroinbrugere, nåle, Maria Kirke Plads på Vesterbro og et mangeårigt elendigt liv med stoffer. Det er langt fra en beskrivelse som passer til Helsingungs unge. Og der er lang vej op, når først man er blevet stemplet som misbruger. Vejen til forandring kan synes uendelig og umulig.

De unge vi møder i Helsingung har, til trods for eventuelt mangeårigt forbrug af hash og stoffer, drømme, håb og lyst til forandring. De har ikke lyst til at leve i en hverdag, hvor rusmidler dominerer og styrer dem. De har lyst til noget andet. Og denne lyst får mulighed for at blomstre og sprede sig, når vi taler om problemerne på en anden måde. Ved at omformulere, skille ad, distancere sig og holde rusmidlerne på afstand i samtalerne, gør det det nemmere for den unge at se mulighed for en vej ud af mørket. Det giver lyst til at kæmpe, det giver en tro på at tingene kan ændre sig, og at det ikke nødvendigvis behøver tage en evighed.



Helsingung.nu

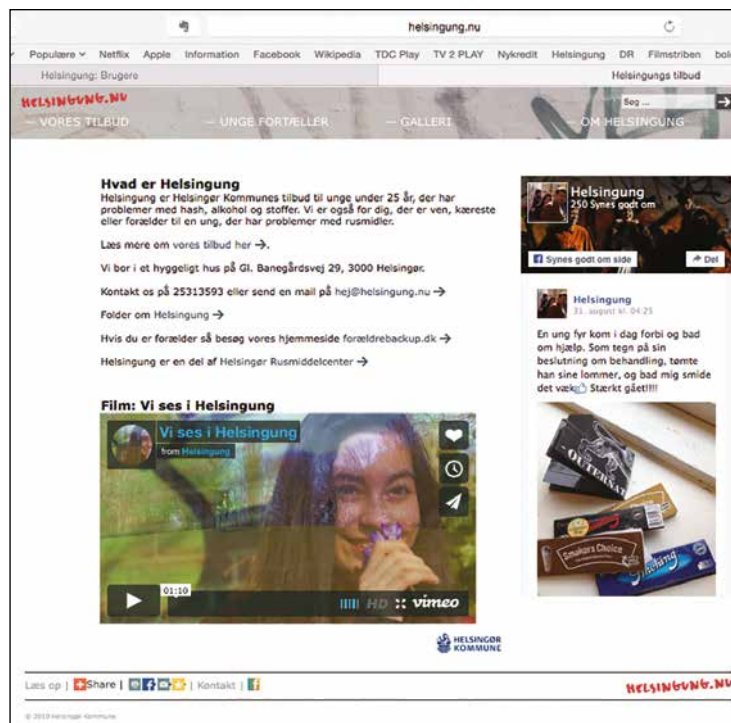
"Min mor og jeg kiggede sammen på helsingung.nu og så syntes jeg at det var et okay sted at gå ned"

(Ung fyr 14 år i individuel behandling)

I 2014 har vi givet Helsingungs hjemmeside helsingung.nu en make-over. Vi har fået en ny fotolinje, som går igen på vores facebookside, i vores foldere og i denne rapport. Og så har vi skåret ind til benet, så helsingung.nu er for unge og kun for unge. Derfor vil man ikke finde tunge tekster om dokumentation, eller information målrettet forældre. I stedet er hjemmesiden integreret med Helsingungs facebook, så man altid kan se de seneste opslag og så der hele tiden er liv på hjemmesiden. Ordet misbrug finder man i øvrigt heller ikke på sitet. For vi ved at også på hjemmesider har det afgørende betydning for de unge, hvordan vi beskriver vores tilbud. Og vi er ret sikre på, at den unge mand på 14 år som syntes at Helsingung var et okay sted at komme efter at have set hjemmesiden, ville have haft en anden mening, hvis hjemmesiden havde haft ordet misbrug som omdrejningspunkt. Vi anbefaler i øvrigt at samarbejdspartnere, der har kontakt til en ung, som det kunne være relevant at få videre til Helsingung, besøger hjemmesiden sammen med den unge. Måske kan den måde vores tilbud er beskrevet på være med til at den unge tænker anderledes om vores sted. Og så kan hjemmesiden også bruges til at gøre det lidt nemmere at have dialogen med den unge.

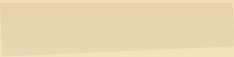
Vores ambition er, at helsingung.nu ikke bare bliver for unge, men også af unge og fra unge til unge. Derfor har vi indarbejdet plads til et galleri, hvor unge kan præsentere små projekter som fotos, film, musiknumre eller tips til, hvordan man ryger mindre hash eller håndterer social angst og alt muligt andet, som handler om at være ung og leve. Forhåbentlig bliver 2015 året, hvor vi får tid til at fylde galleriet mere ud i samarbejde med byens fantastiske unge.

Samarbejdspartnere kan også kigge på helsingorrumiddelcenter.dk og forældre kan besøge forældrebackup.nu for mere uddybende information.








HELSINGUNG.NU