

”Min jobkonsulent stak mig ”en fyldt chokoladeæske af gode tilbud”

Artiklen er udarbejdet på baggrund af et interview med Majbritt, som har deltaget i Recoverskolens kurser.



’Job som virkningsfuld social indsats’ – Fordi virkeligheden virker’

Sådan lyder én af de fire hjørnesteen i JUS (Job, Udsatte og Socialpsykiatri), som skal være med til at definere centerets fælles værdier og faglige tilgang.

Der er mange veje til job... eller til meningsfuld beskæftigelse, og det er én af vores vigtigste opgaver, i et samarbejde, at finde nye veje der virker og giver mening for borgeren.

Et sådant samarbejde mellem Majbritt og hendes jobkonsulent, førte til at hun, som en del af hendes ressourceforløb, blev præsenteret for, som hun siger, *”en fyldt chokoladeæske af gode tilbud”* i form af Recoverysskolens kursuskatalog.

Majbritts vej mod meningsfuld beskæftigelse

40-årig Majbritt oplevede i vinteren 2022 at få afslag på et behandlingsforløb, og skulle nu i samråd med hendes jobkonsulent finde frem til hvad hun skulle sætte i stedet for. Majbritt fortæller, at hun endnu ikke var klar til at starte op i praktik. Hendes erfaringer var, at det var svært at komme ud af hendes lejlighed, da hun brugte meget energi på, hvad andre tænkte om hende. Samtidig siger hun,

at det hellere ikke duede, at hun sad derhjemme alene og var ked af hendes situation, som havde været tilfældet under en stor del af hendes tid på kontanthjælp og i ressourceforløb.

Majbritt vidste ud fra tidligere erfaringer, at hun fungerede godt i grupper og efterlyste et gruppetilbud. Hendes jobkonsulent gav hende Recoveryskolens kursuskatalog og Majbritt beskriver at kataloget gav et indtryk af rummelighed. Kurserne tog udgangspunkt i emner med mennesket i fokus, som talte til hende og vakte hendes interesse.

Majbritt blev i første omgang, i samråd med hendes mestringsvejleder og hendes jobkonsulent, tilmeldt tre kurser i Recoveryskolen Aarhus.

Majbritt beskriver hendes nervøsitet ved opstart på det første kursus – Det at indgå i sociale sammenhænge har været én af hendes største udfordringer, herunder bekymringer for hendes værdi som menneske og andres tanker og vurderinger af hende – *Fylder jeg for meget? – Hvordan sidder mit tøj? – Hvad tænker de om mig?*

Majbritt fortæller stolt, at hun ikke havde afbud til nogle af kursusgangene i Recoveryskolen. Dette var et bevis overfor hende selv, at hun rent faktisk godt kan! Majbritt havde tidligere oplevet det svært at fastholde et stabilt fremmøde ved afprøvninger og praktikker, grundet et øget stressniveau undervejs, og disse forløb var løbet ud i sandet.

"Jeg havde brug for at øve mig i at komme ud (...) Min bank i forhold til at komme afsted til ting, var fuldstændig brugt op, ja nærmest i undermål og jeg havde brug for at blive fyldt op med nogle gode oplevelser, jeg ville kunne tære af ved en eventuel praktik"

Majbritt begrundede hendes stabile fremmøde til kurserne med, at hun blev taget godt imod og det var et trygt rum at træde ind i. Hun oplevede at være en del af et fællesskab og samtidigt var indholdet spændende og relevant for hende og hendes situation og derved meningsfuldt.

"... Det har været SÅ vigtigt, at det var noget som gav mening for mig! – Hvis de sendte mig afsted til noget som ikke gav mening for mig, blev det en uovervindelig kamp for mig at komme afsted! Det skal give mening for MIG ellers føler jeg mig som 'dum i arbejde' og så bliver det en dårlig oplevelse for os alle sammen".

Majbritt fremhæver værdien af, at kurserne foregår i små hold (max 8 deltagere). Kurserne har givet hende viden, selvindsigt og sat refleksioner i gang, der har understøttet de processer hun står midt i.

Erfaringsudvekslingen i rummet, og det at underviserne også sætter sig selv og deres levede erfaringer i spil i undervisningen, har bidraget til en åbenhed, spejling og en gensidig forståelse. Hun føler, at hun gennem kurserne har fået arbejdet med eget selvværd og selvtillid. Majbritt har erfaret,

at hun på svære dage har fået det bedre undervejs, når hun er afsted og hun har bevidst prioriterede kurserne frem for at blive hjemme. Hun har samtidig oplevet, at hun har fået mere mod på at træde ud i det sociale igen og hér tro på egne evner og berettigelse.

"Min mestringsvejleder siger også, at hun oplever, at jeg er blevet mindre bange for at sige ja til ting..."

Majbritt fik lov at tilmelde sig yderligere et par kurser, som en del af hendes afklaring, med det fokus at blive klar til at starte op i et længere forløb nede ved 'Rehabiliterings-forløb'.

Med baggrund i udbyttet og de erfaringer hun tager med sig fra kurserne i Recoveryskolen, finder hun det selv langt mere realistisk, at hun gennemfører forløbet. Herfra skal hun i samråd med hendes jobkonsulent og mestringsvejleder se ind i en mulig praktik som næste skridt i hendes afklaring.

Majbritt slutter vores samtale af med, at hun med et kæmpe grin, gør os klart, at vi altså ikke sådan lige slipper af med hende. Hendes tilknytning til Recoveryskolen har åbnet hendes øjne for øvrige tilbud i Psykiatriens Hus. Hun er sideløbende med kurserne i Recoveryskolen, startet op i en 'Kvindegruppe' samt i husets kor, hvilket hun fortsætter videre med.

Vi har haft fornøjelsen af at få kendskab til Majbritt, mens hun har været tilkendt et tre-årig ressourceforløb ved Arbejdsmarkedscenter Syd.

Vejen til job eller meningsfuld beskæftigelse er mange. For Majbritt handlede det blandt andet om, nogle personlige ting hun skulle arbejde med først, så hun ikke hele tiden blev hæmmet af samme problematik. Skabe nye erfaringer med at komme ud og være en del af meningsfulde fællesskaber og herigennem opbygge troen på egen værdi og ressourcer.

Vi mener i Recoveryskolen, at dét at møde mennesket i en *'Recoveryorienteret social indsats, hjælper på vej... mod meningsfuld beskæftigelse – Fordi det at blive mødt som menneske og blive lyttet til og inddraget, virker i virkeligheden'!*