

Notat om: Behov for anonym psykologisk rådgivning for unge mellem 15 og 25 år		
Sagsbehandler: Mette Kaltoft	Dato:	
Til:	J. nr.:	27.00.00-A00-6-18

Indledning

I budgetresolutionen for 2019 er beskrevet, at der skal udarbejdes en undersøgelse af behovet for anonym psykologisk rådgivning for unge mellem 15 og 25 år. Social- og Sundhedsforvaltningen har udarbejdet en undersøgelse, som beskrives i dette notat.

Undersøgelsen indledes med at tegne et billede af, hvordan de unge har det ud fra forskellige undersøgelser. Dernæst beskrives kommunens nuværende indsatser og indsatser/tilbud uden for kommunens regi i form af rådgivning og vejledning til målgruppen. Til sidst beskrives andre kommuners erfaringer med anonym psykologisk rådgivning til unge.

På baggrund af denne afdækning vurderes i opsamlingen behovet for et tilbud om anonym psykologisk rådgivning til unge mellem 15 og 25 i Rødovre.

Grundlaget for vurderingen er research i andre kommuner og interview med personale involveret i de nuværende indsatser i kommunen.

Hvordan har de unge det?

I november 2018 var der 5.020 borgere mellem 15 og 25 år i Rødovre Kommune. De fleste af dem har det godt, men der er også en stigende andel af unge, der mistrives. Det er særligt de unge kvinder, der mistrives. Sundhedsprofilen for Region Hovedstaden 2017 viser, at 12,9 % unge mænd og 23,8 % unge kvinder i alderen 16 til 24 år har et dårligt mentalt helbred og 23,4 % unge mænd og 40,5 % unge kvinder har stress. Det er en klar stigning fra sundhedsprofilerne i 2010 og 2013 for både mænd og kvinder.

Rapporten "Børn og unge i Danmark 2018" viser også, at forekomsten af ensomhed blandt skolebørn er stigende. 7 % af de 11-15 årige føler sig ensomme og i 15 års alderen er det særligt piger (15 %), der føler sig ensomme i forhold til drenge (5 %). Det viser sig at børn og unge fra udsatte familier ikke, statistisk set, er mere ensomme end børn og unge fra andre familier. Afgørende for børn og unges følelse af ensomhed er familiens trivsel og kvaliteten af relationer til venner.

Børn og unge, der har psykiske problemer har større risiko for også at få psykiske helbredsproblemer senere i livet, ligesom at den psykiske belastning kan have betydning for de skolemæssige præstationer, og om den unge har overskud til at påbegynde og gennemføre en ungdomsuddannelse. Disse forhold er også afgørende i forhold til tilknytningen til arbejdsmarkedet i voksenlivet.

Både af disse årsager og af hensyn til den enkelte her og nu, er det vigtigt, at der er tilbud om hjælp til de unge tidligt, inden problemerne vokser sig for store. Samtidig skal der også være hjælp til unge med tungere psykiske problemstillinger, som har brug for behandling. Der er således to målgrupper, der er vigtige at tage højde for i indsatserne: unge med lettere psykiske problemstillinger og unge med tungere psykiske problemstillinger/lidelser. Kommunen er blot én af mange aktører for at sikre dette.

Når det drejer sig om tilbud om psykologisk rådgivning, er der hovedsageligt tale om den tidlige forebyggende indsats, hvor der ved behov for mere hjælp i form af behandling henvises til Børne- Familieafdelingen eller Socialpsykiatrien i kommunen.

Rødovre Kommunes tilbud i dag

Rødovre Kommune tilbyder anonym rådgivning til borgere hver torsdag fra kl. 17.00 til 19.00 på Hovedbiblioteket. Åben anonym rådgivning er et tilbud, som alle kommuner skal tilbyde, men der er ikke krav om i hvilken form, det skal tilbydes.

Det er medarbejdere fra Børne- og Familieafdelingen, som kan have en psykologfaglig såvel som en socialfaglig baggrund, der bemander rådgivningen, og der er altid to medarbejdere i vagten. Medarbejderne har alle erfaring med og indsigt i børn og unges udvikling og de problemer, der kan opstå i en familie. Åben Anonym Rådgivning indebærer rådgivning og vejledning til borgere om meget forskellige problematikker f.eks. skoleproblematikker, teenageproblemer og opdragelse og praktisk rådgivning f.eks. boligproblematikker, økonomi osv.

Børne- og Familieafdelingen kan henvise til kortere forløb hos en psykolog i Familiehuset. Der var 30 unge mellem 15 og 25 år i forløb i Familiehuset i 2018. Forløbene kan vare fra et halvt til et helt år. Der er venteliste til at komme i forløb.

Derudover er der headspace i Rødovre, som er et tilbud til unge mellem 12 og 25 år om anonym samtale med en frivillig. De frivillige har gennemgået et to dages kursus om samtaler og samtaleteknik. Nogle har gennemgået et særligt kursus inden for tackling af tanker om selvmord og tanker om krop og mad ("Vær dig"). Derudover er der også gruppeforløb i headspace. Der er åben for fremmøde og telefonisk kontakt i tidsrummet 11.00 til 18.00 mandag til torsdag, og det er muligt at lægge en telefonbesked uden for åbningstiden. Derudover er der mulighed for chatrådgivning 12.00 til 18.00 mandag til torsdag.

Der har i 2018 været 246 unikke unge, der har henvendt sig i headspace (tallet var 222 i 2017). Det er 20,5 i gennemsnit pr. måned. Der har været afholdt 619 samtaler, som i gennemsnit er 51,6 samtaler om måneden i 2018 (Der var 662 samtaler i 2017).

Når medarbejderne i headspace ser behov for det, råder de den unge til at søge psykologhjælp gennem den praktiserende læge. De generelle tal for headspace i hele landet viser, at 10 % af de unge inden for en til tre samtaler bliver henvist til psykolog, og 5 % bliver henvist til psykiater. I de længere forløb over 10 gange bliver 9 % henvist til psykolog og 13 % til psykiater. 16 % af de unge bliver inden for en til tre samtaler henvist til deres praktiserende læge og 14 % af dem, der er i længere forløb over 10 samtaler, bliver henvist til en kommunal sagsbehandler.

De generelle tal viser også, at 92 % af de unge i længere forløb, 80 % i de mellemlange forløb og 54 % i de korte forløb oplever, at det har hjulpet dem at komme til samtaler i headspace.

I Rødovre Jobcenter er der gruppeforløb for unge mellem 18 og 30 år, som har angst kaldet "Skånsom indsats". Der er mellem 8-12 deltagere på holdet, og der er venteliste. En del får en individuel indsats, indtil de kan komme med på hold. Et forløb varer tre måneder, og der er ved behov en opfølgende indsats. Medarbejderen der har forløbene er erhvervspsykolog med psykologfaglig baggrund. Fremmøde er obligatorisk.

Jobcenteret har også i tilknytning til projekt Springet, som hjælper unge i job eller uddannelse, en medarbejder ansat med psykologfaglig baggrund, som har uformelle samtaler med de unge i forbindelse med udførelse af praktiske gøremål.

Jobcenteret deltager i perioden 2019 til 2023 i udviklingen af en uddannelses-, beskæftigelses- og behandlingsindsats målrettet unge med symptomer på angst og depression kaldet "Tilbage på sporet" i samarbejde med Københavns Professionshøjskole. "Tilbage på sporet" trækker på den anerkendte tilgang "Individuelt planlagt job med støtte (IPS), som hidtil har vist gode resultater. Formålet er at udvikle en modificeret model for

brug af IPS metoden til unge mellem 15 og 24 år udenfor uddannelse/beskæftigelse, som har tegn på angst og/eller depression.

I sundhedscenteret kan alle borgere henvende sig og bestille tid til en sundhedssamtale/alkoholsamtale, herunder også unge. Tal fra sundhedscenteret viser imidlertid, at 6 % af det samlede antal samtaler i 2018 er med unge (0-24 år). Det samlede antal samtaler er pr. november 2018 896 samtaler.

UU-Vestegnen tilbyder unge mellem 18 og 24, der ikke er i uddannelse, er i risiko for at afbryde deres ungdomsuddannelse, eller har afbrudt deres ungdomsuddannelse et vejledningsforløb.

Andre aktuelle tilbud uden for kommunens regi

Psykologhjælp

Som en del af satspuljeaftalen er der lavet et tillæg til overenskomstaftalen om en forsøgsordning med gratis psykolog til borgere mellem 18 og 20 år, som har fået en lægehenvielse på angst eller depression. Forsøgsordningen gælder fra 1. juli 2018 til 31. december 2021.

Det betyder, at der ikke er en økonomisk barriere blandt de unge i forhold til at få psykologbehandling, og at der måske er flere, der vil benytte sig af ordningen. Der kan dog være lang ventetid.

Derudover har alle borgere mulighed for i livskriser at blive henvist til gratis psykolog hjælp gennem deres praktiserende læge.

Tuba

Unge mellem 14 og 35 år som er vokset op i hjem med alkohol eller stofmisbrug kan få hjælp gennem Tuba, som er en selvstændig organisation ejet af Blå Kors Danmark. Hjælpen er gratis, og alle ansatte og frivillige har tavshedspligt. TUBA har afdelinger landet over med tilbud om individuel terapi og gruppeterapi samt mange aftenarrangementer med undervisning eller socialt indhold.

Den nærmeste afdeling ligger i Hvidovre. Her kan alle unge mellem 14-24 år uanset hvilken kommune, de bor i få hjælp. Der kan dog være op til et års ventetid. Unge mellem 24 og 35 år skal være bosat i Hvidovre for at kunne modtage tilbuddet.

Erfaringer fra andre kommuner

Ishøj/Vallensbæk, Gladsaxe, Albertslund, Ringsted og Aarhus kommuner har tilbud om psykologisk rådgivning til unge cirka i aldersgruppen 15 til 25 år. I Ishøj/Vallensbæk, Gladsaxe, Ringsted og Aarhus er tilbuddet anonymt.

Disse kommuner tilbyder forløb på op til fem samtaler (en enkel kommune otte samtaler) hos en eller flere uddannede psykologer forankret i PPR, Familiehus eller et ungecenter. I Ishøj/Vallensbæk kan samtalerne foregå i Ungdomsskolen eller en anden skole, og I Aarhus befinder tilbuddet sig fysisk i en lejlighed midt i Aarhus uden for den "etablerede" psykiatri eller kommunale hjælpeforanstaltninger.

De kommuner der har svaret på undersøgelsen vurderer, at de unges behov er stigende, og der er venteliste til tilbuddet. Ringsted Kommune overvejer at udvide tilbuddet i forhold til antal psykologtimer, men vurderer at fem gange pr. forløb er tilstrækkeligt, og i Aarhus overvejer de at gøre det muligt at forlænge antal samtaler pr. forløb.

Der er alle steder blik for, om psykologisk rådgivning er den rette indsats, og de unge bliver guidet videre, hvis det er andre indsatser, der skal til. Psykologisk rådgivning er terapeutisk og individuel behandling. De unge skal selv være motiverede, og der bliver ikke arbejdet med netværk og kontekst som ellers i PPR og Familiehuset.

Der opleves en stor spændvidde i de problemer, de unge henvender sig med. Erfaringen er, at de unge ofte er optagede af mange udfordringer/problemer, og at de enkelte forløb ikke kan lade sig afgrænse til ét tema. Fælles er dog for de unge, at de føler sig pressede eller belastede i forskellige dele af deres liv. Det synes fortrinsvist at være i forbindelse med uddannelse, men det kan også omhandle familielivet eller omstændigheder med familie/venner/kæreste. Ovenstående kan vise sig meget forskelligt hos de unge, f.eks. som angst og/eller depressive symptomer, tilbagetrækning eller stofbrug.

I Albertslund har der fra juli 2015 til juli 2016 været 3,9 samtaleforløb med højst fem samtaler pr. forløb om måneden.

I Ringsted har der i perioden april 2017 til november 2018 været gennemsnitlig 7,4 samtaleforløb om måneden, hvilket udgør i alt 443 samtaler. Det gennemsnitlige antal samtaler pr. ung er 3,32.

I Ringsted viser tilbagemeldingerne fra de unge, som har afsluttet et forløb er, at de har fået hjælp til at afklare og håndtere konkrete udfordringer i deres liv. De unges trivsel måles før og efter forløbet, og data viser, at 73,8 % af de unge oplever en sikker forbedret trivsel gennem forløbet, mens det for de resterende 26,2 % er uvist, om trivslen er forbedret.

Aarhus har evalueret tiltaget efter et år. Evalueringen viser, at ca. 70 % af brugerne er kvinder, og hovedparten er over 18 år. De fleste har hørt om tilbuddet via egen læge. Evalueringen viser også, at der er udbredt tilfredshed med ordningen både blandt brugerne (de unge) og blandt psykologerne.

Opsamling

I Rødovre Kommune er der allerede en række tilbud til unge af både forebyggende rådgivende karakter og af mere behandlende karakter.

Inden for den eksisterende tilbudsvifte arbejdes der på at styrke ungeindsatsen. Der er kapacitet i kommunens anonyme psykologiske rådgivning og i headspace til at imødekomme flere unges behov for hjælp. Styregruppen for headspace arbejder med at styrke samarbejdet mellem headspace og kommunen. Det sker ved en indsats for at forbedre kommunikationen mellem AKT-medarbejderne (som ser de unge, som har behov for hjælp på skolerne) og headspace og at forbedre kommunikationen mellem de frivillige foreninger og headspace. Headspace får i 2019 en fremskudt regional medarbejder otte timer ugentligt, som skal være med til at bygge bro til det psykiatriske system.

Social- og Sundhedsforvaltningen vurderer, at Rødovre Kommune i dag allerede har en række tilbud til unge. Erfaringerne fra andre kommuner tyder på, at hvis et tilbud om anonym vejledning fra psykolog stilles til rådighed, vil det også blive benyttet. Det er dog svært at påvise en effekt af tilbuddet.