

EXITplan

- vi løser sociale opgaver

EXITplan tilbyder individuelle mentor- og afklaringsforløb og er leverandør til indsatser i flere kommuner og afdelinger. Vi er forandringskabende og arbejder helhedsorienteret. Alle vores indsatser har et beskæftigelsesrettet formål. EXITplans grundlæggende formål er at hjælpe mennesker, som har et socialt behov - en social problemstilling. Vi har et ønske om at gøre en positiv forskel og skabe positiv udvikling i borgerens liv, da vi mener at alle fortjener et godt, værdigt og meningsfuldt liv. Ydermere mener vi at alle grundlæggende har et ønske om, at indgå på arbejdsmarkedet og at alle har ret til et godt arbejdsliv.

Målgruppe

EXITplans målgruppe er borgere med komplekse problemstillinger herunder sindslidelser, misbrugsproblematikker, dobbeltdiagnoser, borgere med kriminel baggrund, behandlingsdom, samfundstjeneste, fængselsdom og/eller borgere som færdes i bande/rockermiljøet.

Med udgangspunkt i den enkeltes problemstillinger lægger vi en detaljeret og struktureret plan. En plan som omsættes til handling og realistiske delmål. Gennem meningsfulde aktiviteter arbejder vi i to parallelle spor. Dels den direkte afklaring af borgerens fremtidige retning, som relaterer sig til uddannelse og beskæftigelse. Dels det som vedrører borgerens livssituation og som er en barriere i forhold til at leve et selvstændigt liv som selvforsørgende. Herunder f.eks psykisk og fysisk helbred, personlige problemer, misbrug, gæld, angst, depression, vold, kriminalitet, social isolation, spiseforstyrrelser mv.

Pædagogisk praksis

Vi bruger den anerkendende tilgang som pædagogisk praksis og vi tager udgangspunkt i borgerens eksistentielle livsgrundlag og ser derfor en sammenhæng mellem indholdet i jobplanen, samspillet mellem mentor og mentee og den drivkraft denne viser for forandring.

Alle vores forløb er helhedsorienterede og omfavner afklaring af borgerens faglige, sproglige og personlige udvikling.

Den helhedsorienterede plan består i, at vi ved brug af den definerede pædagogiske praksis skaber en god relation til den enkelte borger. Når relationen er opbygget

arbejdes der struktureret, anerkendende men konsekvent og med tydeliggørelse af de fastsatte mål.

Det er vores erfaring, at der gennem struktur i forløbet, sammenhæng i indsatsen og at vi vægter de interpersonelle processer højt skaber fundamentalt vigtige grundsten i relationsopbygningen (basic trust).

Vi arbejder ud fra 4 pædagogiske principper, som alle skaber motiverende forløb for borgeren:

Læs mere om vores pædagogik

1. At der er gensidig respekt og anerkendelse
2. At der opstilles realistiske mål og delmål
3. At der er struktur i forløbet
4. At tydeliggøre opnåede mål for borgeren

En nærmere definition af ovenstående principper kan formuleres således:

1. " du lærer intet i surt miljø" – Drivkraft-dimensionen udgør, hvad vi i dagligt sprog betegner, motivation, følelser og vilje. Det handler om at opmuntre borgeren til at mobilisere den mentale energi, som læringen kræver. Det skabes ved at anerkende borgerens eksistentielle livssituation og dermed også dennes grundlæggende udgangspunkt, som er nutidig.
2. "se lyset for enden af tunellen" – At møde borgeren i dennes øjenhøjde (anerkendende tilgang) og i samarbejde beskrive og/-eller visualisere kompetencer og udviklingsmuligheder. Punktet er essentielt vigtigt i resocialiseringsprocessen og udgør læringens samspilsdimension. Det handler om borgerens samspil med den sociale og materielle omverden og er gældende for begge niveauer.
3. " Konstant føling med fokuspunkter" – Forløbet bygges gradvist op og i et tempo, hvor borgeren føler sig tilpas. Borgeren skal informeres løbende om indsatsen, så denne er tryk i forløbet og føler at alle elementer er begrundet og tydeliggjort.
4. " Vis mig og jeg lærer" – I et liv med kaos skal der skabes overblik. Kort og godt skal alle aftalte mål være sat i et system og være tilgængelige for borgeren. På denne måde kan borgeren følge med i sin plan og derved bevare motivationen, der i sidste ende skal skabe grobund for endelig selvforsørgelse og selvstændighed. Under forløbet skal borgeren vide, hvor denne er i forhold til de opstillede mål, hvad der er opnået og hvad der mangler.

Indhold

EXITplan tilbyder følgende aktiviteter og aftales altid i samarbejde med borgeren og henvisende sagsbehandler:

Morgenvækning og opsøgende arbejde

EXITplan arbejder konsekvent og er vedholdende i kontakten til borgerne. Det er vores overbevisning at en vedholdende kontakt til den enkelte, fordrer noget positivt og borgeren vil opleve, 'at de også vil mig' på de dårlige dage. Når borgeren udebliver fra tilbud ser vi det som en kontaktrebus, som skal løses og borgeren får derfor et opsøgende besøg. Henvisende sagsbehandler orienteres ved udeblivelse fra tilbud.

Gennem aktiviteten kvalificeres borgeren til selv at stå op om morgen og fremmøde til tiden. Efter aftale kan borgeren støttes til fremmøde ved afhentning de første 14 dage. Herefter forventes det at borger selv kan møde eller at der foreligger en faglig vurdering af behovet såfremt indsatsen skal vare længere.

Metoden har afsæt i Per Revstedts teori om motivationsarbejde: "Ingen er håbløs", menneskets inderste natur er konstruktiv, social, aktiv og målrettet og alle har en positiv kerne. Metoden er særligt udviklet til udsatte og sårbare borgere. Forudsætningen for borgerens udvikling er, at den enkelte bevæger sig fra latent motivation (passiv, fralægger sig ansvar for eget liv og trækker sig fra social kontakt) til manifest motivation (lyst til positiv forandring i eget liv, ansvar for eget liv, samspil med andre og ønske om at være et aktivt menneske). Vi arbejder på at skabe en god relation til borgeren og gennem motivationssamtalen at styrke den positive kerne, og dermed motivation for positiv udvikling/forandring.

Daglig beskæftigelse i tidsrummet 8.00-15.00

F.eks snedkerarbejde, kreativt værksted / butik eller køkken.

Formålet med aktiviteten er at borgeren opnår en forståelse for en arbejdspladskultur samt inspireres og motiveres til retning for fremtidig beskæftigelse. Borgeren kvalificeres til at kunne møde til tiden, overholde pauser, indgå i et kollegialt fællesskab herunder tilegne sig sociale kompetencer, tolerere forskelligheder, opsøge kulturen på arbejdspladsen, tage ansvar for opgaveudførelsen, rydde op efter sig, indblik i fagsprog og tilegne sig relevante færdigheder i relation til den pågældende aktivitet.

Der arbejdes desuden på en afklaring af arbejdsevne og skånehensyn.

I aktiviteten er vi optagede af hvilke ressourcer borgeren har ift. at indgå på en arbejdsplads, samt de barrierer (adfærd), der skal arbejdes på, at udvikle hos den enkelte (læringsteoretisk). Borgeren observeres ud fra de kvalificeringer som er nødvendige for at indgå på en arbejdsplads. Dette er afklaret efter de første 14 dages forløb. Der opstilles realistiske mål og en struktureret plan for at opnå målene og dermed kvalificeringen. Målene er karakteriseret ved at være afgrænsede og klart formulerede. Derfor bliver det enkelt at vurdere om målene er opnået.

For at opnå kvalificeringen af borgeren trænes færdighederne indtil den enkelte selv

mestrer dem. Færdighederne trænes i et tæt samarbejde med værkstedets personale.

NADA

EXITplans medarbejdere er uddannede certificerede NADA behandlere gennem NADA Danmark.

Siden oktober 2018 har EXITplan tilbudt NADA behandlinger som en komplementær recovery metode til at øge udbyttet af det samlede tilbud. Formålet er lindring af tilstande og styrke borgerens egne ressourcer.

Gruppeundervisning - personlig udvikling

Personlig udvikling en metode, hvorpå man kan invitere mentalt fastlåste borgere ind i et personligt udviklingsforløb i plenum med ligesindede. Udgangspunktet findes i reelle anonymiserede sager, som er specifikt castet til de deltagende og hensigten er at åbne op for deres ellers undertrykte eller negligerede negative oplevelser. Temaerne i undervisningen spænder lige fra vredeshåndtering, til misbrugs samtaler, hvorpå alting associeres tilbage til barndommen og hvor de fleste påbegynder den u hensigtsmæssige adfærd, som følge af afbrudt "sund" voksenrelation. Man begynder så at sige, at tale det forkerte "sprog" til en given følelse. Personlig udvikling har til hensigt at lære den enkelte at tale det rigtige "sprog" til respektive følelse.

Målet er, at kvalificere borgeren til at mærke indre forandringer. At borgeren kan mestrer hverdagen på en ny måde og bryde ud af de mønstre eller adfærd som kan være en barriere ift. at opnå selvforsørgelse.

Aktiviteten har afsæt i den psykodynamiske model, som handler om de indre processer i mennesker og at opnå en dybdeforståelse af mennesket og dets relationer. Gennem undervisningen opnås en bevidsthed om hvordan tidligere oplevelser påvirker den enkelte i det voksne liv. Den historiske proces som relatere sig til det der er sket tilbage i tiden og i barndommen betones sammen med den aktuelle proces, som er det, der aktuelt sker i den enkeltes liv. På denne måde afklares årsager og der kan arbejdes på nye adfærds- og tankemønstre.

Der skabes et trygt rum hvor den enkelte har mulighed for at åbne op og ventilere. Gruppeundervisning benyttes som metode for at opnå et rum hvor borgere med problemstillinger, der ligner hinanden kan dele erfaringer og spejle sig i andre. Det giver den enkelte mulighed for at opleve at de ikke er de eneste, der sidder med de udfordringer, som de oplever.

"Vi forstår hinanden og kan sætte os ind i det de andre har oplevet"

"Vi har et godt socialt fællesskab"

"Vores underviser er god til at forklare og give os plads til at være os"

"Undervisningen er inspirerende og underviseren gør, at jeg bedre kan forstå mit liv"

Udtalelser fra deltagerne på holdet 'personlig udvikling'.

Individuel psykoterapi / coaching

EXITplan tilbyder individuelle samtaler da nogle kan have svært ved at agere i sociale sammenhænge eller har problemstillinger, som kan være svære at åbne op for i gruppen.

Vores psykoterapeut arbejder ud fra den psykodynamiske tilgang.

Misbrugskonsulent & livsstilshold

EXITplan tilbyder undervisning og individuelle samtaler med misbrugskonsulent.

Tilbuddet er for de borgere som ikke er motiveret for egentlig misbrugsbehandling på misbrugscenter.

Livsstilsholdet undervises af vores misbrugskonsulent. Undervisningen tager udgangspunkt i den addiktive personlighed og som pædagogisk redskab anvendes "det fælles tredje". Det fælles tredje kan være kreative aktiviteter eller madlavning og har til formål at mødes om en fælles opgave hvorved der skabes en ligeværdig relation og potentialet for unikke samtaler øges. Erfaringen er, at samtalerne fungerer godt når der arbejdes side om side om en fælles aktivitet.

Gennem samtalerne kvalificeres borgeren til at opnå motivation til at påbegynde egentlig misbrugsbehandling.

Fitness, svømning, yoga, meditation eller udendørs træningsaktiviteter

Fysisk aktivitet er et vigtigt element i forløbet og da der er evidens for, at det har en positiv effekt på psykiske lidelser, er det en vigtig del af indsatsen.

Borgeren kvalificeres gennem træningen til et øget mentalt overskud, energi, bedre helbred, samt at indgå i sociale fællesskaber.

Gennem yoga og meditation kvalificeres borgeren til at minimere uro, tankemylder, stress, styrke balancen i kroppen, velvære og til at benytte redskaberne hjemme.

Jobparat

EXITplan tilbyder undervisning i aktiviteter rettet mod job / praktik. Vi drøfter jobværdier og inspirerer til fremtidig beskæftigelse. Vi støtter borgeren i at søge praktikpladser, løntilskud og/eller ordinært job, fleksjob mv. Borgeren kvalificeres til at kunne skrive ansøgninger, CV og til at kunne præsentere sig selv og blive opmærksom på personlig fremtoning.

Vi tilbyder støtte til fastholdelse og opfølgning i de beskæftigelsesrettede aktiviteter for at skabe en tryk overgang.

EXITplan samarbejder med en lang række virksomheder både i lokalområdet og omegn. Samarbejdet omfatter både praktikker, løntilskud, fleksjob og mulighed for ordinære timer.

Sprogtræning (Integration)

EXITplans sprogtræning er en dialogbaseret undervisning som tager udgangspunkt i konkrete arbejds- og hverdagssituationer. Borgeren kvalificeres til at bruge dansksproget aktivt og opnå et sprogligt løft, sproglig selvtillid og motivation til at påbegynde sprogskole.

Teamet

EXITplans team er sammensat af sociale mentorer med bred erfaring med psykisk sårbare, bande og misbrug, en socialrådgiver, psykoterapeut, snedkermester, skrædder, administrativ, og personlig træner.

Fælles for EXITplans medarbejdere er, at de er vant til at tage imod borgere med særdeles komplekse situationer som kriminel baggrund, misbrug, sindslidelser mv. Vi er meget erfarne såvel som tolerante på dette område.

Faglighed er et nøgleord og alle medarbejdere opdateres løbende på ny viden og lovgivning på det sociale område. Vi benytter metoden 'sags- og episodeanalyse' til sparring og løsning af de komplekse sager.

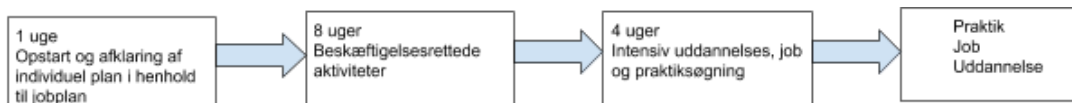
Visitation

Visitation af borgere til EXITplan sker ved henvendelse til Louise Harris, louise@exitplan.dk eller på telefon 53768686. Ved henvendelse oplyser sagsbehandler om borgerens problemstillinger og mål. EXITplan laver herefter en målgruppevurdering og der indkaldes til en visitationssamtale hvor borgeren, sagsbehandler og EXITplan deltager.

EXITplans mål for visitationen er som følgende:

- Der etableres kontakt til den enkelte borger - En kontakt som skal opleves respektfuld og tillidsvækkende.
- Afklaring af borgerens nuværende situation og behov.
- Informere om vores tilbud og aktiviteter
- Lave aftaler om konkret deltagelse i relevante aktiviteter
- Aftale om opstartsdato.
- Opstart i forløb hver mandag

Forløbsstruktur - 13 ugers forløb



Introduktion og individuel plan 1 uge

Uge 1	<p>På første opstartsdag tages borgeren imod af den kontaktperson, som deltog på visitationsmødet. Borgeren introduceres til huset. I samarbejde med borgeren oprettes delmål ud fra jobplanen og borgeren får en struktureret ugeplan over de aftalte aktiviteter.</p> <p>EXITplans interne visitationsskema udfyldes i samarbejde med socialrådgiver med henblik på en afklaring af borgerens aktuelle ressourcer samt udviklingspotentiale.</p> <p>Aktiviteter opstartes Borger deltager i planlagte aktiviteter. Individuel samtale med socialrådgiver hvor der evalueres på ugen og lægges plan for de næste 8 uger.</p>
-------	---

Beskæftigelsesrettede aktiviteter 8 uger

Uge 2	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p>
-------	---

Uge 3	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p>
Uge 4	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p>
Uge 5	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p> <p>Der sendes status på forløbet til sagsbehandler</p>
Uge 6	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p>
Uge 7	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u></p>

	<p>Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p>
Uge 8	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p>
Uge 9	<p><u>Daglig undervisning fra kl. 10-12:</u> Undervisning personlig udvikling (psykoeducation) Undervisning med misbrugskonsulent Undervisning med jobkonsulent</p> <p><u>Aktiviteter fra 08.00-10.00 og 12.00 - 14.00.</u> Træning Individuelle samtaler med psykoterapeut, socialrådgiver, misbrugskonsulent og/eller mentor. Værkstedaktivitet</p> <p>Der foretages en vurdering om borger er klar til at overgå til de 4 ugers jobrettede forløb. Vurderingen sker i samarbejde med borgeren, sagsbehandler og EXITplan.</p>

**Intensivt jobfokus
4 uger**

Uge 10	<p>Undervisning med jobkonsulent Individuelle samtaler med jobkonsulent Søge efter praktikplads Værksted Ordinære timer på værksted eller hos samarbejdsvirksomheder</p>
--------	--

Uge 11	Undervisning med jobkonsulent Individuelle samtaler med jobkonsulent Søge efter praktikplads Værksted Ordinære timer på værksted eller hos samarbejdsvirksomheder
Uge 12	Undervisning med jobkonsulent Individuelle samtaler med jobkonsulent Søge efter praktikplads Værksted Ordinære timer på værksted eller hos samarbejdsvirksomheder
uge 13	Undervisning med jobkonsulent Individuelle samtaler med jobkonsulent Søge efter praktikplads Værksted Ordinære timer på værksted eller hos samarbejdsvirksomheder

Praktik / job / løntilskud / uddannelse
Fastholdelsesmentor