

Att arbeta med UVAS – erfarenheter från praktiken

Lärdomar från projektet ISA



Förord



”Inget steg är för litet för att man faktiskt ska ta det.”

Att arbeta med unga som varken studerar eller arbetar innebär sällan snabba lösningar eller tydliga genvägar. Förflyttningar sker ofta i små steg – ibland knappt synliga – men varje steg är betydelsefullt. Den här publikationen har vuxit fram ur just den erfarenheten.

I dokumentet presenteras arbetssätt, insatser och förhållningssätt som på många sätt kan upplevas som självklara. Inget av det som beskrivs är revolutionerande i sig. Samtidigt vet vi att det ofta är just dessa grundläggande delar – bemötande, tillgänglighet, relation och uthållighet – som avgör om unga klarar att ta nästa steg mot studier, arbete eller annan meningsfull sysselsättning.

Dokumentet vänder sig till dig som möter unga i liknande situationer i din vardag. Kanske arbetar du redan med flera av dessa frågor. Vår förhoppning är att innehållet ska ge igenkänning, sätta ord på sådant som annars sker i det tysta och samtidigt inspirera till vidare utveckling i den egna verksamheten.

Innehåll

Inledning.....	5
1. Tillgänglighet och bemötande	8
1.1 Uppsök.....	8
1.2 Förhållningssätt och tillgängliga vuxna	10
1.3 Stöd i kontakter	12
2. Stöd vid studier och APL	14
2.1 Studie- och yrkesvägledning	14
2.2 Stöd i studier	15
2.3 Stöd i APL.....	17
3. Skolnärvaro	18
4. Återgång och övergång: studier, arbetsliv eller alternativ sysselsättning	21
4.1 Återgång till skola.....	21
4.2 Övergång mellan studier	22
4.3 Övergång efter studier	25
5. Mot arbetsmarknad	26
5.1 Att rusta inför arbetslivet	26
5.2 Söka och få arbete	28
5.3 Kontakt med arbetslivet	29
6. Arbetssätt för att rusta inför framtiden	30
7. Hälsofrämjande och motivationsskapande insatser	34
7.1 Kroppsligt välmående och återhämtning.....	34
7.2 Social träning och sammanhang.....	35
7.3 Individbaserade motivations- och intresseinsatser	36
Slutord.....	37
Tips för dig som vill läsa mer	38

Inledning

Om UVAS – unga som varken arbetar eller studerar

I Sverige finns omkring 130 000 unga som varken arbetar eller studerar. För många är detta inte en tillfällig situation, utan ett långvarigt utanförskap som kan sträcka sig över flera år. Gruppen är stor, heterogen och svår att nå – men gemensamt är behovet av samordnat, långsiktigt och individanpassat stöd.

I denna publikation utgår vi från Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågors (MUCF) definition av UVAS. En person räknas till gruppen UVAS om hen:

- är 16–29 år
- är folkbokförd i Sverige
- inte har haft inkomster som överstiger ett prisbasbelopp
- inte studerar

Gruppen UVAS delas ofta in i aktiva och inaktiva. Aktiva UVAS är inskrivna på Arbetsförmedlingen och förväntas stå till arbetsmarknadens förfogande. Inaktiva UVAS är inte inskrivna och utgör en särskilt heterogen grupp. Här finns unga som till exempel på grund av sjukdom eller funktionsnedsättning har svårt att arbeta, unga som försörjs av anhöriga, men också unga som tidigare försökt etablera sig på arbetsmarknaden utan att lyckas och till slut gett upp.

Den stora variationen i livssituationer och behov gör att det inte finns en universallösning för arbetet med UVAS. Erfarenheterna visar att individens förutsättningar, motivation och aktuella livssituation alltid måste stå i centrum. Det är också därför arbetet med denna målgrupp kräver flexibilitet, tillit, lyhördhet och tid.

Om ISA – Insatser i samverkan för unga i Uppsala län

ISA är ett treårigt EU-finansierat projekt (Europeiska socialfonden) med Region Uppsala som sammanhållande projektägare. I projektet har åtta delprojekt i Uppsala län på olika sätt har arbetat för att minska andelen unga som varken arbetar eller studerar. Delprojekten är hemmahörande i kommunerna Heby, Håbo, Knivsta, Tierp och Älvkarleby. I Uppsala kommun finns två delprojekt: ett hos Utbildningsförvaltningen och ett hos Arbetsmarknadsförvaltningen. Dessutom har Samordningsförbundet i Uppsala län deltagit med metodutveckling i projektet.

Arbetet har omfattat både direkta insatser för unga som befinner sig i UVAS-situationen och förebyggande arbete för att färre ska hamna där.

Delprojekten har haft olika lokala förutsättningar, målgrupper och arbetssätt, men har förenats av ett gemensamt övergripande mål: att skapa bättre förutsättningar för unga att närma sig och klara av studier, arbete eller annan hållbar sysselsättning. Inom projektet har nya arbetssätt prövats, befintliga metoder vidareutvecklats och samverkan mellan olika aktörer skapats eller fördjupats. Delprojekten har arbetat med olika åldersgrupper inom målgruppen. De yngsta deltagarna går på grundskolan (13–15 år). Många av deltagarna tillhör kommunala aktivitetsansvaret eller introduktionsprogram på gymnasiet (16–19 år). De äldsta deltagarna finns inom arbetsmarknadsenheter och vuxenutbildning och är 20–29 år.

Denna publikation är ett sätt att samla och sprida de erfarenheter och lärdomar som vuxit fram under projektets gång.

Syfte

Syftet med texterna är att beskriva framgångsrika arbetssätt, insatser och förhållningssätt som kan användas i arbetet med unga som varken arbetar eller studerar. Dokumentet är inte tänkt som en manual eller en färdig modell, utan som ett praktiskt kunskapsstöd.

Ambitionen är att synliggöra *hur* arbetet har bedrivits, *varför* vissa arbetssätt är viktiga och *vilka förutsättningar* som behöver finnas för att insatserna ska fungera. Fokus ligger på lärdomar som kan inspirera och anpassas till kommuners och verksamheters lokala sammanhang.

Upplägg och struktur

Dokumentet är tematiskt uppbyggt och speglar olika delar av den process som många unga i UVAS-situationen befinner sig i. Kapitlen kan läsas i sin helhet eller användas fristående utifrån behov. Dokumentet innehåller följande huvudområden:

- Tillgänglighet och bemötande
- Stöd vid studier och APL
- Skolnärvaro
- Återgång och övergång: studier, arbetsliv eller alternativ sysselsättning
- Mot arbetsmarknad
- Arbetssätt för att rusta inför framtiden
- Hälsofrämjande och motivationsskapande insatser

Inom varje område beskrivs arbetssätt och aktiviteter som vuxit fram inom projektet. Texterna är sammanhållna och utgår från gemensamma erfarenheter snarare än enskilda delprojekt. Citaten i katalogen kommer från projektmedarbetare i projektet ISA.

Eftersom ISA:s deltagare tillhör olika åldersgrupper och därför olika verksamheter beskriver texterna ibland arbetet med en specifik åldersgrupp och ibland ett mer generellt arbete som gäller hela målgruppen.

Ett gemensamt förhållningssätt

Arbetet som beskrivs i texterna genomsyras av ett gemensamt förhållningssätt där bemötande, tillgänglighet och tilltro till individens förmåga är centrala. Projektet har genomgående beaktat de horisontella principerna, det vill säga jämställdhet, tillgänglighet och icke-diskriminering, vilket är invävt i beskrivningarna av insatser och arbetssätt.

Sammantaget speglar dokumentet ett arbete där relationer, respektfullt bemötande, långsiktighet och små steg framåt har varit avgörande för att skapa förändring.

1. Tillgänglighet och bemötande

1.1 Uppsök

Uppsökande arbete är en utmanande del i arbetet med unga som varken arbetar eller studerar. Uppsök behöver bygga på både att nå unga som ännu inte har kontakt med stödinsatser och att kontinuerligt hålla kontakt med unga som redan är kända i verksamheten. För många i målgruppen är det svårt att själva ta initiativ eller upprätthålla kontakt över tid, vilket gör ett aktivt och uthålligt uppsökande arbetssätt avgörande.

Uppsökande arbete behöver bedrivas systematiskt genom strukturerad identifiering av unga i målgruppen. Ett exempel är det kommunala aktivitetsansvaret (KAA) som använder register och databaser för att identifiera unga som avbrutit studier i förtid eller avslutat gymnasiet med studiebevis eller intyg. Utifrån detta kan man ta kontakt med målgruppen via sms, telefonsamtal och utskick av brev eller vykort.

För att nå unga som ännu inte har etablerad kontakt kan flera olika kanaler användas. Digitala kanaler, särskilt sociala medier, har visat sig vara ett effektivt sätt att nå ut brett. Riktade och sponsrade inlägg kan användas för att informera om vilket stöd den unga kan ta del av. För att sänka trösklarna till kontakt kan man sedan exempelvis använda sig av enkla webbformulär där unga kan lämna sina kontaktuppgifter. På detta sätt blir information om stöd mer tillgänglig för hela gruppen UVAS.

En annan viktig del av det uppsökande arbetet är samverkan med andra verksamheter som möter målgruppen. Genom etablerade nätverk och regelbundna kontakter med exempelvis skola, hälso- och sjukvård, socialtjänst, civilsamhällesaktörer och lokala områdesnätverk kan det skapas fler ingångar till unga i behov av stöd. Närvaro i lokala sammanhang, såsom områdesgrupper, marknader, mässor och offentliga miljöer, bidrar till ökad synlighet och gör det lättare för både unga och anhöriga att ta kontakt.

”

När vi stod på den lokala höstmarknaden träffade vi flera anhöriga till UVAS som inte kände till vår verksamhet. På det sättet fick vi sedan kontakt med nya individer och fick möjlighet att ge dem stöd.”

När kontakt väl har etablerats fortsätter det uppsökande arbetet även inom pågående stöd. Kontinuerlig uppföljning är nödvändig, då många unga annars riskerar att tappa kontakten. Det är därför viktigt att arbeta aktivt med återkommande kontaktförsök via telefon, sms, mejl och brev. Även unga som initialt tackat nej till stöd kan behöva erbjudas kontakt igen vid senare tillfällen.

När man väl får kontakt är det viktigt med flexibilitet i hur och var möten sker. Möten kan äga rum i verksamhetens lokaler, på offentliga platser eller genom hembesök, beroende på vad som fungerar bäst för den enskilda individen. Erfarenheterna visar att denna anpassningsförmåga är särskilt viktig för att nå unga med olika livssituationer och behov, och för att säkerställa tillgänglighet oavsett exempelvis kön, bakgrund eller funktionsnedsättning.

För att vara framgångsrikt behöver det uppsökande arbetet bestå av en kombination av bred synlighet, strukturerade arbetssätt och relationsskapande insatser. Att vara uthållig, flexibel och beredd att försöka många gånger är avgörande för att nå unga som annars riskerar att stå utan stöd.

1.2 Förhållningssätt och tillgängliga vuxna

Arbetet med unga behöver präglas av respekt, lyhördhet och en grundläggande tilltro till varje individs förmåga att utvecklas och ta steg mot studier eller arbete. Att vara tillgänglig vuxen handlar inte bara om organisatorisk tillgänglighet, utan också om hur vuxna förhåller sig till individen över tid.



”

När ungdomen är uppgiven är vår roll att vara vikarierande hopp.”

Utgångspunkten är att möta unga där de befinner sig, utifrån deras aktuella livssituation, förutsättningar och dagsform. Många unga i målgruppen bär med sig erfarenheter av misslyckanden, särskilt från skolan, och har ofta en låg tilltro till både sig själva och vuxenvärlden. Därför är det viktigt att relationsskapande arbete får ta tid. Att skynda långsamt, bygga förtroende och visa att någon står kvar även när det svajar är centralt. Små delmål och synliggjorda stegförflyttningar är viktiga för att skapa motivation och upplevelser av att lyckas.

En hög grad av flexibilitet är nödvändig för att sänka trösklarna till stöd. Möten ska anpassas efter individens behov och kan ske i olika miljöer, såsom i hemmet, på bibliotek, under promenader, i bilen eller på andra platser där individen känner sig trygg. För vissa är traditionella mötesformer och kontorsmiljöer hindrande, medan mer informella sammanhang möjliggör samtal, delaktighet och progression. Flexibiliteten omfattar också tid, innehåll och tempo i insatserna.



”

Vid de första tillfällena jag besökte L kom hen inte ut ur sitt rum, utan jag satt och pratade med mamman i köket. Vid det tredje tillfället märkte vi att hen hade öppnat sin dörr på glänt och lyssnade. Lite senare satt hen med oss i köket.”

Bemötandet behöver genomsyras av en stark tilltro till individens förmåga. Att visa att man tror på individen – ibland som ett ställföreträdande hopp när den egna tilltron saknas – kan vara helt avgörande. Samtidigt innebär arbetet att våga ställa rimliga och realistiska krav, anpassade efter individens förutsättningar.

Personer som arbetar med UVAS behöver ha en god förmåga att skapa tillitsfulla relationer som bär över tid. Det betyder bland annat att:

- ha tilltro till individen och dennes förmåga
- visa intresse för individen – inte minst för dennes styrkor, resurser, kompetenser och intressen
- praktisera ett aktivt lyssnande: lyssna både på vad som sägs och vad som inte sägs
- våga vara i tystnad
- uppträda respektfullt
- kunna ingjuta hopp
- aktivt motverka maktbalansen
- fokusera på individens vinst av förändring och personliga utveckling

Arbetet behöver ha ett helhetsperspektiv på individens livssituation. Många har parallella utmaningar kopplade till exempelvis hälsa, social situation eller myndighetskontakter. Samtidigt behöver ett tydligt fokus på förflyttning mot studier eller arbete upprätthållas. Om ungdomen behöver flera typer av stöd är det ofta bättre att arbeta med dem parallellt i stället för ett område i taget. Genom att arbeta med parallella insatser är det möjligt att ta hänsyn till olika livsområden utan att tappa riktningen mot långsiktig sysselsättning.

Kontinuerlig kontakt, återkoppling och uppföljning är avgörande, särskilt när motivationen sviktar eller när individen har svårt att hålla kontakt på egen hand. Att som personal hålla vad man lovar, vara tydlig och lyssna in det som sägs – men också det som inte sägs (att läsa av vad som sägs mellan raderna) – bygger förtroende över tid. Många unga har svårt att själva vara aktiva deltagare i möten där man ska prata om den ungas situation. I sådana möten med andra aktörer kan en person som den unga har förtroende för ta rollen som individens företrädare, med fokus på att synliggöra behov, skapa förståelse och säkerställa att rätt stöd ges.

Det är av yttersta vikt att ett relationellt kompetent arbetssätt genomsyrar mötet med unga. Aktivt lyssnande, respektfullt bemötande, nyfikenhet på individens styrkor och intressen samt användning av visuellt och konkret stöd bidrar till att göra individen delaktig i sin egen process. Genom att erbjuda tydliga alternativ och fatta beslut tillsammans kan unga gå från att vara passiva mottagare till aktiva medskapare i sin väg framåt.



” Vi får inte tappa ’kantbollarna’ – de unga som riskerar att hamna vid sidan om. Fint att få komma in och lotsa dem som riskerar att hamna mellan stolarna till rätt verksamhet.”

Arbetet med UVAS kräver alltså personal som är närvarande, uthållig och flexibel. Ett tillgängligt och tillitsfullt förhållningssätt, kombinerat med tid, struktur och en tydlig riktning, skapar förutsättningar för unga att våga ta steg mot studier, arbete eller annan långsiktigt hållbar sysselsättning.

1.3 Stöd i kontakter

Många unga i målgruppen har behov av stöd i kontakter med olika aktörer, men saknar antingen pågående kontakter eller förutsättningar att själva initiera, förstå och upprätthålla dem. Stöd i kontakter kan vara avgörande för att insatser inom studier, arbete och välmående ska bli

tillgängliga i praktiken. Det handlar inte enbart om att hänvisa vidare, utan om att erbjuda ett aktivt, handfast och individanpassat stöd genom hela processen. Genom att förbereda möten tillsammans med individen, tydliggöra vad som ska tas upp och hur individen ställer sig till olika förslag, kan unga bli delaktiga även när de har svårt att själva aktivt delta.

Stödet kan omfatta kontakter med exempelvis skola, arbetsförmedling, socialtjänst, vård, Försäkringskassan, CSN och arbetsgivare. I många fall har unga flera kontakter parallellt, utan att själva ha en tydlig bild av vem som ansvarar för vad. En viktig del av arbetet är därför att tillsammans med individen skapa överblick, tydliggöra roller och samordna insatser för att undvika missförstånd, avbrott eller onödiga glapp.

För många är övergripande information i sig inte tillräckligt. Stödet behöver därför ofta ges steg för steg, där någon aktivt hjälper till med hela kedjan: att ta första kontakten, boka tider, formulera frågor, följa med på möten, lyssna in vad som sägs och efteråt reda ut vad beslut och information faktiskt innebär. Att tolka brev, beslut och antagningsbesked på ett tillgängligt sätt – genom förenklat språk, visuellt stöd eller gemensamma genomgångar – är viktigt för att individen ska kunna ta tillvara sina rättigheter och möjligheter. Detta kan vara särskilt viktigt vid övergång mellan skolformer eller när den unga ska ta steget mot arbete eller annan sysselsättning.

Stöd i kontakter bidrar till ökad trygghet, minskat obehag och en större känsla av kontroll över den egna situationen. Det kan också ge en sammanhållen och begriplig plan för individen, snarare än flera parallella spår. Att olika aktörer drar åt samma håll ger tydlighet och stabilitet och ökar förutsättningarna för progression.

2. Stöd vid studier och APL

2.1 Studie- och yrkesvägledning

Studie- och yrkesvägledning är en central och långsiktig del av stödet till unga som står inför, befinner sig i eller närmar sig studier. Målgruppen har behov av en vägledningsprocess som sträcker sig över tid och som anpassas efter individens livssituation, erfarenheter och mognad i processen. Vägledningen behöver därför vara kontinuerlig snarare än punktinsatsbaserad, med återkommande samtal före, under och i övergången till vidare studier. Det kan ta tid innan unga vågar öppna upp och dela sina tankar kring svårigheter, tidigare misslyckanden och framtida önskningar. Att låta vägledningen ta tid är därför en framgångsfaktor.



”

Jag har fått vägleda 'i marginalen' när jag träffat individer med stora och ibland lite diffusa behov. Har lärt mig mycket om alla olika svårigheter och hinder hos individer som kräver ett nytänk i arbetssättet.”

Många unga har behov av stöd i struktur, uppföljning och administration kopplat till studier. Påminnelser om ansökningstider, möten och viktiga moment, liksom stöd i kontakter med utbildningsanordnare och studiestödsfunktioner, kan vara avgörande för individens steg vidare. Vägledningen bör också ske i nära samverkan med individens nätverk och andra aktörer, exempelvis inom elevhälsa, vård eller anhörigstöd. Ibland finns också behov av samordnade möten för att skapa helhet och tydlighet runt individen.

Vägledningen bör utgå från var individen befinner sig i sin process. För många unga är det svårt att formulera framtidsdrömmar, mål eller ens se

vilka möjligheter som finns. Därför börjar vägledningen ofta brett, med fokus på självkännedom, värderingar, intressen och tidigare erfarenheter av studier och arbete. Genom strukturerade samtal och konkreta övningar får individen stöd att sätta ord på både hinder och möjligheter, och att successivt närma sig mer konkreta val.

Vägledningen behöver vara individanpassad, relationsbyggande och flexibel. Möten kan ske både fysiskt och digitalt, och på platser som känns trygga för individen. Samtalsstöd och visuella verktyg används för att göra samtalen mer tillgängliga och konkreta. Vägledningens mål är att stödja individen i att välja, nå och behålla studier, snarare än att enbart fokusera på antagning och start.

Vägledningen behöver vara långsiktig, flexibel och integrerad i individens hela livssituation. När vägledningen ges i rätt takt och i nära samspel med övrigt stöd ökar möjligheten för unga att göra val som leder till hållbara studier och stärkt framtidstro.

2.2 Stöd i studier

Ett kontinuerligt och individanpassat studiestöd är nödvändigt för att skapa förutsättningar för att unga i målgruppen inte bara ska påbörja studier, utan också kunna fullfölja dem. Många unga saknar de kringfärdigheter som krävs för att klara studier, såsom planering, struktur och organisering. Svårigheterna kan bero på nedsatta exekutiva funktioner, långvarig frånvaro eller tidigare negativa skolupplevelser. Då behövs hjälp med att skapa struktur i vardagen genom exempelvis veckoplanering, scheman, överblick över uppgifter, prov och kurslitteratur.



Rätt uppgifter på rätt nivå, få hjälp vid rätt tillfälle och att utmanas på rätt nivå är grundstenar för att lyckas.”

För individer inom målgruppen är tillgången till en trygg och kontinuerlig person i skolsituationen central. Elevcoacher eller pedagogiskt stödjande personal behöver finnas nära under hela skoldagen och kan då bidra med både pedagogiskt och socialt stöd. Elevcoachen kan då ge stöd i klassrummet, i planering av studier och i kommunikationen mellan elev och lärare. Undervisningen kan förklaras på alternativa sätt, anpassas i tempo eller genomföras i mer kreativa former, exempelvis vid muntliga examinationer.



”

Vi har arbetat med att slipa ner trösklarna för att öka tillgängligheten, både fysiskt och psykiskt. Det handlar om allt kring bemötande, om detaljer i undervisningen, anpassa förberedelser och uppgifter. Vi anpassar allt runt omkring för att eleven ska ha möjlighet att lyckas.”

För unga som har svårt med raster, luncher eller övergångar under skoldagen kan praktiskt stöd erbjudas för att skapa trygghet och minska risken för frånvaro. Elevcoachen kan också hjälpa till att sänka trösklarna för närvaro genom att möta upp unga i deras hemmiljö eller följa dem in i skolmiljön.

Stöd i studier innebär också samverkan med skolans övriga funktioner och externa aktörer, till exempel genom att initiera och följa upp specialpedagogiskt stöd, studiestödjande insatser och utredningar vid misstanke om exempelvis läs- och skrivsvårigheter.

För unga som studerar inom vuxenutbildning, folkhögskola eller på distans är det positivt att kunna erbjuda studiestöd både individuellt och i grupp. Stödet kan bland annat bestå av hjälp att strukturera studierna, skapa studiero och bryta ner uppgifter i hanterbara delar. Genom fasta tider för studiestöd får unga en stabil ram, vilket visat sig minska risken för avhopp – särskilt vid heltidsstudier på distans där kraven på egen struktur är höga.



” Vi curlar inte – vi säkerställer att eleven klarar att ta nästa steg.”

Stöd i studier innebär ett nära, flexibelt och långsiktigt arbete. När unga får hjälp att skapa struktur, återfå kontroll över skolsituationen och uppleva att någon finns kvar genom svårigheter minskar stress och ångest. Det ökar möjligheten att fullfölja studier och stärker individens tilltro till sin egen förmåga.

2.3 Stöd i APL

Arbetsplatsförlagt lärande (APL) är en central del i flera utbildningsformer, där en betydande del av studietiden tillbringas på en arbetsplats. Många unga i målgruppen behöver ett utökat och anpassat stöd för att klara både övergången till och genomförandet av APL. Detta gäller särskilt unga med tidigare skolmisslyckanden, hög frånvaro eller andra utmaningar som påverkar förmågan att fungera i en ny miljö med nya krav och förväntningar.

Inför APL kan den unga behöva rustas inför vad det innebär i praktiken. Genom att få ökad förståelse för arbetsplatsens ramar, sociala koder, krav på närvaro och ansvar minskar osäkerheten inför start och chansen att lyckas på arbetsplatsen ökar.



” Jag har hört av mig till eleverna om de inte har varit på plats, gjort besök på arbetsplatsen för att se hur det går, haft möten med elev och handledare och stöttat elever att berätta om sina svårigheter. Vi såg ökad närvaro hos de elever som fick lite extra individuellt stöd.”

Introduktionen på arbetsplatsen behöver ofta vara mer omfattande än vid traditionella APL-upplägg. Utöver lärarens introduktion behöver handfast stöd ges i de första stegen, exempelvis genom att någon följer med till arbetsplatsen, säkerställer att kontakt med handledare fungerar och att individen kommer in i rutinerna.

Under pågående APL är det också viktigt med uppföljning. Det kan innebära regelbunden kontakt med både individ och arbetsplats, uppmärksamhet på frånvaro och tidiga insatser vid tecken på svårigheter. Vid behov kan det vara bra med möten tillsammans med individ och handledare om till exempel funktionsnedsättningar eller andra svårigheter för att skapa bättre förutsättningar på arbetsplatsen.

Stödet i APL kan kompletterats med pedagogiskt stöd parallellt med praktiken. Detta är särskilt viktigt inom utbildningar där teoretiska moment, såsom matematik, upplevts som hinder. Kombinationen av praktiskt och teoretiskt stöd har visat sig minska risken för avhopp och öka möjligheten att fullfölja utbildningen.

APL för unga i målgruppen behöver vara tydligt tillgänglighetsanpassad. När förberedelser, introduktion och uppföljning ges på rätt nivå och i nära samverkan mellan skola och arbetsplats ökar närvaro, trygghet och förutsättningar för unga att lyckas i sitt arbetsplatsförlagda lärande.

3. Skolnärvaro



”Tillsammans med eleven tar vi tillbaka kontrollen över skolsituationen.”

Elevers problematiska skolfrånvaro är ofta ett komplext problem som kräver komplexa och samordnade insatser. Det är viktigt att kartlägga vad frånvaron beror på för att kunna sätta in rätt insatser i arbetet med elever. Forskning visar att skolnärvaro sällan handlar om bristande vilja, utan om samspel mellan individuella, sociala och skolrelaterade faktorer. När elevernas situation kartläggs har det visat sig framgångsrikt att även

ha med föräldrarna i arbetet. För att sedan genomföra ett framgångsrikt närvarofrämjande arbete krävs både struktur, relation och hög grad av anpassning till varje individs situation.

Det närvarofrämjande arbetet kombinerar förebyggande, främjande och åtgärdande insatser. Praktiskt och handfast stöd är centralt, särskilt i övergången mellan hem och skola. Det innebär att vuxna på skolan vid behov tar ansvar för den första kontakten på dagen, exempelvis genom sms, telefonsamtal eller väckning, samt genom att möta upp, hämta eller följa eleven till skolan. För vissa behöver stödet även omfatta hjälp med resvägar, busstider, busskort och annan praktisk planering för att göra starten på skoldagen möjlig.

Parallellt behöver man skapa en trygg skolmiljö som eleven vill vara i. Genom en hög vuxennärvaro och tydliga strukturer i skoldagen behöver skolan arbeta aktivt för att minska otydlighet och gråzoner som annars kan förstärka frånvaro. Anpassningar i scheman och raster görs för att säkerställa att vuxna finns tillgängliga när eleven behöver stöd, och för att undervisning sker i sammanhang som skapar tydlighet, trygghet och studiero.



”Föräldrastöd behöver finnas. Det är otroligt viktigt. För att hjälpa barnen måste föräldrarna orka.”

Ett viktigt steg i arbetet med problematisk skolfrånvaro är noggrann kartläggning. Kartläggningen ska utgå från individens upplevelse och genomföras i nära dialog med eleven och ofta även vårdnadshavare. Att lyssna in elevens erfarenheter, tidigare insatser och vad som fungerat eller inte är avgörande för att kunna sätta in rätt stöd. För en del elever och familjer är detta första gången de upplever att deras perspektiv på allvar tas tillvara.

Utifrån kartläggningen tas individuella närvaroplaner fram. Dessa planer behöver vara konkreta, överskådliga och tydliga kring *vad* som ska göras, *när*, *hur* och av *vem*. I planerna kan flera viktiga personer ingå,

såsom vårdnadshavare, mentorer, elevhälsa, skolsocialt team och andra betydelsefulla personer i elevens nätverk, till exempel en släkting eller en annan närstående. Detta synliggör att skolnärvaro ofta är ett gemensamt ansvar och att flera aktörer behöver samverka för att skapa hållbara lösningar. Man kan kalla de personer som finns med i planen för *elevens närvaroteam*.

Uppföljning och utvärdering är en viktig del av arbetet. Insatser måste följas upp regelbundet och justeras utifrån vad som visar sig fungera. Det som ger effekt har bygger man vidare på, medan åtgärder som inte haft önskad verkan avslutas eller ersätts. Denna systematik bidrar till att skolnärvaro ses som en pågående process snarare än ett snabbt mål att uppnå.

För elever som upplever skoldagen påfrestande kan flexibla lösningar behöva användas för att minska risken för att eleven lämnar skolan. Det kan exempelvis handla om att skapa överenskommelser kring pauser, tillgång till lugna platser på skolan eller möjligheten att tillfälligt få stöd av en person utan att behöva lämna skolan för resten av dagen. Man kan till exempel genomföra möten eller samtal under promenader eller i mer informella sammanhang för att sänka stress och öka tillgänglighet.

Sammanfattningsvis kräver arbete med skolnärvaro tid, uthållighet och ett relationellt förhållningssätt. Det är viktigt att tänka på att inget fall är det andra likt, vilket innebär varje individ behöver sin egen lösning. När unga möts med förståelse, tydliga strukturer och praktiskt stöd, och när de själva och deras nätverk involveras i lösningarna, ökar möjligheten till varaktig närvaro och en stärkt tilltro till skolan som en plats där det är möjligt att lyckas.

4. Återgång och övergång: studier, arbetsliv eller alternativ sysselsättning

4.1 Återgång till skola

Återgång till studier är för många unga en komplex och krävande process, särskilt för dem som haft långvarig skolfrånvaro eller avbrott i både grundskola och gymnasium. Återgång kan sällan ske genom en snabb lösning, utan kräver tid, lyhördhet och ett strukturerat stöd som utgår från individens förutsättningar, erfarenheter och framtidsbild.

En central del i arbetet är förstärkt och långsiktig studie- och yrkesvägledning. För många unga har tidigare skolfrånvaro inneburit att de gått miste om vägledning och därmed saknar både valkompetens och kunskap om utbildningsvägar, utbildningsformer och arbetsmarknad. Genom kontinuerliga vägledningsprocesser får unga möjlighet att fylla dessa kunskapsluckor och att tillsammans med vägledande personal utforska både framtidsdrömmar och realistiska alternativ. När individens självkännedom och förståelse för sina möjligheter stärks kan återgången till studier förändras från något skrämmande till något meningsfullt och motiverande.

Återgången till studier behöver präglas av relationsskapande vägledning och förberedas noga genom att individen görs delaktig i sin planering och målsättning, där egna styrkor och intressen är vägledande. Att skynda långsamt och gemensamt reglera tempo och omfattning är en viktig framgångsfaktor som skapar trygghet och gör det möjligt att successivt formulera mål. När individen är redo kan mer formell vägledning ta vid.

För unga som varit borta från skolan under lång tid kan återgången behöva förberedas genom möjlighet att bekanta sig med skolmiljön i förväg och att bygga relationer med personal på skolan innan studiestart. Även praktiska göromål såsom till exempel resan till skolan kan behöva tränas på för att förbereda individen.

Återgången sker med fördel i nära samverkan mellan olika funktioner och aktörer. Studie- och yrkesvägledning, elevhälsa, kuratorer och externa aktörer som arbetsmarknadsverksamheter kan tillsammans bidra till att skapa sammanhållna och trygga övergångar och fungera som en brygga mellan olika verksamheter.

En central framgångsfaktor är att följa individen genom hela återgången – inför, under och även efter starten. För den som återgått till vuxenutbildning, folkhögskola eller andra studieval är behovet av fortsatt vägledning och stöd ofta stort. Genom att finnas kvar i processen kan återgången göras mer sammanhållen, vilket ökar chansen att lyckas.



’Klarar man inte ens av att söka kursen så är man inte redo att studera’ – det stämmer inte! Det är två helt olika saker huruvida man har förmågan att orientera sig i administrativa system och motivationen till att studera! Det har blivit mycket synligt under projektets gång, att med rätt stöd är många mycket mer studieredo än man faktiskt tror.”

När unga får tid, blir lyssnade på och ges möjlighet att förstå både sig själva och sina alternativ ökar chanserna att återgången till studier blir hållbar och leder vidare mot långsiktig etablering i utbildning och arbetsliv.

4.2 Övergång mellan studier

Övergångar mellan olika utbildningsformer har visat sig vara särskilt sårbara perioder för unga i målgruppen. Erfarenheterna visar att risken för avbrott, tappad motivation eller perioder utan studier ökar i samband med

byten mellan skolformer, stadier eller utbildningsnivåer. Ett framgångsrikt arbete med övergångar präglas därför av förberedelser, kontinuitet i vägledning och ett nära, individanpassat stöd.

En första känd riskfaktor är övergången från årskurs 6 till 7, där många elever både byter skola och går från få lärare till många ämneslärare. Elever som ska börja i årskurs 7 kan behöva förberedas genom exempelvis besök på högstadieskolan, gärna när det inte är några andra elever där, för att tillsammans titta på schemat, träffa mentorer och gå på rundvandring i lokalerna. Erfarenheter visar att elever i målgruppen som fått göra detta redan under våren i årskurs 6 har känt sig trygga vid skolstart och varit närvarande den första skolveckan.

Här är några förslag på vad elever och personal i årskurs 7 anser skulle ha förenklat övergången till ny skola och klass:

- fler träffar med nya klassen och mentorer under vårterminen i åk 6
- faddrar som man träffar vid några tillfällen innan start
- vara högstadieelev för en dag – följa med sin fadder en dag i skolan
- karta över skolan och över var salarna ligger och tydligare uppmärkning av klassrummen
- aktivt se över klassammansättningen: måste man bryta fungerande grupper?
- viktigt att eleverna får med sig fler än en betydelsefull person från sin förra klass (för att undvika att eleven känner sig ensam om den personen inte är i skolan)
- se över överlämningsrutinen (hur, när, mellan vilka, vilken information behövs?)
- tätare samarbete under läsåret mellan olika professioner i åk 6 och 7

En annan känslig övergång är den mellan grundskolan och gymnasiet, i synnerhet för elever som riskerar att inte bli behöriga och kan vara aktuella för ett introduktionsprogram. Genom tidig kartläggning av dessa elever i årskurs 9 kan vägledning och stöd riktas i tid. Samverkan mellan studie- och yrkesvägledning i grundskola och gymnasium möjliggör tryggare och mer genomtänkta val, där både unga och vårdnadshavare får stöd att förstå alternativ, konsekvenser och möjliga vägar vidare. Tidig kontakt med mottagande verksamhet är avgörande för att bygga relation, skapa förutsägbarhet och trygghet inför skolstart. Man kan också genomföra studiebesök, prova-på-dagar och ge möjligheten att bekanta sig med skolmiljön i förväg. När så behövs ska unga få möjlighet att delta i planeringen av sin skolstart, exempelvis genom individuella scheman, anpassad start i mindre sammanhang och inflytande över studieplats och upplägg. Dessa insatser kan då bidra till att sänka stress och öka närvaro redan från start.

”

Jag hade ingen fot på grundskolan. För att kunna bygga en bro mellan verksamheter behövs det brofästen på båda sidorna och då måste man få möjlighet att bygga dem.”

Övergångar till vuxenutbildning, folkhögskola, yrkeshögskola eller högre studier kan också kräva förstärkt stöd. För vissa unga finns ett behov av kartläggning av studieförutsättningar för att säkerställa att rätt studieval görs vid rätt tidpunkt. Genom strukturerade kartläggningar kan beslut fattas på ett mer hållbart sätt, samtidigt som behov av stöd, anpassningar eller alternativa studieformer kan identifieras i förväg. För unga med behov av fortsatt stöd kan kontakt förmedlas till elevstödjande funktioner på mottagande utbildningar.

I flera övergångar är det avgörande att någon finns med praktiskt. Det handlar exempelvis om att följa med på studiebesök, vara med vid första mötet eller de första dagarna i ny skolmiljö, eller att tillsammans öva resvägar till den nya utbildningen. Anpassningsgraden är varierande beroende på individens behov, men gemensamt är att stödet ges tills individen själv känner sig trygg i den nya situationen.

4.3 Övergång efter studier

Övergången efter avslutade studier, speciellt vid studieavbrott, kan vara en kritisk fas för många unga. Risken är stor att hamna i ett glapp både vid planerade avslut och vid oförutsedda studieavbrott. Därför är det viktigt att ingen ung person lämnas utan stöd vid avbrottet oavsett om nästa steg är arbete, fortsatta studier eller annan sysselsättning. Genom tydliga rutiner och kända kontaktvägar inom utbildningsverksamheter kan unga snabbt lotsas vidare till rätt stöd, utan onödiga väntetider.

För att minska risken att unga hamnar i ett glapp vid studieavbrott behövs struktur och systematik. Digitala och gemensamma rutiner för att uppmärksamma studieavbrott möjliggör snabb kontakt och tidiga insatser. Det bidrar till att övergången från studier till nästa steg kan ske mer sammanhängande och med större trygghet för individen.

Inför avslutade studier riktas särskild uppmärksamhet mot elever med behov av extra struktur och tydlighet kring vad som händer efter gymnasiet. För dessa behöver individuella planer tas fram i god tid, där nästa steg kan konkretiseras genom studiebesök, möten med mottagande verksamheter och gemensam planering. Uppföljning efter övergången är en viktig del för att säkerställa att stödet verkligen landar och fungerar. Detta stöd kan även gälla elever som lämnar gymnasiet utan examen eller med studiebevis. Arbetet kan omfatta stöd i jobbsökande, ansökningar till vuxenutbildning och folkhögskola samt information om olika vägar vidare. Gruppinformation till avgångsklasser kan med fördel användas för att nå både unga och vårdnadshavare, och för att sänka trösklarna till fortsatt sysselsättning och stöd.

Samverkan mellan skola och kommunernas arbetsmarknadsenheter kan vara avgörande i övergången efter studier. Genom gemensamma möten och parallella kontakter mellan olika verksamheter kan unga lära känna nya stödpersoner innan överlämningen sker. Det skapar kontinuitet och minskar upplevelsen av att börja om hos en ny aktör. I vissa fall behöver åldersgränser och organisatoriska uppdelningar hanteras flexibelt för att anpassas efter individens behov och mognad.

För en individ i målgruppen innebär övergången från studier till sysselsättning ofta en ökad risk för att hamna utanför. När unga får tydlig information, konkreta vägar vidare och stöd som följer dem genom avslut och nästa steg ökar möjligheten att undvika utanförskap och skapa en hållbar etablering i studier, arbete eller annan meningsfull sysselsättning.

5. Mot arbetsmarknad

5.1 Att rusta inför arbetslivet

Vid arbete med unga i målgruppen krävs ett tydligt långsiktigt fokus. Målet är inte enbart att snabbt nå ett arbete, utan att skapa förutsättningar för ett hållbart arbetsliv över tid. För detta krävs både struktur, motivation och ett individanpassat stöd som tar hänsyn till varje persons förutsättningar, erfarenheter och mål.

För att lyckas behöver arbetet ske utifrån frivillighet och självbestämmande. När unga själva får ta ställning till om och hur de vill ta emot stöd stärks motivationen och engagemanget i den egna processen. Arbetet bör därför utgå från individens egna mål och delmål, där hen får stöd i att utforska vad som motiverar, vilka vägar som är realistiska och hur stegen mot arbetslivet kan se ut i praktiken.



”

Personligen har jag lärt mig att processer måste få ta tid. Hade jobbat länge på min förra arbetsplats och var van att lösa uppgifter snabbt. De deltagare vi möter nu har ofta varit i en problematisk situation länge och då är det nästan aldrig en 'quick fix' för att få dem på banan igen.”

Förberedelser inför arbetslivet omfattar både praktiska och personliga aspekter. Unga behöver få stöd i att förstå arbetsmarknaden, identifiera sina styrkor och utvecklingsområden samt öka sin självkännedom kopplat till arbete. Kartläggningar kan användas för att synliggöra individens förutsättningar – både fysiska och psykiska – och ligga till grund för

gemensam planering framåt. Dessa kartläggningar kan också vara viktiga för att kunna matcha individer mot praktik, arbetsträning eller andra arbetslivsnära aktiviteter på ett genomtänkt sätt. Ett exempel på en sådan kartläggningsmetod är SMAIL, som beskrivs i ett senare kapitel.

Ett viktigt inslag i arbetet är att stärka ungas arbetsmarknadskunskap. Genom samtal om hur arbetsmarknaden fungerar, vilka krav som ställs och hur olika val påverkar möjligheten till arbete får unga ökad förståelse för sin egen position. Jobbsökarbeteenden analyseras tillsammans, där unga kan reflektera över hur de tidigare sökt arbete, vad som fungerat och vad som varit mindre framgångsrikt. Detta ger en möjlighet att justera strategier och hitta mer ändamålsenliga vägar framåt.

Individer i målgruppen saknar ofta konkreta erfarenheter av arbetsmarknaden. Studiebesök på arbetsplatser och praktikplatser kan ge inblick i olika branscher och yrkesroller, samt möjlighet att pröva sina intressen i verkliga sammanhang. Det kan vara avgörande för att förstå vad arbete innebär och för att våga ta nästa steg. Praktik kan kombineras med ett aktivt stöd på arbetsplatsen, särskilt i uppstarten, där den som arbetar med individen finns med för att skapa trygghet, tydliggöra förväntningar och anpassa stödet efter individens behov.

Stödet kan även omfatta praktiska moment såsom att skriva CV och personligt brev, söka jobb, förbereda sig inför intervjuer och ta kontakt med arbetsgivare. Gruppbaseade insatser, som jobbsökarverkstad och information om sommarjobb, kan kombineras med individuellt stöd. För unga som saknar tidigare arbetslivserfarenhet kan exempelvis sommarjobb, prao eller kortare praktikperioder fungera som viktiga första steg in på arbetsmarknaden och bidra till stärkt självförtroende och känsla av sammanhang.

Andra former av praktiskt stöd kan också vara avgörande för att möjliggöra framsteg för individen. Det kan handla om att följa med till möten, stötta i kontakter med myndigheter, hjälpa till att navigera kollektivtrafik och skapa rutiner kring arbetsdagens struktur. I vissa fall kan ekonomiska incitament, såsom närvaroersättning och bussbiljett, vara ett viktigt komplement för att sänka trösklar och göra det möjligt att ta del av exempelvis praktik eller studiebesök.



”Det är stödet ute på arbetsplatserna som givit deltagarna mest. Samt studiebesöken ute på företagen!”

När vi rustar individen för arbetsmarknaden är arbetet man behöver göra i princip detsamma som när man förbereder en individ för att återuppta studier. Arbetet med att rusta unga inför arbetslivet behöver vara relationellt, flexibelt och långsiktigt. När unga får möjlighet att utforska arbetslivet i sin egen takt, med stöd som anpassas efter individuella behov och med fokus på hållbarhet snarare än snabbhet, ökar förutsättningarna för att etableringen på arbetsmarknaden ska bli både möjlig och varaktig.

5.2 Söka och få arbete

Att söka och få arbete är en process som kräver mer än enbart stöd i själva ansökningsskedet. Hållbar etablering på arbetsmarknaden förutsätter ett långsiktigt och sammanhängande stöd, där fokus ligger både på att få ett arbete och på att kunna behålla det över tid.

För unga är förberedande insatser ett viktigt första steg mot arbetsmarknaden. Tillsammans med den arbetssökande görs en kartläggning för att skapa en helhetsbild av individens förutsättningar, styrkor, intressen och utmaningar. Kartläggningen handlar inte enbart om tidigare arbetslivserfarenheter, utan även om andra omständigheter som påverkar möjligheten att få och behålla ett arbete såsom till exempel dygnsrytm, vardagsstruktur och boendesituation. Genom att kartlägga och inventera stödbehov och styrkor blir det enklare att stötta den unga mot ett arbete. Ibland visar det sig också att behovet av stöd minskar och att individen lyckas få ett arbete på egen hand tack vare sin ökade självkännedom.

Stödet i arbetssöksprocessen behöver vara både hållande och stegvis. Det innebär stöd i kontakter med arbetsförmedlande aktörer, hjälp att strukturera ansökningar, följa upp ärenden och förstå vilka moment som krävs i processen. Genom att bryta ner arbetssökandet i hanterbara delar kan unga ta steg framåt utan att överväldigas.

Arbetet har också synliggjort sambandet mellan studier och arbete. För unga som saknar fullständiga gymnasiebetyg kan utforskandet av arbetsmarknaden leda till insikten att kompletterande studier kan vara en nödvändig del av vägen mot ett mer stabilt och hållbart arbetsliv. Detta har bidragit till att vissa unga, efter inledande stöd mot arbete, i stället valt att återuppta eller påbörja studier för att stärka sina framtida möjligheter.



”

Vägledaren har haft kontakt med Arbetsförmedlingen och kunnat enas om ett samarbete kring individen som lider av social ångest. Samarbetet ledde till att individen nu gör praktik efter att ha varit hemma i två år.”

5.3 Kontakt med arbetslivet

Studiebesök hos arbetsgivare är ett bra sätt att skapa kontakt med arbetslivet. Genom studiebesök får unga möjlighet att bekanta sig med olika arbetsplatser, yrkesroller och arbetsmiljöer, samtidigt som arbetsgivare får en ökad förståelse för målgruppen. Studiebesöken fungerar både som ett orienterande inslag och som ett första steg till framtida praktik eller arbete, och bidrar till att bygga nätverk som kan vara värdefulla även på längre sikt.

Praktik används som ett av flera verktyg för att närma sig arbetsmarknaden. För att praktik ska vara meningsfull behöver stor vikt läggas vid att praktikperioder har ett tydligt mål och hålls så korta som möjligt. Praktik kan också användas för att skapa aktuella referenser, prova arbete inom en specifik bransch eller fungera som ett steg inför anställning. När praktik har ett tydligt syfte är den också lättare att följa upp och utvärdera tillsammans med individen.

För unga som får arbete eller praktik är fortsatt stöd en viktig framgångsfaktor. Arbetscoacher kan vid behov fungera som en brygga mellan individ och arbetsgivare, särskilt i början av anställningen eller praktikperioden. Genom att skapa förståelse kring förväntningar, arbetsuppgifter och eventuella anpassningsbehov ökar förutsättningarna

för hållbarhet. Stödet behöver ofta vara tätare i uppstarten och kan därefter trappas ned i takt med att individen blir tryggare i sin roll. Samtidigt finns möjligheten att ha kontakt kvar, vilket skapar trygghet för både individ och arbetsgivare.

Kontakt med arbetslivet är en central del i arbetet med att skapa hållbara vägar mot arbete för unga i målgruppen. Den som arbetar med unga i målgruppen behöver ha strukturerad information om arbetsgivare och lokala företag samt deras kontaktpersoner. Då är det möjligt att arbeta mer strategiskt med matchning och att hitta relevanta arbetsplatser utifrån den arbetssökandes intressen och förutsättningar. Kontakten med arbetslivet kan även stärkas genom närvaro i sammanhang där arbetsgivare finns, såsom vid yrkesmässor och företagsbesök. Det är möten som kan bidra till att bygga relationer, öka kunskapen om arbetsgivares behov och skapa nya möjligheter till praktik och arbete. Då finns också möjlighet till en dialog kring exempelvis funktionsnedsättningar och anpassningar, vilket kan bidra till ökad öppenhet och inkludering på arbetsplatser.

Sammanfattningsvis behöver kontakt med arbetslivet vara aktiv, relationsbaserad och långsiktig. När arbetsgivare och unga får stöd att mötas på ett genomtänkt sätt, och när stödet finns kvar även efter att arbete eller praktik påbörjats, ökar möjligheten att skapa hållbara etableringar som fungerar över tid.

6. Arbetssätt för att rusta inför framtiden

När man arbetar med att rusta unga som varken arbetar eller studerar är ett genomtänkt arbetssätt avgörande för att skapa progression, delaktighet och framtidstro. Genomgående för de metoder som vi presenterar här är att de är till för att stärka individens självinsikt, egenmakt och förmåga att ta steg mot studier eller arbete. Metoderna ger samtidigt professionella ett gemensamt språk och en tydlig riktning i arbetet.

MI – motiverande samtal är bra att använda som ett förhållningssätt i många delar av arbetet. Vid MI-samtal ligger fokus på att stärka motivation, minska ambivalens och stödja individen i att formulera egna skäl till förändring. MI fungerar väl i kombination med andra metoder genom att skapa ett respektfullt, lyhört och icke-dömande samtalsklimat.



Var noggrann att alltid se individens behov, försök inte hitta en 'perfekt' deltagare till en metod du tror på."

Ett av de mest använda strukturerade arbetssätten inom projektet ISA har varit **SMAIL – Skattning Mot Arbete i Länet**, inklusive anpassningar som SMAIL ung och SMAIL grupp. SMAIL är både ett dialogverktyg och ett förhållningssätt som möjliggör ett systematiskt och jämlikt arbete med individer i behov av mycket stöd. Självskattning sker inom sju indikatorer: samarbetsförmåga, hantering av vardagen, hälsa och hantering av hälsa, målmedvetenhet, kunskap om arbetsmarknaden, individens tro på att få studier eller praktik samt ytterligare information. Genom detta får individen själv syn på sitt nuläge och sina stegförflyttningar över tid. Skattningarna ligger till grund för gemensam planering och val av insatser, och bidrar till ökad empowerment och self-efficacy.

SMAIL tydliggör också vikten av ett gemensamt förhållningssätt i verksamheten. Fem bärande faktorer är särskilt viktiga: tilltro till individens förmåga, handledarkontinuitet, parallella insatser, kontinuitet över tid samt ett tydligt fokus på studier eller arbete. Genom att hålla dessa faktorer levande i alla möten blir det möjligt att hantera komplexa livssituationer utan att tappa riktningen mot det gemensamma målet.



En deltagare sa till mig 'när ni trodde på mig började jag också tro på mig själv', och det tar jag med mig. Att möta en människa förutsättningslöst är inte detsamma som att inte ställa några krav."

7TJUGO-metoden är ett strukturerat, lösningsfokuserat arbetsmaterial och en utbildning inom empowerment-pedagogik, utformat för att stärka individers självkänsla, självförtroende och förmåga till förändring. Metoden används ofta i skolor, socialt arbete och arbetsmarknadsinsatser för att hjälpa deltagare (ungdomar och vuxna) att sätta mål och ta makten över sina egna liv.

Metoden **7 frågor om våld** används för att systematiskt kunna uppmärksamma våld i nära relationer. Metoden syftar till att öka kunskapen hos målgruppen kring vad våld är samt kopplingen mellan våld i nära relation och fysisk och psykisk problematik. Målgruppen är överrepresenterad när det gäller erfarenheter av att utsättas för, bevittna eller utöva våld, vilket kan ha stor påverkan på psykisk hälsa och möjligheten att etablera sig i studier eller arbete. Genom rutinmässiga frågor – snarare än att fråga först när misstanke finns – bidrar metoden till ökad kunskap, normalisering av samtal om våld och tydligare vägar till stöd.

Tjänstedesign är en metod att ta tillvara målgruppens kunskap om sina behov. Detta för att kunna anpassa och utveckla verksamhet som gagnar målgruppen och bättre förstå ungas upplevelser av verksamheten. Genom enkäter och återkoppling från unga samlas kunskap in om exempelvis tillgänglighet, bemötande, lokaler och kartläggningssamtal. Detta synliggör utvecklingsbehov och bidrar till att verksamheten kan anpassas utifrån ungas faktiska erfarenheter och behov.



Metoden tjänstedesign ska man tänka i ALLT man gör: Gör vi det som efterfrågas? Möter vi ungdomar på det sätt de vill bli bemötta på? Erbjuder vi sysselsättning de vill ha?"

Studie- och yrkesvägledning är ett kraftfullt redskap för att vidga perspektiv och utmana begränsande föreställningar om studier, arbete och den egna potentialen. Vägledningen handlar inte enbart om val av utbildning eller yrke, utan också om att utforska studieidentitet, värderingar och framtidsbilder. Genom att kombinera vägledning med

ett relationsnära arbetssätt får unga stöd att se nya möjligheter, tänka långsiktigt och våga sikta mot mål som tidigare upplevts som ouppnåeliga.

Supported Employment är en arbetsmetod som används av yrkespersoner som stöttar personer som har svårigheter att komma ut i arbetslivet. Metoden innebär i korthet att ge individer ett strukturerat stöd i att finna, få och behålla en anställning. Det handlar om att kartlägga förmågor och intressen och göra yrkesmatchningar. Vidare ingår att arbeta med personliga anpassningar och handlingsplaner samt att samarbeta och stötta arbetsgivare i processen. Arbetsmetoden innebär också att stödet inte upphör då den unga startar sitt arbete. Den professionella fortsätter stötta både den unga och arbetsgivaren så länge det finns ett sådant behov.



”Det är viktigt att inte låsa sig i metoder. Att ha för hög tilltro till en specifik metod kan bli att man själv ska anpassa sig så det ska funka, dvs metoden blir ett självändamål. Man behöver vara öppen med det. Det är inte ett 'fel resultat' att plocka delar från en metod och eventuellt blanda olika metoder.”

Ett centralt inslag är **arbetsmarknadscoachning** och samtalsbaserade arbetssätt, där dialogen används för att öka självkännedom samt att stärka motivationen och förmågan till förändring. Genom ett coachande förhållningssätt ligger fokus på att frigöra individens kapacitet, ansvarstagande och engagemang. Samtalen utgår från individens mål, värderingar och drivkrafter och syftar till att stärka tron på den egna förmågan att påverka sin situation och framtid.

Sammantaget kan dessa arbetssätt och metoder bidra till att skapa struktur utan att begränsa individanpassning. Genom att kombinera vetenskapligt grundade metoder med ett relationsnära och flexibelt förhållningssätt får unga stöd att förstå sig själva, sina förutsättningar och sina möjligheter framåt.

7. Hälsofrämjande och motivationsskapande insatser

I arbetet med unga som varken arbetar eller studerar har hälsofrämjande och motivationsskapande insatser en viktig funktion som komplement till studier och arbetslivsinriktat stöd. För många unga i målgruppen är psykisk ohälsa, låg aktivitetsnivå, social isolering eller bristande framtidstro en del av vardagen, vilket kan göra steget mot studier eller arbete stort. Insatser som stärker välmående, skapar sammanhang och bygger motivation är därför avgörande för att möjliggöra progression.

Insatserna som beskrivs nedan har prövats inom ramarna för projektet ISA. De har utformats med låg tröskel, hög flexibilitet och ett tydligt individperspektiv. Fokus har inte varit prestation, utan att skapa förutsättningar för återhämtning, delaktighet och meningsfulla steg framåt samt att få vara i ett sammanhang.

7.1 Kroppsligt välmående och återhämtning

Fysisk aktivitet och kroppsligt välmående kan vara en viktig faktor för den unga som ska göra en förändringsresa. Med lugna och kravlösa former av fysisk aktivitet skapas utrymme för återhämtning, reglering av stress och ökat psykiskt välbefinnande.

En form av fysisk aktivitet som prövats är mjuka rörelser och mjuk yoga, som har erbjudits regelbundet, där fokus legat på lugn rörelse, andning och närvaro snarare än fysisk prestation. Erfarenheterna visar att även ett mycket begränsat deltagande kan ge stor effekt för individen. Deltagare har beskrivit att aktiviteten bidragit till ökat lugn, bättre mående och en känsla av att orka mer i vardagen.

Fysisk aktivitet har också använts som ett relationsskapande verktyg. Att träna tillsammans på gym eller röra sig i samband med samtal har i vissa

fall varit ett mer tillgängligt sätt att mötas än i ett traditionellt samtalsrum. Genom att kombinera rörelse och samtal har relationer kunnat fördjupas samtidigt som individens välmående stärkts.

7.2 Social träning och sammanhang

För många unga i målgruppen är sociala sammanhang både efterlängtade och utmanande. Gruppbaseade insatser har därför använts med stor medvetenhet kring trygghet, struktur och frivillighet.

Gruppaktiviteten **Bojen** är ett exempel på en strukturerad insats som syftar till att stärka självkännedom, självständighet och motivation genom empowerment-pedagogik och metoden 7TJUGO. Aktiviteten har genomförts under en begränsad tidsperiod med tydliga teman (lära känna och gruppdynamik, självkännedom, välbefinnande, framtid och mål, omvärldsbevakning och livskunskap), återkommande struktur och fasta ledare. Ett gemensamt framtaget gruppkontrakt har bidragit till trygghet, tydlighet och ett icke-diskriminerande förhållningssätt. För att sänka trösklarna till deltagande har praktiskt stöd varit en viktig del, exempelvis genom daglig kontakt via sms, kostnadsfri kollektivtrafik och möjlighet till hämtning vid behov. Materialet har varit varierat och tillgängligt, med bilder, filmer, samtal och lättläst text. Sammantaget har gruppaktiviteten skapat sociala sammanhang, regelbundenhet i vardagen och möjligheter till personlig utveckling för de unga som valt att delta.

Andra gruppbaseade aktiviteter, såsom jobbsökarverkstad i öppen form, har också testats. Erfarenheterna visar dock att många unga föredrar individuellt stöd när man behöver stöd mot exempelvis sysselsättning, vilket i sig är en viktig lärdom. Det understryker behovet av frivillighet, flexibilitet och individanpassning även i gruppinriktade insatser.

7.3 Individbaserade motivations- och intresseinsatser

Individbaserade aktiviteter har använts som ett sätt att stärka motivation, självkänsla och framtidstro genom att utgå från individens egna intressen och behov. För vissa unga har dessa insatser fungerat som en första väg ut ur isolering och som en meningsfull ingång till vidare stöd.

Körkortsteori och körlektioner är ett exempel på en insats som haft både ett praktiskt och motivationsskapande syfte. För många unga är körkort kopplat till självständighet, rörlighet och ökade möjligheter på arbetsmarknaden. Genom att erbjuda stöd i körkortsteori och möjlighet till körlektioner har individer fått stärkt tilltro till sin egen förmåga och ökad motivation att ta steg mot arbete eller studier.

En annan aktivitet som testats med gott resultat är ridterapi med målet att stärka deltagarens självkänsla och välbefinnande. Tack vare terapihästens lugn får deltagaren träna med hjälp av hästens rörelser. Ridterapi är en effektiv metod som kombinerar fysisk aktivitet med avslappning och återhämtning.



”

Vid ett hembesök nämnde jag att jag spelar trummor. Deltagaren frågade om hen fick lära sig det, så jag tog med hen till en lokal där vi kunde spela. Det blev starten för deltagarens resa mot sysselsättning efter att ha varit hemma under en längre tid.”

Även musikteori och instrumentspel har visat sig fungera som sätt att motivera deltagare att ta sig ut hemifrån och aktivera sig utifrån sina egna intressen. Aktiviteterna fungerar också som sätt att bygga relation till stödjande personal. Utifrån dessa relationer har det sedan varit möjligt att arbeta vidare mot studier, arbete eller annan sysselsättning.

Slutord

Att arbeta med och för UVAS är mycket komplext. Det kan vara svårt och utmanande men även väldigt stimulerande. Att få vara med när en människa tar steg mot sysselsättning efter att ha stått utanför under en tid gör mödan värd det ibland krävande arbetet.

I det här dokumentet har vi samlat de erfarenheter som projektmedarbetare i ISA-insatser i samverkan för unga i Region Uppsala har gjort under de tre år projektet pågått.

Arbetet med att stötta UVAS kretsar, så som vi ser det, runt fyra hörnpelare som alltid måste finnas med: att lyssna in individens behov, önskningar och förutsättningar, att ge förändringen den tid som krävs, att bemöta individen på ett respektfullt och tillitsfullt sätt samt att skapa samverkansytor med de verksamheter, organisationer och myndigheter som behöver finnas runt individen för att hen ska få förutsättningar att lyckas.

Förhoppningen är att dessa erfarenheter kan bidra till fortsatt reflektion, utveckling och inspiration i arbetet med unga som står långt ifrån studier och arbete – oavsett organisatorisk form eller sammanhang.



”

Det är världens roligaste jobb. Det är ett viktigt och meningsfullt jobb. Håll fokus på individerna du jobbar med och ta hjälp av andra.”



”

Det är viktigt med ett intresse för människor, utveckling och förändring i det här jobbet. Var nyfiken och våga prova! Man behöver ha ett intresse både för det djupa och det breda, och vilja utvecklas själv.”

Tips för dig som vill läsa mer

Forsell, T. (2020). *"Man är ju typ elev, fast på avstånd": problematisk skolfrånvaro ur elevers, föräldrars och skolpersonals perspektiv.*

[PhD dissertation, Umeå Universitet]

http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:umu:diva-177633_43

Gren Landell (2018). *Främja närvaro: att förebygga frånvaro i skolan.* Natur & Kultur, Stockholm

Gren Landell (2025). *Att främja skolnärvaro och psykisk hälsa.* Natur & Kultur, Stockholm.

Hugo, M. (2023). *Från motstånd till framgång. Att motivera när ingen motivation finns.* Liber, Stockholm.

Jonsson, C (2024). *Tusen tomma skolbänkar – unga med adhd och autism berättar om skolfrånvaron.* Gothia Kompetens ISBN: 978-91-7741-449-0

Yllner, N (2021). *Hon kallades hemmasittare: om skolan, tårarna och kampen i hallen.* Forum förlag, Stockholm.

Ett långvarigt utanförskap

Olika utmaningar för unga som varken arbetar eller studerar (MUCF 2020)

<https://www.mucf.se/publikationer/ett-langvarigt-utanforskap>

Kalla oss inte hemmasittare – nytt hopp får elever till skolan igen

(Forskning.se 2023)

<https://forskning.se/2023/02/14/kalla-oss-inte-hemmasittare-nytt-hopp-far-elever-till-skolan-igen/>

Material från Attention kring NPF-diagnoser:

<https://attention.se/>

Material om motiverande samtal (MI):

<https://www.learningtransfer.se/MI/MI.html>

Olika villkor för etablering

Lokala förutsättningar och stöd till unga som varken arbetar eller studerar

(MUCF 2023)

<https://www.mucf.se/publikationer/fokus-23-olika-villkor-etablering>

Röster från unga som varken arbetar eller studerar (Fryshuset 2022)

https://4uvasorg.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/04/rapport_fryshuset_4_uvas_intervju_20222604.pdf

Vägen tillbaka – från skolfrånvaro till skolnärvaro (Attention 2023)

https://attention.se/wp-content/uploads/2026/02/rapport1_vagentillbaka_digsid.pdf

Kontakt

Lennart Svanström, regional projektledare

Tove Quennerstedt, regional projektkoordinator

eu_projekt@regionuppsala.se

