

Fra sygemeldt med PTSD og ophold på krisecenter til raskmeldt i ordinær beskæftigelse med nyt livsmod

At komme tilbage på arbejdsmarkedet efter traumatiske oplevelser kan være en hård rejse. Men for Charlotte har et særligt fondsprojekt mellem Carelink Gruppen, Hillerød Jobcenter og Den Sociale Kapitelfond gjort en afgørende forskel i forhold til at lande på den rette hylde arbejdsmæssigt.

En rejse, der startede med blå mærker på psyken

Charlottes rejse i det to-årige fondsprojekt, der har fokus på beskæftigelse og fastholdelse på arbejdsmarkedet, begyndte, da hun i februar 2022 flyttede til Hillerød Kommune efter et indbrud i sit hjem i en anden kommune. Charlotte beskriver det som et kaotisk tidspunkt i sit liv. "Jeg var fuldstændig nede. Ekstremt stresset og følte mig meget presset. To måneder senere blev jeg tildelt ressourceforløbsydelse."

En redningskrans, når livet rammer hårdt

I to år ventede Charlotte på retssagen, hvor hun skulle vidne mod manden, der havde sendt hende ni måneder på et krisecenter. Det var en lang og udfordrende periode for Charlotte, hvor hun skulle håndtere de traumatiske minder, finde styrken til at stå frem i retten og samtidig have fokus på at komme i arbejde.

Efter retssagen ringede Charlotte til sin jobcoach, Sofie. Sofie havde været Charlottes støtte og vejleder lige siden hun blev en del af fondsprojektet. Gennem projektet fik Charlotte ikke kun den nødvendige støtte, men også ressourcerne til at vende tilbage til arbejdsmarkedet og skabe en ny start i sit liv.

Svært ved at modtage hjælp

Charlotte deler, at hendes tidligere erfaringer i andre kommuner ikke altid har opfyldt hendes behov for støtte og forståelse. Hun har altid været vant til at klare sig selv og havde svært ved at acceptere, at hun havde behov for hjælp. Men i fondsprojektet blev hun mødt med empati, og hun følte sig forstået og set som et helt menneske. Det var derfor en befrielse for Charlotte at opleve, at hendes behov blev prioriteret, og at hun ikke blev presset ud i situationer, der ville forværre hendes tilstand. Hun blev tilbudt en stabil og skånsom vej tilbage til arbejdsmarkedet.

Charlotte ønsker at være anonym af sikkerhedsmæssige grunde, men redaktionen er bekendt med hendes fulde navn og identitet.

Relationen gør en forskel

Charlotte betoner, hvor afgørende relationen til hendes jobcoach har været. At blive set som et helt menneske og få hjælp til at udvikle en styrkende fortælling om både hendes personlige og arbejdsmæssige liv har været en væsentlig faktor i hendes fremgang. Den tillid og støtte, som Charlotte har modtaget gennem fondsprojektet, har været afgørende for, at hun nu er raskmeldt og beskæftiget, som hun påpeger det.

Den tillid og støtte, som Charlotte har modtaget gennem fondsprojektet, har været afgørende for, at hun nu er raskmeldt og beskæftiget

Ikke et one-size-fits-all forløb eller arbejdsliv

Fleksibilitet har været essentiel i dette projekt. Charlotte deler en oplevelse, hvor hendes jobcoach tilbød at mødes uden for jobcentret for at gøre samtalerne mindre formelle og give mere plads til Charlottes behov. Det fungerede dog dårligt for Charlotte på grund af hendes sociale angst, og Sofie tilpassede sig hurtigt ved at foreslå alternativer, der bedre kunne imødekomme Charlottes situation. Dette viser, at projektet ikke er bundet af faste strukturer, men prioriterer individuelle behov. Hertil fremhæver Charlotte, at jobcoachens særlige og omsorgsfulde tilgang har haft stor betydning for hendes fremgang. Sofie er ikke bange for at tale klart og tydeligt, hvilket hjælper Charlotte med at identificere og arbejde med de processer, der foregår i hendes krop og sind.



Charlottes ser sin tilbagevenden til arbejdsmarkedet som et bevis på den styrke og mod, hun har udviklet i fondsprojektet.

Charlottes ser sin tilbagevenden til arbejdsmarkedet som et bevis på den styrke og mod, hun har udviklet i fondsprojektet. Hun tog endda initiativ til at genoptage sit tidligere arbejde, som hun slår fast. Med Sofies opbakning og forståelse har Charlotte skabt en skånsom vej tilbage ved at blive nul-timers vikar. Dette har tilladt hende at regulere sin arbejdstid og tilpasse den til hendes helbredsmæssige behov.

Jobbet giver livsindhold og et energiboost

Charlottes start på arbejdet var udfordrende, da hun havde høje forventninger til sig selv. Men hendes kolleger og leder anerkendte hendes indsats og udtrykte glæde over hendes tilbagevenden. Denne anerkendelse og støtte gav hende styrke og gjorde det lettere at udfylde sine dage meningsfuldt.

Indhold og noget at stå op til

At have noget at stå op til om morgenen har givet Charlotte en følelse af formål. Tidligere havde hun mange timer, som hun skulle finde mening i, og det var en udfordring, især når hun manglede mental overskud. Men nu er alt anderledes. Arbejdet giver hende energi og motivation til at udføre huslige pligter og tageansvar for sit eget velbefindende.

Værdifuld og kompetent

Charlotte fortæller, hvordan det at være fuldt raskmeldt og fastansat har givet hende et betydeligt energiboost. Hendes arbejdsplads har udvist stor forståelse, og både hendes leder og hun selv har været åbne og ærlige om hendes situation og behov. Der er blevet skabt plads til at have dårlige dage og dele dem med kollegerne. Charlotte trives med de spændende opgaver, især dem der involverer sansestimulering, og hendes idéer bliver lyttet til og værdsat.

At have noget at stå op til om morgenen har givet Charlotte en følelse af formål.

Den anerkendelse, hun har modtaget, har givet hende et markant selvtilidsboost og bekræftet hendes evner. At

have fundet mening i sit liv og føle sig værdsat har ikke blot givet Charlotte en følelse af formål, men har også forsynet hende med overflod af energi. Hendes liv er ikke længere præget af hele dage i sengen, men derimod af meningsfulde opgaver og bekræftelsen af, at hun er værdifuld og kompetent.

En varm anbefaling

Charlotte giver en varm anbefaling af Carelink Gruppens fondsprojekt til alle i lignende situationer. Forskellen mellem dette projekt og tidligere oplevelser med almindelige sagsbehandlere er markant. Her føler hun sig hørt og forstået i sin helhed. Ved at deltage i projektet har Charlotte også fået en person at dele sine triumfer med.

Charlotte fortæller, hvordan det at være fuldt raskmeldt og fastansat har givet hende et betydeligt energiboost. Hendes arbejdsplads har udvist stor forståelse, og både hendes leder og hun selv har været åbne og ærlige om hendes situation og behov.

De regelmæssige opfølgingsmøder har været givende og har gjort processen mindre skræmmende. Hun føler, at hun har et sikkerhedsnet, der kan gribe hende, hvis hun skulle blive sygemeldt igen. Hvis det skulle ske, ville det ikke længere være et nederlag, men snarere en justering af planen. Projektet har lært Charlotte, at det er muligt at tilpasse sig og finde nye veje frem, selv når tingene ikke går som planlagt.

Vil du gøre en markant forskel for langtidssygemeldte i din kommune?

Vores indsats fokuserer på en sammenhængende tilgang, der inkluderer en fast jobcoach, hvilket sikrer sammenhængskraft over en to-årig periode. Dette har vist sig at skabe tryghed og positive jobresultater, selv ved genopstået sygdom. På blot 6 måneder har 75 borgere, herunder Charlotte, opnået selvforsørgelse og genoptaget arbejdet.

Carelink Gruppen

Vores mål er at skabe bedre velfærd og implementere initiativer, der sikrer et bæredygtigt og stærkt arbejdsliv for alle borgere.

Besøg os på www.carelink.dk

Hvis du ønsker at høre mere:

Anna Søgaard

Direktør og partner

Tlf.: 3053 7675

Mail: ans@carelink.dk

Viden
& omhu



Marselisborg