



Ord&visor – Förlaget där författarna samarbetar. Du hittar böckerna på www.ordvisor.se – Sveriges bästa boksidor.

© **Euniq'em AB, 2010:** All rights reserved. Alla rättigheter reserverade. Ingen del av detta dokument får reproduceras eller överföras i någon form eller på något sätt, elektroniskt, mekaniskt, fotokopiering, inspelning eller på annat sätt, utan föregående skriftligt tillstånd av Euniq'em AB.

ISBN: 978-91-85515-97-4

Design, layout & illustration: Vektory Visionsbyrå. www.vektory.se

Bilder: Fotograf Carina Kvist. fotografcarina@gmail.com

Förlag: Ord&visor, Fäbodgatan 135, 931 56 Skellefteå.
Telefon/Fax: 0910-73 38 00, E-post: boka@ordvisor.se

Tryck: Alma Pluss, Riga, Lettland 2010

Barnets öppna attityd

Euniq'em betyder "gör dem unika". Det är ett nytt ord i gruppen hold'em. Men Euniq'em har inget med spel och dubbel att göra.

Vi är ett litet utbildningsföretag i Västerbotten som under alla år vi har verkat har visat mycket gott resultat. Vårt rehabiliteringskoncept, som vi kallade Comebacken, resulterade i att 82 procent av de med en sjukskrivningsbakgrund på i genomsnitt fem år blev friskskrivna.

Till vår glädje har kursdeltagare uttryckt positiva omdömen som: "Man fick vara sig själv, avspänd kursledning och jag hittade min styrka". Personligen kan jag känna att vi på Euniq'em har en "Awareness of life" – En medvetenhet om livet. Den är grundad på många djupt smärtsamma upplevelser. Som vi säger i Norrland: "Du ha int haft he spikrakt". Våra personliga öden har tvingat ut oss på resor i djupa vatten. Vi har överlevt och har förmåga att ge glädje och energi – just från dessa upplevelser. Detta sammanfattar vi i "Euniq'em-effekten".

Tack vare Europeiska socialfonden och Svenska ESF-rådet har vi fått möjlighet att utveckla konceptet för människor i utanförskap. I denna bok har du förmånen att följa 2WORK under fem veckors yrkesförberedande utbildning. Som professor Lars Dahlgren säger i sitt efterord: "2Work-metoden erbjuder en fungerande blandning av något unikt och något beprövat".

Din resa på jorden kan bestå av mycket mer än det som ryms inom dessa 200 sidor. Den kan vara djup och fängslande eller underbart framgångsrik. Hur än din resa ser ut har vi alla ett sant uppdrag mot varandra. Det är att se hela den människa som står framför oss. Denna medmänsklighet ska bestå av barnets öppna attityd.

Nyfiken, fördomsfri och tillitskapande.

Anna From-Lindqvist

1. Introduktion	sid. 6 - 17
2. Första dagen	sid. 18 - 27
3. Om DISC-modellen	sid. 28 - 37
4. Euniq'em-effekten i ett börsnoterat företag	sid. 38 - 43
5. Mikael	sid. 44 - 49
6. Attityd	sid. 50 - 53
7. En vild idé	sid. 54 - 61
8. Brev till Ulla	sid. 62 - 65
9. Mindfulness	sid. 66 - 81
10. Två vanliga dagar	sid. 82 - 99
11. Hej Ulla	sid. 100 - 103
12. Annas uppslag	sid. 104 - 115
13. Från start till mål	sid. 116 - 123
14. En annan sjöfarare	sid. 124 - 135
15. Theresas långa resa	sid. 136 - 143
16. Flugan på väggen	sid. 144 - 151
17. Kalla fakta	sid. 152 - 161
18. Deltagarsynpunkter	sid. 162 - 167
19. Tre berättelser	sid. 168 - 191



Om de bästa härskarna
vet folket bara att de existerar
De näst bästa älskar och lovprisar de
nästan fruktar de
och nästan smädar de
När de inte regerar såsom folket önskar
kommer några att förlora tron på dem,
och sedan förfalla till förbannelse.
Men om de bästa, när deras uppgifter är lösta
och arbetet klart, säger folket:
"Vi har gjort det själva."

Lao – tse (500 – talet f Kr)

1. Introduktion

Käre läsare,

Den skrift du precis börjat läsa är ett sammandrag av de erfarenheter Euniq'ems personal dragit under fler än tjugo år och som fått namnet 2Work. På kommande sidor ska vi beskriva hur vi nått framgång med att vägleda och entusiasmera människor, många långtidsarbetslösa eller långtidssjukskrivna, till ett meningsfullt liv i sysselsättning, antingen i form av ett arbete eller en utbildning. Målet med denna bok är att du efter att ha läst den ska ha en god uppfattning om vad 2Work-metoden innebär och att du ska kunna ha den i Din verktygslåda.

En del av metoderna i denna bok är tämligen avancerade och kräver utbildade medarbetare för att fungera. Ni kommer att bjudas på några smakprov, men vi råder er att läsa mera, eller ännu hellre; Utbilda er i teknikerna.

Annat kan vid en första anblick te sig enkelt och självklart, men ta Dig tid att reflektera: Hur fungerar vi? Har vi inte en viss förmåga att

göra saker mera invecklade än vad de är? Läggs det inte ner alltför mycket tid och resurser på utredningar, som skulle kunna användas i mer direkta åtgärder gentemot klienten? Lyssnar vi alltid på dem vi är satta att hjälpa? Ger vi dem möjlighet att förklara vad de egentligen vill? Kan vi tänka oss in i deras situation? Många svarar med ett rungande JA på frågorna, åtminstone spontant. När indignationen över de enfaldiga frågorna lagt sig och den bistra verkligheten träder fram, med åtstramningar, tidsbrist och andra problem, är det lätt att börja sväva på målet. Kanske engagemanget för den som varit arbetslös i tre och ett halvt år inte är riktigt helhjärtat? Speciellt om personen är svår att prata med och aldrig verkar ha något intresse för någonting eller aldrig kan bestämma sig för vad han eller hon vill göra.

Vår metod har till syfte att hjälpa dessa, och givetvis också andra, människor. Och för att återknyta till det enkla; Visst är det nästan alltid just det enkla som är det geniala. Vår förhoppning är att också du ska attraheras av modellen. Den är inte alltid den rakaste vägen, men statistiken talar sitt tydliga språk: 89 % av våra klienter har gått direkt till arbete, praktik eller studier efter 2Work-utbildningen!

Då ska man ha i bakhuvudet att 2Work-utbildningarna genomfördes under en lågkonjunktur.

Det är vi som tillsammans med engagerade medarbetare på Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan och Skellefteå Kommun åstadkommer detta lilla underverk.

Anna From-Lindqvist, VD/Utbildare och grundare av Euniq'em.

Högskoleutbildad vid Bosöns IFHS, en 2-årig ledarutbildning. Företagsekonomi, 40 poäng. Barn- & ungdomspsykologi, 5 poäng.

Ett 60-tal ledarutbildningar inom en mängd områden, allt från styrelse-arbete till kvinnligt ledarskap.

Auktoriserad i DiSC-modellen och diplomerad Willi Railo Coach.

Har ansvarat för ledarutbildningar och varit verksam ledare under 26 år.

Utbildad i "Episkt berättande" vid Calle Flygare Teaterskola.

Innovatör av Kompishjälp och ledsagarservice i Skellefteå Kommun, en riks-uppmärksammas ledsagarverksamhet för funktionshindrade.

Grundare och idégivare till Sinnenas Gym på Urkraft.



Erfarenhet av självstärkande utbildningar för medarbetare utanför arbetslivet.

Metoderna på Sinnenas Gym utvärderades och förordades i en forskarrapport av Doktor i socialt arbete på Umeå universitet, Lena Dahlgren, 1995–2001.

Ansvarig för multilaterala ungdomsutbyten i Europa under 1995–01.
Ledamot i det Europeiska utbildningsnätverket "Laboratorium", 1998–01.
Utsedd av tillväxtverket som ambassadör för kvinnors företagande.

Uttagen till regeringens satsning "Styrelsekraft".

Handelskammarens diplomutbildning i styrelsearbete.

Övrigt:

Kanslichef på Skellefteå Handboll, före och under de framgångsrika åren med damerna i Allsvenskan, 1981–85.

Föreningskonsulent vid Skellefteå kommun, ansvarig för utbildningar och bidragshantering, 1986–95.

Utsedd till Veckans Kvinnliga Innovatör av "Innovativa Kvinnor" 2002, där uppfinningen "Upptaget" uppmärksammades.

Anlitad som coach av ALMI Västerbotten, Västerbottens Handelskammare och Nyföretagarcentrum Skellefteå.

Invald som första kvinna vid Lions Club i Skellefteå.



Tommy Burman, Projektledare/Utbildare

Utbildningar:

Utbildad fritidspedagog vid Högskolan i Östersund, 80 poäng.

Umeå universitet, administrativ teknik.
Ledarskap, 20 poäng.

Ledningspersonal inom förskola, Umeå universitet, 20 poäng.

UGL-utbildad.

Westhagens utbildning, Sundsvall, projektledarutbildning.

Stresshantering genom Integrerad mental träning, utbildare
Fil. Dr. Lars-Erik Uneståhl.

Auktoriserad inom DiSC-Beteendemönster, mänsklig insikt, självinsikt.

Yrkeserfarenheter:

Fritidsgårdsföreståndare, Skellefteå kommun 1974–75, Fritidspedagog,
Skellefteå kommun 1977–79. Ledningspersonal i barnomsorg, Skellefteå
kommun 1979–88.

Administrativ och pedagogisk ansvarig för Urkrafts utbildningsår 1988–96.
Projektledare koordinator Urkraft 1997–2002.

Projektledare & koordinator Euniq'em AB 2003–

Övrigt:

Projektkoordinator, Inter Bothnia Youth Project 1997–2000. EU-projekt Interreg III.

Projektledare i Breaking Barriers, Interpraktikkontoret, uppdragsgivare och projektledare inom Youth Exchange Leonardo da Vinci 2000–02.

Projekt och handledare av "Project Organizers" 2000–01, AF Skellefteå uppdragsgivare.

Utredare/projektledare Barents Youth Dimension 2000–01. Ungdomsstyrelsens uppdrag.

Projektledare och handledare i Recharge 2001–03. Försäkringskassan uppdragsgivare.

Kursansvarig Comebacken 2005–06, uppdrag från Skellefteå kommun och i samarbete med Kommunhälsan.

Lovisa Hedenström, Projekthandledare / Utbildare

Utbildningar:

Folkhögskola Medlefors 1994–96.

Komvux 1996–97.

ABF:s Cirkelledarutbildning 1998, IT-assistent genom



Lernia 1999–00.

Auktoriserad i DiSC-Beteendemönster, mänsklig insikt, självinsikt.

Diplomerad Willy Railo coach.

Utbildad Mindfulness instruktör. Utbildare Dr Ola Schenström.

Yrkeserfarenheter:

Vårdarinna inom Social och omsorgsförvaltning i Västerbottens landsting, 1989–94.

Projekttledare Embla, EU-projekt för arbetslösa kvinnor 1998–99.

Personlig assistent, Skellefteå kommun 1999–2000.

Utbildare och dataansvarig Euniq'em AB, 2005–

Övrigt:

Sekreterare i Medlefors FHS:s kursråd 1994–95, ordförande i Medlefors FHS:s kursråd 1995–96.

Ledamot och ordförande i Hem & Skola, Inre Ursvikens rektorsområde 1995–97.

Ledamot i Skolrådet, inre Ursvikens rektorsområde 1997–98.

Ledamot i Klemensnäs Folkets Hus Förening sedan 2003.

Ledsagare inom Skellefteå kommun.

Kreativitetspedagog.

Vår utbildningsfilosofi

I Euniq'em arbetar vi aktivt med den inre processen hos varje kursdeltagare. Vi lägger tonvikten på att deltagaren tillförs vårt budskap med sina egna referensramar. Ingen utveckling sker om den inte implementeras hos individen. Att aktivt koppla ny information till det egna jaget är en förutsättning för fortsatt utveckling.



Foto: Linda Stenberg

Detta kan ske:

... när kursdeltagaren kan referera metoder och erfarenheter utifrån sin egen plattform.

All ny kunskap måste implementeras för individen på ett trovärdigt sätt. Deltagaren skall ges möjlighet att referera ny information till det dagliga arbetet. Vi kartlägger referensramar och startar på den plattform deltagaren står för att varje delmoment skall införlivas i arbetslivet. Ingen förändring kan ske om inte individen kan relatera den till sin egen situation och plattform.

... när budskapet är anpassat till varje individs förutsättningar.

Vi anpassar utbildningsmomenten så att de tillfredsställer den intelligens som dominerar hos respektive individ. Allt enligt Howard Gardners teorier (forskare Harvard University). Vi har olika inlärningsstilar. En varierad undervisning, som tillgodoser varje deltagares förutsättningar, är därför vårt arbetssätt.

... när kunskap och budskap är i balans.

Motsatsen är kunskap som inte kan relatera till det dagliga livet. Vi väljer att arbeta utifrån en bas som bygger på vardagliga händelser som direkt kan få deltagaren att se ett sammanhang utifrån sin egen referensram och därigenom generera en positiv förändring hos individen.

... när vi bemöter deltagarna med respekt och ödmjukhet.

Det finns ingen motsättning mellan att ha människan i centrum och effektivitet! Vi får kursdeltagaren att känna sig betydelsefull och att alla "vågar vara sig själv". Den utgångspunkten för lärandet är det centrala i vår pedagogik. Det är först när alla öppnar sig och vågar släppa taget om sin egen tilldelade roll som mottagligheten för förnyelse startar.

... när innovation och utveckling är i fokus.

De metoder vi använder är relativt nya på svenska marknaden. Med detta avser vi BrainGym®, Processinriktad Inläring och Målinriktad reflektion. Gemensamt för dessa metoder är att de hjälper individen att utvecklas emotionellt, socialt, fysiskt, intellektuellt och ökar förmågan att leva mer avspänt. Vi har valt dessa metoder för att de förkortar utvecklingsprocessen. När deltagarna kan se sig själva och andra får de nya perspektiv. Vilken självbild vi alla har stämmer i de flesta fall inte med omgivningens uppfattning.

I det dagliga arbetet är den egna personen det största motståndet vid förändring, utveckling och kreativitet. Otaliga exempel finns där den egna personens bristande självinsikt lett till revirtänkande, avundsjuka och samarbetssvårigheter. Vi får deltagarna att byta perspektiv och öka självdistansen och därmed öka självinsikten.

... när avspänning och humor dominerar.

Den effektivaste inläringen sker när kursdeltagaren är avspänd. Forskaren Georgi Lozanov har bevisat att ju roligare man har, desto mer avspänd blir man. Ju mer avslappnad man blir, desto mindre motstånd har man mot att hämta ny information. Vi arbetar metodiskt och medvetet med humorn som verktyg.

... när kursdeltagarens egenvärde höjs.

Vi är alla formade under budskapet "You are not enough" av Kay Pollak. Under vår uppväxt är budskapet till oss bestående till 80% av: "Du duger inte". Vi lyfter upp vikten av empatiska handlingar och deras effekt på oss människor. Empati är den överlägset effektivaste servicegrund en medarbetare kan stå på.

Om Euniq'em-effekten

Efter en del bryderi bestämdes att vi, åtminstone till en del, skulle använda oss av en metafor för att beskriva arbetssättet. Huvudpersonen är Vår Sjöfarare, på väg ut på sin första seglats som till råga på allt består av en ensamresa över Atlanten.

Vi litar till ditt öppna sinne, huvudpersonen kan från kapitel till kapitel byta skepnad. Ibland är personen en man, ibland en kvinna. Vid en del tillfällen har personen kommit upp i mogen ålder, för att kapitlet senare vara en ung människa på väg ut i yrkeslivet.

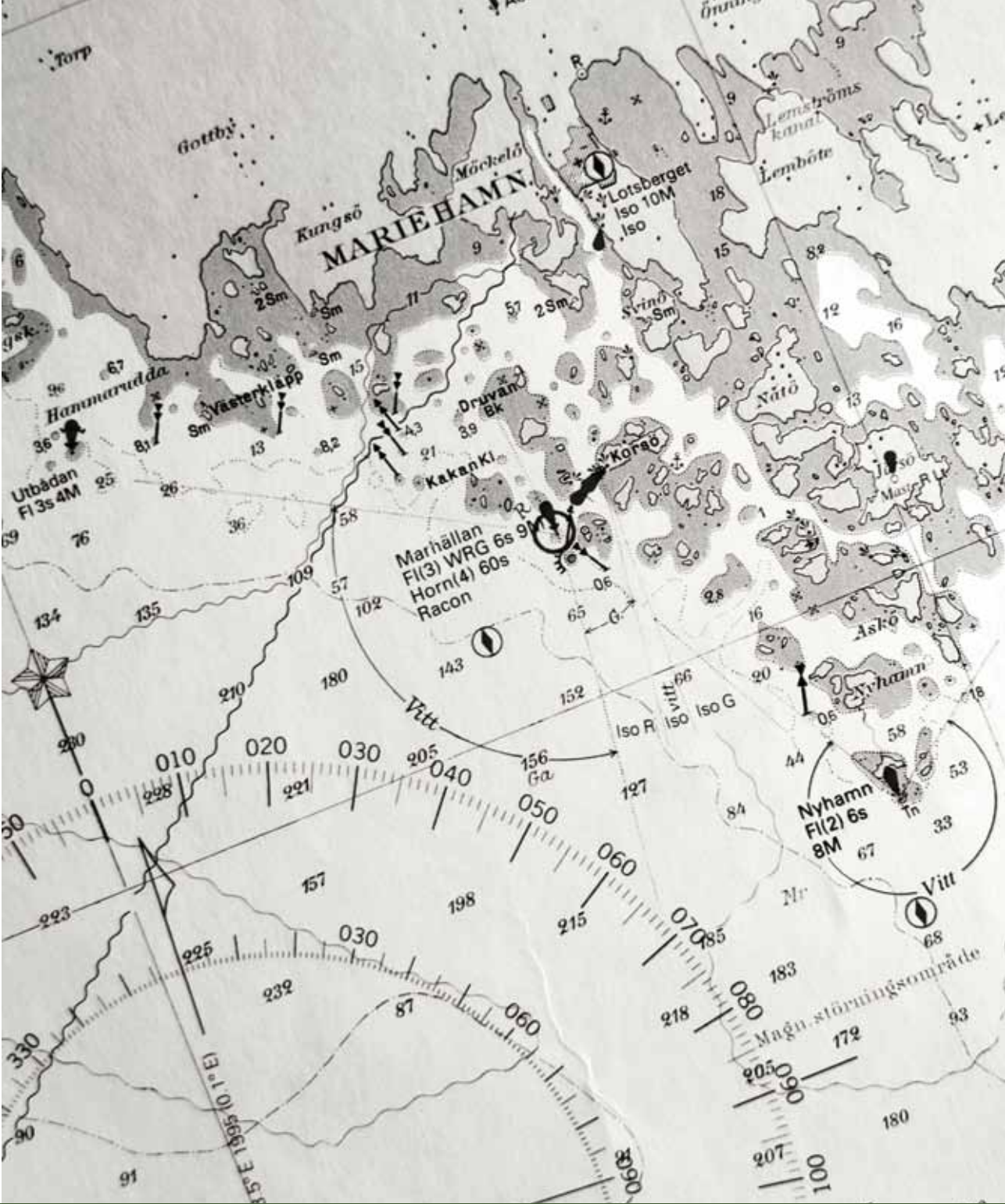
En del övningar finns inlagda i boken och dem rekommenderar vi er varmt att använda. Oavsett om ni kommer att arbeta inom 2Work eller inte, är övningarna användbara – några kan till och med göra dig både lyckligare och mer harmonisk. Vissa verktyg beskrivs inte utförligt, en del av dem kräver minst en egen bok.

Nog om detta; nu råder vi er att se till att sydvästen är ordentligt neddragen och att flytvästen sitter bra. Vi ska snart kasta loss!

Anna From-Lindqvist
Kapten på 2Work



2WORK!



2. Första dagen

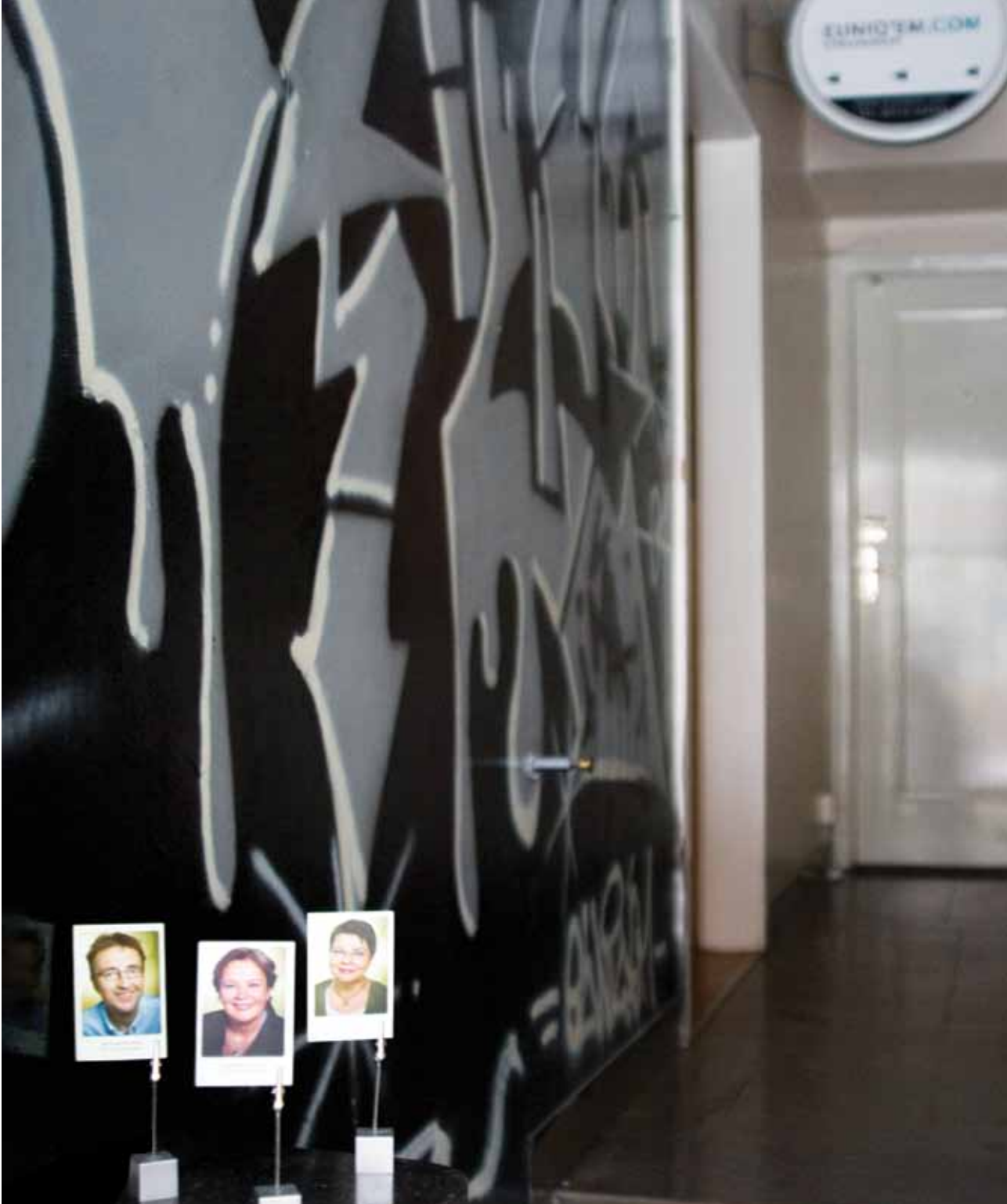
Den euforiska känsla som handledaren på Arbetsförmedlingen på något sätt ingjutit lyste med sin frånvaro, när farsan välte sängen efter att ha hotat med att göra det minst fem gånger.

Åtgärden, den tredje i ordningen, hade Vår Sjöfarare glömt namnet på. Nu ville han bara sova vidare och övervägde att göra det här på golvet. Han hade nästan lyckats somna om när det small till vid fönstret.

”Frisk luft!” trumpetade farsan och slog upp fönstret på vid gavel.

”Något helt annat än det du får i dig när du leker med din satans dator hela nätterna. Här luktar värre än ett filippinskt utedass. Jag fattar inte att du kan bo i det ...”

Vår Sjöfarare blundade, förvissad om ytterligare någon minuts sömn. Farsans moralkakor brukade ta den tiden. Den totala avslappningen närmade sig när täcket försvann i ett ryck och tordönsstämman skakade rummet:



”Stiger du inte upp nu ska jag hämta gräsklipparen. Med den kanske det går att få golvet hyfsat jämnt härinne. Ligger det en ung Sjöfarare i vägen kan det inte hjälpas.”

Hotelsen hjälpte inte, han hade hört det mesta, även om just denna uppvisade en viss kreativitet. Däremot tvingade kylan upp honom. I slow-motion drog han på sig jeansen och tröjan, medan han funderade på en utväg att slippa gå på den där kursen.

Visst hade det låtit positivt med skraddarsydd coachning och allt det andra, men Arbetsförmedlingen hade inte fattat problemet. Han var inte alls arbetsskygg eller svårplacerad, snarare unik och överkvalificerad. Varken farsan eller AF fattade att hans begåvning förmodligen skulle gå förlorad, om han tvingades att ta något muppjobb på en fabrik eller affär eller något annat.

”Vänta på de bra bollarna” hade blivit hans ledstjärna. I väntan på kneget med 29 000:- i ingångslön, eget kontor och självvalda arbetstider höll han hjärnan i trim med nätvarianten av spelet Vision to kill. Spelet krävde full uppmärksamhet, och via headset odlades sociala kontakter.

”Tack som fan! Skit också. Passa ryggen!” kunde man minsann hinna säga medan spelscenerna blixtrade förbi. Han suckade och gick ut i köket och hällde upp en kopp te ur kannan.

”Vet du, farsan, jag undrar om den här kursen är någonting för mig. För det första tror jag att jag håller på att få feber, men framförallt är jag nog överkvalificerad.”

"Visst, din icke avslutade utbildning på Barn och Fritid öppnar väl alla dörrar? Att inte Ericson eller Microsoft hört av sig."

"Du vet mycket väl att jag kunde mer än lärarna ..."

"... vilket inte visades på det betyg du hann få", fyllde farsan i.

"Men jag kan väl inte gå dit med feber?" försökte han.

"Som du tror att du kommer att få? I en våg av empati ska jag skjutsa dig till utbildningen och se till att du tryggt kommer in. Av omtanke ska jag dessutom stanna utanför och vänta tills ni är färdiga för dagen."

Vår Sjöfarare suckade uppgivet och kände sig precis lika inlåst som Greven av Monte Christo.

Att utbildningen inte liknade någon annan insåg han redan när han öppnade trädörren och klev uppför de få trappstegen. Ingen aluminiumfattad glasdörr som öppnar sig automatiskt, bara en hylla med en massa skor på, och skylten:

"Här tar vi gärna av oss om fötterna."

Inte "Ta av er skorna!" eller något annat i kommandoton. En stillsam vädjan, vars undermening kanske betydde att här fanns det ett val.

Graffitimålningen på väggen förstärkte känslan av att han möjligen kommit rätt. Mängden skor av olika modeller visade att de flesta respekterade den anspråkslösa skylten och tveksamt



sparkade Vår Sjöfarare av sig de slitna Nike-skorna, som bredvilligt delade med sig av lukten från sockor, som borde ha tvättats för länge sedan. Detta bekymrade inte ägaren som klev in i en trång korridor, där en grupp människor i alla åldrar stod och hummade lite nervöst, sådär som man gör bland nya människor. Vår Sjöfarare satte näsan i vädret och försökte fnysa överlägset för att visa att han minsann inte hörde till sällskapet.

”Prosit!” sa någon och Sjöfararen förstod att han misslyckats för ingen såg det minsta underlägsen ut.

En kvinna som såg glad ut dök upp från ingenstans. Hon rörde sig vant bland människorna, pratade lättsamt och skrattade ofta. Vår Sjöfarare tyckte nästan bra om henne, när hon höjde rösten en aning och sa det var dags att börja.

Modfällt tog vår hjälte plats längst ner vid det långa bordet, vars enda fördel bestod i kaffetermosen som stod mitt på. Utan att fråga om lov klev han upp och hämtade en kopp för att sedan sjunka ner i stolen precis så långt det gick utan att ramla i golvet.

Därefter satt han tyst och tjurade för att ingen kommenterat vad han gjort, eller ännu bättre – skällt ut honom. Då skulle han allt ha fräst ifrån och berättat att han minsann inte hade något där och göra. Nu började hon som till att börja med verkat trevlig, tjata om Euniq’em.

Det här liknar alldeles för mycket skolan, suckade han, medan hon som nog hette Anna pratade om varför de satt där, om arbete, praktik och studier.

En sak måste han berömma: hon blev inte långrandig. Efter en liten stund avlöstes hon av en som hette Tommy, som snabbt och vant kollade allas kontaktuppgifter. De som behövde skulle få hjälp med att skaffa e-postadress, och Tommy förhörde sig om SMS-tjänsten nått fram. Till sist fick de lite praktisk information och ett schema. Med lite tur är det slut för dagen, tänkte Vår Sjöfarare när den där Anna tog till orda igen:

”Nu börjar det roliga”, sa hon dubbeltydigt. ”Ni kommer att få en James Bondinstruktion, det innebär att ni bara får den en gång. Förbered er på att det oftast fungerar på det viset. Ni ska presentera er för varandra, två och två. Under två minuter ska ni berätta för er kompis om ert namn, er familj, hur ni bor, om era intressen och era förväntningar på 2Work. Direkt ni är klara väljer ni en ny kompis och gör på samma sätt igen. Då ni är nio personer i gruppen vill jag också delta, om det är ok för er del.” Hon gjorde en paus på några sekunder.

”Då kör vi.”

Vår Sjöfarare hann inte riktigt med. Plötsligt stod Anna framför honom och sträckte fram handen. Tafatt tog han den lamt och fick finna sig i en rejäl handskakning, med ett fast grepp.

”Vem ska börja, jag eller du?” frågade hon.

”D-d-d-du”, stammade Vår Sjöfarare.

”Visst, jag heter Anna From-Lindqvist, bor på Köpmangatan och driver Euniq’em ...”

Hon uttryckte sig verserat, och han översköldes av information om hennes barn, om stugan i inlandet och om passionen att vistas ute i naturen.

Plötsligt avrundade hon med:

"Jag tror det var allt", och han kunde inte för ett ögonblick tro att det redan gått två minuter. "Din tur."

"Va? Njä... Jo ...", han stod alldeles handfallen. Hjärnan stod helt still.

"Alltså, jag vet inte vad jag ska säga ..." Han rodnade över hela ansiktet.

"Du kanske kan börja med vad du heter", sa Anna, helt utan ironi.

"Jo, jag heter Sjöfarare, Vår Sjöfarare. Jag bor i Ursviken. Och jag gillar sjön ..."

"Passande att du bor i Ursviken. Nära till vattnet. Har du egen lägenhet där?"

"Nä, jag bor med farsan. Morsan flyttade till Sundsvall för några år sedan. Det är inget vidare ..." Han såg att hon lyssnade intensivt på honom. "Hon träffade visst en ny karl under en kurs. Farsan mådde skitdåligt ett tag. Morsan ringde flera gånger om dagen i början, men sedan blev det längre och längre mellan samtalen. Till sist slutade hon att ringa helt ... Farsan försöker nog göra rätt men han ..." Han avbröt sig tvärt. Aldrig brukade han tala så här till en vilt främmande människa.

"Vad har du för intressen?" frågade Anna mjukt, utan att beröra vad han precis sagt.

"Jag gillar sjön ... Snart ska jag segla över Atlanten. Jag ska bli den förste, som varken kan simma eller har lärt sig hur kompass och sjökort fungerar, att ta mig över havet. Det är inget märkvärdigt. Allt som behövs är lite bondförnuft och en smula uppfinningsrikedom."

När han väl kommit igång forsade orden ur hans mun, och Anna fick varsamt berätta för honom att de nu måste byta kompis.

Allteftersom övningen förlöpte blev det lättare att både tala och lyssna. Vissa hade lättare för att samtala naturligt än andra, men på det stora hela verkade inte ens de som var i samma ålder som dinosaurierna helt urblåsta. Faktiskt verkade en och annan riktigt vettig.

Det blev rast – eller bensträckare, som Anna kallade den. Någon gick ut för att röka, några stannade kvar och tog en kopp kaffe. Man resonerade bara trivialiteter, som för att testa om någon skulle avslöja de förtroenden som frivilligt eller av misstag yppats under presentationen. Kanske någon skulle göra sig lustig på någon annans bekostnad? Inget sådant hände och rasten tog slut.

En dam, som presenterade sig som Lovisa, tog över och berättade kort om sig själv. Sjöfararen klottrade till sin förvåning ned stödord om det hon sade. Lovisa hade haft en brokig väg till jobbet på Euniq'em och han hade gärna hört mer om hennes bakgrund.

"Vi ska prata en liten stund om CV", sa Anna, och Sjöfararens humör sjönk flera grader. Att döma av de andras minspel kunde han utläsa att deras entusiasm höll sig på samma nivå. En kvinna sa rakt ut:

"Behövs verkligen ett sådant där CV?"

Diskussionen drog igång med en mängd av skilda ingångsvinklar.

"Jag får en klump i magen bara av ordet", säger någon missmodigt.

"Hur gör man?" säger en annan. Vår Sjöfarare deltar till att börja med inte alls i resonemanget. Han behöver inget CV. Förr eller senare ska ryktet om hans unika färdigheter nå storfinansen.

"Och du, Sjöfarare, har du redan skrivit CV?" Frågan kommer från en man i femtioårsåldern.

"Nä. I mitt fall tror jag inte att det behövs." Omedelbart ångrade

han orden.

"Varför inte det då? Du verkar inte ha mer jobb än vi andra", hugger den andre in.

"Nja, jag väntar på en grej ..."

"Väntar på en grej", fnysar den andre. "När jag var i din ..."

"Alla ska ha skickat in sin CV tillsammans med ett personligt brev till det här datumet", avbryter Anna och pekar på whiteboardtavlan. Det som kunde ha blivit en dispyt avleds smidigt. Sjöfararen och resten av gruppen antecknar.

"Måste man lämna referenser, Anna?" frågar en kvinna i Sjöfararens egen ålder.

"Hur menar du då?"

"Jag har bara haft två jobb, och på båda ställena var det äckelgubbar som försökte tafs på mig. Om jag lämnar dem som referenser kommer de kanske att snacka skit om mig." En ny diskussionsrunda, som Anna till sist avslutar med:

"Vi vill bara ha en början", förklarar hon, "något att utgå ifrån. Vi ska fortsätta i de banorna, alltså att utgå från något, nämligen er själva. Vi ska sätta igång med att jobba med något som heter DiSC." Hon börjar tala och en helt ny dimension öppnar sig långsamt för Vår Sjöfarare.

När klockan närmade sig lunchtid tog dagen plötsligt slut. Vår Sjöfarares inre var fyllt av blandade känslor. Egentligen hade han ingenting där att göra, men ändå ...? Den där DiSC-modellen som Anna talat om ... Stämde den verkligen in på honom? Visst hade han ganska mycket av Dominans i sig. Som Mikael Persbrandt, som en av kvinnorna i gruppen föreslagit. Eller som Bert Karlsson. Fast lite

Influerande också. Som det stod i papperet om I:et ville han gärna stå i centrum, få applåder och slippa kontroll. Allt stämde förstås inte. Ingen skulle kalla honom oorganiserad eller säga att han inte genomförde sådant han gett sig in på eller att han lovade för mycket. Vid närmare eftertanke fanns kanske några drag av S som i stabilitet i honom också, även om den kategorin minst stämde in på honom. Enligt modellen fruktade S-människorna förändringar och det oförutsägbara, både positivt och negativt. De ville jobba med kända metoder och uppskattade säkerhet. Anna hade nämnt någon fler egenskap som han glömt, men de här passade rakt inte in på honom. Däremot tyckte han sig vara både lojal, övertygande och väl övervägd, epitet som också sorterade under Stabilitet. Faktiskt rymdes också en hel del C som i Competence i honom. Kompetent kunde ju vara hans andra namn. Samvetsgrann, pålitlig, diplomatisk och kunskapstörstande, det är jag i ett nötskal, tänkte han. Men även C innehöll en del dumheter som bristande kreativitet, att vara obeslutsam eller att vara överkritisk mot sig själv och andra.

Han skakade på huvudet, sparkade fötterna i skorna och gick fundersam ut på gatan fylld av motsägelsefulla tankar, som han väcktes ur först när farsan signalerade på honom.

Kvällen blev den märkligaste han upplevt på länge. Redan vid sju-tiden gick han omkring som en zombie. Inte ens ett kort försök att vässa intelligensen med en runda Vision to kill fick honom att piggnä till. Han blev snipad fyra gånger i rad och gav upp.

Till tonerna av Bolibompa kröp han ner under täcket, somnade omedelbart och drömde en del mardrömmar om DiSC-profilen, som Anna sagt att de skulle göra dagen efter.



3. Om DiSC-modellen

DiSC-modellen är ett psykologiskt verktyg, som har ett pedagogiskt tillvägagångssätt och en enkel metod, som gör det lättillgängligt och användbart för att förstå komplext beteende. Detta har gjort att den har använts av cirka 50 miljoner människor runt om i världen.

DiSC-modellen handlar om att känna sig själv, sina möjligheter, förståelse för andra och sin utvecklingspotential. De konstanta förändringarna i vår omgivning kräver att människor idag ska kunna ställa om sig både vad det gäller arbetslivet och den sociala samvaron. Vi skall vara medvetna om våra mänskliga resurser, våra starka och mindre starka sidor. Kort sagt, vi måste känna oss själva, vår omgivning och veta varför vi handlar som vi gör i olika situationer. Modellen baseras på innovativt tänkande samt av avancerade och noga utprovade teorier inom beteendeteorin. DiSC-modellen finns idag i 80 länder, och i Sverige är den anpassad efter svenska förhållanden.

Modellen används idag inom en rad olika områden, som till exempel personlig utveckling, försäljning, ledarutveckling, teambuilding, rekrytering, karriärplanering, coaching med mera.

I utbildningarna ingår att man gör en egen personprofil, som innehåller en personbeskrivning med motivationsfaktorer, utvecklingsområden och personliga egenskaper. Det ställer naturligtvis stora krav på oss när det gäller utveckling, utbildning, och träning, och alla i Euniq'ems personal är certifierade användare av DiSC-koncepten och profilverktygen.

Vad är DiSC?

DiSC-modellen och de DiSC-baserade profilverktygen kan användas för att beskriva tendenser i vårt beteende och hur vi agerar i olika situationer. Vårt beteende ändrar sig efter vilket sammanhang vi befinner oss i, och olika drag i vårt beteende kan komma till uttryck i olika situationer. Det är därför viktigt att betona att DiSC inte säger något om hurdana vi "är" utan bara berättar vilket beteende vi är benägna att uppvisa i vissa situationer. DiSC är alltså en beteendeteori.

Vi utvecklas hela tiden, och beroende på vilka erfarenheter vi skaffar oss, vilka vi umgås med, vilka uppgifter vi har och var vi befinner oss, kommer vårt beteende att variera. DiSC kan alltså berätta något om "situationsbestämt beteende".

Som människor är vi alla olika, och oavsett hur nyanserat man delar in människors beteendetendenser i profiler, grafer och mönster, kommer det alltid att handla om en viss grad av generalisering. Även personer med fullständigt lika profiler har olika beteendemässiga uttryck beroende på exempelvis intressen, åsikter och utbildningsmässig bakgrund. Vårt beteende är alltså dels situationsspecifikt, dels präglat av varje enskild individs personliga bakgrund och förväntningar.

Syftet med DiSC-profilerna är först och främst att (via dialog) ge den person som fyller i profilen möjlighet att skaffa större erkänsla för sig själv och sin omvärld. Profilerna kan ses som en spegel, som reflekterar det som personen redan vet men inte helt eller alltid är medveten om. På samma sätt som i en spegel kan DiSC som profil-verktyg och dialogredskap hjälpa en person att få bättre förståelse för sig själv (och andra) och vara en källa till inspiration för vidareutveckling.

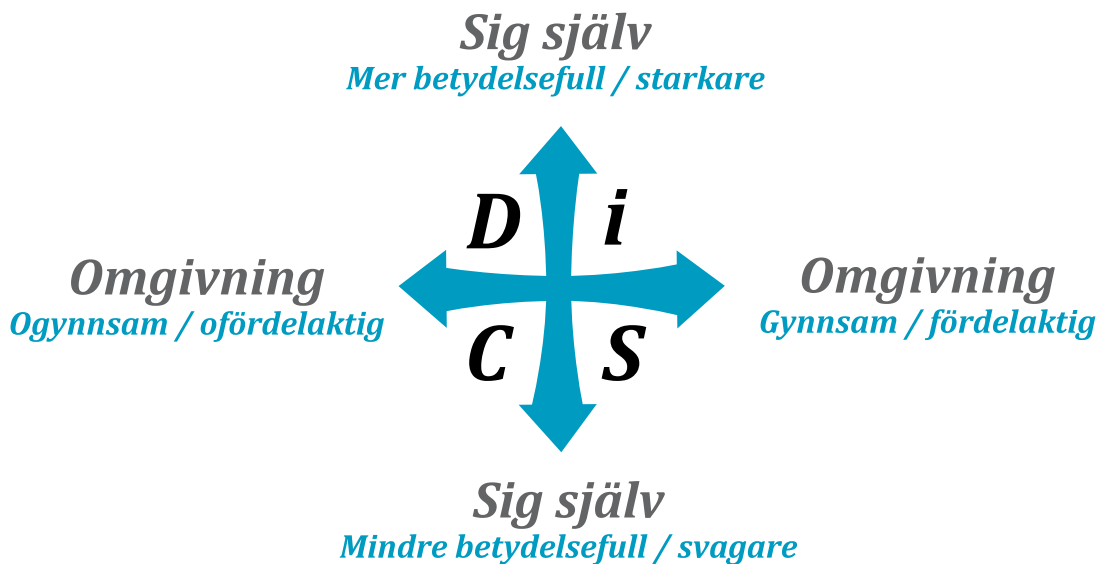
DiSC-modellen

Bakgrunden till DiSC-modellen är William Moulton Marstons analys av (normala) människors känslor och beteenden i samspel med omvärlden från 1920-talet. I sin teori om människans styrande krafter – emotioner – beskrev Marston fyra "primära känslor" och beteendemässiga reaktioner, som är kopplade till de här känslorna. Marston ansåg att en person uppvisar större intensitet och frekvens av ett beteende med utgångspunkt i en eller två av de primära känslorna.

DiSC-modellen grundar sig på två uppfattningar:

1. Att människor antingen uppfattar omgivningarna som fördelaktiga/gynnsamma eller ofördelaktiga/ogynnsamma.
2. Att människor antingen uppfattar sig själva som starkare/mer betydelsefulla än omgivningarna eller svagare/mindre betydelsefulla än omgivningarna.

Kombinationen av uppfattningen av omgivningarna och av sig själv i förhållande till omgivningarna ger en modell med fyra olika kombinationer av uppfattningar, var och en med en egen härledd beteendetendens, D, i, S och C:



De fyra DiSC-dimensionerna och beteendetendenserna i stora drag

D – *Dominerande beteende*: Människor med hög D-tendens uppvisar ett dominerande beteende, eftersom de ser utmaningar som måste övervinnas. De uppfattar sig själva som mer betydelsefulla/starkare än omgivningarna, vilka uppfattas som ofördelaktiga/gynnsamma. De försöker ändra, övervinna eller kontrollera saker och ting. Människor med dominerande beteende ser till att styra saker och ting och övervinna eventuellt motstånd. De har fokus inställt på att skapa omgivningar som kan ge de resultat som de önskar sig.

i – *Socialt influerande beteende*: Människor med hög i-tendens försöker utöva inflytande över andra genom en känsla att vara betydelsefulla/starka i fördelaktiga/gynnsamma omgivningar. De vill att andra ska dela deras uppfattning av saker och ting. De försöker utöva inflytande genom att övertala eller påverka andra, eftersom de är övertygade om att de kan. Människor med influerande beteende har fokus inställt på att forma sin omgivning genom att övertala folk och engagera andra i samarbete.

S – *Stabiliserande beteende*: Människor med hög S-tendens är benägna att inte vilja ha för många och plötsliga förändringar, eftersom de vill bevara de fördelaktiga/gynnsamma omgivningarna, och för att de ser sig själva som mindre betydelsefulla/svagare än omgivningarna. De anser att allt är bra som det är, och att det bör förbli på det här sättet, om inte förändringarna sker på ett överskådligt vis och enligt deras åsikt till det bättre. Människor med stabiliserande beteende försöker samarbeta, stödja och hålla saker och ting stabila och harmoniska. De har fokus inställt på att utföra uppgifter i samarbete med andra inom välkända ramar.

C – *Kompetenssökande beteende*: Människor med hög C-tendens ser sig själva som mindre betydelsefulla/svaga i ofördelaktiga/ogynnsamma omgivningar. De försöker analysera noga och därefter arbeta för att nå höga normer eller följa gällande regler för att nå sitt mål. Människor med kompetenssökande beteende försöker arbeta disciplinerat, systematiskt och noggrant. De har fokus inställt på att arbeta med att förbättra kvaliteten inom de upprättade riktlinjerna. Eftersom det här handlar om beteendedrag och inte personlighetsdrag (som vi beskrev ovan), uppvisar alla människor enligt DiSC-modellen både D-, i-, S- och C-beteende. Emellertid är det ofta så att en person är benägen att uppvisa en eller flera beteendetendenser i högre grad än andra beteendetendenser.

Vad kan DiSC användas till?

DiSC-profilerna gör det möjligt att identifiera en persons beteendetendenser, och det kan därmed säga något om våra beteendemässiga preferenser i olika situationer. Det betyder att profilerna kan användas för att skapa bättre förståelse för våra egna och andras handlingar, reaktionsmönster och prioriteringar av beteende. Utgångspunkten är samtidigt att alla har en potential för att förändras och utvecklas som person: både uppfattningen av "oss själva" och av våra omgivningar är stadda i förändring, och vårt beteende ändras när vår uppfattning ändras och vice versa.

Personer som fyller i en DiSC-profil har möjlighet att själva poängsätta och tolka profilen. Det är samtidigt viktigt att personen via personlig feedback får möjlighet att samtala kring, reflektera över och personliggöra sin profil tillsammans med en kvalificerad handledare. Under feedbacken är det också viktigt att ansvaret för den egna förståelsen och utvecklingen läggs hos personen själv – det är i första hand den person som fyller i profilen som "vet bäst".

DiSC är alltså både ett profilverktyg och ett effektivt dialogredskap. Det kan användas till att titta närmare på styrkor och utvecklingsområden i vårt beteende i förhållande till konkreta uppgifter, utmaningar och i samarbetet med andra – och därmed bidra till att säkerställa att både individuella och gemensamma mål uppnås.

Slutligen är det viktigt att vara medveten om att DiSC-profilerna inte berättar något om ifall människor har "rätt" eller "fel" – bara att vi är olika. Andra element som påverkar vårt beteende – såsom kompetens, intelligens och egenvärde, ligger utanför DiSC-profilernas räckvidd. En DiSC-profil kan därför aldrig betraktas som ett oföränderligt facit eller en uttömmande beskrivning av en person.

Alla i Euniq'ems personal är auktoriserade användare av DiSC-modellen.

4. Euniq'em-effekten i ett börsnoterat företag

Susanne Lantto har vid en ledarskapsutbildning vid Umeå universitet följt och observerat Euniq'em AB när de utbildade Boliden Mineral AB. Här följer ordagrant hennes observation:

Syfte

Syftet i min observation var att försöka förstå och se resultaten i Annas sätt att arbeta med sina kursdeltagare.

I Euniq'ems utbildningsfilosofi heter det "vågar vara sig själv", "bemöta deltagarna med ödmjukhet och respekt", "Det är först när alla öppnar sig och vågar släppa taget om sin egen tilldelade roll som mottagligheten för förnyelse startar." Jag ville se om det fungerar, för det är det jag tror på själv.

Metod

Innan jag började läsa den här kursen hade jag äran att få vara deltagare i en av Annas kurser (Nyföretagarprocessen), så jag hade anteckningar från den samt tankar och iakttagelser. Under den här kursens gång fick jag följa med Anna på en tvådagarskurs för anställda från en stor industri, Rönnskärsverken (Boliden Mineral AB) här i Skellefteå. Vi tillbringade kursen i "Krogen i skogen", ett ställe med konferens och stugor. Miljön var lugn och harmonisk. Efter två veckor hade vi en uppföljningsdag här i Skellefteå.

Jag har tagit del av Annas litteratur och vilka hon har fått inspiration av. Mina diskussioner med Anna har också gett mig information till denna rapportskrivning.

Resultat

Deltagarna bestod av 14 personer, varav 12 män och två kvinnor. Åldrarna var mellan 25 och 60 år. Inga av de kände varandra väl. Målet med kursen för deltagarna var att fokusera på deras personliga egenskaper och knyta samman varandra i företaget samt utföra brainstorming för att arbeta fram en vision för 2010.

Vi satt i en stor ring med tända ljus i mitten. Många äldre män såg skeptiska ut, en av de uttryckte sig: "Om vi ska hitta vilket djur jag är så åker jag hem!"

Anna tog fram sin väska, där hon hade några personliga saker, som hon ville delge alla. Efter det gick vi ut och letade upp tre saker, som påminde om vår barndom. Dessa tre ting fick vi berätta om för varandra i ringen – ett bra sätt att komma ihåg namnen på deltagarna. Det här var första steget till att våga släppa taget om vår tilldelade roll. Anna fångar alla på ett enkelt sätt. Hon är lyhörd och får alla att våga prata.

Under förmiddagen kom deltagarnas chef, Roger. Han berättade om vad som händer i företaget och han gav dem en uppgift. Utifrån den uppgiften skulle de brainstorma och göra en handlingsplan för vision 2010. Under den lilla stund som Roger var där fick de tillfälle att fråga honom om olika saker. Det haglade av funderingar och frågor. Deltagarna var väldigt nöjda med Rogers ankomst, information och diskussionerna som kom upp. Jag iakttog Roger och upplevde honom som en varm och lyhörd VD.

Sen var det dags att få ner alla idéer på papper. När de gjorde det så fick inte vi vara närvarande. På en utsatt tid fick de stänga in sig i ett rum och skriva ner allt tillsammans. Vår närvaro skulle göra dem hämmade enligt Anna. Efter varje brainstorming fick jag renskriva allt, för att de sedan skulle få en fullständig handlingsplan.

Dagen blandas med allvar och skratt, och det finns hela tiden utrymme för diskussioner. Trots det så lyckas Anna hålla den röda tråden i den välplanerade kursen.

Den första dagen avslutades med att vi tillsammans lagade en

trerätters middag. En del av kursen, som skulle få alla att lära känna varandra, slappna av och vara delaktig. Sedan blev det badtunna för de som ville och sen God Natt.

Dag två

Reflektioner från den första dagen. Alla skulle säga några ord. Sedan arbetade vi vidare, och dagens fokus var kreativitet. Här reflekterade vi över boken "Good To Great" av Jim Collins. Hur har andra företag lyckats?

Vi hade lite kreativitetsövningar under förmiddagen. På eftermiddagen gick vi igenom DiSC-beteendemönster och analyserade de typiska personligheterna i filmen "Så som i himmelen".

Alla fick en aha-upplevelse och kunde börja tänka i dessa banor, att alla är unika och har något att komma med oavsett vilken personlighet man har. Vi kan bli starka tillsammans, om vi lär oss vårt eget beteende samt våra medarbetares. Vidare fortsatte de med handlingsplanen, den skulle ju lämnas till ledningen under kursens uppföljningsdag. Den blev bra, vi fick allt sammanställt på ett enkelt och bra sätt.

Dagen avslutades med ett egenskapsspel, där vi skulle lära oss att integrera ord och kropp.

Vi delade ut diplom till alla och åkte hem både trötta och upprymda. Det är efter det här som man inte får tappa fokus och vision, nu ska det börja hända saker.

Under den tredje dagen repeterade vi det vi hade arbetat för under kursens första två dagar.

Handlingsplanen redovisades för Roger. Sedan pratade vi om från "Good To Great" till "Built to last". Det var här jag kände att jag verkligen ville se hur de skulle fortsätta och vad det hade givit deltagarna både individuellt och i grupp. Vi utvärderade kursen och avslutade med ett stort tack till Anna.

Sammanfattning

Euniq'em är ett modernt utbildningsföretag, som arbetar aktivt med den inre processen hos varje kursdeltagare. Tonvikten ligger i att deltagarna tillförs Euniq'ems budskap med sina egna referensramar. På detta sätt kan alla utvecklas till att kunna se visioner och gemensamt sträva framåt. Många företag är nöjda med Euniq'ems utbildningsfilosofi, vilken har gett goda resultat. Det har varit intressant att se arbetets gång hos Teknik- och specialistkompetensgruppen på Rönnskärsverken.

Reflektioner

Observationen har gått som jag tänkte från början. Anna har förmågan att få alla med sig. Det blir personligt och lättsamt, vilket släpper spänningar, som oftast finns hos en arbetsgrupp som inte har börjat se målen och visionen tillsammans.

Jag skulle vilja delta i någon liknande kurs med Anna och någon liknande kurs med ett liknande utbildningsföretag för att kunna jämföra tillvägagångssättet. Och sist men inte minst, jag skulle vilja se kursdeltagarna på plats i arbetet och se om visionen finns kvar och hur de arbetar vidare.

Kotter skriver i sin bok "A Force for Change – How leadership Differs from Management" att ledarskap utgörs av tre delprocesser: att fastlägga inriktning, att rikta in människor i samma riktning och att motivera och inspirera. (Sandberg & Fogelberg Eriksson s. 5.) Just det har jag upplevt i Annas sätt att lägga upp sina kurser för företag. I den så kallade postbyråkratiska eran är inte längre "maskinen" idealbilden. I stället framställs "Människan" slagordsmässigt som organisationens viktigaste resurs (Lind, 2003, s. 48.) Just detta är det som jag ser intressant och som ett steg i det moderna samhället. Människan är viktigare än maskinerna. Industrialiseringen var unik, men någon gång var vi tvungna att stanna upp. Min egen personliga "vinst" efter dessa dagar med Euniq'em och Rönnskärsverken är just att jag har fått hopp om framtiden. Det känns bra att se och erfara att stora, gamla företag satsar på sin personal. Jag kallar det unik personalpolitik. En personalpolitik som alla ska ha i sina företag.

Källförteckning

*Ledning av företag och förvaltningar,
Rolf Lind, 2003*

*Ledarskapsforskning – en kunskapsöversikt,
Sandberg & Fogelberg Eriksson, 2000*



5. Mikael

Jag träffar Mikael Öhrlund ett par dagar före jul. Först tror jag att vi ska få ställa in intervjun, då jag får ett besked om att hans bil blivit insnöad efter nattens oväder. Strax efteråt får jag kontrabesked; en traktor dök upp i elfte timmen och snart sitter han mittemot mig. Vi artighetspratar en stund, och jag får snabbt klart för mig att Mikael på flera sätt skiljer sig lite från de klienter jag mött tidigare.

Han har inte varit utanför arbetsmarknaden lika länge som de flesta andra i 2Work. Dessutom finns en missbrukarbakgrund långt bak i tiden (Mikael är drogfri sedan år 2001), något som till en del också styr hans yrkesval.

Att han började 2Work handlade lite grann om tillfälligheternas spel. Egentligen sökte han sig till Euniq'em för coaching, men byråkrati som handlade om några dagar stämpling för lite kvar, gjorde att han inte ansågs kvalificerad till detta. Som ett alternativ erbjöds han 2Work och tackade ja.

”Jag kände Anna lite sen tidigare ...”, säger han själv ”...”, och vet att hon har ett omfångsrikt arbetskontaktnät med bra försänkningar

när det gäller att jobba med människor. Sedan lånade jag en bok om 2Work av henne och tänkte att det kanske är en bra idé att ta sig in på en arbetsplats via praktik.”

Jag frågar honom vad han gjorde innan han började på 2Work.

”Jag flyttade till Skellefteå i juni -08. Jag jobbade på Stranbolaget i fyra år (en dagligvarugrossist, förf. anm.) men fick problem med knäet på grund av mycket spring på cementgolv och tunga lyft. Det blev inte mycket till liv kvar. När man kom hem blev det en värktablett och krypa ihop i soffan och överleva ... Sedan gällde att kämpa nästa dag ... Det fanns inga lättare uppgifter arbetsgivaren kunde erbjuda mig ... När jag kom till Skellefteå fick jag vikariera lite grann som personlig assistent.”

”Vad gör du nu?” frågar jag.

”Jag gjorde min praktik inom psykiatri och trivdes bra med det. Tydligt trivdes psykiatri med mig också, jag har gått in och jobbat rätt många skift efter praktiken.” Han gör en kort paus.

”På många sätt har jag nog mer kunskap än de flesta inom vården. Jag har umgåtts med psyk- och nervvrak och missbrukare i tjugofem års tid, så jag har stor erfarenhet av problemen även om jag inte jobbat med dem. Många av människorna springer genom psykiatri idag, missbruket och de psykiska problemen tangerar varandra hela tiden. För tjugo år sen provade man knarka för att det var kul, idag mår man dåligt från första början. Man börjar för att tillhöra någonting ...”

Vi hamnar en stund i ett resonemang kring missbruk och vård. Mikael är väl insatt och väjer inte undan för min nyfikenhet. För att inte bli fast i diskussionen ställer jag frågan:

"Har du lagt märke till någon förändring hos dig själv efter att ha gått igenom 2Work?" Han drar en aning på svaret.

"Ja, vad ska det vara ... Givetvis känner jag mig upplyft nu, efter att ha gjort praktiken och fått visa framfötterna och de har erbjudit mig en del jobb. Dessutom var kursen bra för gruppen och för mig. Jag gillar ju det sociala spelet. Alla i gruppen lyfte ... Många i min omgivning är glada för min skull, att jag fått praktik och jobb. Jag är känd för att vara en riktig latmask ...", säger Mikael med ett snett leende.

"Lite fanns kanske kvar från missbrukstiden, du vet – 'ingen ska bestämma över mig."

Vi kommer in på området CV.

"Tommy tyckte nog att jag skulle vara försiktig med att berätta om mitt missbruk i CV. Förr var jag närmast överärlig om mitt missbruk, det var nästan det första jag berättade, dödsrädd för att någon skulle tycka att jag mörkade. När jag sökte praktik till psykiatrien såg jag min bakgrund som en nyttig erfarenhet, faktiskt som en merit. Om jag söker ett annat jobb kanske jag ändrar CV."

"Vad kände du efter den första dagen?"

"Det jag minns är att det var en positiv feeling. Jag trivs ju med människor. Jag minns egentligen inte exakt. Vad jag kan säga är att om något varit negativt hade jag kommit ihåg det. Överhuvudtaget kan jag inte dra mig till minnes någon dag som inte varit bra, det har varit jättebra hela tiden! Bland annat tyckte jag DiSC-modellen var kul att jobba med, även om jag inte direkt har haft användning av den än." Mikael gör en kort tankepaus.

"Tror jag ..."

Vi resonerar lite kring de olika verktyg som används inom 2Work. Då det är ett antal månader sedan Mikael gått ut 2Work, är det inte helt lätt att komma ihåg alla moment som gruppen gått igenom.

"Vi hade en kvinna från Luleå", säger Mikael och hon körde något som kallas Digital Story Telling. Vi fick ta med egna fotografier som scannades in i datorn. Sen la vi på ljudspår, vi talade alltså in text, och resultatet blev en liten story om var och en. Det var jätkligt kul. Lite synd var att tiden blev nästan knapp, faktiskt den enda uppgiften som inte gavs tillräckligt med tid. Jag tror det här kommer att bli framtidens CV, en CD som presenterar en person med foton eller rörliga bilder tillsammans med text och tal. Många övningar gick i mitt tycke lite för långsamt för min smak. Jag förstår att alla måste få den tid de behöver. Har man varit borta länge behövs nog lite mer tid. Kanske resultatet skulle bli mycket sämre om kursen forcerades. Det är nog svårt för den enskilde att ställa sig upp och säga att det går för fort, att programmet är för tight."

"Vad anser du har varit bäst med tiden på Euniq'em?"

"Att jag blev inhjälpt på praktiken på psykiatrin av Tommy", blir det blixtnabba svaret.

"Det startade upp med att Tommy hade personliga känningar med henne vi skickade upp CV till. Hon tyckte att mina erfarenheter inte skulle gå till spillo. Trots att det var många elever från olika utbildningar som praktiserade just då, och att flera avdelningar nekade praktikanter, tog hon emot mig. Utan den praktiken hade jag förstås aldrig fått jobba de skiften jag gjort."

Mikael berättar om sina framtidsplaner. Här ryms studier inom undersköterskeprogrammet. Något som grumlar framtidsbilden är

dessvärre att han inte vet om det startar någon utbildning i februari. En låg dagersättning från aktivitetsgarantin förutsätter att han jobbar under studierna, något som ter sig svårt att göra på en annan ort.

Jag avslutar intervjun med frågan:

”Varför tror du Euniq’em och 2Work-metoden lyckas så bra?”

”De är väldigt, väldigt empatiska. Månar om människor ut i finger-spetsarna. Det är så långt ifrån ett girigt ”ploppa-upp-företag” som man kan komma, de är den absoluta motsatsen till företagen som bara söker snabba stålar, och de är många. De har en unik med-känsla, en förmåga att se hur människor mår som gör att de kan styra upp en kurs på ett bra sätt för alla. Dessutom har de en känsla för när det behövs uppbackning för någon. Överhuvudtaget klarar de av att driva varje kurs på känslor för deltagarna, istället för att följa en strikt kursplan där många faller ifrån för att ingen lyssnar eller bryr sig. Gemensamt har de ett fantastiskt inkännande, trots att de sinsemellan är väldigt olika. Sedan har Euniq’em funnits i branschen ett bra tag och visat att företaget inte är en dagslända som många andra.”

Det är svårt att låta bli att imponeras av Mikael Öhrlund. Han har kommit högt i bestigandet av ett skräckinjagande berg. Visst finns det fortfarande faror och branter att ta sig förbi. Startar kursen i februari? Kommer ekonomin att hålla? Bara för att nämna två. Ändå har jag en bra känsla när jag låser dörren på Euniq’em för att åka hem och fira jul. Mikael är en smart kille med god självinsikt. Han har förutsättningar att lyckas, han är absolut värd att lyckas!

6. Attityd

Följer Lovisa Hedenström denna förmiddag. Möter en koncentrerad grupp på morgonen. Inte särskilt mycket prat, man glider bara in på sina platser.

Lovisa frågar om hur de uppfattat en extern föreläsare, som framträtt för gruppen veckan innan. Det blir en rejäl sågning. Gruppen upprörs över grovt språk. Budskapet verkar ha kvävts av könsord, och fokuseringen har blivit riktad åt helt fel håll. (Senare får jag höra att föreläsaren varit mycket populär i parallellgruppen, kanske beroende på dess sammansättning, bakgrund, ålder ...)

Första egentliga punkten på dagordningen består i redovisning av en uppgift från tidigare. Deltagarna har ensamma – eller i par – besökt företag, huvudsakligen butiker, för att bedöma personalens bemötande, som graderats från ett till fem.

Företag efter företag nagelfars, poängbedömning och motivering hamnar på tavlan. Om de företag som funnit nåd hos besökarna används epitet som: leende, hemkänsla, välkomnande, bra, duktiga,

hjälpssamma, glada, hjärtliga, kunniga, engagerade pratade med alla, konkreta svar, visar (demonstrerar), servicevänliga, ger bra pris, fokuserade och så vidare.

På den negativa sidan skrivs: nonchalanta (här ges ett antal målande beskrivningar: "hon bara försvann", "han skickade sms medan han satt i kassan", "de försvann in på lagret och kom aldrig tillbaka", samt ointresse, okunniga, otydliga, oproffsiga, har inte tid, tittar knappt på en, ointresserade, personalen pratade bara med varandra ...

Sedan kommer en tämligen given diskussion om hur man som arbetssökande bör uppträda, om klädkoder och hur viktigt leendet och en positiv attityd är. Som betraktare är det uppbyggligt att se och höra på gruppmedlemmarnas åsikter. Resonemanget förs lågmält, man tar sig tid att tänka efter. Övningen är i sin enkelhet genial och faller tillbaka på ordspråket "Uppträd mot andra som du vill andra ska uppträda mot dig". Enkelt – ja, men tyvärr ofta bortglömt.

Efter kaffepaus fortsätter vi med konsten att skriva CV. Ämnet är inte helt populärt, vilket avspeglas av att flera inte har med sig underlag. Bortförklaringarna duggar tätt. Ämnet är svårt. Att skriva positiva saker om sig själv, när sista anställningen upphörde för fem år sedan ... "Vem ska jag ha som referens? Han/hon kanske inte ens lever ... eller pratar skit om mig."

Lovisa lugnar och förklarar. Berättar om tidigare klienter. Tar upp goda exempel och om en av sina egna favoriter. Om han som beskrev sig som "... är jag russinet i romkakan?" Hon delar ut några

hophäftade papper till var och en. De innehåller några tumregler för vad man bör tänka på vad gäller CV. En del av dessa regler/ förklaringar kommer från Manpower, men de flesta har utformats av Euniq'em och deras elever.

Dagen efteråt fortsätter Tommy Burman med instruktioner och vinklar kring CV. Bland annat kommer frågan om nackdelar och fördelar med att vara äldre upp.

Då alla utom en i gruppen fyllt femtio är frågan i högsta grad aktuell. Tommy berättar med ett skevt leende om hur ett internmeddelande från Försäkringskassan kom i fel händer. Det uppmanade att inte lägga tid på dem över fyrtiosju, "... dom ska vi ändå pensionera". Efter anekdoten säger han att den förstås kan vara en vandringsägen, och att det i alla fall inte är på det sättet nu.

Fördelarna som gruppen anser vara väsentliga är följande:

- *Livserfarenhet*
- *Vuxna barn*
- *Fördel att blanda äldre och yngre personal*
- *Annat "tänk"*
- *Större lojalitet*
- *Ej samma karriärshunger som yngre*
- *Högre närvaro*

Resonemanget om åldersfördelar och sedan om åldersdiskriminering fortsätter en stund för att sen glida över på diverse myndigheters "misshandel" av klienterna. Diskussionen kunde nog ha blivit omfattande, men avbryts av att dagens föreläsare kommer in.

Hon är en före detta elev på Euniq'em och har en tuff resa bakom sig. Det handlar om att gå i väggen, om att göra livsval och att i grunden förändra sitt liv. Om att starta eget inom alternativmedicin.

Initierat får vi veta en hel del kring Ayurvedaterapier. Om balanser i kroppen och personlighetstyper. Hon har vår fulla uppmärksamhet, mycket tack vare stor kunskap i ämnet, men kanske ännu mera för att hon är ett levande bevis på att man lyckas med hjälp av 2Work!



7. En vild idé

Vår Sjöfarare har kommit fram till de grandiosa dörrarna till rederiet Styv Kuling AB. I denna stund känns benen darriga, och det galna hugskott, som dök upp den där natten för fjorton dagar sedan, verkar i detta nu vara just ett galet hugskott.

Reptilhjärnan snabbsänder signaler om flykt hem till den trygga sängen, där man kan dra täcket över huvudet och låtsas som om verkligheten inte finns.

Egentligen hade samtalet med redare Sjöbuss inte alls låtit lovande. När han sökt honom ett stort antal gånger hördes en irriterad röst i luren:

"Sjöbuss."

"Jo, ja ... Det är så ... Jag vet inte var jag ska börja, men ... Jag behöver ett råd ..."

"Sluta mumla och kom fram till saken!", vrålar Sjöbuss med en röst som lämpar sig för kommunikation med någon uppe i stormasten under storm.

"Jag-har-tänkt-segla-över-Atlanten-och-behöver-några-råd ..."

"En till galning", muttrar Sjöbuss, precis tillräckligt högt för att Vår

Sjöfarare ska höra det.

”Kom hit fredag den trettonde, klockan tio prick!” Innan Vår Sjöfarare hunnit tacka klickar det till i luren.

Kvällen före mötet planeras allt minutiöst. Prydligt uppställda frågor. Rätt kläder framtagna, inte för högtidligt, men inte vardag heller.

Dessvärre har garderoben inte förnyats särskilt mycket de senaste åren, då intäkterna minst sagt varit knappa. En blick i spegeln uppvisar en kreation bestående av alltför nötta, totalt omoderna persedlar. Det får ändå duga, det måste duga.

Sedan vädras sovrummet och allt onödigt rensas bort från nattduksbordet, precis som det stod i läkarspalten i Allers om hur man får en god nattsömn. Klockan 22:00 ligger Vår Sjöfarare mellan lakanen. Fem minuter senare, när ögonlocken börjat bli tunga, tränger något fram bland hjärnans vindlingar: skor. Hur är det möjligt att glömma en sådan sak?

Ut i tamburen och leta reda på paret med minst skavanker. Söka fram skoborste och skokräm, svära över att burken är nästan tom och att det lilla som finns möjligen kan brytas loss med ett spett.

En bra stund senare står skorna på köksbordet, tämligen svarta, men med ett oregelbundet mönster av matta och blanka fält. (Det vill gärna bli så när man löser upp torkad skokräm med en överbliven skvätt Akvavit.)

Klockan har blivit 22:38 när sängläge återtas. Pulsen är högre nu.

Vad mer är glömt? Kommer jag att bli tagen på allvar? Borde jag ha struntat i hyran och köpt kläder för pengarna i stället? Ytterligare en halvtimme förflyter. Nej, det här duger inte. Från och med nu ska här bara tänkas positiva tankar.

Det går riktigt bra. Inre bilder målas upp av folksamlingen på kajen, som andäktigt följer de sista göromålen före avfärd. En ung kvinna som faller en stilla tår, män som följer varje rörelse, taxerande, beundrande.

När den sista tampen lösgjorts är det dödstyst, och när båten glider ut har alla tagit av sig hattarna i respekt för det modiga företaget. Nu visar klockan plötsligt på 23:58.

Efter all rörelse krävs en kopp kaffe, och automatiskt slås då teven på alltmedan tiden rinner iväg. Sedan ett nytt fruktlöst sömnförsök. Leta fram en tidning. Gå på toa. Vrida och vända sig. Hungrig. Macka. Dåligt samvete etcetera. Efter två sömntabletter somnar Vår Sjöfarare klockan 5:24 för att halvdöd väckas av ett ilsket alarm klockan 8:00.

Nu står Vår Sjöfarare inför Alla Mötes Moder med en unken smak i munnen, iklädd en bättre sorts Halloween-kostym, medan hjärnan reagerar lika snabbt som en tjänsteman från forna Öst-Tyskland. Ändå finns modet att leta sig fram till dörren med mässingsskylten på. Bredvid skylten med Sjöbuss namn på lyser en lampa ilsket rött. Klockan passerar tio, lampan lyser fortfarande. Efter femton minuter föds tanken att det kanske är fel på lampan eller att dess ägare glömt att slå av den. Kanske jag ska gå och knacka på?

I samma ögonblick öppnas dörren. En man i fritidskläder och med en bunt papper visar sig i dörröppningen, där han vänder sig om och pratar inåt rummet.

Vår Sjöfarare har rest sig upp och gått och ställt sig bakom mannen, som plötsligt vänder sig om och krockar med vår huvudperson. Papper tappas, en obehaglig situation uppstår, och Vår Sjöfarare stammar fram en ursäkt.

Sjöbuss fräser något om "osedvanligt klumpigt" men pekar ändå nådigt mot en besöksstol framför det enorma skrivbordet.

Strax sitter Vår Sjöfarare längst ute på kanten av stolen och kommer då på att anteckningsblocket med frågor fortfarande ligger kvar på hallbyrån. Handsvetten tilltar, och inte blir han lugnare av Sjöbuss ingående granskning.

"Vackert väder", säger Vår Sjöfarare för att ha något att säga, och inser samtidigt att det är sex grader kallt ute och blåser friskt.

"Och du ska ut på långsegling? Va, va, va? Is, som fastnar i seglen och tynger ner fartyget. När jag var i din ålder hade jag minsann hackat mer is än en pingvin ser under hela sitt liv! Hur mycket is har du hackat?" Innan något svar uttalas fortsätter han:

"Du har kanske inte ens hållit i en hacka. Det här är ingen lek. Fat-tar du det!"

"Jo, ... visst. Men jag skulle ändå vilja ..."

"Vill och vill. Jag vill äga den kinesiska handelsflottan. Får jag det? Nä. Du vill ut på en riktig segling. Långt bort. Precis som alla andra som kommer hit. Segla jorden runt. Begriper du inte att det redan

finns sådana som har gjort det och gör det? Människor som har saltvatten i ådrorna och föddes under stormar på Kinesiska sjön. Sjomän med de bästa skolorna och båtar du bara kan drömma om. Förresten, vad har du för båt?"

"En jolle ...", blir det stammande svaret. "... som jag ärvt. Den är ganska rank. Tror jag."

"En jolle?! En rank jolle! Som du tror är rank? Hur i hela Östersjön kan man vara så enfaldig? Vi tar det här från början: Vart har du tänkt segla?"

"Över Atlanten."

"Med en ärvd jolle."

"Ja."

"Som du seglat med tidigare?"

"Nej."

"Kan du läsa sjökort?"

"Nää, men ..."

"Inga men här. Vet du hur en kompass fungerar?"

"Njää ..."

"Vad hette Vasco Da Gamas nästkusin?"

"Ingen aning."

"Kan man äta ett kölsvin?"

"Kanske ...?"

"Givetvis inte. Du kan ju ingenting. Varför ska jag hjälpa en sån som du? Du kan inte ens ..."

Det är här Vår Sjöfarare slutar att lyssna. Alla farhågor har besannats. Det enda som saknas är att orden Du är värdelös ristas in i pannan.

"Inte för att jag vet om du klarar av det", avrundar Sjöbuss.

”Men man söker folk som målar ränder på motorvägar i byggnaden bredvid. Ingen vana behövs och dom håller med en gratis reflex. Jobbet görs på natten. Frisk luft och spänning. Mycket bättre än att ge sig ut på sjön. Jag ringer dom och säger att du ...”

Vår Sjöfarare flyr hals över huvud, springer som en besatt till dess hans krafter sinar, då han slinker in på ett förmiddagsöppet ölcafé. Fyra öl senare har ett uns av självförtroendet återkommit. Först då inser Vår Sjöfarare att bilden på öletiketten föreställer en stolt fullriggare. Fylld av vämjelse kräks han upp det sista självförtroendet på caféets toalett.

* * *

Dessbättre finns det naturligtvis väldigt få som redaren Sjöbuss. Medvetet har han spetsats till för att förtydliga vårt kommande resonemang.

De som söker sig, eller rekryteras, till 2Work har i de allra flesta fall varit borta från arbetsmarknaden en längre, för att inte säga en mycket lång, tid. Sätt dig in i klientens situation. Bara att ta sig upp på morgonen är en bedrift. Att inte fastna framför menlösa dokusåpor är nästa. Att sedan engagera sig så pass att han/hon aktivt söker en väg ur sin situation är STORT, sannolikt det största klienten gjort på flera år.

Den som hanterar denna klients önskemål har ett enormt ansvar. Bemötandet kan i många fall vara direkt avgörande för resultatet

i 2Work. När klienten berättar om sina framtidsplaner kan de låta allt från patetiskt högtflygande till ganska realistiska. Det är inte idén eller dess bärighet som är väsentlig! Det viktiga är att personen har åstadkommit en tanke och handling för att bryta ett invariant och destruktivt mönster.

Det gäller därför att gå varsamt fram, att verkligen lyssna och att se klienten som en resurs. Undvik att avbryta. Ställ möjligen frågor som uppmuntrar till fortsatt engagemang (i Sjöfararmetaforen till exempel Vilken fantastisk spännande idé! Har du alla erfarenheter som behövs eller ska vi kanske se om vi kan höja dina kunskaper för att göra din resa ännu trevligare?)

Även om planerna kan tyckas orealistiska finns ingen anledning att omedelbart slå ned på dem. Se hellre hur långt personen kan komma. Om planerna inte går att genomföra har ändå resultat nåtts. Klienten har tagit ett beslut om sin egen framtid samt skapat en plattform som kan vara tillräckligt stabil att fortsätta vidare ifrån. 2Work har ett antal verktyg för detta.

Övningar:

Skriv ned dina fördelar och nackdelar som klientmottagare. Var självkritisk! Hur kan du finslipa dina fördelar? Hur kan du åtgärda dina brister? Fråga gärna omgivningen om din självbild stämmer med deras.

Spela rollspel. Låt en person spela redare Sjöbuss, den andre Vår Sjöfarare. Varje person ska spela varje roll minst två gånger. Konstruera gärna nya personligheter. Övningen är både rolig och utvecklande.

Koncentrera dig, gärna flera gånger per dag, på att finna nya resurser i din omgivning, både bland klienter och kollegor. Övningen behöver inte vara längre än en halv minut per gång till att börja med. Förläng allteftersom och gläd dig åt hur mycket dina medmänniskor har att ge!

...känslor hos mig. Jag måste
...känslor som ibland täller fram. Se alla emotioner och
...spegel framför dessa. Upprepa brytet för mig. Sj
...den mänskliga som jag möter här ingenting men
...mötet väcker bara dessa tillbl. Det kan ibland
...eller ett mycket brytet sådant. Men de känsl
...mig. är fortfarande många.

8. Brev till Ulla

Till Ulla,

Det var länge sen jag skrev till dig sist. Du vet hur livet är, ibland bara försvinner dagarna utan att jag tar mig för något, inte ens dig håller jag kontakt med, min allra hemligaste vän. Oftast skriver jag när jag vill lätta mitt hjärta från sorg eller tyngd, men idag är anledningen faktiskt en helt annan. Jag saknar ord ... Eller, jag har massor av ord. Fantastiskt, spännande, roligt, utmanande. Fast du känner till en del ska jag ändå ta det från början, bara för att dra ut på dramatiken.

Som du vet vurmar jag för att segla över Atlanten, egentligen en helt vanvettig resa, ansvarslost och så vidare. Drömmen har hållit mig vid liv, inte världens bästa liv, men ett liv, när allt annat störtat samman runt omkring mitt väsen.

Veckorna efter det att Bertil flyttade ut tvingade jag mig ut på havet och frammanade de värsta utav stormar. Visserligen fanns bara hav, båt och storm i fantasin, men det var MIN storm, MITT hav och MIN båt.

När Mia tappade barnet efter misshandeln delade jag tiden mellan att gråta med henne och att läsa allt jag kom över om ensamsegling. Nästan alla bekymmer har jag omsatt till kunskap om sjön. Man kan säga att alla mina kriser har skapat en fantastisk sjökvinnna, i alla fall på det teoretiska planet.

Kanske tiden nu är mogen, eller möjligen har det att göra med att stämpelingsdagarna är slut, men idag gick jag på en informationsträff om någonting som kallas 2Work.

Till dig kan jag berätta att jag nog var rätt skeptisk och att lyssnarapparaturen inte riktigt finjusterats. Mest oroade jag mig för vallningar och att alla skulle se att jag inte färgat håret (ja, jag vet, Ulla, men lite fåfäng måste väl en kärring få vara), när jag plötsligt fann att jag och hon som pratade fått ögonkontakt! Och jag kunde inte släppa den!! Och det kändes naturligt!!!

Jag hade inte uppfattat hennes namn, ändå kände jag henne. Var det för att hon såg ut som jag? Eller för att hon talade som hon gjorde? Intensiteten när hon beskrev sammansättningen på de som jobbade på Euniq'em, hur de svetsats ihop till en unik kärna, olika men med samma ideal och värderingar.

Ordet kärna ligger väldigt nära till hands att använda, jag fick intrycket av att hon drevs av en atomreaktor. Hennes hand flög över whiteboardtavlan när hon skissade ner idéer och Euniq'ems visioner.

Just nu kommer jag inte ihåg exakt vad hon skrev eller sade, bara att jag måste veta mera. Som tur var fick jag tala med henne efter att informationen slutat. Hon berättade bredvilligt om sig själv, om hur hon för några år sedan gått in i väggen så till den grad att hon inte kunde minnas vad hennes barn hette.

Nästan i samma andetag berättade hon att hon var född i väglöst land, utanför Arjeplog, och att familjen inte dragit in vattentoalett förrän hon fyllt sju. Och att hon inte kunde förstå de leenden hon fått när hon vid nio års ålder stolt meddelat omgivningen att hon minsann hade rinnande varmvatten hemma!

Vi hade en fantastisk stund, Ulla. Hon sa så många kloka saker: "Olika är inte fel", "Har man rätt inställning går det mesta", "Vad ger det hjärnan för näring?", bara för att nämna några.

"Jag brukar utgå från mig själv", sa hon också, och i den stunden visste jag att jag kommit hem. Här stod en kvinna, inte olik mig själv, och blottade sig totalt, utan den minsta rädsla för på vilket sätt jag skulle reagera. Ingen åldersnoja, inga komplex och till råga på allt relaterade hon till sig själv.

Kan hon så kan jag, blev mitt beslut. Så, kära Ulla, din Sjöfarare har inte hissat storseglet än, men jag är åtminstone på väg ner till hamnen. Nästa vecka börjar jag 2Work! Sköt om dig på din plats under madrassen, min hemligaste vän, till dess jag behöver dig igen.



9. Mindfulness

Idag är Vår Sjöfarare fylld av helt nya intryck. Ord och begrepp guppar omkring i hjärnan. Ibland tycks allt glasklart, men alltför ofta suddas allt det där tydliga ut och blir till ett suddigt blurr. Han har drabbats av Mindfulness!

Vad var det nu dom sa? tänker han. Bli medveten. Inte gå på autopilot. Andningsankaret. Kroppsskanning.

Han förstår att det kommer att bli svårt, allt är nytt för honom. En kort stund glömmer han Mindfulness, när han kliver in på banken för att öppna ett konto inför den stundande resan. Humöret sjunker till under noll när han ser att kön börjar strax innanför dörren.

Skit också, alltid samma sak. Och alltid drabbar det mig. Om banken kunde tänka bara en aning mer på kunderna och lite mindre på aktieägarna.

Omedvetet spänner han käkmusklerna och drar upp axlarna. Kön rör sig i samma hastighet som en tall växer, och Vår Sjöfarare börjar få nackspärr av alla spänningar i axlar och nacke.

När han får slut idéer om vilka hårresande bestraffningar bankens ledning borde utsättas för, bubblar en tanke upp till ytan. I boken stod att en kö kunde vara ett utmärkt ställe att träna Mindfulness på. Han ser till att stå stadigt, sluter ögonlocken till hälften och tar ett djupt andetag. Han följer syrets väg – in genom näsan, ner i lungorna och till sist ut i extremiteterna. Likadant gör han vid utandning. Efter tre andetag känns livet något mer harmoniskt, och dessutom har en liten lucka bildats framför honom och kunden framför.

Snabbt tar han ett steg och bestämmer sig för att göra en övning till, kroppsskanning. Återigen tre kontrollerade andetag innan han koncentrerar sig på ena lilltån, en kroppsdel som sällan gör något större väsen av sig. Nu börjar det sticka i den, och ett ögonblick känns det som om hela han består endast av en lilltå. Han fortsätter med den andra lilltån, går sedan över till fötterna, vaderna, knäna ... När han gått igenom hela kroppen har spänningarna släppt, irritationen över bankdirektionen är försvunnen, och bäst av allt: Nu är det bara två personer före honom till kassan.

Väntetiden ägnar han åt medvetet betraktande. Färger, lukter, ljud ... En kvinna, nästan en flicka, sitter bakom ett skrivbord längre in i lokalen. Knackar med en blyertspenna mot näsan och är djupt inne i sin egen värld. Flickan är inte direkt vacker, snarare söt.

Vår Sjöfarares fantasi skenar iväg, och plötsligt befinner han sig på ett vindstilla hav tillsammans med kvinnan. Hennes avklippta jeans är slitna, blusen nästan genomskinlig, och det blonda håret har blekts av solen.

”Kom igen då”, säger hon med en sensuell röst och stirrar honom djupt in i ögonen. Vår Sjöfarares ben blir alldeles darriga, när rösten återkommer, inte särskilt vänlig den här gången.

”Kom igen då! Andra vill också komma fram!”

Han vaknar till och inser att det är kassörskan som talat till honom. Mindfulness fungerade inte hela vägen ut den här gången. Om så varit fallet hade han stannat kvar i betraktandet och inte låtit sig föras bort av sin fantasi, även om den varit aldrig så trevlig. Varsamt borde han tagit tillbaka initiativet, utan klander mot sig själv.

”Har du tänkt stå där resten av dagen? Vi stänger snart”, säger damen i kassan med iskyla.

”Jagvill eventuelltthöraomjagkanskekanfålånapengartill enbåt”, hasplar Vår Sjöfarare ur sig.

”Du vill eventuellt höra om du kan låna pengar till en båt. När har du tänkt bestämma dig om du vill låna pengar? När du vet det kan du återkomma. Nästa!” fnysar hon.

Vår Sjöfarare står handfallen och ser den gamla damen som stått bakom honom hålla ut en mindre förmögenhet i tioöringar framför kassörskan. När han försöker säga att han inte är klar får han mördande blickar från båda damerna.

Det går inte ens smälla i dörren när han lämnar banken; de automatiska skjutdörrarna fungerar inte på det sättet. Frustrerad och förnedrad tänker han på alla välfunna repliker han kunde fällt. Ord som surkart, deghuvud och helidiot far genom hans hjärna. Då slår Mindfulnesssträningen till igen. En av de viktigaste teserna är Du ska inte döma! En annan är Att släppa taget. Båda har han brutit mot.

"Jag vet inte varför hon betedde sig som hon gjorde", mumlar han för sig själv.

"Hon kanske har fått reda på att hennes man prasslar med grannfrun. Eller att katten har dött."

Att i efterhand konstruera bitska och dräpande svar inser han nu är menlöst; det skapar negativ energi och drar fokus från sådant som är mera väsentligt. Dessutom minns Vår Sjöfarare inte ens riktigt hur hon såg ut.

Nu kommer ett beslut! Resten av dagen ska framlevas enligt Mindfulness. Inga kompromisser. Den aktiva medvetenheten ska vara på hela tiden. Alla intryck ska medvetet tas in. De sju grundteserna ska följas:

Inte döma

Ha tålmod

Äga en nybörjares sinne

Ha tillit

Inte sträva

Att ha acceptans

Att släppa taget

Även ett annat begrepp, SOAS, hade imponerat:

STANNA UPP

OBSERVERA

ACCEPTERA

SVARA eller SLÄPP

Att följa föresatsen går bra till att börja med. För första gången i sitt liv upptäcker han att våren luktar på ett speciellt sätt, att himmelen är ovanligt blå just idag, och att man blir otroligt blöt om fötterna när man kliver i en smältvattenpöl. Till och med när tårna kippar i de dyngsura skorna lyckas han vara närvarande.

Stolt glider han in i den trivsamt stökiga ettan och slänger sig ned i soffan. Med någon konstig automatik letar sig handen fram till fjärrkontrollen, och snart är teven igång. En av de två fungerande kanalerna visar skatteinformation på turkiska, och den andra kör en repris av det finska eposet "Jorden är en syndfull sång", en tragisk historia, sannolikt den första spelfilmen som knappt innehåller rörliga bilder. Det har kompenserats av att inte en enda vacker människa medverkar.

Då Vår Sjöfarares språkkunnighet i turkiska är begränsad väljer han det finska eposet, fast han har sett det förr. Först i slutet, när någon, förmodligen huvudpersonen, trampar genom isen, vaknar han till, högt svärande.

"Koppla ifrån autopiloten!" skriker han. "Inte köra i gamla menlösa spår. Du är en klant, Sjöfarare."

När han lägger sig för kvällen funderar han över hur dagen har varit. På minussidan står att koncentrationen brustit flera gånger och att det inte alltid varit lätt att "komma tillbaka". På pluskontot kan föras att han försökt hålla och faktiskt lyckats med att hålla koncentrationen, eller medvetandet, vid liv. I sängen, när han åter gör kroppsskanningen, upplever han att han är totalt avslappnad. I morgon är en ny dag, då **ska** alla intentioner uppfyllas.

Om Mindfulness

Det Sjöfararen precis börjat lära sig, Mindfulness, är både enkelt och svårt att beskriva.

På det enkla sättet kan man säga att del av övningarna avlägset har vissa likheter med yoga. Om det svårare sättet väljs kan Mindfulness framställas som en livsfilosofi. Sedan kan metoden förstås användas på alla olika nivåer däremellan. Den avser att träna upp och vårda vår medvetenhet.

Vi kommer att ta upp några få sätt att träna Mindfulness här men se det som små smakbitar, som ska öka hungern efter kunskap. Hänvisning till mer djuplodande litteratur kommer i slutet av detta kapitel. En bärande del i Mindfulness är att kunna koncentrera sig på andningen. Det gör du sannolikt i någon form redan idag. Innan du går in till chefen för ett utvecklingssamtal – drar du inte ett djupt andetag innan du knackat på dörren? Eller om du ringer ett viktigt samtal? Sannolikt är det så. I Mindfulness har detta förädlats och kallas för Andningsankaret. Att använda det går till på följande sätt:

Ta ett djupt kontrollerat andetag. Koncentrera dig på luften som du andas in. Följ den ner i lungorna och ut i blodomloppet. Känn sedan hur utandningsluften går den andra vägen, hur den lämnar din kropp. Upprepa två gånger till.

När du gör detta de första gångerna är det en fördel om du kan hålla till där du inte blir störd. Övningen kan göras i närmast vilken

kroppsställning som helst, men liggande eller bekvämt sittande kan vara lämpligt i början.

Fokusera på andningen. Om andra tankar tränger på, ta varsamt tillbaka initiativet. Efter ett fåtal gånger kommer du att kunna använda Andningsankaret i vardagslivet.

Låt säga att du promenerar på trottoaren och en bil passerar dig i alldeles för hög hastighet. Du blir arg, svär kanske högt och hjärnan börjar tota ihop saker du skulle vilja säga till föraren. Stanna upp här och använd Andningsankaret. Situationen har passerat, du har inte tagit upp registreringsnumret, och om du hade gjort det kan du ändå inte bevisa hur fort bilen körde. Alltså kan du inte påverka situationen ett dyft. Det enda du åstadkommit är ett uselt humör och en inre spänning, en lättantändlig kombination, som mycket väl kan flamma upp mot någon du tycker om. I annat fall kan spänningen lagras i muskler eller förvandlas till stress. Om du använt Andningsankaret hade situationen neutraliserats på några få sekunder. Du hade insett faktum, släppt situationen och lugnt promenerat vidare. Dessutom kanske föraren hade skäl till sitt agerande. Tänk om hans fru höll på att föda, vattnet hade precis gått ...

När Andningsankaret är fullt etablerat kommer du sannolikt att använda det i många situationer, som annars kunnat bli både obehagliga och pinsamma. Ännu bättre är att det också fungerar utmärkt när du känner att koncentrationen börjar svikta.

Sju grundpelare

I mångt och mycket vilar Mindfulness på dessa sju begrepp:

Inte döma

Ha tålamod

En nybörjares sinne

Ha tillit

Inte sträva

Att ha acceptans

Att släppa taget

Några talar i viss mån för sig själva, men jag väljer ändå att kort presentera vart och ett:

Inte döma

Två korta ord, lätta att förstå, och de mest fundamentala i 2Workmetoden! Redan från barnsben börjar vi döma. Dum, snäll, gott, äckligt, fult, snyggt etcetera. För många av oss följer givetvis dömandet med upp i vuxen ålder, möjligen med den skillnaden att vi rätt ofta glömmor ord som snäll, gott och snyggt till förmån för orden dum, äckligt och fult.

Vi är så vana att taxera vår omgivning att vi inte ens märker det själva. Och ofta fokuserar vi på det som är negativt.

Om vi istället har ett öppet sinne, alltså tillåter oss att ta in vår omgivning och personerna i den, utan att först låta intrycken passera genom vårt dömande filter, kommer vi att lära oss en hel del nytt och att se både på vår miljö och våra medmänniskor på ett helt nytt sätt. Kanske kan vi också få en viss förståelse för att en som stått utanför arbetsgemenskapen har en udda eller provokativ attityd, som kan ta sig de mest skilda uttryck. Kaxig, gapig, försagd, valhänt, grinig, gnällig, blyg, okunnig, skrävlig, undfallande ... Listan kan göras hur lång som helst. Människor som isoleras, i större eller mindre omfattning, tappar en stor del av sin självaktning. Vi hanterar sköra individer, som minst av allt behöver dömas utan måste behandlas med ytterst varsam hand, framförallt den första tiden. Bedömningar kommer senare och då på ett konstruktivt sätt som utgår från klientens perspektiv, inte från någon annans. Ha också i minnet att fördöma ligger snubblande nära döma.

Ha tålamod

Vi vill ju så gärna vara duktiga, hinna mycket och vara effektiva. Ibland är det inte den klokaste vägen. Man målar inte huset i januari bara för att ha det gjort, inte heller köper du mjölk en månad i förväg. Ändå agerar vi alltför ofta på det viset.

Byggfirman lägger trägolv på våt betong, utredningar forceras utan fokus på resultat, den kinkande fyraåringen dras med våld in på dagis ... Inte i något av exemplen har en vinst gjorts, snarare har en rejäl grogrund för problem skapats.

Om vi måste lära något nytt går det inte alltid att göra på en kafferast; kunskapen måste mogna och vi måste tillåta oss att arbeta i en takt vi orkar med. Är det dessutom ett tag sedan skoltiden tar det tid att uppnå studievana.

Använder vi Andningsankaret och andra tekniker som utgår ifrån Mindfulness, och tar oss tid att få perspektiv på diverse förtretligheter, kommer de flesta att se sig bagatellartade. En annan positiv synergieffekt är att vi slipper skämmas över ogenomtänkta handlingar vi annars gör när tålamodet tryter.

En nybörjares sinne

I en värld där vi konstant strävar efter att öka vårt vetande och vår kompetens kan denna attityd låta lite märklig. I själva verket är det tvärtom. Vi kan lära oss mer genom att "... se på verkligheten som den är och inte som vi vill tro eller önskar att den ser ut", citat ur Ola Schenströms utmärkta bok "Mindfulness i vardagen".

Att bära på en skevbild, av sig själv och andra, är inte konstruktivt. Ofta överskattar vi vår egen förmåga och underskattar andras, likt nittonåringen på anställningsintervju:

"Klart jag är kompetent, jag har ju haft fyrtiotre olika jobb det senaste halvåret ..."

För vissa grupper är det ett måste att äga en nybörjares sinne. En konstnär som målar en tavla utgår knappast från Mona-Lisa utan vill

skapa något unikt. Fröet till konstverket kommer från en nybörjares sinne, inte från de tiotusentals tavlor han med säkerhet betraktat. Detsamma gäller till exempel forskare, författare, konstruktörer av dataspel och så vidare. Och sist men absolut inte minst: De som stått utanför arbetsmarknaden!

Tillit

Tillit är en trevlig egenskap som vi uppskattar, framförallt hos andra. Men hur är det med tillit gentemot oss själva?

Mindfulness lär oss att ta tillvara på vår egen intuition, snarare än att alltid lita till andra. Attityden Tillit lär oss att lyssna inåt i stället för att lyssna utåt, med mål att helt lita på dig själv, att helt bli dig själv.

Inte sträva

En märklig rubrik i vårt högpresterande samhälle, men fullt logisk i meditationssammanhang. Man kan dela upp begreppet så här:

- *Vi ska inte gå någonstans*
- *Vi ska inte göra någonting*
- *Vi ska inte uppnå någonting*

I den här attityden handlar det om total närvaro i ögonblicket. Krav, förväntningar, till och med ambition stör det totala medvetandet i nuet.

Lär vi oss att minska vår strävan samtidigt som vi övar oss att se

verkligheten som den är, kan det ofta bli ett sätt att nå resultat, både snabbare och av högre kvalitet.

Acceptans

Acceptans är sannolikt en av de svårare attityderna att bemästra. Här tränar vi våra sinnen att se verkligheten som den är, inte som vi vill att den ska vara.

Attityden är ett aktivt handlingssätt, inte ett godkännande av allt som sker runt omkring oss. Med ett öppet sinne, som utan filter tar upp intryck, skapas en stabil plattform att klättra vidare ifrån. Vi får nu ett bättre utgångsläge att ta beslut vi verkligen vill, sådana som även håller långt in i framtiden.

Släppa taget

Den sjunde attityden behandlar vår relation till det materiella, likväl som idéer eller önskningar. Poängen är att inte fastna i det tidigare nämnda.

Grovt uttryckt kan man säga att vi ofta försöker att behålla tankar som vi upplever som positiva, medan vi fjärmar oss från de otrevliga. Båda delarna skapar så småningom problem; i det första fallet skapar vi en skev drömbild, i det andra fallet kommer vi aldrig att kunna reda ut vad vi egentligen tyckte var otrevligt och varför.

Det innebär att vi även kommer att lagra nästa otrevlighet, och nästa, och ...

Kan du allt om Mindfulness nu? Troligen inte, det du läst är en liten sammanfattning från tidigare nämnda bok Mindfulness i vardagen av Dr Ola Schenström. Jag kan varmt rekommendera den som introduktion till Mindfulness. Mycket av 2Workmetoden bygger på Mindfulness, till exempel genomsyrar attityden att Inte döma absolut allt som vi gör på Euniq'em, både mot klienterna och mellan oss som arbetar med metoden. För den som i framtiden har tänkt arbeta med 2Work är det en god investering att sätta sig in i eller ännu hellre aktivt börja utöva Mindfulness.

Dr Ola Schenström fick tillfälle att kommentera och komma med tillägg till ovanstående text och skrev bland annat följande:

"Mindfulness är bland annat att mer medvetet rikta uppmärksamheten på det jag vill och behålla den där under längre och längre tid.

Mindfulness utvecklar medkänsla inte minst med sig själv. Medkänsla, kärlek och icke dömande hör nära ihop, eller hur?

Mindfulness kan tränas på två sätt – genom enkla meditationsövningar (= koncentrerad träning) och vardagsövningar (syftet är ju att bli allt mer medveten i vardagen).

Mindfulness hjälper oss också att få tillgång till de resurser vi har."

Vi satsar på det unika
och innovativa!

EUNIQ'EM.COM

HELHET, KVALITÉ & NYTÄNKANDE



Vi satsar på dig.

10. Två vanliga dagar

Den här dagen har Vår Sjöfarare tagit ledigt. Vi skulle kunnat vitsa till det med att han fått vatten i knäet eller blivit sjösjuk, men eftersom det här är en seriös publikation nöjer vi oss med att säga att två helt vanliga 2Work-dagar dokumenteras.

Citat från en klient när, gruppen precis fått veta att man ska göra en åtta minuters muntlig presentation från scen:

”Det här ska bli jävligt roligt!”

Före praktik går klienterna igenom vad man lärt sig under den teoretiska delen av utbildningen. Genomgången är i högsta grad interaktiv och leds den här dagen av Anna From-Lindqvist. Stämningen i gruppen är behagligt avspänd, man skämtar, pratar allmänt, överhuvudtaget går det lätt att jämföra situationen med hur det är på tiotusentals arbetsplatser runt om i Sverige, på morgonen strax innan arbetet drar igång.

Anna rör sig otvunget bland gruppmedlemmarna, och det syns att hon är accepterad, inte som en auktoritet, utan som en person man

tycker är värd att lyssna på. När hon tar plats vid bordet längst fram i Vuxenskolans lokal sitter redan de flesta. De som inte gör det tar plats utan att bli ombedda och sorlet dör ut.

Ska detta vara människor som hamnat utanför arbetsmarknaden? Sådana som av någon anledning är svårplacerade? Som ett tankeexperiment låter jag blicken följa deltagarlistan som vandrar genom rummet. Finns det någon som avviker från mina egna normer? Skulle jag bli förvånad över att träffa någon av kvinnorna eller männen som banktjänsteman, butiksanställd eller kanske polis? Jag kommer på mig själv hur dumt mitt resonemang låter, hur jag tillåter fördomar att styra mig. Varför i fridens namn skulle någon se annorlunda ut?

Efter att ha gett mig själv en redig mental örfil koncentrerar jag mig åter på Anna och hennes klienter.

”Vi ska ta upp vad vi har gått igenom”, säger Anna.

”Vad är det första ni kommer ihåg?” Som alltid när en fråga ställs till en hel grupp blir de flesta en smula avvaktande. Blickarna går mellan deltagarna till dess någon säger:

”Skriver du upp det på tavlan?”

Anna plirar klurigt innan hon svarar:

”Det finns ingen ute på arbetsplatserna som skriver upp vad ni ska göra. Den största delen av informationen måste ni ta in med öronen.”

Konstaterandet är ingen spydighet och tolkas inte så heller.

Personen som frågar verkar nöjd med svaret när Anna tillägger:

”Jag ska faktiskt skriva upp det ni säger. Och ni också, ni behöver det till nästa uppgift.” Lite missbelåtet mummel uppstår, men det lägger sig snabbt.

"Vad kommer ni ihåg?"

"Hon som pratade om studier och studiemedel", säger någon lite tvekande.

"Britt-Marie någonting ...", fyller nästa i.

Sedan går proppen ur.

"Hollandertest."

"Vägvisaren."

Man pratar i munnen på varandra men behåller ändå fokus på ämnet. Visst tissel och tassell kan anas, hemligheter utbyts och leder till skratt. Här är högt till tak.

Anna står tryggt framme vid tavlan. Hon säger inte mycket, men hennes närvaro känns. Hon skriver lugnt ned vad som sägs och hinner ändå kommentera, tillägga och hålla ögonkontakt med gruppen. Själv har jag fullt upp med att föra minnesanteckningar.

Fler och fler ämnen kommer upp. Entreprenörskap à la Kamprad, "think outside the box", paradigmskifte (övergång från bondesamhälle till industrisamhälle, från industrisamhälle till kommunikationssamhälle) och vidga dina gränser.

Carl-Johan Almegårds föreläsning har uppenbart gjort intryck. Obehindrat används uttryck som *vad vill du få andra att tänka, prioritering, våga städa vinden och att vara sig själv*.

Första timmen går rasande snabbt och en viss förvirring uppkommer, när Anna deklarerar att det är dags för tio minuters bensträck.

Ungefär halva gruppen försvinner ut mot kaffemaskinen, de övriga blir kvar och fortsätter resonera om vad som sagts. Jag är imponerad. Innan tio minuter gått är alla på plats igen. Pausen har gett synligt med energi. Deltagarnas blickar följer Anna, när hon ringar in texten hon noterat på tavlan med tre ringar.

”Jag kommer att dela upp er i tre grupper. Varje grupp ska spela rollen av konsultföretag, som ska presentera innehållet som jag ringat in. Första gruppen har dessa ämnen, andra gruppen har ... Övningen leds smidigt, det är absolut inte första gången Anna genomför den. Från det att deltagarna kommit in till dess Anna säger: ”Ni har trettio minuter på er”, har det förflutit mindre än fem minuter.

Ett fåtal frågor om genomförandet, sedan försvinner grupperna medan jag och Anna blir kvar i föreläsningssalen. Hon kontrollerar vanemässigt mobilen, medan jag frågar om för mig okända varianter av övningar, som gruppens medlemmar i de flesta fall entusiastiskt talat om. Hon förklarar tålmodigt när jag, utan att tänka mig för, kastar fram:

”Hur många tror du misslyckas i den här gruppen?” Hon stannar upp, funderar en stund och säger sedan:

”Du, jag tänker aldrig så.” Rösten är neutral men ger mig ändå denna morgons andra mentala örfil. Självklart! Om hon mitt i kursen ratar någon eller några, vilka signaler sänder hon ut då? Till gruppen? Till sig själv och till sina medarbetare? En stor del av 2Work-metoden utgår från att se klienten som en resurs, en människa. Inte någon som går att bunta ihop och generellt placera i ett särskilt fack som den långtidssjukskrivne eller den långtidsarbetslösa. Hur många

andra trampar lika snett som jag gjorde? Gå tillbaka och tänk efter!
Hur taxerar du människor själv?

Jag smyger runt som ett andeväsen och lyssnar på grupperna, som dragit sig tillbaka till tre olika utrymmen. De första jag möter pratar vilt, men kanske inte mest om ämnet. Ett uns nervositet tar sig uttryck i mängder av oneliners-skämt. När jag tassar därifrån konstaterar jag att de var ganska underhållande men knappast produktiva.

I nästa rum är det väldigt tyst. Trots att jag välkomnas får jag känslan av att jag stör, att jag är en utböling som inte riktigt går att lita på. Att man hunnit en bit på vägen förstår jag ändå när jag lite i smyg sneglar på deras anteckningar.

Så småningom glömmer de mig och pratet kommer igång. Den här gruppen har en tydlig struktur och en stark ledare, som också ska "hålla i trådarna" under framställningen. Med ett vant handlag mjölkar han var och en på uppgifter och fakta om ämnet de ska redovisa/marknadsföra och jämför hela tiden med sina egna anteckningar.

Grupp tre har bestämt att de ska åskådliggöra sitt uppdrag med hjälp av ett rollspel, en båtresa. Någon samlar rekvisita, medan de övriga skriver manus, eller rättare sagt: De bestämmer roller och ett löst synopsis. Denna grupp har nog den största intensiteten och flest spontant engagerade.

Innan jag går tillbaka till hörsalen tar jag mig tid att fundera på

vilken grupp som har bäst förutsättningar för att göra ett bra framträdande. Jag bestämmer mig efter lite velande för den sista, de med båten.

"Har du lagt märke till en sak?" säger Anna. "Ingen har frågat hur lång tid de har kvar."

För att förstå måste jag gå tillbaka till skolans grupparbeten och hur jag betedde mig själv. Den största delen av tiden gick att låtsas vara cool och att kläcka ur mig vitsar. Snabbt suddades tidsperspektivet ut, men snart byttes fokus ut från att självpåtagat vara gruppens clown till att ofrivilligt förvandlas till lektionens stammande turbo-tönt. Nu blir Tiden viktig och lustigkurren ränner till läraren och frågar när redovisningen ska ske. När svaret blir "om tolv minuter" drar man till med att hans klocka går fel och att man förresten ändå inte kan vara med på grund av luftburen ebola eller rabies. Dessvärre tror inte många pedagoger på sådant.

Uppenbart har klienterna i 2Workgrupperna kommit förbi detta stadium. När jag går nästa runda jobbar den första gruppen högeffektivt, de bryr sig inte ens om att jag sätter mig ner. Grupp två är klara och här resonerar man ishockey. I den tredje gruppen har förvirring utbrutit om vem som egentligen ska spela vad och stämningen är uppskruvad.

Nu ropar Anna:

"Tre minuter kvar!" och inom stipulerad tid är de flesta på plats och det hörs ett nervöst sorl. "Vem vill börja?"

Efter en del viskande anmäler sig gruppen med den dominante

ledaren. Alla i gruppen går upp på "scenen" och presentationen börjar. "Den dominante" talar vant, engagerande och redigt. Det handlar om en föreläsning av Astrid Ståhlberg, där tidigare nämnda paradigmskifte utförligt beskrivs.

Precis när jag börjat irritera mig på att bara han talar lämnar han över stafettpinnen till nästa person, som berättar om studiemedel och studievägar. Hans presentation är inte lika proffsig som den första, men i gengäld engagerar den hans kompisar, som får fylla i fakta när han stakar sig. När de kliver ner får de sin välförtjänta applåd, och jag vet en hel del mer än före framträdandet.

Nu är det dags för dem som jag tittade på först, de som gick från skratt till blodigt allvar. Deras uppgift är att introducera DiSC-modellen, en arbetsmetod som jag, i detta skede, bara vagt känner till. Namnet är en förkortning av:

D = Dominans

I = Inflytande

S = Stabilitet

C = Kompetens (competence)

En av deltagarna förklarar att han står för inflytande medan de övriga står för dominans, stabilitet och kompetens. Spelet drar igång och Inflytandet hinner bara några meningar innan han rättas av Dominans. Trots sin fåordighet har snart Dominans tagit över hela showen (sannolikt var det nog inte tänkt så) och får publiken att gap-skratta och applådera, med sina lågmälda och torra inlägg. Efter åtta

minuter tar föreställningen slut, alldeles för snart i mitt tycke.

Inför det sista framträdandet får vi byta lokal och tränga ihop oss i ett grupprum. En minut senare befinner vi oss på ett stormigt hav med en kapten, som bestämmer sig för att ta en paus mitt i stormen, en som har dödsångest och dricker något starkt ur en dunk, en som försöker trösta och lugna och den siste, som sitter tyst och rädd. Även detta skådespel är roande om än väldigt svårtolkat.

Övningen avslutas med lite prat runt redovisningen. Jag förväntar mig att deltagarna ska få komma med kritik och har flitigt ställt upp egna stolpar. Till min förvåning berömmar Anna bara gruppen för att ha utfört övningen.

Dagens tredje mentala stjärnsmäll. Uppgiften gick ut på att göra en presentation, inte en *perfekt* presentation. Alla har ställt upp, tryggheten i gruppen är så stor att alla *vågar*. Visst är närvaron och engagemanget olika, men betänk att nivån och vanan att tala inför andra skiftar.

Samtliga i gruppen har stått utanför arbetsmarknaden under lång tid och sannolikt inte haft anledning att tala inför andra människor. Att kastas in i ett för många skräckinjagande scenario, att göra något som de flesta skyr som pesten, är en fantastisk prestation. Att inga gliringar eller spydigheter yttrades tyder dessutom på respekt för varandra. Själv glömmer och gömmer jag hastigt min kritik på samma sätt som jag raderar betygsättningen. Anna går raskt över till vikten av att kunna ta och ge beröm (observera: inte kritik!). Jag får en känsla av att ämnet berörts tidigare, ingen reagerar speciellt.

Gruppen får en "James Bond-instruktion", det vill säga. Anna lämnar bara informationen en gång.

Hon delar ut tre buntar med små lappar, en bunt till varje grupp. På varje lapp står en egenskap, de flesta positiva som ordet snabbtänkt eller relativt neutrala som ordet mjölkdrickare.

"Ni ska i turordning dra var sin lapp och dela ut den till den ni tycker egenskapen passar bäst på. Lita mer på känsla än fakta. Drar ni en lapp som ni inte tycker passar på någon lägger ni den i en slaskhög. Ni får inte prata under övningen och inte heller kika på de lappar ni fått eller i slaskhögen. När ni är klara kommer ni till mig ska jag förklara fortsättningen."

Trots att det är en "James Bond-instruktion" får hon ett fåtal frågor innan grupperna drar sig tillbaka. De har snappat budskapet, även om det inte är knäpptyst under övningen. En del kan inte riktigt tygla sin frustration över att just de fått så svårapplicerade epiteter, med uppgivna stön och halvkvävda svordomar som följd.

Ändå flyter "egenskapsutdelningen" på och snart hämtas Anna in. Hon förklarar att var och en ska rita en ring på ett papper, skriva sitt namn i den och sedan notera alla egenskaper de fått runt namnet. "När ni är klara säger ni till mig", säger hon underfundigt. Ingen ifrågasätter, ingen beklagar sig. Någon minut senare kommer nästa instruktion:

"Ta en lapp från er hög, visa upp den och fråga vem som gett dig den och be att få en motivering till varför just du fått den egenskapen. *Glöm inte att tacka för berömmet.*"



Jag bestämmer mig för att följa en grupp den här gången, en med förhållandevis unga människor. Starten tar en stund, ingen vill börja. En av anledningarna är nog min närvaro, men kanske också att det är svårt att finna ord. Man vill inte såra, inte heller själv framstå som mesig eller dum.

Till sist tar en ung kvinna mod till sig och tar en lapp ur sin hög:

"Driftig ...? Inte för att jag tycker att jag är det ..."

Hon får genast mothugg, alla är ense om att ordet passar in på henne, och lätt rodnande tackar hon för komplimangen.

Nästa person, en ung man, visar upp ordet mjölkdrinkare. Han ser inte helt lycklig ut.

"Vem gav mig den här?"

"Jag", svarar kvinnan som precis tillerkänts att vara driftig.

"Varför det? Tycker du att jag är böig?"

Stämningen blir omedelbart tryckt, en konflikt kan vara under uppseglande.

"Nej, nej, inte alls. Det var bara något jag fick för mig. De flesta tycker om mjölk ... Jag menade inget alls ..."

"Fantomen dricker mjölk", fastslår någon, och det förlösande skrat-tet kommer.

"Fantomen är hård mot dom hårda", säger "Mjölkdirckaren". Han skrattar och tackar för omdömet. Orosmolnet är upplöst. De fortsätter, och nu har det blivit en uppgift som alla andra, något som ska utföras. Min personliga reflektion blir att det är lättare att motivera beröm än att ta emot och tacka för det. Märkligt, då inget går upp mot ett värmande ord.

En stund senare avslutas dagen med att Anna uppmanar klienterna att spara de omdömen de fått, för att kunna plocka fram dem de dagar livet känns tungt och självkänslan sviktar.

Uppgifter till mig själv och andra, baserat på denna dag.

Träna på att **inte** bedöma/döma människor och deras agerande alltför snabbt. Tänk först och prata sedan.

Om Skaparen velat att människan skulle tala snarare än att lyssna, hade han försett henne med ett öra och två munnar.

Kinesiskt ordstäv, plockat från minnet.

Prova att ge/få beröm. Använd gärna exemplet med lapparna. Inledningsvis kan framförallt mottagandet av beröm kännas kantigt. Som norrlänning (det gäller nog också andra delar av landet) vet jag med mig att jag ofta svarar "Äsch, det var väl inget märkvärdigt." när någon visar sin uppskattning, fast jag rodnar av stolthet och mår som en prins. Att svara så är självdestruktivt och närmast oförskämt mot den som tagit mod till sig och kommit med berömmet.

Nästa dag

inleds av ett Annacitat innan vi lämnar kontoret:

*"... man tolererar att folk inte hälsar,
men om tvättstugan inte är städad tar det hus i helsicke ..."*

Som vanligt inser jag hur rätt hon har. Vi har alldeles för lätt att haka upp oss på småsaker. Onödig irritation stjälar energi och förskjuter fokus, tid går åt till att älta andras misstag och brister istället för att lägga vår själ i att bygga kreativa nätverk.

I Vuxenskolans lokal har den största delen av gruppen samlats när jag och Anna kommer dit. Jag vet att de totalt ska vara nio personer idag, kursen är delad i en yngre och äldre del idag och jag ska följa de yngre.

Anna har precis börjat tala när en eftersläntrare dyker in. Strax efteråt kommer en till. Anna säger ingenting, men det gör däremot kurskamraterna.

"Visst fan går det kliva upp fem minuter tidigare", morrar en ung man med tydlig Norrbottensdialekt. Han får omedelbart medhåll, och de som kommit sent ser generade ut.

Anna säger ingenting, följer bara uppmärksamt situationen, beredd att neutralisera den om kritiken går till överdrift. Det behövs inte, och hon drar igång dagens första övning.

"Vi ska träna berättarteknik idag. Som ni ser har jag ett bröllopsfoto med mig. Det föreställer mina föräldrar ..." Hon berättar med

inlevelse om sin brokiga släkt. Om mamman, som utan förvarning åkte till Umeå för att studera, och om hur familjen fick äta älg morgon, middag och kväll, för att pappan bara kunde laga till älgkött. En moster blixtrar förbi. Hennes bedrift bestod i en trettioåttamil lång promenad till Kalix. Händelserna är många och inga hinder undviks, berättandet känns naturligt och ärligt.

När hon lämnar över till den första klienten att skildra sin familj, har hon spridit trygghet i gruppen med sin egen historia, vilket också avspeglas när klienten efter en stunds berättande kommer in på sina egna perioder av depression. Nästa i tur inleder med:

”Jag vet inte så mycket om min släkt och familj ...”

Trots detta presterar han tre-fyra minuters muntlig framställning. Det visar sig att han faktiskt har ganska bra pejl på de sina. Övningen fortsätter. Den i särklass vanligaste inledningen är just ”Jag vet inte mycket ...” Ändå lyckas alla åstadkomma en berättelse, med mer eller mindre hjälp från Anna.

Särskilt en klient berör mig djupt. Anna får dra fram uppgifter, det är segt som tjära. *År det en protest*, hinner jag tänka. Eller finns inte ens den ringaste kunskap om de närmaste i familj och släkt? Till sist kommer förklaringen:

”Mamma och pappa är alkoholister. Vi har inte pratat särskilt mycket på riktigt.”

Jag, och de flesta i rummet, får en klump i halsen. Vad finns att säga? Vilken anekdot lämpar sig att framställa om ens föräldrar med drogproblem?

Anna fortsätter dämpat, alla, även jag, får berätta om familj och släkt. Det ger en märklig känsla av samhörighet. Ingen avbryter eller kommenterar. En del frågor kommer efter berättandet, oftast vettiga, man vill verkligen veta och förstå.

Efter en kaffepaus är det dags för nästa programpunkt, en övning som heter Photo Language, franska, fritt översatt Bildspråket. Utifrån ett antal fotografier får deltagarna välja tre stycken som ska avspegla:

- *Något du vill ta med dig från din personliga historia*
- *Någon du beundrar*
- *En dröm du bär på*

Bilderna är utlagda i två grupprum. Svartvita, suggestiva, utvalda med omsorg. Deltagarna tar god tid på sig. Anna har inget sagt, men en redovisning anas i slutänden. Till och med gruppens lustigkurrar håller tyst.

Jag lockas att vara med och tummar osäkert på bilderna. Det tar tid att välja. Till sist har jag bestämt mig för ett fotografi av en gammal asiat. Efter ett antal resor i Sydostasien har jag äntligen begripit att jag inte begriper, det vill säga efter de första resorna trodde jag att jag visste hur livet i Asien fungerar. Under den tredje resan insåg jag att jag inte fattat ett dyft. För varje senare resa har jag bestämt mig för att jag faktiskt inte kan lära mig en hel kultur i en handvändning, och att andra kan mycket mer än jag kan.

Den andra bilden visar ett kyltorn till en kärnkraftsanläggning. Den väljer jag för att den passar bra in på min fru, en kvinna fylld av gnistrande energi. Hon är verkligen värd att beundra.

Bild nummer tre, som ska illustrera min dröm, föreställer en liten flicka som sitter på en resväska. Väskan är inte viktig, men jag längtar efter barnbarn och flickan är väldigt söt.

Vi redovisar vad vi kommit fram till. Förvånansvärt många har valt syskon eller föräldrar till personer de beundrar. Alla har något att säga – några väldigt, andra mer försiktigt och stapplande. De senares agerande är mer än förståeligt, för vi pratar ämnen som de flesta håller för sig själv.

Ännu djupare blir det när vi ska berätta *hur* vi ska nå vår dröm, med hjälp av det vi kan ta med oss från vår personliga historia och utifrån de egenskaper den/de personer vi beundrar har.

Nu blir det svårare. Någon väljer att inte svara, medan andra obehindrat pratar på. Oavsett vilket de gör är det beundransvärt. Lika starkt som det är att berätta om ens innersta tankar är försvaret av den personliga integriteten.

Dagen avslutas med att Anna ber klienterna välja ut tre ord som sammanfattar vad vi gjort denna dag. Superlativen haglar, jag hör inte ett fördömande ord, inte något som ens avlägset påminner om negativ kritik. För min egen del skrev jag: *Öppenhjärtigt, Målmedvetet och Respekt.*

Detta är en utmärkt övning, både för att utveckla sitt berättande och för att träna improvisation.

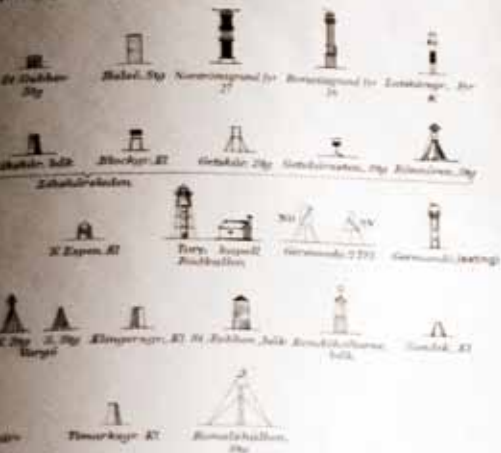
Beskriv och fantisera kring din omgivning. Detta är en teknik jag själv använder. Jag gör övningen när jag kör bil, men den kan lika gärna göras under städning, gräsklippning etcetera. Beskriv högt vad du ser runt omkring dig och tillåt dig att fantisera. Svårt? Nej, inte särskilt. För min del kan det låta ungefär så här. "Det är snöslask på vägen, dåligt före även om det finns några bara och till och med torra fläckar här och där. Viltstängslet har vikit sig strax efter nittioskylten. På tal om den: Nu kör jag för fort ..."

Till en början blev det för mig ganska stelt, sedan kom fantasin igång. Det som första gången blev "Där är en nittioskylt" kan idag lika gärna handla om personen som satte upp skylten eller om huruvida det verkligen är nödvändigt med en sådan begränsning. Jag brukar prata i tre-fyra minuter och ta minst tio minuters paus innan jag startar en ny omgång. Ett sätt att ytterligare utveckla övningen är att bestämma att redogörelsen startar en viss tid, exempelvis 13:07. Jag gör så, därför att jag har upptäckt att jag letar efter tacksamma miljöer att starta utifrån. Om tiden i stället får styra blir utmaningen mycket större.

höjder i meter.
vid vattenyttnad 1900.
der är en stor del.
der är en stor del.

och sjömarken

der är en stor del.



att iakttaga

der är en stor del.



Trafikföreskrifter för Luleåområdet
Se kort 4101
Traffic regulations for the Luleå area
See chart 4101

11. Hej Ulla

Hej Ulla,

Nu vet jag vad det innebär "att drunkna i tårar". Du vet hur mycket jag önskat att ensamsegla över Atlanten. Hur jag längtat, studerat och fått utstå spe från omgivningen. Nu blir det inte av!!! Fattar du hur det känns? Den dröm jag burit på i hela mitt liv krossades av ett allergi-test! Det är inte rättvist!

Du vet de där utslagen jag har haft det sista halvåret? De som jag yrade om att de kunde vara malignt melanom? Det var inte det, utan VATTENALLERGI. En sort som gör mig särskilt känslig för kallt, salt vatten. Av små mängder ger sjukdomen kliande utslag, av större mängder, som att bli översköld av en våg, kan jag bli medvetlös. När jag fick beskedet blev jag jättearg och tänkte strunta i det. Sedan grät jag. Och grät igen. Verkligheten hann ikapp. Min dröm finns inte längre.

Mia är den enda som vet än så länge. Hon led med mig, även om hon nog är lättad innerst inne. Kanske är det förståeligt. Jag skulle inte

vilja ha min dotter ute på ett vildsint hav. Likadant måste det väl kännas att ha sin morsa studsande mellan vågorna.

VAD SKA JAG GÖRA, ULLA? Jag har lagt all tid på kursen till att förbereda mig inför min resa som nu inte blir av. Snart börjar praktiken på bogserbåten. Vad ska de säga? Varför babblade jag så självsäkert om att inget kunde hindra mig från att korsa havet? De kommer att tycka att jag är ett fjolligt våp. Kanske bäddar jag ner mig i sängen och låtsas vara sjuk. Förresten behöver jag inte låtsas. Jag mår skit. Sämre än skit.

Imorgon har jag enskilt samtal. Coaching. Till vilken nytta? Dessutom är det med Tommy, inte Lovisa som jag brukar ha. Livet suger verkligen, Ulla!

** * **

Hej igen!

Nu sitter jag ihopkrupen under en filt i soffan med ett glas rött i handen. Varmt, gosigt, tryggt. Motsatsen till natten mot idag. Gråt, ångest, förtvivlan.

Jag pratade med Tommy idag. Länges. Av någon anledning trodde jag att han var väldigt strikt. Tänk vad lätt det är att felbedöma! Han lyssnade verkligen, tog in, avbröt inte. Jag fick gråta och tycka synd om mig till dess att jag blev less själv (gissa hur less HAN måste vara). Lågmålt berättade han, när jag snörvlat färdigt, om andra som hamnat i samma situation som jag. Ett fall handlade om en person,

som gått en utbildning för mer än tjugo år sedan men aldrig arbetat inom yrket. Ändå trodde personen att dennes yrkeskarriär låg i just denna bransch.

Eller om hon som tänkte skola om sig till barnvårdare men i sista sekunden kom på att hon inte tyckte om barn. "Kill your darlings' är ett uttryck som vi rätt ofta använder här", sa Tommy. "En idé, som till en början verkar strålande, kanske inte alls passar vid en närmare anblick. Du ville ut och segla? Finns det något i anslutning till segling som du skulle tänka dig göra? Något som du kan arbeta med trots din allergi?"

Vi pratade fram och tillbaka, han tog sig tid. Vi kom inte fram till något särskilt annat än att jag faktiskt hade en hel del trådar att följa. Mitt i samtalet kom jag på att jag faktiskt inte kände mig deppad längre. Visst, jag saknade fortfarande min dröm, men just som en trivsamt dröm. Du vet när man vaknar och har ett diffust minne av det som skett i drömmen inne i hjärnan. När man sedan somnar om och vaknar igen har den bara lämnat små avtryck efter sig.

Kanske lurar jag mig själv nu och vaknar upp gråtande i morgon? Då får det bli så! Idag ska jag ägna mig åt att leva!

Sköt om dig, Ulla!

P.S. Jag har faktiskt en liten idé om hur jag ska kunna utnyttja tiden på bogserbåten. Ska bli spännande att höra vad Lovisa säger nästa gång vi träffas D.S.

12. Annas Uppslag

Nu har Du, käre Läsare, kommit en bit in i Metodboken för 2Work, och jag ska nu ta mig friheten att berätta lite om de drivkrafter som format Euniq'em, och, givetvis, också format mig själv.

När detta skrivs går rekordmånga unga människor (under 24 år) utan arbete (145 000 personer eller 22,5% av åldersgruppen i november 2009 enligt Ekonomifakta). I samma ålderskategori har under de senaste fem åren långt fler än vi kan acceptera fått sjukbidrag och därmed hamnat utanför gemenskapen på arbetsplatsen (drygt 14 000 personer enligt Försäkringskassans statistik 2008). Barn- och ungdomsfetma ökar dramatiskt, likaså Typ II diabetes. Andelen sjukskrivna med psykiska besvär, och då främst unga kvinnor, ökar oroväckande snabbt.

Bortsett från det lidande ett passivt liv medför drar det också med sig en ekonomisk börda av sällan skådat slag. Redan idag ser vi en kraftig ökning av antalet äldre människor i Sverige, människor som genom ett långt och ofta strävsamt liv betalat skatt för att få en trygg ålderdom.

I dagsläget måste resurser tas från dessa ***för att hantera problem bland unga, som tidigare bara fanns hos våra äldre!***

Utslitna ryggar på personer under trettio år. Utbrändhet med i stort sett oändliga sjukskrivningar som följd. Hjärtkärlsjukdomar etcetera. Listan kan göras väldigt lång. Vårdbehovet kommer att öka och tynga ett redan nu hårt ansträngt vårdmaskineri. Men vårt största svek mot den unga generationen är ändå ***att vi tillåter detta utanförskap!***

Varför drar jag upp något som du, käre läsare, säkert redan vet? Jo, för att jag har barn. Barn, som kommer att få det mest tragiska arvet av alla. En stor del av en generation, som av olika skäl hamnade utanför innan de ens kommit in.

Idag är det inget ovanligt att vi möter trettioåringar som endast haft åtgärdsjobb. Eller ännu värre: inget jobb alls. Förutom den personliga tragedi som dessa människor råkat ut för ska de också erhålla ekonomiskt bistånd eller a-kassa, år efter år, i vissa fall decennium efter decennium.

Även personer som inte har "drivet" eller har ett funktionshinder förtjänar att få delta i arbetsgemenskapen. Ungdomar, som vant sig vid en tillvaro som enbart kretsar kring en virtuell värld, eller människor mitt i livet, som tappat tron på arbetsmarknaden måste få hjälp och tilltro från oss övriga, som är lyckligt lottade nog att ha ett arbete att gå till. Den hjälpen måste bestå i mer än frågor som *Vad gör du nu?* eller *Hur har du det, egentligen?* Sådana frågor hjälper

ingen, hur välmenande de än är. I stället sänker det personen ännu mer, vilket ingen är betjänt av.

Själv har jag turen att komma från en stor, varm familj – en gemenskap, där vi brydde och bryr oss om varandra. Vi fostrades av kloka föräldrar, precis som vi barn fostrade och stödde varandra. Tanken att någon kunde bli genomskinlig och bara försvinna eller tappa fotfästet i tillvaron existerade inte.

Visst var min uppfostran inriktad på det ”praktiska”. Handla och agera med ett arbetsursinne. Fort och kraftfullt skulle det vara. Denna del har jag försökt slipa ner och livet har lärt mig vikten av reflektion. Och min barndom var min. Nu är det 2010 som gäller. Nu skapar vi en generation som ”typ känner sig typ lite värdelösa”.

Det ställdes krav, alltid rimliga, och våra idéer togs på allvar, även de som omgivningen nog många gånger tyckte verkade konstiga eller galna. Vi fick försöka och *vi fick också misslyckas*. Efteråt fanns någon där till tröst och till hjälp med analys över vad som gått snett. Ett aktivt stöd med syfte att lära en att dra nytta av erfarenheten i stället för att kvävas av skam över att planerna gått i stöpet.

På samma sätt vill jag att 2Work ska fungera, eller som jag uttryckte mig i förlagan till denna bok: ” ... känslan är universell. En nation, ett land som skapar förutsättningar för delaktighet. Där det bara finns en (1) känsla. En känsla som ger alla möjlighet att **duga – jag kan bidra! Välkommen till 2works känsla!!!**”

Vårt kuvösa samhälle

Vi har under många år lärt oss leva med ett mycket finmaskigt skyddsnät, som ska tillåta oss att landa mjukt i alla situationer. I grunden är detta ett bra system, men ibland ställer det till problem. Att landa tryggt i den mjukaste bomull är förträffligt, men att bli kvar i den miljön är förkastligt. Eller att i fallet upptäcka att det inbillade skyddsnätet inte finns. Då är fallet hårt. Jag kan ge ett exempel: Många har provat på att få ett ryggskott, en rakt igenom otrevlig och mycket smärtsam upplevelse. Tidigare kunde patienten bli sjukskrivnen nästan hur länge som helst för detta. Läkaren gjorde inget fel, patienten hade ont och kunde säkert inte utföra sitt arbete. Myndigheter och arbetsgivare gjorde inget, patienten hade hamnat i Det Kuvösa Samhället.

Den som drabbas av ryggskott hamnar ofta i soffan, med påföljd att muskel- och benmassan minskar, vilket betyder att personen i fråga är betydligt sämre förberedd för arbete när ryggsmärtorna släpper. Med bara lite otur har den personen snart ett nytt ryggproblem. Idag talar vi om begreppet Aktiv Vila. Det innebär att patienten börjar träna redan cirka 48 timmar efter skadetillfället (att man anger just denna tid har med inflammationer att göra). Träningen gäller inte den skadade kroppsdelens utan övriga muskler och vävnad. Denna Aktiva Vila har för väldigt många patienter drastiskt kortat läknings tiden och lidandet. Samtliga patienter som är lämpade för Aktiv Vila borde få det. Kanske skulle detta till och med vara obligatoriskt för att erhålla sjukpenning?

På samma sätt bör vi agera i alla lägen där människor riskerar att hamna i utanförskap. Livbojen måste kastas ut omedelbart, inte efter det att den nödställda börjat sjunka. ***Den måste ge energi och skapa aktivitet – inte tvärtom.***

Annas kreativa kompass

2Work är en kompass för din Comeback.

- Metoden får dig att se din riktning.
- Vi rensar bland störande magnetfält.
- Till slut kan du ta ut din vinnande kurs.
- Vi hjälper dig att läsa ditt sjökort.
- Okända öar kan vara en resurs.
- Du kommer att hitta på livets hav.
- Du kan segla i motvind.
- Lär dig känna när dina segel fylls av frisk luft.
- Medvinden infinner sig och du kommer att känna när.
- Med medpassagerare går det lättare.
- Fira när du gått i hamn.
- Och glöm inte att skriva hem :)

2 (siffran 2 i t.ex. 2Work) betyder enligt kinesisk tradition: "kärlek" eller "gillar."

En tänkvärd text

Jag kunde inte låta bli att ta med de här textraderna från Björn Afzelius gripande Ikaros. Sången handlar om relationen mellan barn och förälder men kan lika gärna gälla på 2Work.

*Men så står snart de vuxna där och pekar
ut den riktning dom tycker man ska ta
alla drömmar dom själva har förvägrats
vill dom förverkliga genom sina barn
är man lydig belönas man och hyllas
revolterar man mister man allt
ingen älskar ett barn som inte lyckas,
ingen älskar ett barn som är starkt.*

*Men vem besitter förmågan att veta
vad som ryms i en ny individ
och vem kan säj' till nån annan hur lyckan ser ut
vem kan säj' vad nån annan vill bli.*

*Låt dina blommor slå rot där det finns jordmån,
låt dina växter få leva där dom trivs
lås inte in dina plantor i ett drivhus,
låt dom få slippa ett onaturligt liv
låt den du älskar få pröva sina vingar
en dag så flyger den älskade rätt
vill du bli respekterad av din avbild
får du visa din avbild respekt*

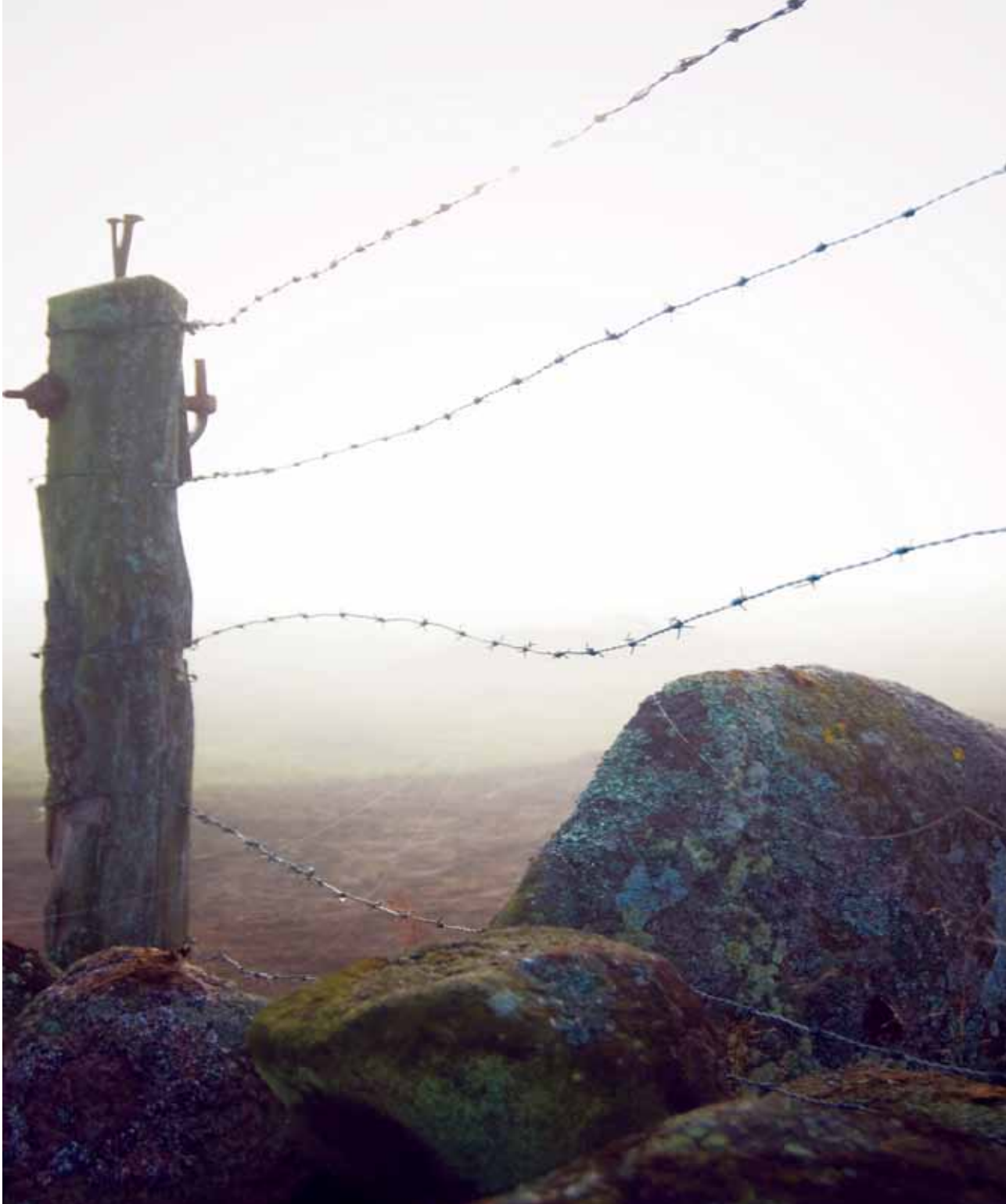
Känsla eller förnuft?

På Euniq'em fokuserar vi i stor utsträckning på känslor. Vi möter alla typer: rädsla, skam, ångest, glädje, ilska, vanmakt, ja listan går att göra mycket omfattande. Vi drivs/styrs av känslor i långt högre grad än vi själva tror.

Redan från barnsben lär vi oss all vad som är rätt eller fel. Vi skapar tidigt moralbegrepp, på gott och ont. Vi faller lätt in i roller, lika väl som att vi rutinmässigt placerar våra medmänniskor i olika fack. Några fack är små. Dessa bebos av idoler och exemplariska föredömen av olika slag. Här har fansen god kännedom eller tror sig – ha stor kännedom, om dessa personers moralstatus. Rockstjärnor, idrottsmän och föregångsfigurer. Människor som *betyder* något.

De stora facken inrymmer till exempel anställda, företagare, pensionärer, elever. Kanske inte lika spännande som det förra facket, men ändå accepterade och med en tydlig tillhörighet. Man håller ihop genom mer eller mindre avancerade nätverk. Regelverket är förhållandevis tydligt, man vet sin plats och känner ett värde. Kort sagt är man någon.

Vi har flera stora grupper. Arbetslösa och sjukskrivna. Människor med drogproblem. Hemlösa. Kriminella. Varför hamnar de i samma grupp? De borde inte göra det! Dessvärre är det inte särskilt ovanligt att vi taxerar människor på det sättet.



Den som är arbetslös eller sjukskriven är lat, alkoholisten saknar karaktär och den kriminelle har ingen moral. Den hemlöse har säkert gjort sig förtjänt av det. Det är lätt att vara kategorisk, vilket kan synas märkligt när de allra flesta kan hamna i någon av dessa grupper under vissa omständigheter.

För många människor är skammen den överskuggande känslan. Låt oss fokusera på personen som hamnat utanför arbetsmarknaden. "Vad *gör* du nu för tiden?" är sannolikt den mest hatade frågan för denna person, även om den ställs av genuint intresse, inte ironiskt eller anklagande. Då frågan nästan alltid åsyftar arbete blir ofta svaret: "Ingenting." Ordet dupliceras i hjärnan på den arbetslöse.

"Jag gör ingenting. Jag duger ingenting till. Mitt värde är ingenting. Jag är ingenting."

Nu rycker den beskäftige från en bättre situerad grupp in för att hjälpa: "Du måste *rycka upp dig!*" Ny sten på möda. Eftersom jag är ingenting tjänar det inget till. Om jag ökar min kapacitet med hundra procent är jag fortfarande ingenting. Hundra procent av ingenting är ... ingenting.

Umgänget blir lidande. Under dagtid är det lättast att sällskapa med andra utan jobb. De är lediga och kommer inte med enfaldiga frågor. Att någon, dessutom oombedd, tar sig rätten att mästra mig är inte det minsta uppbyggligt. Sannolikt vill de flesta i utanförskap rycka upp sig, men både ork och förmåga saknas. Huset är redan byggt: väggar av skam, ett tak av hjälplöshet och golvet av kvicksand som

bär allt sämre för varje "Vad *gör* du nu för tiden?" eller "Du måste *rycka upp dig!*"

Mycket av vårt arbete på Euniq'em handlar om att återfinna förlorad stolthet! Vår erfarenhet är att alla har goda egenskaper, "guldkorn", inom sig, förmågor som kvävts av känslor som skam och förnimmelse av att inte vara tillräcklig.

Som sagts tidigare, och som aldrig kan sägas för många gånger: Respekt för individen är A och O för resultatet av 2Work. Logiska och förnuftsbaseade resonemang i all ära, men om *känslan* saknas leder dessa resonemang inget till. Låt oss ta ett exempel:

En man i trettioårsåldern sökte till 2Work. Hans högsta önskan bestod i att producera film. Kommersiell film, reklamfilm eller dokumentärt. Av sin handledare på Arbetsförmedlingen hade han fått veta att möjligheten till såväl utbildning som arbete knappt existerade. Han hade istället hänvisats till praktik inom den tunga industrin. Avståndet mellan önskemål och erbjuden praktikplats kan förstås synas milsvitt, men sannolikt logiskt i handläggarens ögon. Med klientens bästa för ögonen hade hon analyserat situationen. Klienten saknade erfarenhet, nödvändiga avgångsbetyg och rimliga chanser att få arbete inom genren. Hon valde att med alla medel försöka få honom att ändra sig. Industrijobbet verkade på alla sätt bättre för klienten. Efter övertalning gick klienten med på att praktisera på industrin, men dök aldrig upp när praktiken började.

När han kom till Euniq'em var hans självkänsla ordentligt stukad. Eftersom hans önskan om en karriär som filmare redan hade avskrivits av den förra handläggaren, fanns inga uppslag på arbeten som skulle kunna passa.

Först efter ett antal dagar, när han blivit trygg i gruppen, bekände han att han brann för filmskapande. Då de andra nyfiket frågade kröp det till sist fram att han producerat en rockvideo. Nu krävdes att han skulle ta med videon till nästa dag, något han tveksamt gick med på.

Idag finns hans namn att läsa i eftertexterna på en av de större filmproduktionerna i Sverige.

Vad vill vi tydliggöra med denna solskenshistoria? Att Arbetsförmedlingens handläggare gjorde ett dåligt jobb? Att hon betedde sig känslolöst mot klienten?

Nej, ingetdera! Handledaren agerade efter bästa förmåga, men hade inte varken den tid eller de verktyg som 2Work förfogar över. Hon tvingades fatta ett beslut efter ett fåtal korta möten med klienten. Beslutet grundades på *förnuft* och logik. Klientens idé var en dagslända, ett konventionellt arbete med hygglig lön skulle få honom på bättre tankar och, till sist: Hon kände inte till filmbranschen. Åtminstone de första två skälen kan nog tyckas rimliga.

På Euniq'em läste vi av klienten på ett helt annat sätt. Med hjälp av DiSC-modellen och Joharifönstret kunde vi se att personen aldrig

någonsin kunde vara rätt för ett industriarbete. Sedan kom förstås också den *emotionella* delen in. Klienten brann verkligen för sitt intresse! En tillbakadragen person med begränsat självförtroende visar plötsligt *stolthet* över en egen prestation.

I det här skedet känner vi på Euniq'em att vi står på ett allt fastare underlag. När stolthet och självförtroende väl får fäste, kan klienten komma väldigt långt och till och med acceptera ett bakslag. Att få näsan över vattenytan ökar de egna resurserna i kubik. Med ens försvinner mängder av hinder. Smärtor och sjukdomar blir lättare att leva med. Den sociala samvaron blir naturlig och känns nu efterlängtd.

Nu finns ett mål utstakat och en målmedvetenhet i sökande efter medel att nå dit. Vad vi ser här är känslans seger över förnuftet!



13. Från start till mål

I detta kapitel får du följa en fiktiv klient genom hela hans 2Workresa. Texten skildrar handläggningen av en person och innehåller bland annat korta sammandrag av trepartssamtal, DiSC-profil och minnesanteckningar.

Exemplet ska inte tolkas som en plan som ska genomföras till punkt och pricka. Vi är väl medvetna om att våra klienter är vitt skilda individer med olika bakgrund, förmåga och ambition, något som vi alltid ställer i förgrunden när vi arbetar med människor. Se därför de kommande sidorna som vägledande, inte tvingande.



Ärende:	AF och FKs målsättning med insatsen i 2WORK
Datum	13 mars 2009
Plats	mail från xxx
Avsät	Mikael J xxxxx 070-xxxxx xxxxx@hotmail.com

Här kommer

Jag hoppas att jag
En mycket viktig
kunnade för några

Här har deltagare
med fram till att

Här har du ett
Svara - men välkom

Stämmer inte alls
Stämmer helt
Jag fick fram det jag ville säga
Vi kunde prata med varandra
Vi ansträngde oss båda för att nå resultat
Jag har tagits på allvar
Jag anser att samtalet var meningsfullt
Mina förväntningar blev infriade
Jag anser följande var bra:

Det är egentligen
ut och genom på
tråk skulle att han
handledning

Stämmer inte alls

Stämmer helt

Utvärdering av samtal mellan Coach & Deltagare

- Var för sig görs denna utvärdering och därefter tillsammans värderas samtalet..
- Svara genom att kryssa på linjen i en skala från "Stämmer inte alls" till "Stämmer helt"

Stämmer inte alls

Stämmer helt

Jag fick fram det jag ville säga

Vi kunde prata med varandra

Vi ansträngde oss båda för att nå resultat

Jag har tagits på allvar

Jag anser att samtalet var meningsfullt

Mina förväntningar blev infriade

Jag anser följande var bra:

Underskrift Coach

Underskrift Deltagare

Ärende	1:a mötet, före kursstart 2WORK/
Datum	11 mars 2009
Plats:	Euniquem
Avser	Mikael J xxxxx 070-xxxxx xxxxx@hotmail.com

Karriär i korthet

Barn & Fritid på gymnasiet. Assistentlinjen på Solviks fsk.

Haft praktik på Urkraft (Accesss). Ståutbildning via AF 4 veckor + längre praktik.

Har haft något vik i

Tidigare Af-kurser. N

Handläggare xxxxx

Stegen AFs egen ku

Vision & Mål - Nytt j

Haft det tungt på sis

få fast jobb och triv

Har funderat över st

han har behörighet f

Praktikidé - 2008/09

Inte direkt i nuläget

Tidigare sökta jobb

Har sökt jobb inom.

Skellefteå, xxx och

Har sökt andra jobb

De sökta jobben är

därför avstått. Känn

Har du någon aning

Tror mest att det be

Har Du ett Färdigt C

JA. xxxx skickar de

Din hälsa. Arbetsme

xxx, behöver arbets

Kort om dig som pe

Ensamstående bor i

Friskvård, skulle vil

Ärende:	AFs sökandepresentation,
Datum	13 mars 2009
Avser	Mikael J xxxxx 070-xxxxx xxxxx@hotmail.com

Utbildning	IQ Individuell kompetensutveckling Orienteringskurs, inkl praktik	2007-09-17 - 2007-09-28
		2007-09-17 - 2007-09-23
		2005-08 - 2006-05-31
Kompetens	Allmän omvårdnadsfarenhet God fysik (tunga lyft)	2002-08 - 2003-06
		1999-08 - 2002-06

Ärende:	SWOT-analys
Datum:	26 mar 2009
Avser:	Mikael J xxxxx 070-xxxxx xxxxx@hotmail.com

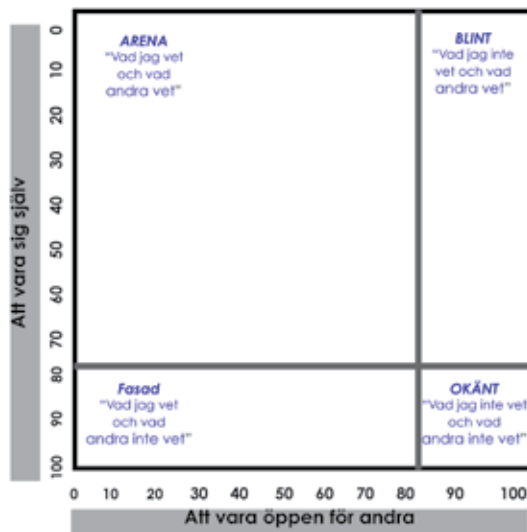
SWOT-analys. Beskriv dina förutsättningar inför den fortsatta processen till det slutgiltiga målet dvs tillbaka i arbete.

Dina styrkor	Dina svagheter
<i>Positiv, glad, kamratlig, välvillig,, regelriktig enligt punkterna, självständig, bestämd, viljestark, komoetent</i>	<i>Att bli missförstådd, att få andra att tycka att jag inte har utbildning, självständig, velig i en grupp som har osunt klimat, lätt att utnyttjas av den som är smartare matematiskt</i>
Dina möjligheter	Dina hot
<i>Skapa och vidhålla god stämning, gå vidare rättsligt- upprättelse stärka min självkänsla (förtroende för andra)</i>	<i>Att bli utspelad för att nån annan vill ha tjänsten, Förtalad, Förd bakom ljuset, att bli kontrollerad, förnedrad=knäckt igen</i>

Ärende	Självskattning
Datum	11 mars 2009
Avser	Mikael J xxxxx 070-xxxxx xxxxx@hotmail.com



Ärende	Johari fönster & Återkoppling
Datum	3 april 2009
Avser	Mikael J xxxxx 070-xxxxx xxxxx@hotmail.com



Ärende:	Enskild planering: Ragga Jobb & Praktik
Datum	10 april 2009
Avser	Mikael J xxxxxx 070-xxxxxx xxxxxx@hotmail.com

Lägesrapport, Sökt jobb och övriga aktiviteter kursvecka 1.

Har avvaktat
Vi bestämde
äldreomsorg
Pers ass och
Friskvårdsut
M säger att l
betyder att n

Vilka jobb fir
Privata vård
detsamma. S

Har Du chan
Knappast, i

Har Du någa
deras vänne
Alla mina ke
inte fått någ

Andra jobb

1. Västerbo
Hur sälj
2. Aktivitet
3. Klockarl
Carina F
4. Vi bör k
MJs CV
5. Hur går v
M gör er

Ärende:	Praktik/data i 2Work
Avser	Mikael J xxxxxx 070-xxxxxx xxxxxx@hotmail.com

Data praktik

Företag:
Adress
www-adress
Kontaktperso
e-mail:
Handledare
e-mail

Upplägg av p

Start fr. o m
Omfattning*
Hinder**
*Kort beskriv
hand och när
** Är det någ
avsaknad av a

Arbetsuppgift

Går dubbelt n
självständig. I

Övrigt

Möjligt är att
händelse av a
fram-

Ärende:	3-partsamtal med deltagare, AF och anordnare
Datum	11 juni 2009
Plats	Eunig'ern
Avser	Mikael J xxxxxx 070-xxxxxx xxxxxx@hotmail.com
Närvarande	Mikael xxx xxxx handledare AF Tommy. Eunig'ern

Genomfört hittills under tiden på 2Work-kursen: DiSC-profil, CV & Säljbrev, Praktikanordning och uppföljning av denna
M har genomfört allt

Vår uppfattning om deltagarens inställning/attityd, till att via 2WORK gå vidare ...
M har satsat i 2Work funkade mycket bra och med hög närvaro.

Den viktigaste frågan som M ska ta ställning till härnäst det är ska han gå vidare mot studier som han under 2Work varit inne på. Viktigt är att han peppas och verkligen tar tag i detta. Arbetsmarknaden finns men utbildning krävs på området.

Förslag till vidare planering.

Närmast slutför M praktiken och både han och jag ligger på om att han får sommarjobb på praktikstället. Om detta inte faller väl ut kontaktar han Xxx Xxx på AF.

Beträffande studierna har vi bokat in tid hos B-M Kvam på CV för vidare rådgivning.

Är målsättningen med insatsen i 2WORK uppfylld?

Ja, där är vi alla eniga.

Kursintyg - 2WORK

Mikael J **XXXXXX-XXXX**

Mikael har genomfört utbildningen 2WORK på Euniq'em AB Skellefteå, under perioden 11 mars -18 juni 2009.

• Utbildningsavsnitt i kursen har varit:

DISC-modellens beteendemönster

Personprofil - självinsikt

Omvärldsanalys

Bemötande

Kreativt tänkande

CV-personligt brev

Jobbbrökeri

Kommunikation

• Utbildningens avslutande del har Mikael praktiserat som:

Handledare under 6 veckor på ett boendestöd inom Skellefteå kommuns handikappomsorg. Som referenser för denna tid finns:

Boendechef Anita Ö 0910-73 88 88.

Boendestödshandledaren Håkan K vid Hemstogens boendestöd 0910-73 44 44.

Skellefteå 2009-06-23

Anna From-Lindqvist
VD, Euniq'em AB/Utbildare

Tommy Burman
Projektleddare/Utbildare

Lovisa Hedenström
Utbildare

Euniq'em AB
Köpmangatan 19
931 31 SKELLEFTEÅ

MERITSAMMANSTÄLLNING

- Persondata
Mikael
Adress:
Tel & e-mail
- Utbildning
Truckförarl

Utbildnings
Examensår:

C-körkort
Utbildnings
Examensår:

Tekniskt b
Utbildnings

CV

Mikael J
XXXXXX
070-XXXXX
XXXXX@hotmail.com

Presentation

Söker jobb eller praktik
Mitt namn är xxx xxxxx, 25 år och jag söker praktik eller arbete hos er.

Eftersom jag gått gymnasieskolans Barn-och Fritid-
program så jobbar jag gärna med människor. Gör-
en så jobbar jag gärna med människor. Gör-
en så jobbar jag gärna med människor. Gör-

plats för



14. En annan sjöfarare

Klockan 05:30 ringde klockan, precis som den gjort varje morgon de senaste tjugonio åren. Signalen klipptes abrupt utav efter mindre än två tiondels sekunder. Strax efteråt sattes fötterna i tofflorna, som stod placerade bredvid sängen, utan att han behövde titta eller ens känna sig för. De skulle stå där, han hade ju själv placerat dem där före sänggåendet.

Åsynen av den tomma delen av dubbelsängen, där överkastet låg dubbelvikt, gav som alltid ett hugg i hjärtat. Trots att ingen legat där sedan hösten -02, skulle sängen bäddas ren i morgon eftermiddag, som brukligt på torsdagar.

En fluga hade på något sätt tagit sig in mellan glasen till sovrumsfönstret, blev han varse när han drog upp persiennen. Märkligt och irriterande, den hade inte funnits där kvällen innan. Verktygslådan hämtades, fönsterbågen delades och flugan förpassades till en bättre värld.

En antydan till smuts torkades också bort från ena hörnet, ett bevis för att schemat för fönstertvätt uppvisade brister.

Ute på parkeringen stod grabben Bergströms bil halvvägs inkörd på parkeringsplatsen avsedd för besökande.

”Ouppfostrat och respektlöst”, morrade Sjöfararen mellan tänderna. ”Men vad kan man vänta sig, med sådana föräldrar. Skor utanför dörren, främmande som flamsar och skrattar, för att inte tala om hur de grisar ner i tvättstugan.” Två gånger hade han kommit på dem med att inte ha rensat luddfiltret. Och inte hade de ens varit särskilt skamsna när han sagt till dem, bara bett om ursäkt och glatt bytt ämne. *Som om ingenting hade hänt.*

Lätt upprörd över tanken hällde han upp en och en halv kopp kallt vatten i vattenkokaren, tillräckligt för både kaffe och te, för att sedan breda smör på baksidan av de två Husmansbröden. En skiva ost på varje hårdbröd, sedan hördes klicket i kokaren. Tidningen tog slut samtidigt som kaffekoppen. Eftersom de riktiga nyheterna ändade vid sporten fanns ingen anledning att läsa längre. Han fyllde på med vatten över en begagnad tepåse och konstaterade att den där blaskan mycket väl visste vad läsarna tyckte om detta. De första tre insändarna hade de tagit in, för att sedan förtiga sanningen genom att censurera honom, trots att de visste att han talade för en majoritet av läsarna.

Likadant hade den där nye chefen på förvaltningen behandlat den konstruktiva kritiken. Istället för att applådera initiativet att milt tillrättavisa kollegornas tillkortakommanden hade han stämplat

som svår att arbeta med och opportunist, alltmedan de så kallade arbetskamraterna fortsatt producera hafsiga rapporter, där det enda viktiga varit att de levererades i tid.

”Visst, mina rapporter tog längre tid än de andras”, sa han högt för sig själv. ”Men ingen kunde säga att ett enda komma hamnat på fel plats. Och mina upplägg är absolut klanderfria. Hellre skriver jag om hela rapporten än att den ska se ut som ett hastverk.”

Ändå hade han omplacerats, alltid ett steg nedåt, men med bibehållen lön. På varje nytt tjänsteställe hade han förklarat sin situation ingående för att alla skulle förstå. Obegripligt nog verkade endast ett fåtal vara intresserade av att lyssna. De fruktade sannolikt hans klarsyn och rättspatos.

Dråpslaget kom i form av en uppsägning på grund av arbetsbrist. Himmel och jord hade rivits upp. Arbetsgivaren slog helt stopp. Facket verkade inte bry sig. Inte ens tidningen tog upp rättsröten, de hade väl fullt upp med sina sport- och kultursidor.

Den psykiska misshandeln gav mig magsår; tänkte han bittert. För att inte tala om alla piller de lurade i mig. Bluffläkaren, som talade om att jag saknar insikt i mina verkliga problem. Säkert köpt av arbetsgivaren.

Efter magsåret: sjukskrivning. Nu: en regering utan empati. Att tvinga mig till den där 2Work-aktiviteten.

De fyra första veckorna har väl gått an, även om jag står helt i en egen klass. Men nu pratas mer och mer om praktik. Sök det och sök

det. Varför då? Ska jag förnedra mig och ringa till någon idiot för att böna och be om att få jobba gratis? För ett jobb som jag garanterat är överkvalificerad till?

Han skakade på huvudet och tog fram dammsugaren, som alltid morgon och kväll. Samtidigt som munstycket gled fram och tillbaka över golvet, rullade oförrätterna ändlöst genom hjärnans vindlingar. Det smakade konstigt i munnen när han på utsatt tid lämnade lägenheten.

"Att jag kom försent har jag ett fullgott skäl till!" sa Sjöfararen uppbragt. Den där Tommy fattade visst ingenting, trodde väl att han var något. Aldrig skulle han begripa att en man måste göra vad en man måste göra. Att det denna morgon bestått av att irritera sig över slyngeln Bergströms slarviga parkering. Av bara farten hade en del andra missförhållanden också påtalats. Dammfilter, högljudda fester, och spring i trappor. Att inte tillrättavisa fröet hade varit en missgärning betydligt större än en halvtimmes försenad ankomst. "Det finns väldigt få, nästan inga skäl att komma försent", sa Tommy lågmält. "Det handlar om planering."

* * *

Sjöfararen satt åter vid köksbordet. Mot alla regler hade han helt omotiverat fått för sig att slinka in på kvartersbutiken och köpa ett halvt kilo kokkaffe, trots att han visste att det var flera kronor dyrare där än på stormarknaden. Den stora termosens hade tappats på två rejäla koppar. Under tiden hade han försökt få ordning på tankarna.

Dagen hade varit omvälvande. Först hade han fått ett raseriutbrott och tagit sats för att ge de där människorna en rejäl uppsträckning. Innan han hunnit halvvägs blev han avbruten.

”Vad som har hänt tidigare ska vi inte tala om nu. Om din arbetsgivare behandlat dig illa, något som mycket väl kan ha hänt, är det förstås inte bra. Men hur länge är det värt att lägga energi på det? Även om du skulle få rätt. All tid som hinner förflyta med endast ett mål: glädjen av att ha fått ha rätt. Hur länge räcker den glädjen? Hur kommer det att påverka dina chanser att få ett nytt jobb i en sån här liten stad? Du kanske också kan få en viss ekonomisk kompensation om ditt fall kommer upp i Arbetsdomstolen, om det kommer dit. Sedan finns förstås risken att du förlorar. Du ska få en hemuppgift. Skriv ner alla för- och nackdelar med att fortsätta driva processen mot din arbetsgivare. Överväg sedan hur viktig den är utifrån resultatet.”

Ett försök att argumentera emot hade fallit platt till marken. Sedan kom nästa kалldusch, kravet på att hitta en lämplig praktikplats.

”Begriper ni inte,” hade han försökt. ”Det finns inga sådana platser. Magsåret stör hela tiden, jag kan inte gå eller stå längre på grund av meniskskadan ...”

”Vad du inte kan är inte intressant just nu, däremot vad du kan”, blev han avbruten.

”Vi har förståelse för dina sjukdomar och krämpor, men enligt Försäkringskassan har du arbetsförmåga, och vi måste tillsammans komma fram till dess storlek och vad den kan bestå av.”

Ett nytt försök att argumentera dämpades snabbt. I frustration över

detta hade tårarna kommit.

”Jag har minsann ställt upp”, hade han snyftat. Gjort allt de sagt. Acceperat att flytta till sämre jobb. Aldrig klagat annat än när det varit befogat.”

De hade lyssnat utan att säga just något. När tårarna sinat hade man fortsatt:

”Nu ska vi se framåt. Börja söka efter sådant som intresserar dig, sådant som gör dig glad och nyfiken. Hittar du rätt kanske magsåret mår bättre, eller att du till och med trivs så bra att det blir lite lättare att leva med det.”

”Och vem vill ha en gubbe, när det dräller av unga odågor som slyngeln Bergström, som A-kassan vräker pengar över?”

”Så mycket gubbe är du väl inte”, hade den där Lovisa sagt med ett leende.

”Du har tretton år kvar till pensionen, och att du ska få sjukbidrag finns inte på kartan. Åtminstone inte på min och knappast på Försäkringskassans heller. Du har samlat på dig en massa erfarenhet, som är värdefull att sprida till andra. Tänk på det.”

Hennes ord hade varit enkla, men på något märkligt vis berört. Faktiskt till den grad att han bestämt sig för att göra ett seriöst försök att göra ”hemläxan”. Nu låg två papper med prydliga kolumner på köksbordet. På det högra arket stod rubriken: Process: för och emot.

PROCESS; FÖR OCH EMOT

+

revansch
pengar
rättvisa

-

pinsamt att förlora
dyrt att förlora
tar tid
psykiskt påfrestande
svårt att få jobb sen
de kommer inte att
ändra sig ändå
jag mår kanske inte
bättre av det
jag mår sämre av att
dra upp det
dålig idé
skit i det

Länge hade han stirrat på den sista meningen. Han brukade inte uttrycka sig rått, särskilt inte i skrift. Strunta i detta, hade varit mera i hans stil. Nu stod det Skit i det med outplånligt bläck. Det gick förstås att skriva om listan men det var något rebelliskt med orden, något som minsann vittnade om en inneboende kraft att förändra. Den andra listan hade tagit längre tid och flera koppar kaffe att upprätta. Första ordet som tveksamt klottrats ner var Statistiker. Sedan fyllde han i controller. Därefter kom domare, polis och taxeringsintendent.

Plötsligt slog det stopp. En ny känsla tog sig fram. Varför dessa val? En känsla vällde upp inom honom. En vetskap, som under många år trängts undan och förpassats till en mörk cell i hans medvetande. Långsamt hade han blivit en kontrollmänniska, en person som i alla situationer måste behärska situationen. Till att börja med hade det nog oftast gällt honom själv, sedan hade Kerstin hamnat inom kontrollsfären och till sist hela omgivningen.

Skilsmässan borde ha varit en väckarklocka, tänkte han. Jag älskade henne verkligen. Ändå lät jag henne bara gå. Att få rätt mot jobbet kändes viktigare, och ensam kunde jag lägga all tid på det. För andra gången denna dag kom tårarna. Inte av självömkan, utan av skam över att ha betett sig som han gjort mot Kerstin och mot jobbar-kompisarna. Gråten fungerade som ett reningsbad. När han sköljt ansiktet med kallt vatten kände han sig starkare än någonsin. Utan att lägga ned någon möda kom idéerna. Som ung hade han tyckt om att ta foton och att framkalla bilderna själv. Fotograf. Minnet av Kerstin den där torsdagskvällen för länge sedan.

Den knallröda, plisserade klänningen. Sångare. Han fnittrade till. Att arbeta med händerna hade alltid känts naturligt. Snickare. Mekaniker. Skapa med händerna. Keramiker. Guldsmed. Blommor kunde vara kul. Florist.

Hjärnan backade ett steg. Guldsmed. Skapa vackra saker som skulle gå i arv, generation till generation. Säkert ganska lång utbildning. Men ändå ... Eller kanske sälja smycken.

"Kan jag det?" frågade han sig själv. Kanske, miljön borde passa mig. Kultiverade människor, som uppskattar noggrannhet och kunnande.

"Jag måste nog träna mig i att bli mera social." Kunde han det?

För att få nya perspektiv satte han på sig ytterkläder och gick ut på en promenad. Den schemalagda dammsugaraktiviteten fick vänta.

"Ha en bra dag!" Den unge Bergström såg ut som ett frågetecken i ansiktet när Sjöfararen försvann runt hörnet.

* * *

Här stöter vi på en ny typ av Sjöfarare, som vanligt aningen tillspetsad. Han existerar dock, om än i olika skepnader och grader. Vi kan hitta flera problem i problemet, som i sig inte är alldeles självklart. Här finns ett enormt kontrollbehov, en skenbild av att vara ofelbar, något han bekräftar genom att kritisera andra. Han prioriterar kampen för att få rätt mot arbetsgivaren och motiverar det med en stark känsla för rättvisa. Utan att själv märka det blir hans beteende alltmer avvikande. Världen krymper och sociala

kontakter ersätts av rigorösa rutiner. Med viss sannolikhet kan Sjöfararen stanna kvar i, och fördjupa, detta beteende. Han är en intelligent människa som förmår bygga upp ett tankemönster som passar honom exakt, som täcker alla tänkbara möjligheter.

I rollen som ett slags modern Don Quijote slåss han oförväget mot sin arbetsgivare, trots att ingen längre stöder honom. Ändå blir det en trygg situation. Kampen kan brevlades föras hemifrån. Kvarnarna mal långsamt och, framförallt: Han kan motivera för omvärlden varför han inte har något arbete:

”Du förstår, det här är inget man gör i en handvändning. De ska få veta vem de trampat på tårna. Jag har lovat mig själv att aldrig ge upp, oavsett ...”

Ältandet kan, om det tillåts fortsätta, bli oändligt. I det här fingerade exemplet går 2Work in med ett effektivt motmedel. Vad vinner du på att vinna? Och vi är inte intresserade av vad du inte kan, utan av vad du kan!

I två enkla meningar förskjuts fokuset, och det utan att klienten har fått det skrivet på näsan. Hjärnan löser i det första fallet en enkel ekvation och i det andra fallet sysselsätts den med något positivt, att utröna personens starka sidor och kapaciteter.

Här finns fyra ord som är användbara: *Identifiera – analysera – acceptera – aktivera*. Den snabbtänkte läsaren har givetvis redan räknat ut progressen av kedjan:

Identifiera

klientens problem. När, hur och varför.

Analysera

problemet/problemerna.

Acceptera

det som varit.

Aktivera

från där klienten står idag och blicka framåt.



15. Therasas långa resa

Mobbad genom hela grundskolan för sin tro. Fortsatta trakasserier på arbetsplatsen. En uppslitande skilsmässa. Drabbad av en fruktansvärd tragedi med dödlig utgång inom familjen. Svår och långvarig sjukdom ...

Tillsynes finns det ingen gräns för alla de otäckheter Theresa Lundmark fått stå ut med. Man skulle kunna tro att allt som hänt borde ha knäckt henne, men mittemot mig sitter en vaken kvinna, en person som utstrålar lugn och framtidstro. Jag har fått förmånen att intervjua henne!

Vi sitter i det största rummet i Euniq'ems lokaler. Det är lugnt här idag, de flesta är på praktik, något som Theresa normalt också skulle ha varit. Just idag besöker hon dock Euniq'em för att tillsammans med Arbetsförmedlingen, Tommy Burman och sin praktikplatsanordnare se vilka möjligheter som finns för en fortsatt anställning på Skråmträsk Kvarn, ett nytt utflyktsmål någon mil väster om Skellefteå. Mötet har precis avslutats.

Inför intervjun har jag vissa farhågor om att samtalet ska bli trögt och konstlat. Oron visar sig obefogad, orden kommer naturligt och rappt!

Hon berättar att hon kom i kontakt med Euniq'em lite av en slump. Tidigare hade hon läst en tid på Medlefors Folkhögskola. Ett antal olika händelser, bland annat en jobbig skilsmässa, hade hindrat henne från att gå färdigt utbildningen som hon verkligen brann för.

Hon lät sig inte nedslås utan förklarar med ett stoiskt lugn:

"Jag sa till mig själv: Det här är bra, Herren har något annat för mig." En rad av omständigheter följde som hon inte själv kunde styra över, företeelser som omöjliggjorde ett återupptagande av utbildningen på Medlefors.

"Jag åkte in i väggen", säger hon, inte bittert, utan sakligt.

"Bra var ändå att jag bestämt mig för att åka till Stockholm till något som kallas Arkens Själavårdsdagar. Resan skulle ske en kort tid senare. Strax innan jag åkte fick jag besked från Försäkringskassan att jag skulle få börja på 2Work, dagen efter att jag kommit hem från Stockholm. Dagarna på Arken blev omvälvande. Framför allt den sista dagen, alldeles i slutet, när det kändes som om något lossnade inom mig. Likt något klibbigt och ont slets det ur mig och efterlämnade bara ett gudomligt lugn.

Jag satte mig på bussen hem till Skellefteå och kom hem klockan fem på morgonen. Jag sov ett par timmar hos en väninna för att sedan träffa Tommy Burman klockan tio på morgonen." Hon tystnar ett ögonblick och tänker efter.

"Efter en liten stund stod det klart för mig: Det är meningen att jag

ska vara här! Ännu bättre blev det när själva kursen drog igång. Vi var bara kvinnor i gruppen, likasinnade, alla med en egen historia. Det kändes fantastiskt, jag som sökt den här sortens gemenskap så länge utan att lyckas. Här fick man verkligen prata klart, ta in hela livet och det kändes tryggt.”

När jag frågar henne vilka förväntningar hon hade på 2Work, funderar hon lite innan hon svarar:

”Egentligen hade jag inga förväntningar. Jag hade bestämt mig för att vara ärlig och berätta hela min historia. Det kanske låter löjligt, men när jag såg att Tommy satt i rullstol kände jag att det här är någon som fått gå igenom karusellen, en som kan förstå.”

Vi fortsätter prata och går tillbaka till tiden före 2Work. Hon radar upp den ena episoden av mänskligt lidande efter den andra. Ord som ”Verkligheten slog emot mig med en våldsam kraft, ... kunde inte ta upp allt, trodde jag var allvarligt fysiskt sjuk, ... hade minnesluckor. Ångest över att jag inte påverkat situationen gjorde att jag inte litade på mitt omdöme”, avlöser varandra.

Efter en stund har jag svårt att ta till mig vad hon säger; hennes historia berör verkligen. Redan i ett tidigt skede la jag ned pennan. Detta blev för privat, och mitt syfte var att skildra hennes intryck av 2Work. Jag hoppas ändå att hon sätter sitt livsöde på pränt, vi som klagat över vardagens förtretligheter borde få läsa vad hon gått igenom ...

Vi skiftar spår och kommer in på hennes nuvarande situation. Theresa berättar att hon sökt drömjobbet hela sitt liv. Ett arbete där
"... man får stimulans av att vara kreativ, komma med egna idéer.
Jag tror att praktiken var ett bönesvar, Gud kommer aldrig försent."

Hon har en förmåga att uttrycka sig på det sättet. Hennes egna prestationer förringas, det är Gud som hjälper.

"Erik (en av de två som äger företaget hon praktiserar på) kom hem till mig, knappt en vecka innan jag skulle ut på praktik. Han frågade vad jag skulle göra under hösten och berättade att deras företag, Skråmträsk Kvarn, hade massor av uppslag och idéer som skulle testas och att jag var välkommen att börja hos dem."

Jag frågar om hon upplever att hon själv och också omgivningen förändrats efter 2Work.

"Livet känns tryggare. Jag får vara en människa, inte en varelse i ett system. I 2Work fick jag vara bräcklig, något som faktiskt stärker en som person. Barnen har länge önskat ett jobb till mamma. Ett av skälen är att de då får vara längre på fritids. Ännu viktigare är att barnen kan ge ett svar när kompisarna frågar vad mamma jobbar med. Själv kände jag redan efter den första dagen att det här är nästan för bra för att vara sant!"

Jag ber Theresa nämna tre faktorer/verktyg som hon anser "sticka ut" lite extra i 2Work.

"DiSC och Joharifönster gav många givande samtal", konstaterar hon.

"Samtalen är viktiga. Både med handledarna och med resten av

gruppen. Man lärde känna varandra och sig själv djupare. Och sen tipsade vi varandra om olika jobb som kunde passa.”

Jag frågar henne om det finns teman hon önskat mer av eller om något kunnat vara annorlunda.

”Återträffarna blev lite konstiga. Alla kom inte, och det hade varit roligt att veta hur det gått för dem. På Scandic dök bara ett par stycken upp.”

”Och om vi ser det från den positiva sidan: Varför tror du 2Work lyckas så bra?”

”Det bygger på medmänsklighet. De som jobbar här är engagerade och bryr sig. De vill verkligen hjälpa. Inte på samma sätt som samhället i övrigt där det bara handlar om krav. På Euniq’em har man ansträngt sig för att få det hemtrevligt. Man känner sig privilegierad när man får vara här och får chansen att komma tillbaka. Jag mötte en handläggare på Försäkringskassan. Hon hämtade mig i receptionen och visade in mig i ett bås. Sedan gick hon själv in genom en annan dörr, låste om sig och satte sig ner bakom någon sorts skyddsglas. Jag fick känslan av att ha hamnat i häktet. Det blev inte bättre av att det första hon sa var:

”Och vad ska vi göra med dig då?” Det var som om jag var kriminell.”

Vi avslutar intervjun och jag skjutsar Theresa till Skråmträsk. Hon sjuder av energi och orden bubblar fram. Färden tar slut alldeles för snabbt. Jag hade kunnat lyssna länge till. När jag lämnar henne vid Skråmträsk Kvarn får jag en liten rundtur där. I en underbart genuin miljö med pietetsfullt renoverade maskiner som trängs med

cafébord förstår jag att Theresa hittat rätt. Här finns verkligen en miljö som andas kreativitet och framtidstro!

Det hade börjat skymma när jag lämnade Skråmträsk. Koncentrationen låg inte på topp, mötet med Theresa hade satt spår, djupa spår. Trots allt hon varit med om andades hon inte ett uns av bitterhet, hon varken kritiserade eller klandrade. Inte ett ord av självömkan, bara tacksamhet. När jag kom ut på E4:an hade det hunnit bli helt mörkt. Nej, kanske inte helt mörkt ändå. Theresa hade lämnat lite av sin godhet i bilen. En aura av ärlig och äkta omtanke, som jag hoppas ska bli länge kvar. En urkraft, som aldrig låter sig tvingas ner på knä, oavsett vilka vidrigheter livet tvingar oss genomleva. En känsla av att alla, även en späd, bräcklig kvinna, kan förflytta berg!

Och hur gick det med mötet med Arbetsförmedlingen, som jag skrev om i början? I mina ögon gick det utmärkt! Parterna var överens om vilken typ av stöd som skulle sökas, om tidsplan och om hur stöttning under den första tiden skulle gå till. Alla fick möjlighet att säga sitt, inte minst Theresa.

Trots att det formella beslutet inte är taget i skrivande stund, tror jag att Theresa går mot en ljus framtid, något hon verkligen förtjänar!



16. Flugan på väggen

Under denna rubrik har jag samlat lite smått och gott, som inte riktigt passar in i övriga kapitel. Valet av rubrik syftar till att jag som passiv åskådare trivsamt ofta glöms bort och, likt flugan på väggen, kan se och lyssna relativt ostört. Det är fascinerande, gripande, irriterande, roligt etcetera. Vissa möten biter sig fast i sin helhet, andra lämnar avtryck i form av några enstaka ord. Oavsett vilket berör det/de.

Under dokumentationen av 2Work har jag samlat på mig en hel del citat. En del är underfundiga, några är burdusa och andra kan vara hjärtnipande. Många andas också framtidstro.

I de flesta fall har jag valt att inte göra någon hänvisning till tid, plats eller person. Citaten talar för sig själva.

"... men först måste jag begripa att jag var nere i källaren. Sedan måste jag hitta trappan. Då föll jag ner. Först då förstod jag att jag måste hitta lysknappen ..."

"Hur står det till med myndigheternas helhetssyn?"

"Stör jag? Jag vill bara säga att jag kom in!"

"Samhället tar inte emot människor som uppträder annorlunda."

"Det föds något som man inte tror att man har."

"... nu är jag inte längre rädd!"

"Jag tillåter mig att må dåligt till ett visst klockslag."

"Hur många tror du misslyckas?" "Vet du, jag tänker aldrig så."

"Vad vill du ta med dig från din personliga historia?"

"Respekt!"

"Man kan nå resultat på olika sätt."

"... möta människor som de är ..."

"... utbränd. Kom inte ens ihåg vad barnen hette."

"Har man rätt inställning går det mesta!"

"Jag utgår alltid ifrån mig själv."

"Olika är inte fel!"

"Vad ger du hjärnan för näring?"

"... livets referensbank."

"Varje människa bär på något unikt."

"Min belöning är att se när någon lyckas!"

"Vi har behov av att pröva nya erfarenheter innan vi 'köper' dem."

"Jag är förvånad över att jag minns alla namn!"

"Satsa på ungdomen i stället för på oss."

"Det känns bra att veta att det finns fler i samma situation som min."

"Innerst inne tror jag barnen skäms över mig."

"... lärt oss att alla afrikaner är analfabeter. Åttio procent kan i själva verket läsa."

"Indierna utbildar tre millioner akademiker per år."

Om Skelleftesjukan: "Se upp när folk lägger huvudet på sned."

"... man ältar och ältar, fast man vill inte älta."

"Hur känns det?" "Otroligt skönt att ha något meningsfullt att göra."

"Thomas Edison gjorde 9.000 försök innan han fick glödlampan att fungera. Vad var han geni på? Tålmod."

"... ju mer ja tänk efter, ju mer tur har jag ..." Ingemar Stenmark

"Moster spikade upp våfflor på väggen. De var konstverk för att Lovisa ätit på dem."

"Det här ögonblicket är unikt! Och det här... och det här ... och det här ... "

"... att möta verkligheten som den är, utan förväntningar. Inte som du vill att den ska vara."

"För att komma vidare måste man kanske överge något."

"... praktik, inte social träning, utan träning i att arbeta!"

"Jag har fått ett annat tänk sen jag började här."

Tommy Burman i enskild coaching: "Vad orkar du? Vad säger beslutet?"

"... man stänger av och spelar död ... "

"Det här var rätt för mig. Rätt tid, rätt grupp, rätt på ... "

Möte med handläggare

Jag följer med Tommy Burman på en avrapportering av "det lilla formatet" (Tommys egna ord). Först går man igenom klientens historia tillsammans. Det talas om "anpassade tjänster", om vilka initiativ som tagits från arbetsgivarens sida.

Min uppfattning är att här saknas inte empati. Båda försöker verkligen hitta en bra och varaktig lösning för klienten. Dessvärre saknas alternativ på den tidigare arbetsplatsen. Personen i fråga har flyttats runt bland ett flertal tjänster, ingen av dem har fungerat.

Ord som "Ingen kontakt med psyk" blandas med "Om X inte är med i facket bryr de sig inte" och "X är på väg ut". Konstruktivt bemödar de sig att hitta en väg för att hjälpa. Det finns ingen.

Slutligen enas man om att X fall "ska avslutas på ett värdigt sätt". I klartext betyder det att X sägs upp och att Euniq'em på bästa sätt ska hjälpa klienten vidare.

Jag uppfattar det som om ingendera parten är helt nöjd. Man har fattat ett beslut enligt de förutsättningar som finns. Ett beslut, där den lilla människan åtminstone till en början kommer i kläm. Det är dessvärre den verklighet vi tvingas lära oss leva med i en tid av besparingar och ökade krav på våra medborgare.

Efter mötet säger Tommy att det trots allt är bättre med ett rakt besked.

”Det ger oss klara direktiv, vi kan börja jobba och klienten vet var han eller hon står. Givet att det inte är helt smärtfritt. I det här fallet handlar det rätt mycket om en skev självbild. X skattar sig själv betydligt högre än omgivningen gör. Det gör att X kan falla ganska hårt ... X är inte den första och säkert inte den sista. De allra flesta som vi jobbat med har hittat nya karriärer. Många har dessutom vuxit under resan.”

En annan handläggare

Idag har jag förmånen att sitta med på ett trepartssamtal, det vill säga ett möte med klienten, beställande myndighet (i det här fallet Arbetsförmedlingen) och en representant från Euniq'em, Tommy Burman.

Efter lite småprat inleder Tommy med en kort resumé. Några formaliafrågor.

”Du hade bra kontakt med NN”, konstaterar Tommy och åsyftar arbetsledaren på klientens praktikplats.

”Synd bara att de inte tar emot några nya”, säger klienten. ”De har anställningsstopp. Det gäller även för vikarier.”

Jag förväntar mig att de andra två ska ta beskedet som en kalldusch. Det gör de inte. Ett kort meningsutbyte om den hårdnande arbetsmarknaden följs av en konstruktiv diskussion för att hitta nya lösningar.

Finns det andra, likartade, arbetsplatser? Blir det för stressigt?
Samtalet förs verkligen mellan alla tre parterna. Man låter klienten säga sitt, avbryter eller forcerar aldrig. Kommer med förslag. Lyssnar. Ger hopp.

"... kommer mycket från regeringen."

"Ta klivet. Hitta ett helt nytt varaktigt jobb."

"Tänk efter. Ta dig tid att fundera. Det behöver inte ske i en rasande fart."

Funderingar väcks kring utbildningsalternativet, något som klienten i första skedet ratar med motiveringen att den ekonomiska situationen omöjliggör att ta studielån.

Snabbt förklarar Arbetsförmedlingens representant att det inte behöver vara en nödvändighet. En stor mängd arbetsmarknadsutbildningar har släppts, fler väntas efter årsskiftet.

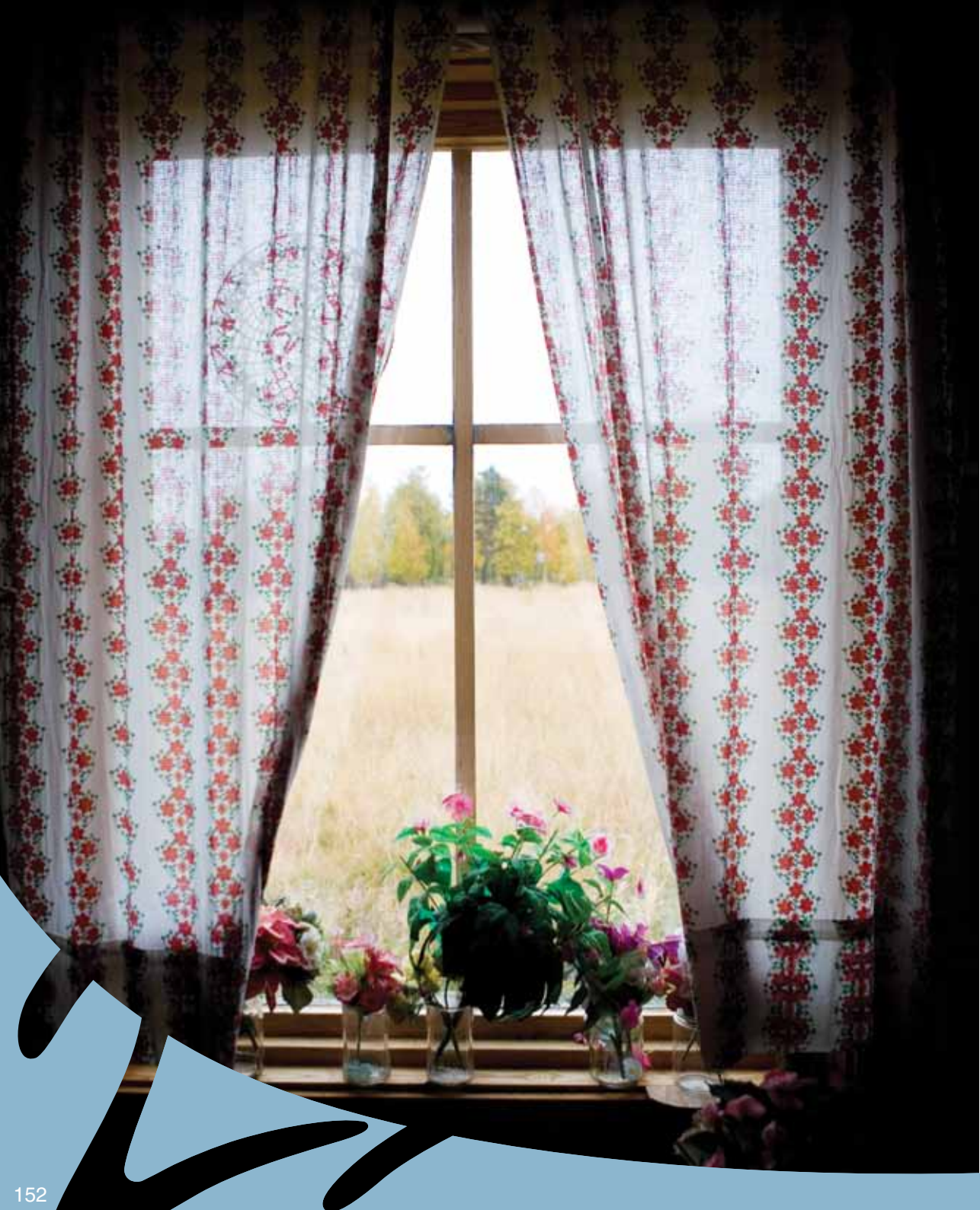
"Kanske ska du bryta här? Ta chansen till en ny start ... Våga lyfta blicken och vidga ditt kunnande." Här kommer sedan en tydlig information om olika vägar att gå. Studiebesök på olika linjer. Möjlighet att "gå bredvid" ute på företag för att kunna bedöma om arbetet är lämpligt. Bidrag för resor och boende om utbildningen förläggs utanför hemorten.

"Dessutom har du ju dina tidigare kunskaper kvar", fyller Tommy i. Mötet avrundas med några praktiska spørsmål. Man beslutar att klienten ska få tid på sig att fundera och under den tiden få fortsätta på sin nuvarande praktikplats.

Trepartssamtalet har förts i en positiv ton. Sakligt, men i omtanke om klienten. Man lägger stor vikt vid kommunikation. Tydlighet. Har alla verkligen förstått? En extra koll gällande datum för återträff. Det doftar framtidstro!

I en tid när handläggare på olika myndigheter får klä skott för att de saknar medkänsla måste jag verkligen berömma "vår" handläggare. Tydligast framkommer nog det av det sista ordet jag skrev med stora bokstäver i mitt noteringsblock:

EMPATI



17. Kalla fakta

2Workmetodens syfte:

Över 80% av deltagarna med en sjukskrivningstid över 6 månader skall ha ett arbete, praktik eller studera efter projektets slut. En metodbeskrivning skall tas fram där 2WORK:s handläggning och verksamhet beskrivs. Beskrivningen skall vara applicerbar på alla övriga instanser i hela landet.

Målsättning:

Ett professionellt bemötande som stärker den egna förmågan. Hur man genomför tidiga insatser som: jobbcoaching, flexibel handläggning och individuella insatser, samtidigt som gruppaktiviteter genomförs. Ökad samverkan mellan offentliga aktörer och förkortade sjukskrivningsperioder.

Verktygslådan:

2Work är ett yrkesförberedande koncept, som Euniq'em arbetat fram utifrån medarbetares egna erfarenheter och en tro på människan och dess utvecklingspotential. Hörnstenarna i metoden är följande:

Ett salutogent synsätt – Vi ser till det friska hos deltagarna. Genomgående för detta arbete är att det kognitiva synsättet återspeglas i en helhet av att känsla – tanke – handling följs åt.

Medläkning – Att spegla sig med andra som har eller har haft liknande problem.

Mental träning – Att skapa positiva målbilder utifrån den egna plattformen.

Humor – Att träffas, trivas och skapa en självdistans.

Kommunikation – Övningar som ger en aha-upplevelse och som skapar en framtid för individen.

DiSC - beteendemönster – Vi är alla olika och olika är inte fel, bara olika. Vi utbildar i de fyra klassiska beteendemönstren och skapar ökad förståelse för alla människor, våra handlingar och kroppsspråk.

Individuell personprofil – En profil som stärker och ger individen klagörande vägledning för arbetslivet.

Digital story telling – ett unikt sätt att presentera sig.

Paradimskifte – arbetsmarknad i förändring med Astrid Stålberg.

CV – Studiehandledning med djupgående information om vad som finns och vilka möjligheter deltagarna har.

Föreläsningar – av medmänniskor som har en historia med utanförskap och som valt studier, företagande eller annat, som kan inspirera och ge deltagarna en bild av hur olika vi väljer att gå vidare i våra liv.

Reflektion – Varje dag avsätter vi minst en halvtimme till tyst reflektion, där alla får ett verktyg över reflektionens kraft och hur den kan påverka framtiden. Det gäller att reflektera och inte upprepa handlingar och arbete som kanske skadar oss alla.

Information – Tydlig och klagörande information från arbetsgivare, Försäkringskassa och Arbetsförmedling. Deltagarna får möta offentliga personer och ges då tillfälle att ställa frågor om precis vad som helst!

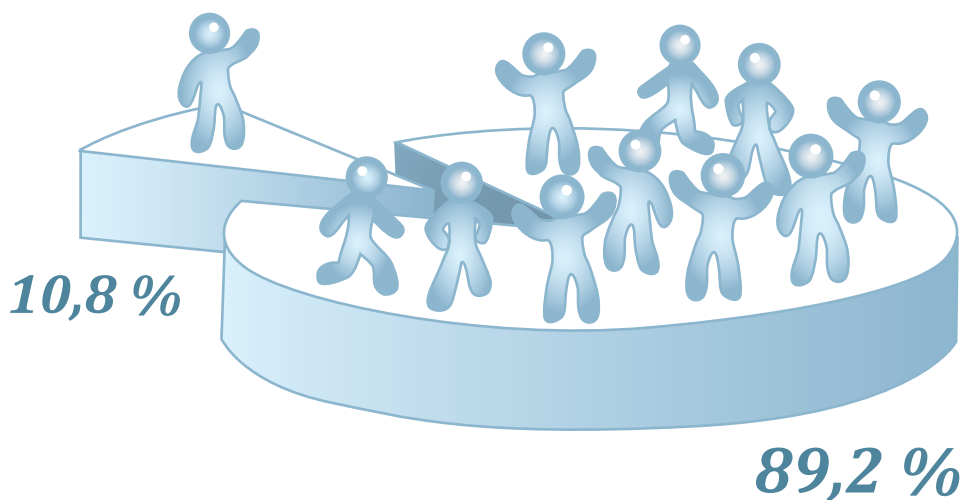
En helhet – Vi följer deltagaren i alla samtal med arbetsgivare, personalhandläggare och övrig personal, som kan komma att ha ett avgörande för deltagarens framtid. Vi ansvarar för handlingsplaner och för att samtliga skall ha en framtid utifrån sin egen förmåga och önskan. Ingen lämnar 2Work utan en plan inför framtiden!

Klarspråk - Öppenhet - Tilltro - Tillit

Fyra ord som sammanfattar vår syn på hela arbetet med dessa underbara människor. Allt detta sammantaget med en mycket planerad teambuilding, där vi strävar efter trygghet i gruppen och en öppenhet gentemot varandra och oss handledare. Ur denna plattform skapar vi medarbetare som väljer att återgå till arbetet, studier eller ett helt nytt jobb!

Stora framgångar med 2Work!

89,2 % – alltså nästan 9 av 10 långtidssjukskrivna eller arbetslösa, har gått till arbete, praktik eller studier efter utbildningen 2Work.



Värna den lilla människan i den stora jobbsatsningen!

EU:s politik för regional utveckling har som målsättning att bidra till ekonomisk och social sammanhållning inom EU för att minska regionala skillnader och ojämlikheter mellan människor.

De åtta programmen för regional konkurrenskraft och sysselsättning i Sverige finansieras av Europeiska Regionala Utvecklingsfonden (ERUF) med cirka 8,4 miljarder kronor under åren 2007–2013.

Cirka 2,2 miljarder kronor av den summan gick till det regionala programmet för övre Norrland. Det ska medverka till 8 000 nya arbetstillfällen och 3 000 nya företag i regionen.

Ett nationellt program i form av åtta regionala planer genomförs samtidigt i Sverige.

Europeiska Socialfonden (ESF) är, enligt Svenska ESF-rådet, EU:s viktigaste verktyg för att skapa fler och bättre jobb i Europa.

Socialfonden instiftades 1957, och den har finansierat projekt i Sverige sedan 1995. Räkenskaperna rymmer över 90 000 projekt och mer än 1 miljon deltagare hittills, så grovt räknat har alltså var sjätte svensk i arbetsför ålder kompetensutvecklat sig inom ramen för ett ESF-projekt.

De åtta regionala planerna finansieras via Europeiska Socialfonden med 6,2 miljarder kronor och ungefär lika mycket från svenskt håll.

Svenska ESF-rådet, som ansvarar för den Europeiska Socialfonden, räknar med att fördela detta belopp mellan cirka 4 000 projekt med minst 315 000 deltagare.

Rådet konstaterar att global konkurrens och nya tekniska möjligheter förändrar kraven på kunskap och kompetens samt, att Sverige ska hantera det faktum att allt färre ska försörja allt fler.

Samtidigt står, enligt rådet, över en miljon kvinnor och män i arbetsför ålder utanför arbetsmarknaden, vilket i sig är en dålig affär för samhället, arbetsgivarna och individerna.

Mot bakgrund av den här utvecklingen stöder Socialfonden projekt som främjar kompetensutveckling och motverkar utanförskap.

Vid årsskiftet 2009–2010 hade Svenska ESF-rådet beviljat 1 395 ansökningar om stöd och bidrag till projekt för kompetensutveckling av sysselsatta och långtidssjukskrivna till ett värde av 3,245 miljarder kronor.

Insatserna så här långt utvärderades, och en kraftsamling för "nyttiggörandet" av satsningen gjordes på en stor konferens i Södertälje i början av februari 2010.

Euniq'em i Skellefteå var på plats. Det lilla utbildningsföretaget har nått stora framgångar i arbetet med att på ett humant sätt, ge människor tillräckligt med ny styrka för att komma tillbaka.

Utbildningen har målsättningen att över 80 procent av deltagarna med utanförskap en längre period ska ha arbete, praktik eller studier efter projektets slut.

65 deltagare har gått utbildningen i de hemtrevliga lokalerna i centrala Skellefteå fram till och med mitten på februari 2010.

- ***58 deltagare (89,2 procent)*** har blivit stärkta att vandra från utanförskap till arbete, praktik eller studier.

- ***5 deltagare (7,7 procent)*** har avbrutit utbildningen på grund av omständigheter bland annat olycksfall och akuta sjukdomsfall, utanför företagets kontroll.

- ***2 deltagare (3,1 procent)*** har avslutat utbildningen av andra skäl.

Det fina resultatet för 2Work, som ligger helt i linje med regeringens jobblinje, står sig bra i jämförelse med både lokala och nationella projekt av samma karaktär.

Skellefteå kommun genomförde ett projekt 2004–2006, där olika modeller av rehabiliteringsåtgärder – Rehabiliteringsprojektet – skulle provas på alla sjukskrivna medarbetare.

181 av 230 deltagare avslutade en aktivitet inom projektets ramar, och vid uppföljningen av projektet konstaterades att 52 procent av deltagarna hade gått vidare till arbete, studier eller arbetsträning.

“Vi var mycket nöjda med resultatet. Målet var 30 procent, och över 50 procent är bra siffror i sådana här sammanhang”, berättar Sofie Pettersson, en av två projektsamordnare för projektet på den tiden, på Skellefteå kommun.

Det riksomfattande projektet Pila – Pilotinsatser för långtids-sjukskrivna till arbete – genomfördes av Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen under åren 2006–2008.

I föl gjorde Försäkringskassan en studie baserad på drygt 108 000 Pila-ärenden på riksnivå.

Den visade bland annat att en fjärdedel (25 procent) hade lämnat sjukförsäkringen ett halvår efter att Pila hade avslutat ärendet.

“Det är klart att vi hade trott på fler, men det visade sig att många varit sjuka länge och hade komplexa diagnoser. Vi lärde oss i alla fall mycket av Pila och det var väldigt positivt”, berättar Cindy Marttiin på Försäkringskassans huvudkontor och tillägger: “Pila-arbetet har inneburit ett strukturerat arbetssätt, och i dag försöker alla våra kontor jobba med delar från Pila-metodiken i rehabiliteringskedjan.”

Personlig reflektion till Kalla Fakta:

Alla procentsiffror – 25, 52 eller 89 procent – är bra på sitt sätt i det här sammanhanget, men allt bra kan alltid bli bättre. Det är nog till och med ett måste, eftersom utvecklingen i Sverige ser ut som den gör i nuläget.

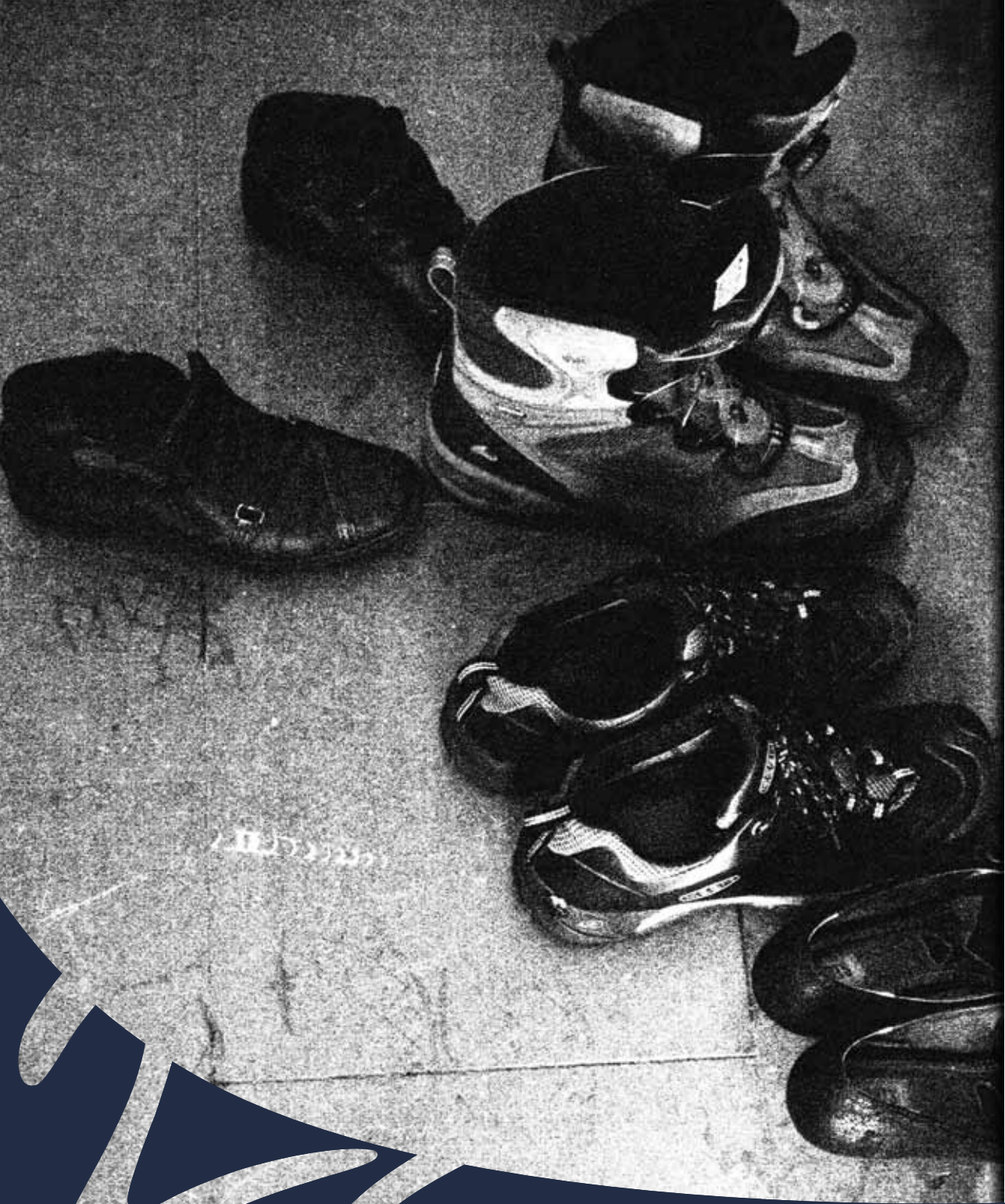
I dag har Sverige en befolkning på drygt 9 miljoner invånare. Ungefär 2,5 miljoner av dessa är ålders- och sjukpensionärer. Drygt 2 miljoner är barn, skolungdomar och äldre studerande. Cirka 1 miljon är människor som är arbetslösa, oförmögna att arbeta av olika skäl eller frivilligt har avstått från arbete. Kvar är en arbetande befolkning på cirka 3,5 miljoner människor, och de förväntas försörja alla andra. Ekvationen går knappt ihop i dagsläget, och inte blir situationen bättre av att andelen pensionärer kommer att öka inom de närmaste åren.

Socialt entreprenörskap, som är en växande sektor över hela världen, kan vara framtidens melodi även i Sverige.

Branschens målsättning är inte välgörenhet. Utan det är att hitta investeringar, som kan lösa olika samhällsproblem och samtidigt ge bra avkastning.

Ge därför fler människor i till exempel utanförskap chansen att delta i framgångsrika koncept! Det kan vara guld värt för alla på sikt.

P-O Sjödin/MedieMakeriet



VAD VAR POSITIVT?

Roligt

Små grupper

Intressanta gäster

Det positiva var att det var en lagom
Belysning av våra starka och svaga sidor

18. Deltagarsynpunkter

Bra blanda unga/gamla

Holländertestet.

Trevlig stab att vara med

Träffa nya människor

Fått nya vänner

Fick nya tips och idéer

Roliga och glada kursledare som gjort
kursen trevlig och intressant

Den sociala kontakten

ALLT

Göra något annat än att sitta hemma

Nya uppslag till jobbsökeri

Det har varit genomgående bra och tänka på ett
nytt/annorlunda sätt mm tydlig information som
dessutom givits i god tid via sms och mailbox

Fick lära sig nya saker

Roliga uppgifter

Mycket schysst personal

Mycket var positivt, en hel del har varit Euniq'ems lokaler,
enkelt och trivsamt ntressant som tex när man skulle välja
bilder, DiSC, tips om när man träffar arbetsgivare, hjälp
med CV, info om studier, Jan Bylund, Pinax mm.

Stimulerande

Lämplig kurs tid (halvdag)

Mycket bra uppgifter

Nya vinklar på arbetslivet

Bra hjälp med praktik

Mytkrossarkvällen var jättekul

Euniq'em i sej var bra

VAD TYCKTE DU VAR POSITIVT

Feedback från gruppledarna
och Nya uppslag till jobbsökeri

Jag kan inte se nåt negativt med kursen

Alla föreläsningar.

Bra ledarskap

*Att våga gå utanför sina ramar/gränser,
Bra att vi fått hjälp och peppning med CV*

Kursen har stärkt
mig som person

Fick praktik på hemtjänsten

Bra feedback

Vill gärna gå längre

Intressant att gå igenom sånt
man aldrig tänkt på
och jag kan heller inte se vad
som skulle kunna göras bättre

Trevlig personal

Mysig miljö på Euniqem

Sammanhållningen i gruppen

Mycket intressant genomgående

Lite annorlunda än att gå på AF Gruppövningar

Bra grupp/er

Familjär stämning

Vi lärde oss om DISC-profilen,
nu kategoriserar man människor
automatiskt

Johari fönster,
alla var bra

*Annat sätt att
tänka, än AF*

Roliga människor

Ledarna bra på att
lyssna/förstående

Bra ledare, ser alla i gruppen, Jag fick gå i äldre gruppen,
känns bra så här, gör ingen skillnad på person efteråt

*Rid rövande praktik
och arbete*

Vissa gruppövningar

Bra grupp, lagom liten

MED 2WORK KURSEN ...?

Gruppen har varit bra

Gruppen, lärarna, personlighets-
profilerna och de flesta lektioner.
Även hjälpen och stödet man får.
Samt att det finns dropin för möten

Jag har fått lära
mig mycket nytt

Bra föredragshållare

Britt-Maries upplysning om CV och annat.

All tid med alla härliga personligheter

Bra undervisning/ledarskap

Lärt känna nya människor både
lärare och kursdeltagare

Jag har lärt mig att
CSN kan ge större lån

Föreläsare från Stockholm

Att börja 8:30 på morgonen, bra med rutiner

Disc profilen

Kommunikation

Inspirerande och
roligt med Astrid

gruppmedlemmarna

Johari fönstret - vi lärde oss om det

DISC-profilern var bra att få
göra. Även CV. Man fick lära se
mer om sig själv.

Vi har haft genomgående bra
i samma sits föreläsare/föreläsningar
som alla haft en röd tråd.

Kul komma ut och träffa andra

Det var OK

Att vi varit i små grupper. Då kan alla få komma till tals

Bra grupp sammansättning

Gratis kaffe på Euniqem Janne Bylund på
MKK. Igenkännande roligt tankeräckande

Frågesport, satellit info m Kurt. Rollspel på SV.

Kul att improvisera och avslappnande och roligt dramatiska

Intressanta ämnen DISC

Joharifönstret Hollandertestet

VAD TYCKTE DU VAR NEGATIVT?

För långa tider

Kan inte minnas något negativt!

Tidiga morgnar

För positivt om arbetsmarknaden.

För lite hårt arbete

Finns inget negativt att säga

Det var snabbt och intensivt,
det var så mycket man ville lära
in på kort tid

Stolarna på Vux

För mkt upprepning

För kort tid för
att hitta praktik

Den här jävla vintern

Att jag varit borta några dagar
och missat en del av kursen

Inte dom roligaste tiderna

HASTIGA BESKED, ÄNDRINGAR

Att vi alla i
gruppen splittras

Inte fått tag i någon
praktik, ännu

Disc-profilerna och Joharifönstret
kändes inte så givande för mig

Mer pauser

3 v för kort tid
annars tycker jag inte
att det finns nåt
negativt att säga.

Mera föreläsningar
på eftermiddag

Kan inte se något negativt med kursen
och jag kan inte heller se vad som
skulle kunna göras bättre

SAMMANFATTNING / SYNPUNKTER

Såg helt nytt på arbetsliv och utbildning.

Fortsätt i samma stil!

Det har varit en högst intressant resa att färdas tillsammans med mina färdkamrater.

Kursen gav verkligen en spark där bak.

Det bästa var när vi fick lära oss att skriva bra och välformulerade CV:n

Har varit en jättekul tid här på Euniq'em

Jag är helnöjd med kursen. Den har satt igång någonting som legat i träda hos mig och det är bara att spinna vidare på. Jag är mycket gladare och mer positiv idag än jag var för fyra veckor sedan. Ett stort tack till er alla tre, ni är verkligen bra förebilder!

Mer förståelse för andra arbeten än man tidigare haft

På Euniq'em AB har det varit en mkt trevlig och bra tid för mig. Lärde känna nytt folk med olika och spännande personligheter.

Helt okej period. Jag har lärt mig en hel del och haft kul.

Lärorikt och trevligt att träffa nya människor

Jag har lärt mig en hel del, nya tankebanor och vissa nya saker om mig själv. Mitt mål, men framförallt vägen till det, har blivit lite klarare.

Det har varit roligt och har träffat många underhållande & trevliga personer. Vissa saker visste jag i förväg vilket gjorde ett fåtal möten en aning repetitiva. Men på det stora hela har det varit rakt igenom en positiv upplevelse, förutom den stundtals olidliga värmen i lokalen.

En positiv kick!



19. Tre berättelser

Jag bad de tre som står bakom 2Work, Anna, Lovisa och Tommy, att skriva en berättelse om vilka var och en är, som ett led i att förklara 2Work-metodens exempellösa framgång.

Som jag ser det är nämligen deras sätt att vara, att tänka och agera en mycket stor del av 2Work. De är helt olika varandra, men det är sannolikt därför de lyckas. Likväl som att kören behöver bas, alt och sopran fordrar ett komplext program som detta olika förmågor och olika "tänk".

Vad alla tre har gemensamt är en genuin känsla och ett brinnande intresse för människor, de *kan* människor. Därför tyckte jag att det skulle vara intressant att de berättade lite om sig själva.

Lovisas historia

Jag föddes i Arjeplogs kommun för snart femtio år sedan. I väglöst land framlevde jag mina första år, utan rinnande vatten och med utetoa. Tillsammans med farfars och en familj till drev vi en liten bondgård.

Snart blev det flytt till Skellefteå för att börja skolan, och dessutom fanns här rinnande vatten ur kranen. Några år senare drogs varmvatten in. Yes! snacka om bekvämt.

När jag tänker efter saknade jag nog inte det där rinnande vattnet, varmt eller kallt. Att få uppleva en otroligt fri barndom kan jag i efterhand ranka nog så högt. Närheten till skogen, där man kunde plocka bär eller bara vara. Ta hand om korna, fiska eller baka tillhörde de vardagliga bestyren. Sysselsättningar som frammanar luktförnimmelser än idag ... Eller skidåkningen under vintern med massor av snö.

Ibland kunde man verkligen tala om livets hårda skola. Enda lekkamraten jag hade där vi bodde var en nästan tio år äldre pojke, det blev lite tufft iblandTänk dig att som femårig flicka stå i fotbollsmålet när utespelaren hade fyllt fjorton år! Att gnälla lönade sig inte, och jag blev i alla fall en duktig målvakt.

Diskussionerna med de vuxna tillhörde vardagen, min röst fick också höras. På det hela taget var min uppväxt fylld med "du kan" och "du räknas".

Att alltid få vara med och träffa olika typer av människor har nog lagt grunden till att jag försöker att se på andra utan att döma och värdera deras person. Man vet aldrig vad som döljer sig bakom fasaden.

Jag har alltid försökt att göra mitt bästa, kanske lite för mycket ibland. Ett problem har varit att jag inte kunde säga nej
Resultat: Javisst, jag fixar! Detta ledde till att jag så småningom slutade sova. Sov i snitt en till två timmar per natt i ett års tid, absolut inget jag kan rekommendera. Resultat: Sjukskrivning år 2000.

Första åren orkade jag ingenting, satt på ändan i tre år och gjorde ingenting. En tuff tid; att inte orka det minsta, att inte minnas någonting var fasansfullt. Att läsa tidningen, en bok eller annan information blev rätt meningslöst, när jag inte kom ihåg vad som stod från en mening till en annan. Jag glömde till och med bort namnen på mina egna barn! Katastrof! Trodde jag led av Alzheimers, men en läkare tröstade mig med att så var nog inte fallet, en liten tröst.

Väl inne på det fjärde året kände jag att detta inte går, så här kan mitt liv inte se ut, vad gör jag? Hade haft en dröm rätt länge, att få promenera i en bokskog. Vi, min man och jag, bestämde oss för att åka till Skåne på semester den sommaren. Ok, tänkte jag, nu försöker jag promenera fem minuter varje dag. Sedan utökade jag till tre gånger fem minuter per dag. Kan ni tänka er; tre månader senare gick jag i bokskogen EN HEL DAG! Det gick. Sedan dess har jag hela tiden försökt att hitta nya vägar där min kropp ska fungera. Diagnosen jag har är "kronisk värk", och det är inte lätt att få kroppen att fungera som hjärnan vill, men skam den som ger sig. Det gäller att aldrig ge upp, att alltid försöka se nya möjligheter, att vara närvarande i det jag gör och det andra gör. Jag lär otroligt mycket av andra. Att man inte skulle kunna lära sig av andras misstag anser jag vara fel. Det kan man visst, bara man lyssnar!

Svårigheten är idag att jag påverkas av media, så här ska man träna, äta och gud vet vilka tips man får. Att påminna mig själv om att det här är min resa och inte någon annans är nödvändigt, men inte lätt.

The tale of Tommy

Jag är uppvuxen i en ganska traditionell svensk industri-arbetsfamilj på femtiotalet i en villa på Vitberget i Skellefteå. Har två bröder, hade och har ett stort idrottsintresse, något som också farsan i viss mån delade. Inte på det sättet att han skjutsade en på träningen – trunken fick man vackert släpa med sig till fots – men vid högtidliga tillfällen kunde det hända att han såg någon match.

Berömmet kan nog inte kallas översvallande utan lät snarare:

”Hä gick ju bra men nog kund du ha gjort si eller så ...”

Idag kan sådant tolkas cyniskt, men jag tror att detta låg i tiden.

En tämligen trygg barndom, med hygglig familjeekonomi.

En pappa med förkärlek för kroppsarbete, en mer tänkande mamma. Något större utbyte av åsikter förekom inte. Grundskolan gick bra och idrottsintresset höll i sig, både med hockey och fotboll.

Sedan blev det fackskolan (dagens gymnasium), och här dök plötsligt min senkomna pubertet upp. Intresset för tjejer vaknade, jag var usel i skolan, eller mer rätt: Jag var aldrig där. Betygen rasade ...

Värvades av ett lag i Sundsvall (eller tvingade mig på ...) och flyttade söderut. Där fick jag jobb på Sidsjöns mentalsjukhus,

på den tiden ett ganska känt mentalsjukhus. Här öppnade sig en bisarr värld, som jag inte hade en aning om. Jag hade de egenskaper som uppskattades inom vården på den tiden, det vill säga jag var stor och stark.

I början fick vi som vikarierande skötare ställa upp oss i rad. En överskötare mönstrade oss och valde oemotsagd vilken avdelning var och en skulle jobba på. För min del blev det Specialen, en låst högriskavdelning, som idag kan jämföras med rättspsyk. Där ser man vad god fysik kan ställa till med!

Specialen liknade inget annat jag sett, knappt ens hört talas om. Här satt människor, enbart män, inlåsta för grova våldsbrott, som klassats som för sjuka för att sitta i fängelse. Här kom jag från trygga Skellefteå och fattade ingenting! Ändå blev jag efter några dagar accepterad av både patienter och skötare, även om det föregicks av en hel del provokationer från båda lägren.

Jag trivdes med att jobba inom psykiatrin. Att bli uppskattad kändes bra, och man uppmanade mig att söka skötareutbildning, en tvåårig kurs, där landstinget betalade lön under tiden. Av olika skäl tackade jag nej. Det hade hänt saker inom familjen och jag ville hem.

På sjuttioalet fanns det gott om arbetstillfällen i Skellefteå. Det blev jobb på ett industriföretag, sedan annat. Sjuttiotre

träffade jag en tjej, som kom ifrån en familj där alla barnen hade studerat. Självt körde jag lastbil och göt cement-brunnar.

"Du som är så smart skulle börja läsa", tyckte hon. Kanske sa hon det som uppmuntran, kanske berodde det på att jag ganska ofta slog henne i frågesport.

"Du som inte är händig borde läsa", sa hon också. Orden lät lockande, men samtidigt hade jag dåligt självförtroende efter misslyckandet på gymnasiet.

En av flickvännen uppspelad parodi på hur jag skulle se ut som fyrtioårig lastbilschaufför (träskor, hängbuk och flintis baki huvudet) fick pendeln att väga över.

Flickvännen tog reda på allt som behövdes, om att läsa på folkhögskola och annat. Hon till och med satte samman ansökningshandlingarna. Jag bara skrev under och satt snart i skolbänken på Edelviks Folkhögskola.

Smolket i bågaren bestod i att min far gladde sig åt att jag kört lastbil i lumpen och nog trodde att jag valt den banan, ett riktigt jobb i hans ögon. För att beskriva hans uppfattning om utbildning ska jag berätta följande historia:

Till Valborgshelgen brukade vi alltid få lite extrapengar. Farsan, som normalt höll hårt i börsen, gillade smällare och tyckte att ungarna borde få ha sådana. Ett år kom jag plötsligt på att jag vuxit ifrån det pyrotekniska och investerade mina extra fick-

pengar på ortens bokhandel. Lite stolt över att ha tagit mina första vuxenpoäng visade jag inköpet för farsan. Han rynkade pannan och sa sammanbitet:

”Har du gått och köpt en bok?!”

Trots farsans utbrott blev det ändå Edelvik i dåvarande Burträsk kommun. När jag gått där ett tag sökte jag upp Lino Locatelli, då en kändis i Skellefteå, som sysslade med ungdomsgårdar, en stor grej på den tiden, för att höra om de behövde några kvällsledare.

Han ringde två veckor senare, och jag fick börja jobba på timtid på Cg:s, Centrumgården. Jobbet var givande och gav dessutom lite extra pengar.

Burträsk kommun skulle vid den här tiden gå upp i Skellefteå kommun, något som gjort att Burträsk's kommunkassa tömts på tillgångar. De hade investerats i diverse mer eller mindre viktiga projekt, däribland en ny ungdomsgård som stod helt tom.

En förfrågan om jag ville sprida lite kunskaper och kultur från Cg:s till Burträsk ledde till en ny timanställning. En fantastiskt rolig tid inleddes nu. Skellefteå kommun ville visa sin välvilja gentemot den nya kommunorten och beviljade generöst med bidrag till nästan allt vi pekade på, något som gjorde att vi slog besöksrekord på besöksrekord på nästan allt vi gjorde, från

barnaktiviteter till skoldanser.

Skolarbetet flöt också på bra, kanske till viss del beroende på att jag då och då gick i kyrkan, någon gång till och med på kyrkkaffe. Jag har en känsla av att det gjorde ett visst intryck på lärarna i den kyrkliga folkhögskolan. Hur som helst gick jag ut med rätt bra betyg.

Efter Edelvik sökte jag, en del beroende på grupptryck, till fritidspedagoglinjen i Östersund fast jag egentligen tänkt mig sjuksköterskeutbildningen (som jag faktiskt redan kommit in på).

Jag kom också in på fritidspedagoglinjen och insåg att jag inte hade en aning om vad en fritidspedagog gör. En viss föräning fick jag av en av mina kollegors kommentarer: "Ska du som är så fet (jag hade gått upp i vikt under sommaren) springa omkring i trikåer och dansa balett och vara frigjord?"

När jag kom till skolan förstod jag att han, åtminstone i viss mån, haft rätt. Vi var två killar i klassen! En hel del av det som lärdes ut kändes flummigt, men jag hade skaffat mig en politisk medvetenhet på Edelvik, något som nu kom till nytta. Ordförandeskapet i elevkåren gav mig möjlighet att slippa det värsta av triksåfrigjordheten, balett och skapande dramatik. De två åren rasslade förbi. I slutet av den sista terminen ringde morsan.

"Hä finns ett såndena jobb som du håll på å lär dig till i

staaan”, berättade hon.

Egentligen hade jag planer på att flytta till Haninge (kommunen där hade drivit en värvningskampanj på skolan) och skulle nog gärna sett lite mer av världen. Ändå sökte jag till Skellefteå och fick platsen, faktiskt redan innan jag gått ut! I två år jobbade jag på fritids i Sunnanå. På ett sätt var det ganska lätt att lyckas där. De hade inte haft någon pedagog tidigare, och jag kunde rätt fritt komma med nya idéer som mottogs positivt.

Tämligen snabbt blev jag fackordförande för fritidspedagogerna, en roll som jag var både gapig och skrikig i. Jag hade alltid åsikter om Skellefteå kommun, med påföljd att jag ofta hamnade i tidningen.

En pestig augustikväll, mitt under sporten, ringde en högre tjänsteman från socialkontoret.

”Du som har åsikter om allting – nu har du chansen och börja inom socialförvaltningen ...”, sa han. Jag fattade ingenting, men han förklarade att de hade ett vikariat som skulle vara ett par månader. Han gav mig två timmar för att bestämma mig.

Trots att mina kollegor avrådde hoppade jag på jobbet och hamnade igen i en helt ny värld.

Den första tiden gick jobbet ut på att ragga vikarier. Hade i övrigt svårt att förstå vad jag skulle göra och jobbade närmast

i blindo. Ändå sökte jag tjänsten när den utannonserades och fick den (sannolikt för att konkurrensen inte var mördande). Nu hade jag blivit arbetsledare inom socialtjänsten.

Efterhand började jag förstå jobbet och att det gav vissa möjligheter att styra upp verksamheten. Här blev jag kvar i nio år och trivdes förträffligt.

Under samma tid fick jag, tillsammans med psykologen Dan Lundberg, förmånen att arbeta med personallag som kraschat. Daghemmen hade en märklig uppbyggnad med små enheter utan föreståndare, en modell som fungerade ganska dåligt. Den här tiden lärde mig massor om hur människor, framförallt i grupp, fungerar.

Nu bildade jag familj, gifte mig, skaffade barn och köpte radhus. Allt i rätt ordning.

I den här vevan träffade jag Stig-Arne Bäckman (som jag kände lite sedan förr). Han visade mig en del ganska flummiga och rätt förvirrade planer på något som han döpt till Urkraft. För mig verkade det främmande och svårbegripligt. Jag var inte intresserad. Ändå kom han hem till oss, visade skisser och försökte få mig att sluta på kommunen (uteslutet) för att köra Urkraft med honom och två andra. När allt kom omkring var jag till slut beredd att ge Urkraft ett år till att börja med. Dock med tjänstledighet från mitt ordinarie arbete.

Våra två första projekt bestod i att bygga en lunchrestaurang mitt i stan och en innebandyhall. Alltså inga små projekt!

Från kommunen var jag van vid ordning och struktur. En finger-visning om hur det fungerade på Urkraft fick jag när jag frågade efter städerskan och fick veta att sådant gjorde vi själva.

Min egentliga uppgift var att rekrytera ungdomar, men mest uppehöll jag mig på byggena, inte så sällan som springgrabb åt vår "konsult", i själva verket en arbetsskadad snickare, som skulle visa oss hur vi skulle bygga, men i praktiken själv utförde jobbet. Ganska snart fick jag klart för mig att det nog fanns en hel del luft i byggnadskalkylerna ...

Mycket av verksamheten gick på en höft, man löste problemen under resans gång. På något märkligt sätt fungerade det oftast. I början på 1989 öppnade restaurangen – utan någon riktig kock. Den som anstälts visade sig ha helt andra meriter än de som behövdes; han hade stått i en glasskiosk på västkusten! Ändå klarade vi det! Vi serverade lite uddarätter med konstiga namn, som vi letat fram ur veckotidningar, och införde dessutom buffélunch, något nytt för Skellefteå. Redan från start hade vi fullt och fick till och med mota folk i dörren. Under sommaren utökades verksamheten, när Urkraft tog över försäljningen på Vitbergsbadet, en riktigt god affär.

Jag tog långledigt från mitten av juni och lovade lämna besked

om jag skulle gå tillbaka till kommunen eller fortsätta på Urkraft. I det läget hade jag tänkt lämna Urkraft, det blev för hattigt. Betecknande är hur ett av mina barn berättade för kompisarna:

"Min pappa jobbar i köket." Sant, oftast i disken.

"Min pappa tvättar dukar." Sant, i innebandyhallen.

"Min pappa sitter på kontor." Inte särskilt imponerande för sonen.

"Min pappa är chef över godisautomaten!!!"

På många sätt blev det en rolig tid, men jag mådde inte bra av bristen på struktur. För mig kändes det jättejobbigt. Under ledigheten skrev jag ihop en utvärdering som handlade om chefskap och struktur, ett dokument som jag tänkte ge Stig-Arne Bäckman som avskedsgåva. Förvånande nog hade han ungefär samma tankar. Jag stannade på Urkraft i sexton år och är idag väldigt stolt över dessa år.

Dessvärre slet jobbet hårt på oss, för ofta jobbade vi sexton timmar per dygn. Först försvann fritiden, sedan den sociala samvaron med vänner och till sist tiden med min fru. De enda jag ägnade tid åt var mina barn och resultatet kunde bara bli ett ... -94/-95 började jag känna mig trött och dåsig, fick ont på olika ställen i kroppen och orkade inte som tidigare.

Till att börja med skyllde jag ryggproblemen på att jag burit vår yngste rätt mycket. Besökte kiropraktiker ett antal gånger,

till dess han sa att han inte kunde göra mera. Måste lägga mig och vila under arbetstid. Besvären tilltog i olika former; bland annat hade jag svårt att sova borta, en besvärande faktor då vi precis övertagit arrendet av Lövångers kyrkstad, där vi anordnade event som ofta krävde att jag övernattade.

Till sist hamnade jag på sjukhus, egentligen på grund av en infektion i foten. Efter undersökning sa läkaren:

”Det är två saker: Det ena kan jag fixa med penicillin. Det andra är värre. Jag tror du har Skelleftesjukan.”

Någonstans i bakhuvudet hade misstanken grott. Nu blev den bekräftad. Läkaren förklarade att sjukdomen gick att hålla i schack om jag bara bytte lever.

Jag kom hem och berättade vad som hänt för sambon. Chock och gråt. Självt tyckte jag just då att det inte lät särskilt märkvärdigt, ett leverbyte och sedan bli frisk. Ungefär som med en blindtarmsoperation ...

På jobbet hade vi upp över öronen med jobb, alla hade sina uppgifter som svårligen kunde skötas av andra. Självt satt jag med många, och ganska tunga, kort i leken, däribland kontakterna med Arbetsförmedlingen.

Viss panik uppstod, men Stig-Arne löste det genom att jag fick jobba hemifrån. Före den tiden här hade jag aldrig varit sjuk

och visste inte ens hur man sjukskrev sig. När folk pratade om sina sjukdomar tyckte jag att de sjåpade sig. Först när jag hamnade på Universitetssjukhuset i Umeå, där man skulle utreda om jag kunde ta emot en ny lever, började jag inse hur sjuk jag var. Medpatienterna var sjuka, många döende och gamla. Undersökningarna plågsamma. Kort sagt blev det en vidrig tid, med undantag av en kväll när jag, tillsammans med en kvinnlig patient från Skellefteå, lyckades utverka kvällspermis för att gå på bio. Det blev ett pubbesök i stället. Till sist hade alla undersökningar klarats av, och nu inleddes väntan på organ-donationen, en mycket märklig del av mitt liv. Att gå och vänta på ett telefonsamtal är egentligen att bida en annan människas dödsbud.

En ångestfylld tid följde. Två gånger flög jag ned till Huddinge och fick vända, innan operationen slutligen utfördes vid det tredje besöket.

Under den tredje resan söderut njöt jag. Allt jag kunde göra hade gjorts. Följt läkarordinationerna. Talat med min fru. Sagt adjö till barnen.

Operationen gick bra! Så bra att jag hamnade i tv. Jag gick med på att intervjuas av en orsak: Att slippa förklara för alla hemma. Efter fyra veckor på Akademiska i Uppsala, hem, skilsmässa, vi hade glidit isär.

Ville börja jobba, men läkaren förbjöd mig. Först ett halvår senare fick jag inleda arbetsträning, två timmar om dagen. Det blev nog den värsta tiden i mitt liv. Från att ha varit en som alla kände och hade respekt för blev jag nu helt anonym. Den som jag lärt upp på mitt jobb skötte det på ett bra sätt, en aning annorlunda.

Jag behövdes inte. Kollegorna upplevde mig som "pain in the ass". Hela min värld slogs i spillror. Sannolikt för att bli av med mig erbjöds jag att driva ett EU-projekt i Finland. Uppdraget kändes ändå befriande, jag började leva igen. Häftigt.

Det ena projektet ledde till det andra. Under några år drev jag sju olika projekt. Reste mycket. Ryssland, Norge, Finland, Tyskland, Spanien, Italien, England ...

Efter nämnda EU-projekt hoppade jag in på ett projekt för arbetslösa akademiker, som skulle drivas av Urkraft. Många av deltagarna hade väldigt små chanser att få jobb på grund av alltför extrema utbildningar.

Det ställdes höga krav på oss och vi satsade ordentligt. Vi kom in på resonemanget om hur man kan ta vara på människor som är färdigbehandlade men inte friska, skissade på en lösning som vi sedan sålde in till Försäkringskassan.

Vi fick en första beställning på två utbildningar. Min plan utgjordes av att gå tillbaka till EU-projekten och jobba som konsult med utbildningen, men min kollega fick ett nytt jobb med kort varsel och sedan satt jag med allt i knäet. Tiden med de långtidsarbetslösa blev minst sagt tuff, jag fick skippa allt annat, men resultatet blev bra.

Efter sexton intensiva år utvecklades vi åt olika håll, och för min del ville jag gärna fortsätta med långtidssjuka, dock helst i egen regi.

Nu hände något jag aldrig kunnat tänka mig. Utan att veta när det hände fick jag en spricka i knäet. Trots behandling blev problemet bara värre. Snart kunde jag inte gå. Efter otaliga läkarbesök beslutades att knäleden måste bytas. Glad i hågen åkte jag till operationen. Mindre glatt blev det när beskedet om sjukhussjukan i såret nådde mig, och att ingreppet måste göras om. Fem veckor i Umeå ... Ingenting smakade gott, inte ens snus eller öl.

Efter en tidsödande konvalescens kom jag långsamt tillbaka. Då ringde Anna From-Lindqvist från Euniq'em och berättade att Skellefteå kommun hade för avsikt att starta ett antal nya rehabiliteringsvarianter.

Anna visste att jag arbetat med dessa frågor tidigare, och vi skrev ned en modell som inte liknade något annat. Planen lämnades till kommunen och vi fick godkänt att köra igång.

Något som jag tror gör oss unika är att vi alla tre har en livshistoria, som i många fall gett oss en mer ödmjuk syn på livet, något som också avspeglar sig i kontakten med våra klienter. Våra olika historier gör oss trovärdiga. Vi är i högsta grad förändringsbenägna. Våra klienter tas på allvar, vilket gör att vi blir tagna på allvar. Själv gillar jag struktur, en egenskap som de flesta av våra klienter tycker är bra.

Förstås hyllas det inte av alla, jag gillas heller inte av alla, men det köper jag. Vi är tre personer på Euniq'em. Passar inte personkemin hos den ene gör den det hos den andre.



My story - Anna From-Lindqvist

När fingrarna når tangentbordet konstaterar jag att de är 53 år gamla. Ibland vill inte dessa rynkiga tio skriva något om mitt liv. Denna text har som en födelse värkt fram. Här är min historia:

Jag föddes i Sorsele, ett fantastiskt samhälle i Västerbottens inland. Vindelälven rinner genom centrum, vild och oreglerad. Det var min uppväxt också. Som den yngsta av sex barn fick jag av förklarliga anledningar fritt spelrum. Det kunde vara att åka slalom, busa och spionera på sina syskon.

Speciellt intressant var det när någon av motsatt kön kom på ett sent nattbesök. Vid två års ålder flyttade vi till Storuman, och därifrån har jag många underbara barndomsminnen.

Min far var en skogens man, och min mamma var hemmafru till dess jag var fjorton år. Då deklarerade hon för oss att nu skulle hon minsann studera och det i Umeå. Pappa stöttade henne och bjöd på hemlagad mat i form av älgkött i alla de former under tre år. Till köttet hade han sin speciella "trekombination" – peppar, salt och paprika.

Mina syskon for ut i vida världen, och en av dem kom hem från London med rullskridskor. Pappa hade med sig en docka från Amerika. Jag satt för det mesta i vår trapp och såg en massa människor komma och gå. En del luktade det skog om. Den där speciella doften av barr, tjära och öppen eld. Min barndom var lycklig och där stannar mina specifika minnen, jag har den där känslan av att jag mest "var". Uppslukad av någon detalj eller mina leksaker. Något samband eller framtida konsekvenser fanns inte i mina tankar.

Visst kan man åka störtlopp på bilvägen som går upp till slalombacken i mörker, hoppa sex meter från trampolinen, sjunka ner till den kalla botten och sakta stiga till ytan. Hänga i knävecken på lekparken för att sedan svinga sig runt till stående utan att använda händerna, fastän man bara är 8 år.

Lite vilt och tryggt. Därefter flytt till Lycksele och sedan Skellefteå. Två år i Stockholm på Bosön IFHS – en av landets bästa skolor. Efter avslutad utbildning fast jobb och sedan barn. Med en nyinköpt Volvo var Svenssonlivet nästan komplett. Men mitt älskade första barn föddes med funktionshinder, ett ryggmärgsbrock. Älskad mer än mitt liv kämpade vi ihop hela 20 år. Mikael, som han hette, var en smart och rolig ung man när han stilla somnade in på ett elevhem i Umeå. Under hans unga år känns det som om jag tillbringade mera tid på intensiv-en med honom än jag gjorde hemma. Men han klarade allt, och

livets kapten blåste faran över. Han flyttade hemifrån – då kom samtalet. Jag miste en liten anledning att leva. Mina andra tre barn fick se sin bror på patologen i Umeå. Vi grät tillsammans.

Jag kravlade mig upp ur dyn och närmade mig ytan och insåg att mitt framtida liv skall jag inte ångra någonting. Sade upp mig och startade en firma (Euniq'em AB). Marie, Peter och Petra hejade på mig när de såg en mamma som var över ytan. När jag tagit några simtag i livets vatten drabbades vi av ännu en förlust, nämligen Marie, nitton år. Än en gång ett samtal och ingen krisgrupp. Än en gång en vansinnesbilfärd, då ingen krisgrupp orkat sig fram till vår ytterdörr. Peter, klippan i familjen, blev utan att han hade bett om det äldsta barnet. Han höll min hand och så frågade han: Vilka förutom vi har drabbats så hårt?

Hans korta, raka frågor har jag förundrats av. Likaså frånvaron av vuxnas bekräftelse på hans och Petras sorg. Fyra barn, två i himlen och två på jorden. Det kommer ganska snurriga tankar i en mammas huvud då. Den största frågan var att begripa varför just jag levde? Sedan varför jag överhuvudtaget skulle gilla mitt liv? Innan jag drabbades trodde jag aldrig att jag skulle klara av en dag utan mina barn. Inte en minut. Men det gör man.

Jag skaffade mig en inre tvårumslägenhet. I det ena rummet fick jag gråta. I det andra försökte jag vara i nuet. Bägge rummen var för mig viktiga. Lika viktigt att inte stanna för länge i varje rum. Lämna sorgen, vara i nuet. Lämna nuet och

vara i sorgen. Det är den tillvaro som jag har i dag. Mina klippor Peter och Petra sjunger, skriver låtar, har studerat kinesiska i Shanghai, har gift sig och har fortfarande bra frågor.

”Mamma, du har ju fem syskon? Lever alla?”

Jo, men de sörjde för oss alla också. För visst kom de allihop. Städade, lyssnade och tvingade mig på ICA. Mina vänner och anhöriga har kastat ut miljoner livbojar, och jag är tacksam för varje boj. Djupt innerligt tacksam, och efteråt ser jag alla livbojar, det gjorde jag inte i sorgens mörka rum.

Jag tror att alla upplevelser blir ett känslspröt i varje människas sinne. Det sprätter till och man känner igen personen, känslan och framförallt kan man tyst bekräfta varandra. Eller, som Iggy Pop sa (jo han bad att få prata med mig under en fest i Skellefteå):

”Du kan läsa mina tankar.
Dina ögon avslöjar dig.”



Nu, såhär till vardags, år 2010, är jag en mullig kvinna, som helt plötsligt kan peta näsan, dra upp tröjan eller lägga in en snus. Ibland kan jag vara hopplöst förvirrad, men vet ändå alltid värdet av varje levande liv.

Om författarna till Euniq'em-effekten

Det här är Annas bok! Som medförfattare har jag lotsats runt i en fantastiskt intressant och i många stycken okänd värld. Ciceronen har varit Anna From-Lindqvist, flankerad av Tommy Burman och Lovisa Hedenström.

Tillsammans har de berättat och förklarat hur 2Work fungerar, och jag har löpande följt gruppernas utveckling. Alla tre har välvilligt ställt upp och svarat på frågor, något som också deltagarna i de olika grupperna gjort.

Det samlade resultatet har i efterhand lett till en text, som vi gått igenom tillsammans. Efter ändlösa omskrivningar har vi till sist kommit fram till en version vi alla känt oss nöjda med. Den har i de flesta fall inte haft mycket med originalet att göra, en förtjänst som kan tillskrivas Anna.



Några kapitel har jag dock skrivit på egen hand, vilket också framgår av innehållet. Annars har vi åstadkommit texterna tillsammans.

Skellefteå 28/1 2010
Bo Lundgren

Hjärtats ögon

Vid varje människomöte vaknar känslor hos mig. Jag måste själv ta ansvar för alla känslor som ibland väller fram. Se alla emotioner och sätta min egen personliga spegel framför dessa. Upprepa tyst för mig själv. Det är mina känslor, den människa som jag möter har ingenting med mina känslor att göra. Mötet väcker bara dessa till liv. Det kan ibland vara ett ljuvt uppvaknande eller ett mycket bryskt sådant. Men de känslor som mitt möte väcker hos mig är fortfarande mina.

När jag till slut är tillräckligt vaken kan jag med en enkel blick skicka tillbaka vad jag ser. Nämligen en slumrande kraft, ett guld-korn eller en förmåga som sovit alldeles för länge. Dessa känslor har jag en skyldighet att bekräfta. Så kan vi gå ibland hand i hand, eller var och en för sig, men vi går framåt.

*Skellefteå 28/1-2010
Anna From-Lindqvist*



Efterord

Sjöfarare har både reellt och metaforiskt i alla tider upplevts som spännande och meningsbärande. Sinbad Sjöfararen exempelvis framställs i Tusen och en natt som framgångsrik och målinriktad i sin jakt på framför allt pengar. Henrik Sjöfararen, som till skillnad från Sinbad faktiskt funnits, gick däremot, tvärt emot vad namnet antyder, inte gärna till sjöss utan nöjde sig med att organisera och finansiera sjöfarare. I båda fallen är motivbilden rätt klar: vinning, gärna personlig sådan.

Men här återfinns också lite mer djupsinniga associationsbanor. I sin kända dikt: På nyårsdagen 1838, beskriver Erik Gustaf Geijer sjöfararen som en som ensam och i bräcklig farkost vågar sig ut på det vida hav. "Framåt! – så är hans ödes bud ..." skriver Geijer, och dikten illustrerar därmed den inställning som genomsyrar denna bok och dess syn på kursdeltagarna. När Geijer för snart två sekel sedan skrev detta, markerade hans dikt en personlig övergång från en djupt konservativ samhällssyn till en mer liberal. Sjöfararen i sin bräckliga farkost var sårbar i sin ensamhet men hjälp stod att finna. "Intet jag utan ett du" menade Geijer och erkände därmed behovet av lotsning i färden mot målet. Just detta; att våga spänget mot det okända, men också att acceptera att hjälp finns att få i detta företag känns bara så rätt.

I modern samhällsvetenskap beskrivs ofta utveckling som ett konstruktionsarbete. I samspel skapar vi det samhälle vi önskar, i vart fall är det dithän vi strävar. Den här inställningen har än större giltighet för den enskilda människan. Vi försöker som unga skapa oss en framtid, och som föräldrar försöker vi aktivt ta del i detta skapande. På ålderns höst strävar vi efter att förstå vad vi varit med om för att därefter förmedla dessa insikter till i första hand barn och barnbarn, låt vara i något friserad form. Deckarförfattaren Håkan Nesser beskriver denna ambition att se tillbaka och bli nöjd med vad man ser som en plogfåra, som något man åstadkommit.

Dagens samhälle ställer stora krav på sina medborgare. Ansvaret för både framgångar och tillkortakommanden läggs allt mer ut på dessa, eller kanske riktigare; De enskilda människorna förmås allt oftare ta till sig attityden att det förhåller sig på det sättet. Nessers plogfåra syns tydligt i backspegeln men sällan genom framrutan. Bokens sjöfarare kan därmed vila i en fantasivärld där allt tycks möjligt. Självbilden blir lätt magnifik, där känslor av att allt kommer att lösas sig när de "rätta bollarna" kommer tillåts dominera. Det handlar om att göra sig beredd och stå fri. Intelligens och förmåga är det inget fel på hos sjöfararen, och pappans spydigheter rinner av som vatten. När utbildningen börjar smyger sig inte desto mindre osäkerheten på och känslor av utanförskap blir påtagliga. Den egna sårbarheten visar allt mer upp sitt fula tryne och maskerna börjar falla av. De andra kursdeltagarna



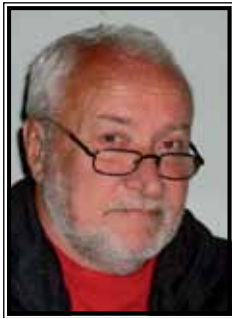
och framför allt kursledningen framstår allt oftare som relevanta speglar för självinsikt. Sjöfararen börjar inse att lotsar behövs om seglatsen skall sluta lyckligt, och att han eller hon faktiskt redan funnit de första.

Känslor är ytterst viktiga inslag när identiteter och meningsbärande handlingsmönster formas. De präglar all utveckling och är ytterst verksamma vid mobilisering av människors egna resurser. Projektledaren Anna From-Lindqvist slår också an denna ton i sin ingress där hon betonar känslor som nyfikenhet och tillitsskapande. Skall man som Euniq'em lyckas med att lotsa och entusiasmera människor till ett meningsfullt liv i sysselsättning, handlar det i mycket om känslor. Som jag ser det innebär 2work-metoden att väsentliga saker händer i det som sociologer brukar benämna "epiphanies", men som jag föredrar att kalla korsvägar.

De kursdeltagare som utgör bokens informatörer har alla erfarenhet av den korsväg som utbildningen har erbjudit. Den har fungerat som ett medel på vägen mot meningsfull sysselsättning, och det är imponerande att kunna konstatera att hela 89,2 procent lyckats med detta. För de flesta har korsvägen inneburit att deras utanförskap brutits och blivit inledningen till något nytt. Den känsla som jag närmast menar att utbildningen lyckats förmedla är hopp och en hel del av detta hopp grundas i nya känslor av tillit och delaktighet. Känslor av hopp har ersatt känslor av hopplöshet, alternativt verklighetsfrämmande

optimism, och därmed skapat en förväntanshorisont, där en hel del faktiskt kommer att visa sig bli möjligt.

2work-metoden erbjuder en fungerande blandning av något unikt och något beprövat. Den s.k. DiSC-modellen har exempelvis visat sig fungera runt om i världen, samtidigt som den, när den tillämpas av Euniq'em präglas av närhet och empati, av sin lokala kontext. Bosse Lundgren har med växande intresse följt den utbildning som företaget bedrivit och funnit ett ökat hopp om framtiden. Jag kan bara instämma i detta. Att måna om människor ut i fingerspetsarna, som en kursdeltagare uttryckte saken, leder i vart fall mina tankar i den riktningen.



Lars Dahlgren

*Professor i sociologi
Umeå universitet*

