Erfaringsopsamling 2025

Erfaringsopsamling i henhold til rammeaftaler for udsatte voksne over 30 år, sygemeldte og unge med udadreagerende adfærd
Fonden Incita, september 2025

Velkommen

Hvem er Fonden Incita?

Incita er en erhvervsdrivende fond (nonprofit), der arbejder for formålet at integrere mennesker på arbejdsmarkedet.
Fonden Incita har siden 1966 hjulpet mennesker med at mestre deres udfordringer, så flere kan opnå et aktivt og ligeværdigt liv.

I 2022 fusionerede Incita med Center for Autisme.

I samarbejde med kommuner, virksomheder og civilsamfund leverer Incita – Center for Autisme velfærdsløsninger, der er bæredygtige både økonomisk og socialt - for samfundet og for den enkelte.
Vores medarbejdere er fagspecialister (fx socialrådgivere, ergo- og fysioterapeuter, psykologer mv) indenfor deres felt og motiveres af at gøre en forskel, når fysiske eller psykiske udfordringer står i vejen for en aktiv rolle på arbejdsmarkedet.

Incita – Center for Autisme er en socialøkonomisk virksomhed, der arbejder for at gøre arbejdsmarkedet mere rummeligt – det gør vi sammen med kommuner, virksomheder og civilsamfund. Vi tager ansvar og er med til at udvikle beskæftigelses- og uddannelses området blandt andet ved deltagelse i faglige fora og interessefælleskaber samt ved løbende at udføre undersøgelser, der viser, hvad der virker for at få mennesker til at komme i gang med job eller uddannelse.

Som erhvervsdrivende fond er Incita forpligtet til at geninvestere et eventuelt overskud i fondens formål.

Vi har beskæftigelsesafdelinger i København Aarhus og Ballerup, 3 stu (særligt tilrettelagt ungdomsuddannelse) skoler, et specialiseret rådgivningstilbud om autisme, arbejdsfællesskab for mennesker med erhvervet hjerneskade, beskyttet beskæftigelse samt aktivitets- og samværstilbud for mennesker med autisme og andre funktionsnedsættelser.

Vi samarbejder med en række uddannelsesinstitutioner og virksomheder over hele landet.

INCITA

Målgruppen af borgere

Udsatte voksne

Ledige på kontanthjælp, i ressourceforløb eller fleksjobvisiterede uden job. Mange har psykiske eller fysiske lidelser, funktionsnedsættelser, sociale problemer eller sprogbarrierer. Vi støtter dem i at finde vej til arbejdsmarkedet gennem småjob/lønnede timer og virksomhedspraktikker.

Sygemeldte

Borgere med længerevarende sygemeldinger, ofte med varige helbredsproblemer, der forhindrer tilbagevenden til tidligere job. De har typisk solid erfaring og et ønske om at arbejde trods helbredsudfordringer. Vi hjælper dem med at finde nye brancher og job, hvor deres kompetencer kan anvendes.

Unge med udadreagerende adfærd

Unge med komplekse problemer som psykiske lidelser, misbrug, gæld eller kriminalitet. De henvises for afklaring af uddannelses- og jobmuligheder. Mange ønsker et normalt liv, men er ambivalente over for at forlade kriminelle miljøer og hurtige penge til fordel for stabile rammer og nye netværk.

Positive forandringer hos borgerne som følge af indsatsen

Det er Incitas vigtigste opgave at facilitere de forbindelser, der skaber varig og stabil tilknytning til arbejdsmarkedet. Over det seneste år har vi på tværs af målgrupper set tydelige positive forandringer hos borgere i vores forløb. Forandringerne er opnået gennem en målrettet, vedholdende og koordineret indsats, hvor beskæftigelse, sundhed, sociale forhold og borgerens egne ønsker tænkes sammen i ét samlet forløb.
Borgerne i Incitas forløb har ofte komplekse udfordringer relateret til psykisk og fysisk helbred, sociale problemstillinger og ustabil arbejdsmarkedstilknytning. Erfaringen på tværs af casene er, at progression skabes, når indsatsen tilpasses individuelt, og når Incita fungerer som koordinerende bindeled mellem borger, virksomhed, myndighed, sundhedsvæsen og civilsamfund.

I Case 1 arbejdede Incita med en borger med diagnoser inden for autismespektret og ADD. Gennem tydelige rammer, struktur og skånehensyn samt tæt opfølgning og løbende justeringer blev arbejdsmængden gradvist øget, og forløbet resulterede i fuld raskmelding og ordinær ansættelse. Samtidig blev der formidlet kontakt til civilsamfundsaktøren Social Sundhed, som understøttede borgerens kontakt til sundhedssystemet.

I Case 2 havde borgeren været sygemeldt med stress, angst og PTSD. Incita koordinerede et helhedsorienteret forløb med psykologbehandling, fysisk træning, ergoterapeutisk støtte og virksomhedsrettet indsats. Det skabte sammenhæng mellem behandling og beskæftigelse og gav borgeren mulighed for at opbygge arbejdsevne i et trygt tempo. Forløbet afsluttedes med ansættelse i fleksjob.

Case 3 viser betydningen af tværsektorielt samarbejde ved alvorlige sociale udfordringer. Borgeren var hjemløs og i misbrugsbehandling, og mentorindsatsen samlede koordineringen mellem misbrugscenter, boligindsats, beskæftigelsessystem og civilsamfundstilbud, herunder retshjælp. Den samlede indsats skabte stabilitet og muliggjorde fastholdelse af deltidsbeskæftigelse som pædagogmedhjælper.

I Case 4 og 5 var en fællesnævner behovet for langsom, borgerstyret optrapning af arbejdstid samt løbende tilpasning. Incita arbejdede målrettet med realistiske forventninger hos både borger og arbejdsgiver og med trygge rammer, hvor borgerens helbred og sociale situation blev respekteret. Der blev samtidig formidlet relevante støttemuligheder i civilsamfundet, herunder ForældreFonden, Mødrehjælpen og ADHD-foreningen. Begge forløb endte med henholdsvis fleksjob og ordinær ansættelse.

Positive forandringer hos borgerne som følge af indsatsen

Case 6 illustrerer, at positive forandringer også kan bestå i afklaring og øget forståelse for egne ressourcer og begrænsninger. Borgeren havde nyligt fået en ADHD-diagnose og havde svært ved fremmøde og struktur. Indsatsen fokuserede på relationel kontinuitet, mestring, jobafklaring og introduktion til civilsamfundsorganisationer. Forløbet afsluttedes med afklaring af branche og behov, som skaber et mere bæredygtigt grundlag for videre indsats.

På tværs af alle seks cases viser erfaringerne, at Incitas styrke ligger i et vedholdende, relationelt og koordinerende arbejde. Kombinationen af individuelt tilpassede forløb, tæt virksomhedsrelation, tværfagligt samarbejde og aktiv inddragelse af civilsamfundet skaber de bedste betingelser for progression og – i størstedelen af tilfældene – varig tilknytning til arbejdsmarkedet.

Den overordnede erfaring er, at langsigtet arbejde med individuelle løsninger, skånehensyn og systematisk opfølgning er afgørende for varig tilknytning. Borgerne har generelt bevæget sig fra længerevarende passiv forsørgelse og mistrivsel til aktiv deltagelse i arbejdsliv og samfund. Som det fremgår af casene, blev tre borgere raskmeldt med ordinært job, to fik fleksjob, og én opnåede deltidsbeskæftigelse med støtte og gradvis opbygning af arbejdsevne. Eksempler på forandringer omfatter:

- Styrket trivsel og psykisk robusthed, som fx personen i case 2, der udviklede strategier til at håndtere PTSD og angst.
- Øget funktionsniveau og arbejdsevne, som i case 1 og 5, hvor borgerne gradvist optrappede deres arbejdstid til fuldtid.
- Motivation og meningsfuldhed i arbejdslivet, som i case 3, hvor personens job som pædagogmedhjælper blev et vendepunkt i forhold til misbrugsbehandling og livsstabilitet.
- Overvindelse af angst og traumer, som hos borgeren i case 4, der gennem praktik og mentorstøtte kunne opnå fleksjob på trods af PTSD og komplekse familieforhold.
- Gradvis styrkelse af selvtillid og arbejdsidentitet, som i case 6, hvor borger fandt sin fremtidige jobbranche

Hvad har været afgørende for borgernes udvikling:

På tværs af cases ses en række fælles faktorer

1. **Langsigtede, fleksible og individuelt tilrettelagte forløb**
   Forløbene tilpasses løbende borgernes udvikling, funktionsniveau og livssituation. En gradvis optrapning af mødetid og opgaver, som det ses i case 1, 4 og 5, giver borgerne mulighed for at udvikle sig i et trygt tempo og undgå tilbagefald.
2. **Tværfagligt samarbejde og tæt kontakt**
   Et gennemgående træk er det stærke samarbejde med andre aktører såsom socialpsykiatrien, egen læge, misbrugsbehandling, psykolog, civilsamfund, retsvæsen og boligindsatser. I case 3 blev der fx arbejdet målrettet på at sikre koordinering mellem mentor, misbrugscenter og boligindsats, hvilket skabte stabil progression og mulighed for varig tilknytning til arbejdsmarkedet - ligesom der i case 1, 3, 4, 5 og 6 blev formidlet kontakt til relevante civilsamfundsorganisationer.
3. **Tæt relation og kontinuerlig støtte**
   Den tillid og stabilitet, der skabes gennem hyppige individuelle samtaler med faste kontaktpersoner i Incita, er central. Det gælder især borgere med fx angst, PTSD eller autismespektrumforstyrrelse, hvor stabil kontakt og tillidsfuld relation har muliggjort mestring og udvikling.
4. **Meningsfulde praktikpladser og anerkendelse**
   Praktikforløb på virksomheder er anvendt som både afklaring og træning, hvor borgerne har oplevet at gøre en forskel, blive anerkendt og bidrage. I flere tilfælde har praktikstedet efterfølgende tilbudt job, hvilket tyder på et match af både faglighed og personlighed (se fx case 1 og 5).

Typiske barrierer hos borgerne og Incitas tilgang

I arbejdet med borgere møder vi ofte tilbagevendende barrierer, der påvirker deres udvikling og evne til at opnå job. Erfaringen viser, at udfordringerne kræver individuelle og fleksible tilgange.

Psykiske helbredsproblemer

Borgere med stress, angst, depression, PTSD, ADHD eller autisme oplever ofte udfordringer med koncentration, energi og sociale relationer. I Case 1 skabte en struktureret hverdag grundlag for trivsel, mens Case 4 viste, hvordan praktik kan genopbygge troen på egne evner.

Traumer og belastningsreaktioner

Traumer kan give langvarige psykiske symptomer, som i Case 2, hvor borgeren oplevede panikanfald. En gradvis optrapning af arbejdstid, trygge rammer og støtte til mestringsstrategier var afgørende for fremgang.

Sociale udfordringer

Boligmangel, misbrug, kriminalitet, sprogbarrierer og manglende netværk kan forhindre stabil beskæftigelse. I Case 3 sikrede mentor- og boligstøtte den nødvendige stabilitet til at fastholde jobtilknytningen.

Kommunikationsvanskeligheder

Klar forventningsafstemning mellem borger, virksomhed og konsulent forebygger misforståelser. Incitas erfaring viser, at tydelig formidling af skånehensyn fremmer tillid og samarbejde.

Manglende motivation og lavt selvværd

Lav selvtillid og frygt for afvisning kan skabe passivitet. Praktik og opkvalificering i trygge rammer hjælper borgere med at genvinde troen på egne evner. Case 2 illustrerer, hvordan små succeser og løbende anerkendelse styrkede motivationen og førte til deltidsarbejde.

Samarbejde med andre parter som understøtning af borgernes udvikling

Samarbejdet med virksomheder er en central drivkraft i borgernes udvikling. Praktikker, job og virksomhedsforløb giver mulighed for at afprøve og styrke kompetencer i realistiske arbejdssituationer, hvilket øger motivation, mestring og troen på egne evner – især når arbejdspladsen er fleksibel og lydhør.

Gennem tæt dialog med arbejdsgivere tilpasses arbejdsopgaver og miljø til den enkelte borgers behov og udviklingsniveau.
Det kan føre til konkrete jobmuligheder og styrket tilknytning til arbejdsmarkedet. At blive en del af et arbejdsfællesskab giver oplevelsen af at bidrage og blive anerkendt, hvilket fremmer trivsel og selvværd.

Et godt eksempel er Case 1, hvor en arbejdsgiver – uden mulighed for ansættelse – brugte sit netværk til at skaffe borgeren en jobsamtale. I Case 5 blev opgaver og timetal tilpasset borgerens behov, hvilket førte til fast job, og i Case 3 skabte en imødekommende arbejdsgiver et trygt læringsrum, hvor selvtilliden voksede.

Vores erfaring viser, at tillidsfulde og stabile samarbejder med virksomheder skaber de bedste betingelser for udvikling – og ofte langvarige partnerskaber, der styrker socialt ansvar på arbejdsmarkedet.

Tværfaglige og tværsektorielle samarbejder

Tværfagligt samarbejde er ofte en forudsætning for at skabe positive resultater for borgere med komplekse udfordringer. De fleste har behov for støtte på flere områder samtidigt, og derfor er koordinering på tværs af fagligheder og sektorer afgørende.

Vi samarbejder bl.a. med:

- **Psykiatrien og psykologer**, der varetager behandling af mentale lidelser. I Case 2 kombineredes psykologisk behandling med beskæftigelsesforløb.
- **Fysio- og ergoterapeuter**, som rådgiver om arbejdspladstilpasning og hjælper borgere med at håndtere symptomer og funktionsnedsættelser.
- **Socialforvaltning og boligvejledning**, der bidrager til stabile boligforhold og støtte. Case 3 viser, hvordan mentor- og boligstøtte sammen skabte varig stabilitet.
- **Misbrugsbehandling,** som sikrer, at borgere får mulighed for både behandling og beskæftigelsesmæssig opfølgning.
- **Familierådgivere**, der understøtter borgernes sociale netværk.
- **Civilsamfundsorganisationer**, som kan tilbyde blivende støtte ud over Jobcenterets og Incitas rammer.

Herudover har Incita god erfaring med at anvende det sociale frikort, som en trædesten til tilknytning til arbejdsmarkedet.

Borgernes behov og ønsker – styrende for indsatsen

Inddragelse af borgernes egne behov og ønsker er afgørende for at skabe meningsfulde og bæredygtige forløb. Efter længerevarende sygdom eller sociale udfordringer har mange brug for tryghed og fleksibilitet. Nogle åbner først op efter flere måneders kontakt– derfor handler det om at skabe et miljø, hvor borgeren selv bliver aktiv i sin udvikling. Denne tilgang har vist sig afgørende i vores mest vellykkede forløb.

Typiske ønsker er:

- Fleksible arbejdstider og opgaver med hensyntagen til træthed og koncentrationsvanskeligheder.
- Forudsigelige rammer og tydelig kommunikation – især vigtigt for borgere med ADHD eller autisme.
- Mulighed for pauser og ro for at forebygge overbelastning.
- Meningsfuldt arbejde, hvor kompetencer bruges og værdsættes.
- Social støtte fra mentorer, ledere og kolleger, der skaber tryghed og tilhørsforhold.

Når borgerne inddrages aktivt, øges engagement og fastholdelse markant. Et fleksibelt og støttende forløb kan gøre forskellen mellem tilbagefald og varig tilknytning til arbejdsmarkedet.

Samlet refleksion og anbefalinger

På baggrund af vores erfaringer det seneste år står det klart, at arbejdet med borgere med komplekse udfordringer kræver tålmodighed, relationel kontinuitet og et system, der er fleksibelt nok til at imødekomme forskelligartede behov.

Når vi lykkes med at skabe positive forandringer, er det ikke på grund af én enkelt metode, men fordi der er en koordineret indsats på flere fronter– praktisk, psykologisk, socialt og beskæftigelsesmæssigt.
Det er en kompleks og krævende opgave, hvor det er nødvendigt at fokusere på borgerens ressourcer frem for begrænsninger, og hele tiden arbejde relationelt og tillidsskabende.

Vi ser, at fastholdelse i praktik og job er tæt forbundet med oplevelsen af at blive forstået og lyttet til. Når borgeren oplever, at vi forstår deres behov og tager deres ønsker alvorligt, skaber det motivation og tillid – og det er i det spændingsfelt, den egentlige udvikling sker.

Tværfagligheden er her ikke blot et organisatorisk princip– det er selve nøglen til borgerens oplevelse af sammenhæng og støtte. Når behandlingssystemet, beskæftigelsessystemet og sociale indsatser arbejder i samme retning, når borgeren samtidig har en tæt kontaktperson i forløbet og et godt virksomhedsmatch, skabes der resultater.

Vores erfaringer giver anledning til følgende anbefalinger til Københavns Kommune

1. **Individuelt tilpassede forløb giver mere holdbare resultater**
   - Forløb med fleksible og målrettede indsatser med udgangspunkt i borgerens ressourcer, motivation og barriere fx færre administrative krav til måling af konfrontationstimer og mere fokus på resultater (fx. ugepriser på alle forløb)
   - "Små skridt" strategier
   - En god relation mellem konsulenten i Incita og borgeren
   - Tilbud med mulighed for at koordinere virksomhedsplacering/uddannelse og støttende indsatser

2. **Fokus på psykisk og fysisk trivsel medvirker til mere holdbare resultater**
   - Inddragelse af sundhedsfremmende aktiviteter (som fx stresshåndtering, fysisk træning mv) parallelt eller evt. inden virksomhedsrettet indsats
   - Fokus på borgerens egne mål og oplevelse af passende mestring af helbredsmæssige udfordringer fx at man godt kan have (deltids)arbejde trods helbredsmæssige udfordringer
   - Brug af relevante fagpersoner som fysio- og ergoterapeuter og psykologer

3. **Tværfaglige og koordinerede indsatser**
   - Partnerskabsaftaler mellem jobcentret og leverandøren
   - Fortsat tæt samarbejde mellem jobcentret/myndighed, borgeren og leverandøren, så vi sikrer tydelighed om, hvad der arbejdes henimod fx at jobcentermedarbejder tydeligt har italesat at borgeren skal ud på en arbejdsplads.
   - Ressourcer til at inddrage relevante aktører som fx andre forvaltninger og civilsamfundsaktiviteter

4. **Styrket brobygning til arbejdsmarkedet**
   - Et klart fokus på job/virksomhedsplacering/uddannelse fra alle parter fra starten af forløbet
   - Understøt borgeren i at italesætte helbredsmæssige udfordringer overfor arbejdsgiver på en konstruktiv facon
   - Tydelige forventningsafstemninger mellem virksomhed, borger og leverandøren
   - Virksomhedsmatch, der tager udgangspunkt i borgerens egne erfaringer og kompetencer, og er hensyntagende overfor borgerens skånebehov
   - Incitamenter til at endnu flere virksomheder tager socialt ansvar

5. **Styrket brug af data og evalueringer**
   - Systematisk dokumentation af progression og effekter i alle indsatser
   - Anvendelse af data til at justere indsatser
   - Brug data aktivt til at synliggøre resultater overfor fx politikere, jobcentermedarbejdere m.fl.
   - Større fokus på trivsel som indikator for progression, fremfor alene fremmøde eller arbejdstimer. For mange af vores borgere er det en stor milepæl at kunne stå op, møde til tiden og være en del af et arbejdsfællesskab – også selv om det kun er få timer om ugen

Case 1

Køn: Mand
Alder: 46 år
Forsørgelsesgrundlag: Jobafklaringsforløb

Forløbslængde: 12 måneder

Aktiviteter: Inspiration til branche, jobskift og praktiksøgning, psykisk mestring, virksomhedspraktik, Individuelle samtaler

Sideløbende indsats: Psykiatrien (Ambulatoriet for ADHD og Autisme), egen læge, social sundhed

Resultat: Raskmeldt med job

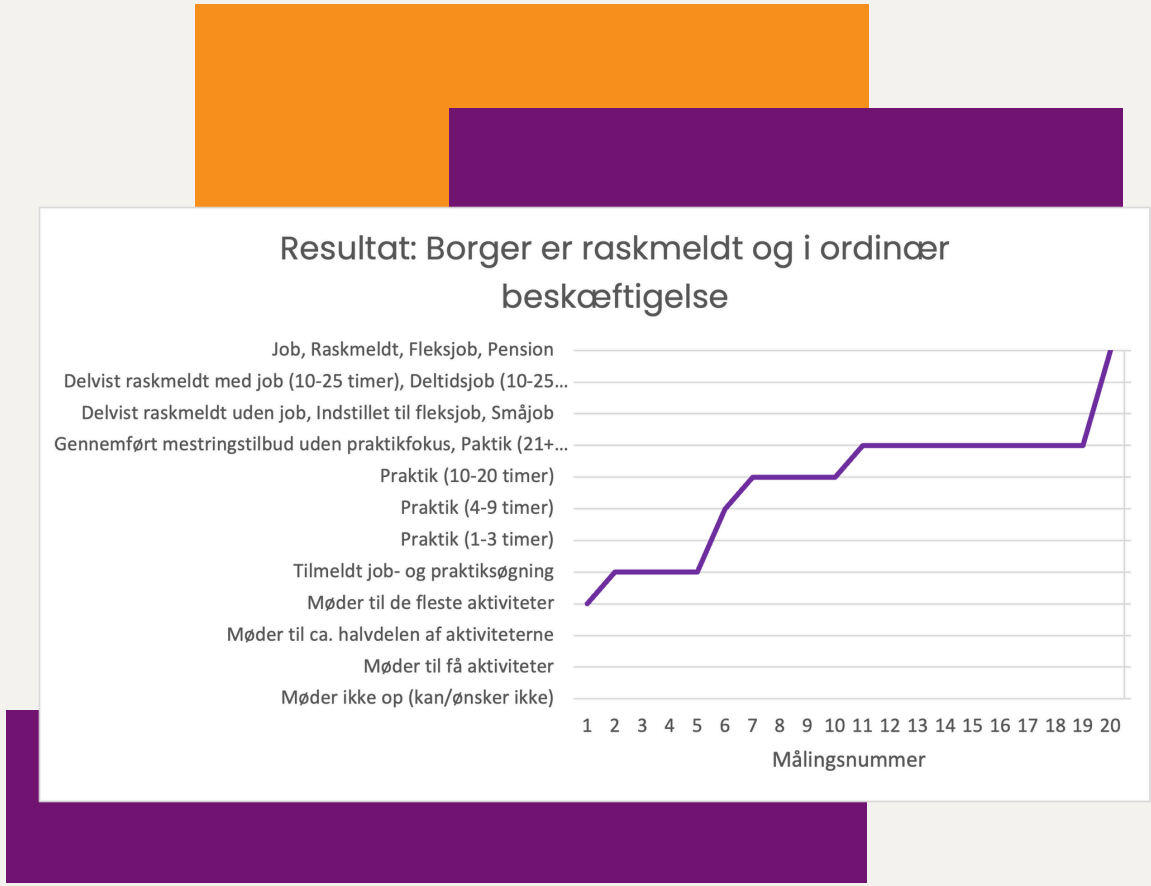
Borger startede hos Incita med målet om en skånsom virksomhedspraktik for at afklare arbejdsevnen. Borger har været sygemeldt med stress og depression og er diagnosticeret med Aspergers og ADD. Der er behov for særlige hensyn i forhold til stimuli, social kontakt, struktur, forudsigelighed og pauser.

Borger blev tilknyttet Incitas jobklub og havde løbende samtaler med sin konsulent. Da praktikmulighederne inden for ønsket branche var begrænsede, fandt konsulenten en praktik på en skole med vedligeholdelsesopgaver.

Praktikken startede med 3 timer dagligt, 3 dage om ugen, og blev gradvist udvidet til 6½ time dagligt, 5 dage om ugen. Fokus var på at identificere ressourcer og skabe balance mellem arbejde og privatliv.

Arbejdsgiver kunne ikke tilbyde ansættelse, men hjalp borger videre til et job på en anden skole. Borger afsluttes hos Incita med fuld raskmelding og fast fuldtidsansættelse på ordinære vilkår.

Samtidig understøttede Incita tilknytning til civilsamfundsaktøren Social Sundhed, for at minde borger om aftaler i sundhedssystemet.



Case 2

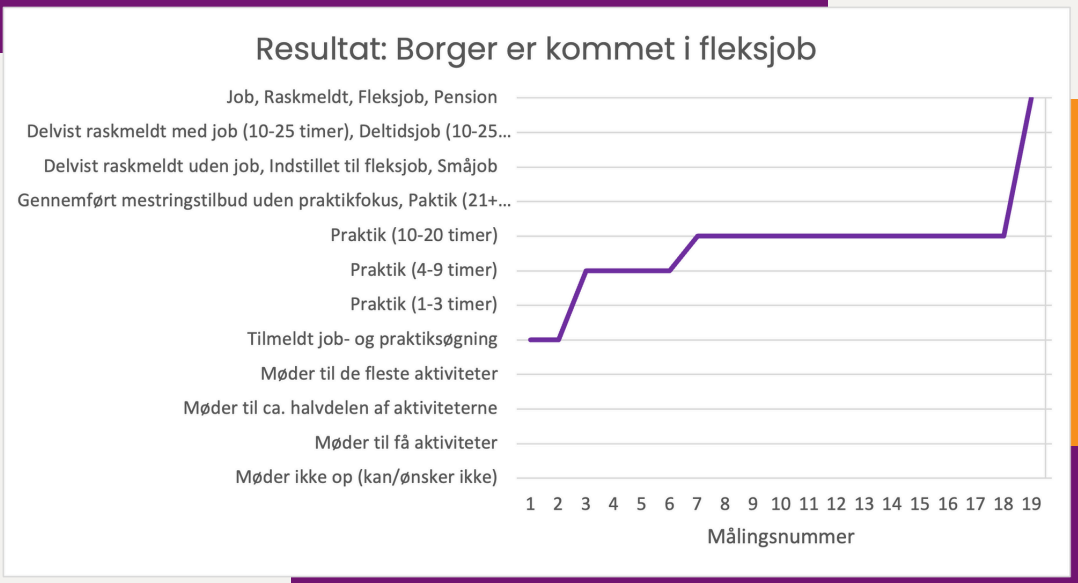
Køn: Kvinde
Alder: 44 år
Forsørgelsesgrundlag: Sygdagpenge

Forløbslængde: 16 måneder

Aktiviteter: Brancheafklaring, Job og praktiksøgning, fysisk- og psykisk mestring, virksomhedspraktik, Individuelle samtaler

Sideløbende indsats: Psykolog, Egen læge, Retsvæsenet, Udredningsforløb for ADHD og PTSD, Psykiatrien

Resultat: Fleksjob



Borger startede hos Incita efter et års sygemelding med stress og angst som følge af en traumatisk oplevelse på tidligere arbejde. Hun ønskede en praktik inden for sit uddannelsesfelt med hensyn til et roligt miljø, fleksible tider og mulighed for pauser.

Borger blev tilknyttet Incitas jobklub samt forløb med fysisk træning og stresshåndtering sideløbende med psykologbehandling i psykiatrien. Hun begyndte hurtigt i praktik hos Incita, hvor hun assisterede ergoterapeuten med træning, yoga og ergonomi, hvilket udnyttede og udbyggede hendes faglige kompetencer.

På grund af angst og PTSD blev praktikken tilrettelagt med skånehensyn og tæt opfølgning. Mødetiden startede med 5 timer ugentligt og blev gradvist øget til 12 timer fordelt på 3 dage.

Gennem forløbet opnåede borger større overskud, bedre mestring af triggere og øget psykisk stabilitet. Hun afsluttes hos Incita med ansættelse i fleksjob samme sted.

Case 3

Køn: Mand
Alder: 34 år
Forsørgelsesgrundlag: Kontanthjælp (aktivitetsparat)

Forløbslængde: 16 måneder

Aktiviteter: Brancheafklaring, Job og praktiksøgning, fysisk- og psykisk mestring, Virksomhedspraktik, Individuelle samtaler

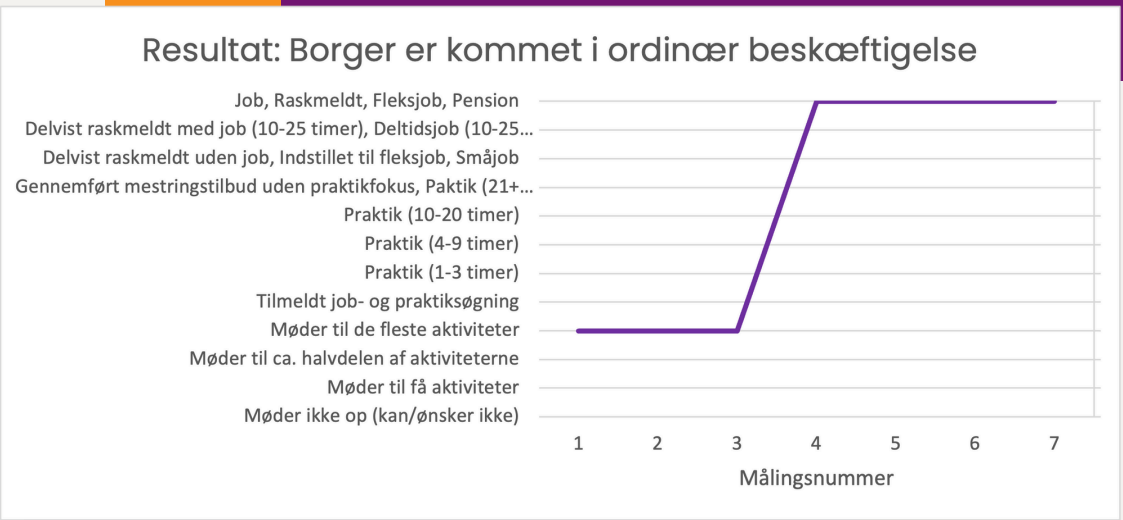
Sideløbende indsats: Psykolog, Egen læge, Retsvæsenet og retshjælp, Udredningsforløb for ADHD og PTSD, Psykiatrien

Resultat: Fleksjob

Borger starter i et mentorforløb hos Incita med fokus på opstart og fastholdelse i misbrugsbehandling samt støtte til at finde bolig, da borger er hjemløs. Mentoren hjælper med kontakt til misbrugscenter, bolig-og beskæftigelsesenhed opskrivning hos boligselskaber og med at tage kontakt til retshjælp i København.

Derudover afdækkes borgers arbejdsmæssige ressourcer og barrierer. Borger er motiveret for at komme i arbejde og ønsker at skifte branchetil det socialeområde.

Under forløbet får borger deltidsarbejde som pædagogmedhjælper i en ungdomsklub, hvilket bekræfter brancheskiftet som det rette valg. Gennem tæt mentorstøtte fastholdes motivationen med fokus på behandling, bolig og stabil tilknytning til arbejdsmarkedet. Borger afsluttes hos Incita med ordinær ansættelse som pædagogmedhjælper.



Case 4

Køn: Kvinde
Alder: 40 år
Forsørgelsesgrundlag: Ressourceforløb

Forløbslængde: 13 måneder

Aktiviteter: Virksomhedspraktik, Individuelle mentor samtaler

Sideløbende indsats: Behandlingsforløb i psykiatrien for PTSD, Borgercenter Børn og Unge, Familierådgiver, Forældre Fonden

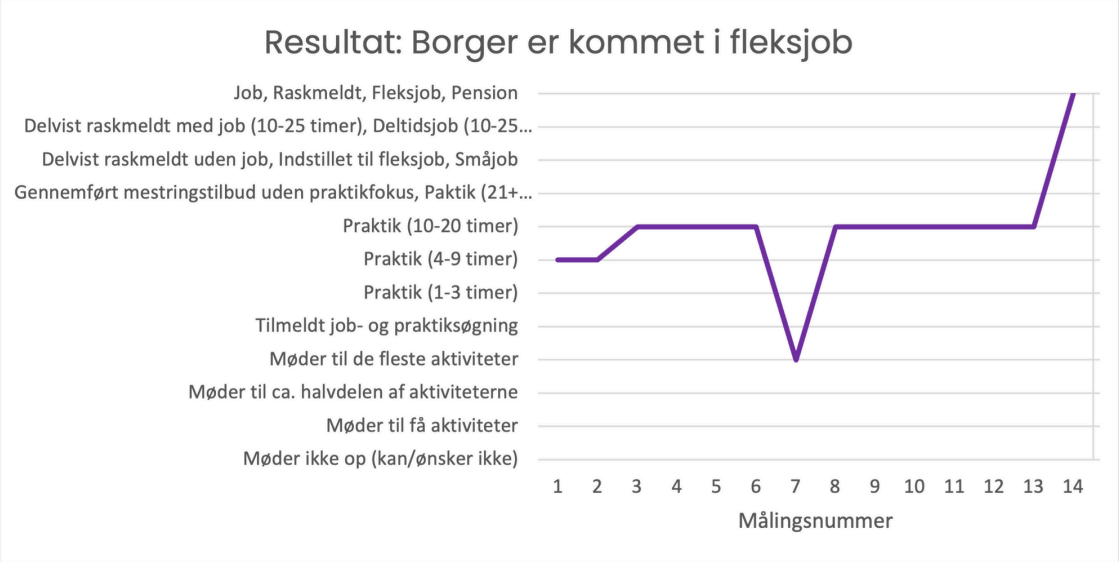
Resultat: Fleksjob

Da borger startede hos Incita, var der allerede iværksat en praktik, men uden en klar beskrivelse af arbejdsevne eller plan for gradvis optrapning. Praktikken lå desuden uden for borgers ønskede arbejdsområde.

Sideløbende med praktikken deltog borger i behandling hos psykiatrien for PTSD samt i et længerevarende forløb i Borgercenter Børn og Unge som følge af samværs- og samarbejdsproblemer med børnenes far. Incita orienterer også om ForældreFonden og Mødrehjælpen mhp. at borger har muligheder for at få støtte efter endt forløb i Incita.

Borger begyndte i praktikken med 2½ time to dage om ugen. Gennem forløbet blev arbejdstiden gradvist øget til 12 timer om ugen fordeltpå tre dage. Både borger og arbejdsgiver vurderede, at dette timetal var passende for at sikre en stabil balance mellem arbejde og fritid og undgå overbelastning.

Arbejdsgiver udtrykte stor tilfredshed med borgers indsats, og forløbet hos Incita afsluttes med, at borger får ansættelse i fleksjob.



Case 5

Køn: Kvinde
Alder: 35 år
Forsørgelsesgrundlag: Jobafklaringsforløb
Forløbslængde: 7 måneder

Sideløbende indsats: Egen læge
Resultat: Raskmeldt med job

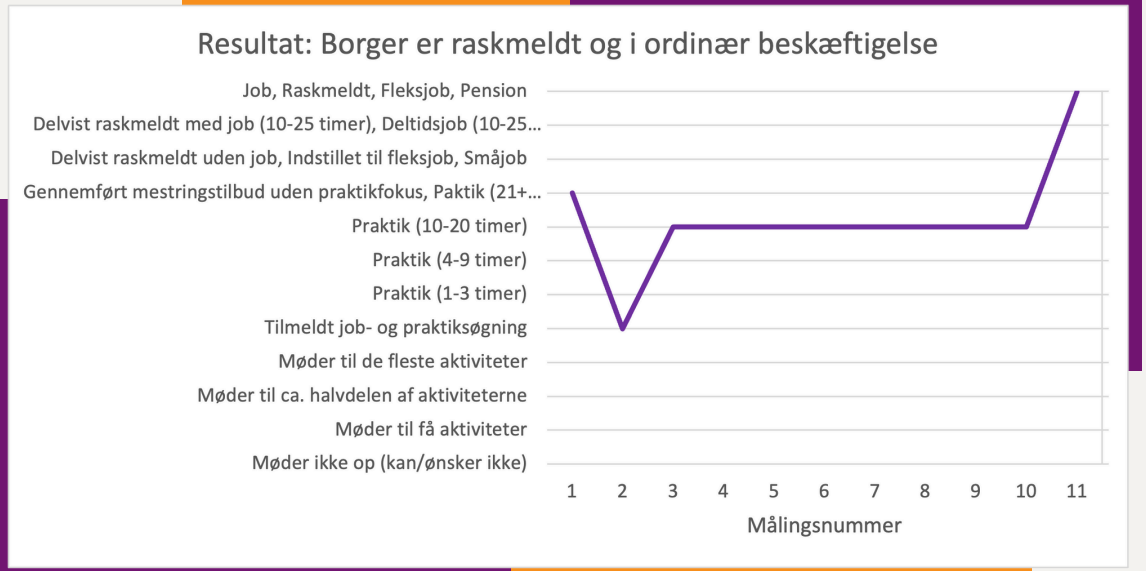
Borger starter hos Incita efter et års sygemelding med belastningsreaktion og diagnosticeret ADHD. Ved opstart er borger allerede i praktik gennem jobcentret, men arbejdsmiljøet er præget af uro og konflikter, hvilket fører til, at forløbet afsluttes kort efter.

Incitas konsulent arbejder herefter på at borger tilknyttes finde et bedre praktikmatch samtidig med at borger deltager i mestringsaktiviteter som yoga og redskaber til trivsel for at styrke struktur, social kontakt og trivsel.

Incita finder en ny praktik på en skole, som matcher borgers faglige interesser. Borger starter med 4 timer dagligt, 3 dage om ugen, med planlagt optrapning mod fuld tid. Parallelt deltager borger i et ADHD-kursus og får justeret sin medicin. For øvrig støtte kontakter Incita sammen med borger ADHD-forening for at indgå i netværk.

Optrapningen sker langsomt for at undgå belastningsreaktioner. Borger trives i praktikken og får mulighed for at anvende sine kompetencer. Ved forløbets afslutning arbejder borger 18 timer om ugen fordelt på fem dage. Arbejdsgiver er meget tilfreds og tilbyder borger fastansættelse på 32 timer.

Borger afslutter sit forløb hos Incita med fuld raskmelding og ansættelse på ordinære vilkår.



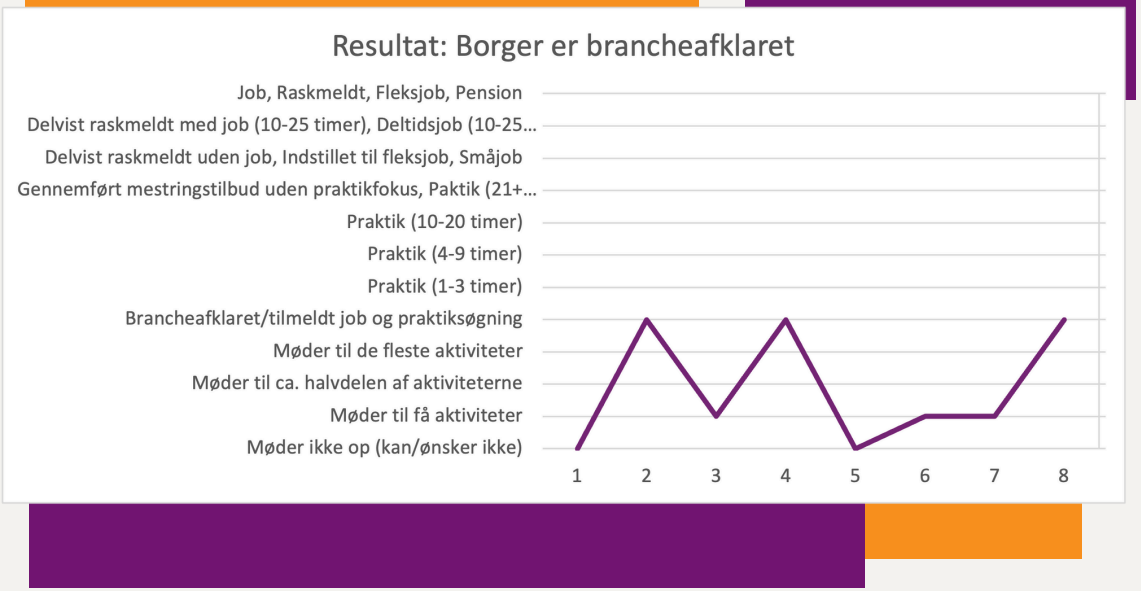
Case 6

Køn: Kvinde
Alder: 33 år
Forsørgelsesgrundlag: Ressourceforløb
Forløbslængde: 4 måneder
Aktiviteter: Psykisk mestring, Yoga, Fysisk træning, Individuelle samtaler
Sideløbende indsats: Behandlingsforløb i psykiatrien for ADHD
Resultat: Brancheafklaret

Borger starter hos Incita efter nylig diagnosticering med ADHD med fokus på at skabe struktur i hverdagen og i jobsøgningen. Ved opstart er borger i gang med at skifte psykiater og er endnu ikke medicineret.

Borger tilmeldes Incitas mestringsaktiviteter, herunder yoga og psykisk mestring, for at støtte en mere stabil hverdag. Derudover deltager borger i jobklub for at opdatere CV, arbejde med ansøgninger og afdække jobmuligheder inden for sit uddannelsesområde som folkeskolelærer.

Incita finder hurtigt en praktikplads på en skole, men borger møder ikke op til etableringssamtalen. I de individuelle samtaler har fokus været på at afdække andre brancher, hvor borgers kompetencer kan anvendes, hvis job inden for uddannelsesområdet ikke er muligt. Incita prioriterer at introducere ADHD-foreningen for borger, så hun er bekendt med muligheden.

Borger har i starten et meget begrænset fremmøde og reagerer sjældent på kontaktforsøg fra konsulenten. Det ustabile fremmøde betyder, at borger ikke opnår fuldt udbytte af forløbet.

Borger afslutter sit forløb hos Incita som brancheafklaret.