

LING ARENA

Rune Helland
Veronica Pedersen
Magnus Kristiansen

Veien til UngArena – Bakgrunn

2009

- *30.000 unge*
- *identifisert behov*
- *«Venn1 – grunnkurs i psykisk helse»*

2011

- *NF-rapport 13/2012 - Ikke slipp meg*
- *YouGov undersøkelse (2012)*

Kunnskapssenteret

- Kunnskaps oppsummering



Hva ville vi gjøre?

1. Tilgjengelige lavtersklede tverrfaglige, koordinerte samhandlende tjenester; unge som strever eller er psykisk sårbare, skal få hjelp her og nå – punktum. De skal møte kjærlighet, tålmodighet og en positiv innstilling som signaliserer at du er bra nok!
2. Verdier og holdninger – vi ville bygge en verdibasert modell som var teoretisk forankret i en bred humanistisk veilednings- og pedagogikktradisjon – i praksis betyr dette at språk og holdninger må være innenfor unges livs-sfære og på deres premisser
3. Vi ville legge til rette for at det offentlige og sivilsamfunnet gikk sammen for å løse en oppgave som var for stor for offentligheten og tjenestene alene ved å ta i bruk brukerperspektivet og frivilligheten – det skjulte gullet



Veien til UngArena – Utvikling

2013

- *Sentralstyrevedtak MH*
- *Modellutvikling*

2015

- *Headspace (Danmark) og Headstrong (Irland)*
- *Samarbeidsavtale med BGO, MH og MHU*
- *Orienteringer med psykologforeningen, KS, H-DIR og HOD ++*



Mental Helse og Mental Helse Ungdom

Jobber for våre 9000 medlemmer og de titusener andre som har ulike og ofte dårlige erfaringer med tjenestene

Det må kommuner, etater og tjenester huske i sine møter med Mental Helse som organisasjon.

Det ligger til grunn for vårt engasjement for Ungarena - samt vissheten om at de fleste psykiske problemer og sykdommer starter i barne- og ungdomstiden.



UngArena – Praksis



«Ingen problemer er for store eller små og alt foregår på de unges premisser»



Tilpasset unges ønsker og behov

- Dagens helsetjenester er i hovedsak tilpasset to grupper: barn og voksne.
- For mange unge oppleves systemet lite fleksibelt, og ungdom forteller om vansker med å vite hvor man skal henvende seg, og lange ventetider.

UngArena sine fire ufravikelige prinsipper

- Lav terskel
- Lett tilgjengelig
- Gratis
- Null ventetid

Lett tilgjengelig



Lett tilgjengelig



Null Ventetid



Vi vil være et senter som møter ungdom når de trenger hjelp

Drop-in for vanskelige tanker og følelser



Vi vil være et senter som møter ungdom når de trenger hjelp

Gratis



Lav terskel



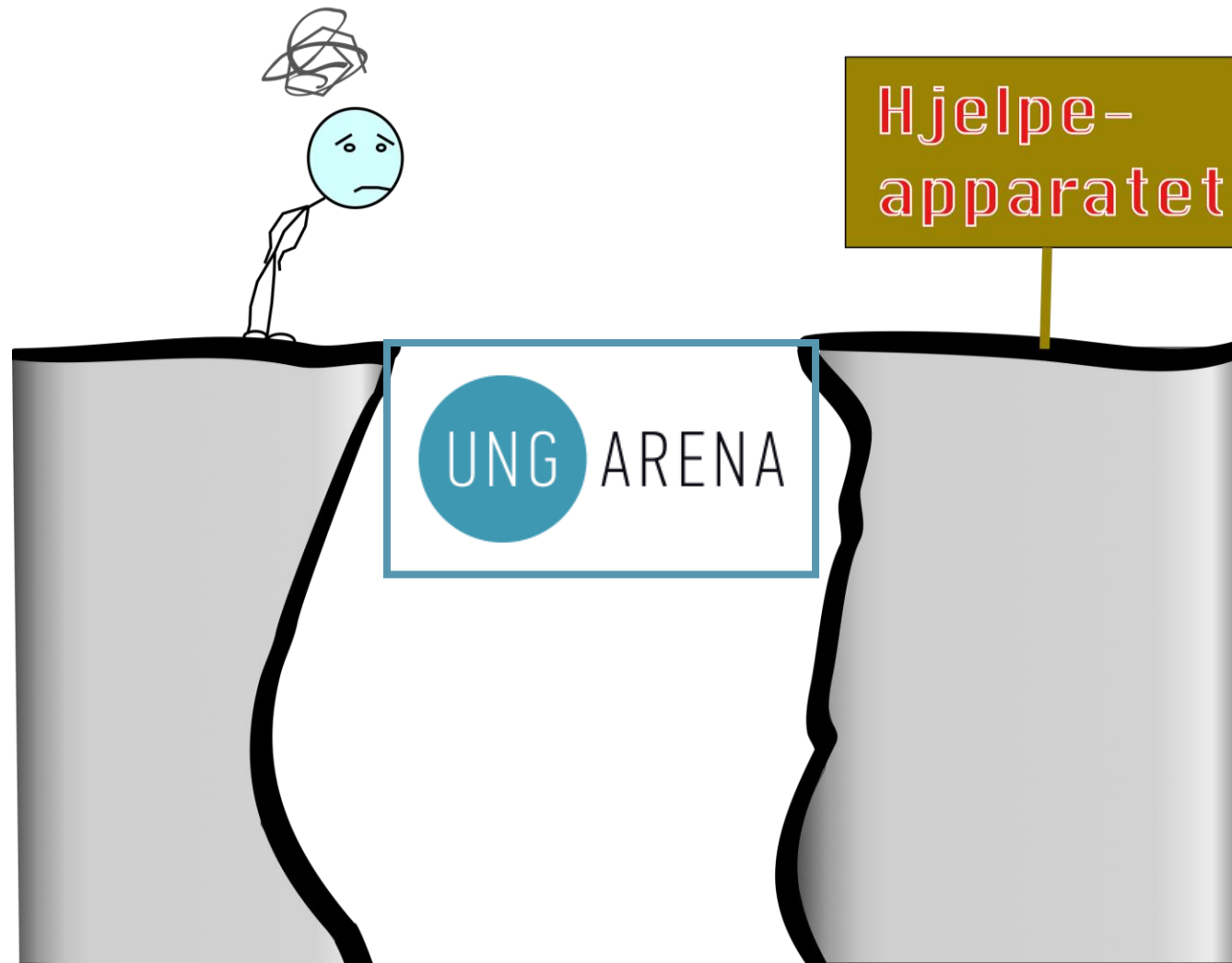
PÅ DE UNGE SINE PREMISSE



Sentrale arbeidsmetoder

- Reell samhandling med frivilligheten som deltar og er en del av bemanningen.
- Ung-til-Ung-metodikk/erfaringskonsulenter.
- Tverrfaglig (Fag og livskunnskap)
- Muligheter for anonymitet/Chat.

Sømløs overgang til 2. linjen og tett samarbeid med andre aktuelle tjenester.



Aktiviter

- Yoga
- Musikkterapi
- Mat og prat
- Tur i nærområdet (Botanisk hage, Operaen etc.)
- Her er mulighetene mange - de frivillige viser vei.



Temakvelder

- **September 2017: Bekymra for en venn? Når en venn ruser seg.**
Samarbeidspartnere: BAR (Barn av rusmisbrukere), LMS (Landsforbundet mot stoffmisbruk) og Tale Maria “Helsesista” Krohn Engvik.
- **August 2017: Rus og hemmelighold i familien.** Samarbeidspartnere: Barn av rusmisbrukere og Landsforbundet mot stoffmisbruk.
- **Juni: Temakveld om sex.** Foredrag av Nanna Klingenberg fra Aftenposten.
- **Ung, stressa og keen på pizza?** Temakveld om stress.
- **Ung, blakk og kreativ?** Temakveld hvor Frifond forteller ungdom om hvordan de kan få støtte til å gjøre en ide til virkelighet.

Kurs



Venn1 - grunnkurs i psykisk helse formidles av unge -for unge.

Noen av våre samarbeidspartnere så langt

- Fylkesmannen i Oslo/Akershus
- Mental Helse Ungdom
- Rask Psykisk Helsehjelp
- Nic Waals Institutt
- BGO Helsestasjonen
- NAV



Noen av våre samarbeidspartnere så langt



«Rekruttering, opplæring og oppfølging av de frivillig»

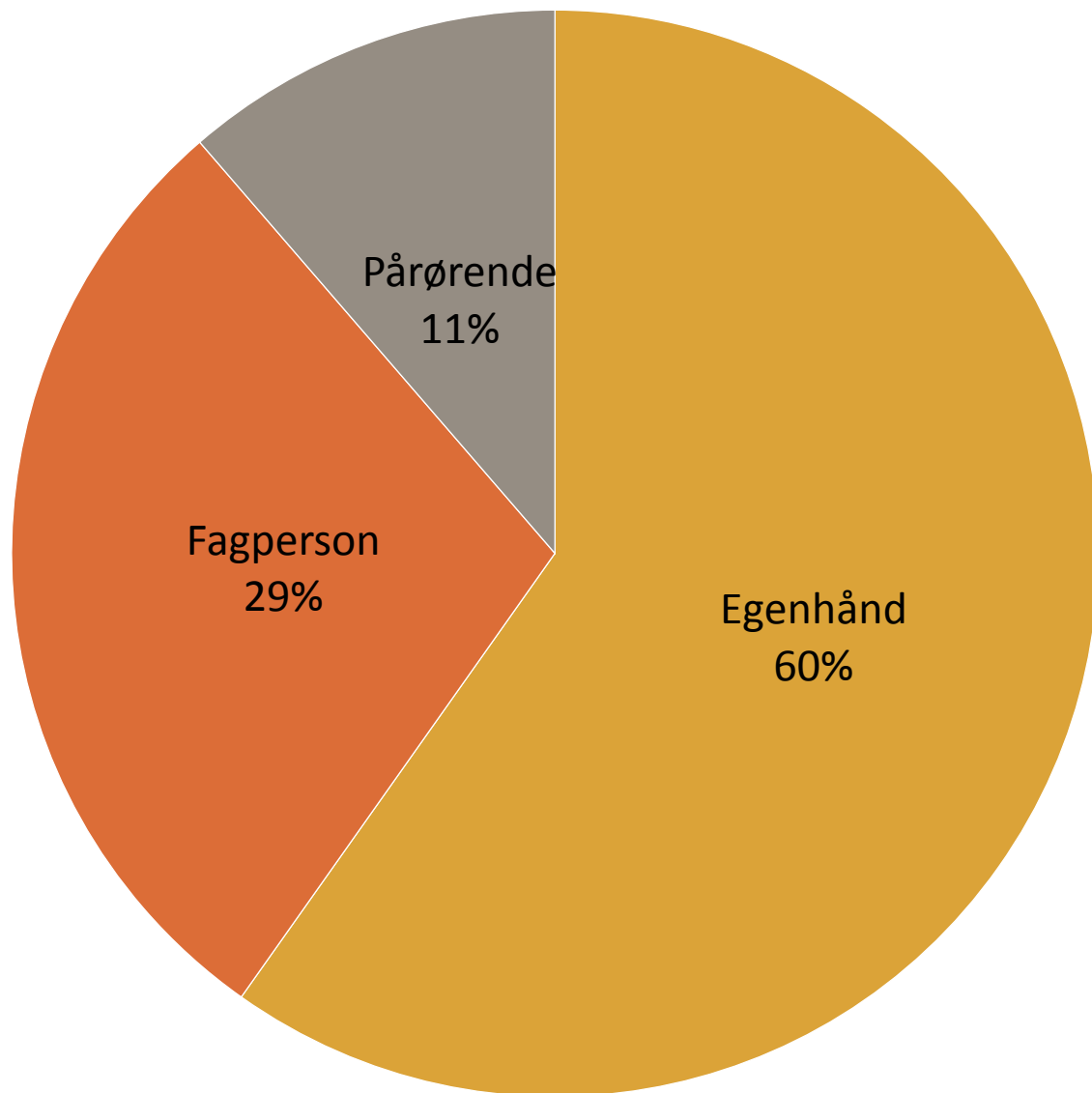
Nøkkeltall UA-Bydel Gamle Oslo

Siden offisiell åpning **1. september 2016** og
gjennom året, er det registrert **338 ungdom**
som har mottatt oppfølging fra **Ung Arena**.

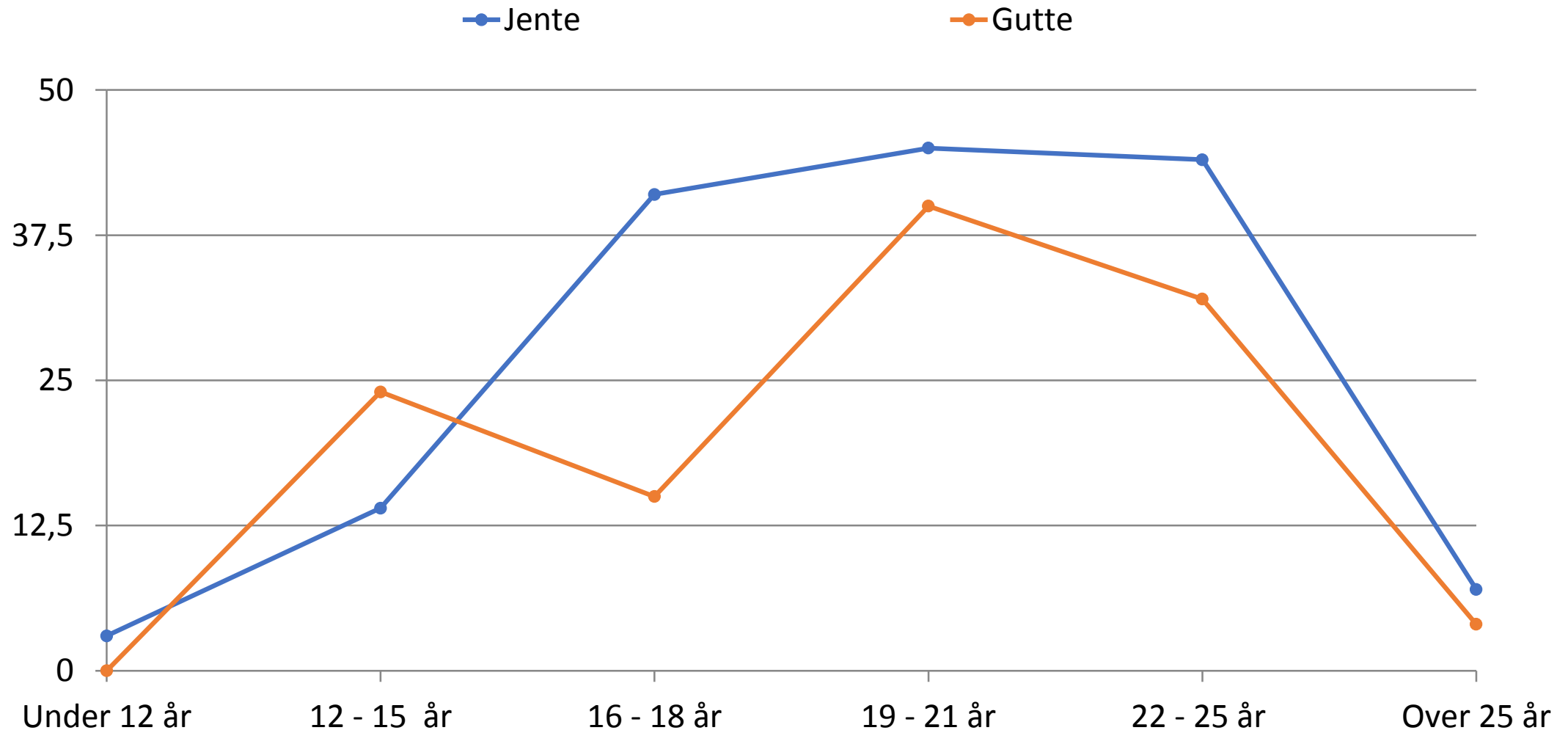
MERK: Henvendelser over telefon og chat er ikke inkludert i dette.
Heller ikke inkluderer det alle de ungdommene som har vært innom for
å si hei eller deltatt på temakveld, eller barn og unge vi har snakket
med ute og på skoler vi har besøkt.



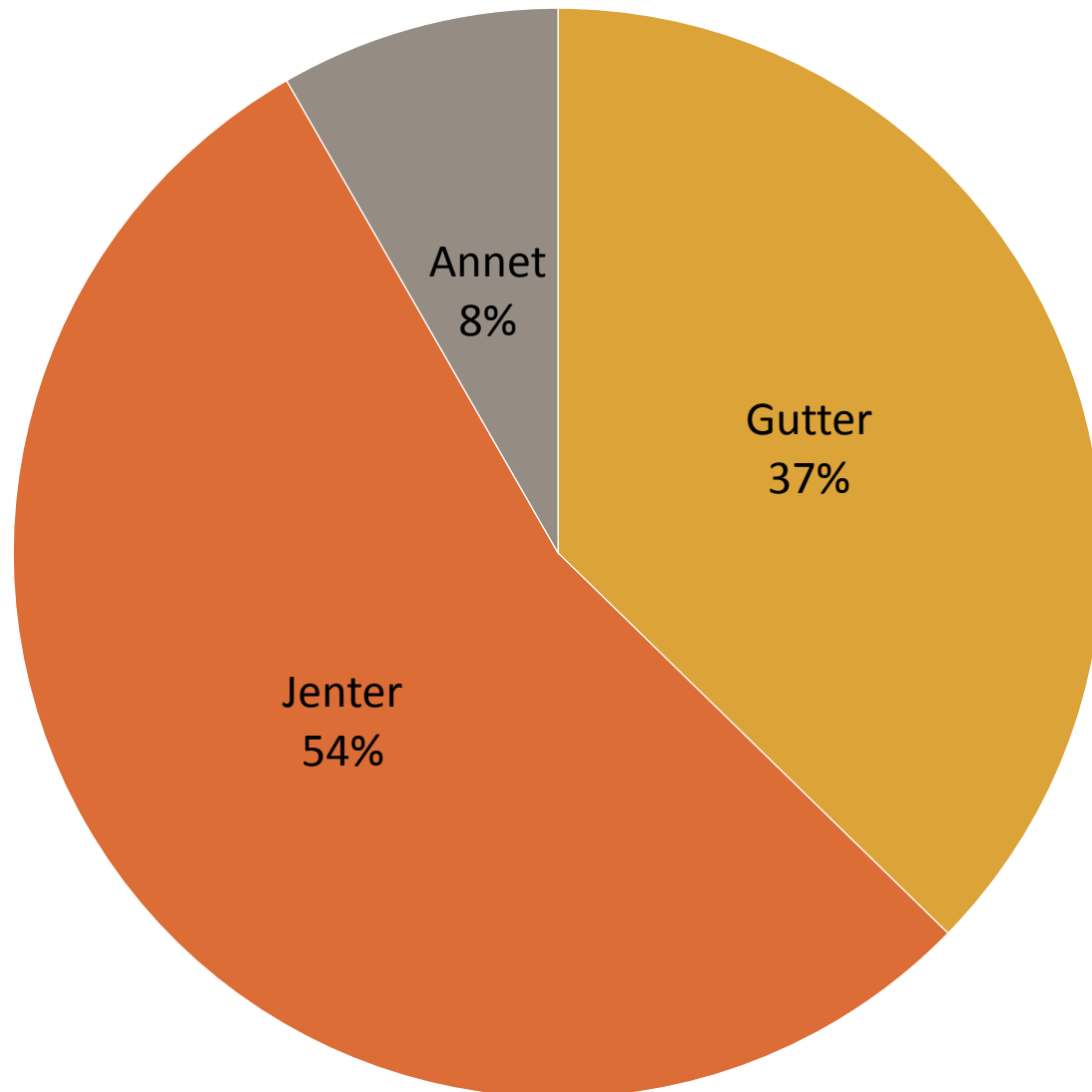
Kontaktetablering



Aldersfordeling



Kjønnsfordeling



Syv hyppigste temaer

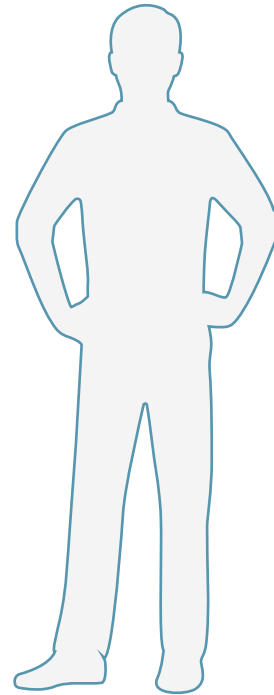
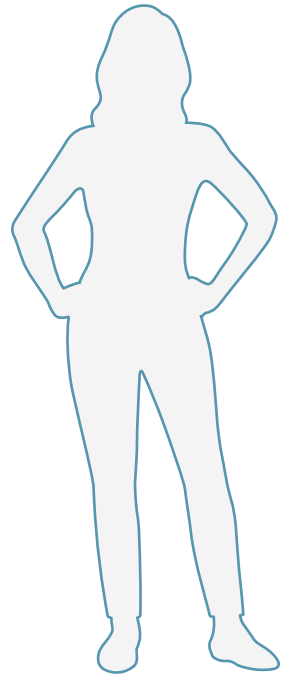
Jenter

- Psykiske vansker (150)
- Manglende aktivitetstilbud (75)
- Angst (74)
- Tristhet/nedstemthet (81)
- Bolig (64)
- Skole (57)
- Økonomi/gjeld (44)

Gutter

- Bolig (88)
- Skole (84)
- Rus (illegale rusmidler, alkohol) (83)
- Manglende aktivitetstilbud (81)
- Økonomi/gjeld (74)
- Arbeid (70)
- Psykiske vansker (55)

Hvordan er det å være frivillig på UngArena?

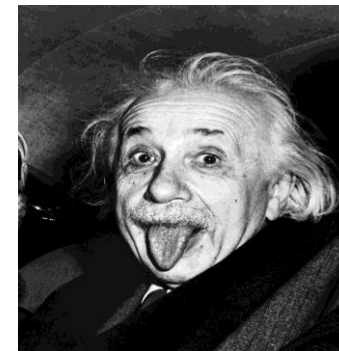


«Gutt 19 forteller sin historie...»

Refleksjoner og vegen videre

Vi ønsker og vil bidra til UngArena sentre i alle kommuner:

- i regi av vår nytenkende og demokratifremmende modell,
- har fokus på unges egne behov,
- budskapet til bruker blir ivaretatt og forsvinner ikke i byråkratiet,
- fremmer ærlighet og likeverd.



«Du kan ikke løse problemer med den samme tenking som skapte de...»

Noen av våre refleksjoner videre:

- at modellen utvannes eller kopieres i forsøket på lokal tilpassing
- at modellen blir som en ny helseinstitusjon,
- at terskelen ikke blir lav nok til at usikre unge våger seg inn, at brukerperspektivet må vike av faglige hensyn, frivilligheten skvises ut.

Poul Nyrup Rasmussens råd: «Ikke la det offentlige ta styringen på satsingen, da mister dere kontrollen over utviklingen av modellen og den kan fort miste den nyskapende lave terskel-tilgangen»





www.ungarena.no

Rune Helland

Telefon: 454 88 483

E-post: runhel@mentalhelse.no