



Att hitta  
själv  
sigs  
AKA till  
tillbaka



## Speciellt bara för dig

**A**tt upptäcka att man inte riktigt passar in är svårt. Att inte passa in i skolan. Inte passa in bland sina jämnåriga. Kanske inte ens riktigt passa in i sin familj. Men det finns en sak som är svårare. När man upptäcker att de andra inte heller tycker att man passar in.

**D**essutom är det i dessa lägen inte bara lätt, utan också naturligt, att tro att det är ens eget fel. Fysiska handikapp är så mycket lättare att se och acceptera, men den som kanske har någon form av neuropsykiatriska funktionshinder vet ibland inte om det. Detsamma gäller föräldrar, och det kan vara oerhört frustrerande att inte riktigt veta vad som är problemet. Även som förälder är det lätt att ge sig själv skulden, och bara att få hjälp med att skapa en fungerande vardag kan vara en oerhörd lättnad för alla.

**Genom åren har vi lärt oss två saker:**

**1.** Ju snabbare man slipper kämpa med miljöer som inte är bra, desto bättre. Ju snabbare man får hjälp, desto lättare är det att komma underfund med varför man är annorlunda och lära sig att hantera det på ett mer ändamålsenligt sätt.

**2.** Om den hjälp man får inte är helt och hållet individanpassad, är det inte säkert att den är till så mycket hjälp. Den som har haft en uppförsbacke med att hantera grupper av människor, har svårt att komma vidare i en annan grupp.

**D**et var därför vi startade Tasava. För att erbjuda skolgång och behandling som är helt och hållet anpassad efter var och en. Studietakten. Ämnen. Terapi. Yrkesträning.

Alla som går i skolan eller yrkesträning hos oss har olika upplägg, olika former av terapi anpassade till just dem.

**M**en när vi skulle berätta om oss själva och vår verksamhet, slog det oss att det inte riktigt går att göra en glättad broschyr om sådana här saker.

Det vi gör är inte en ”metod” eller ett ”system”. Det är en samling människor som är specialister på det de gör, och som tror att alla har möjlighet att utvecklas om de bara får rätt möjligheter. Och för att få en rättvisande bild av Tasava behöver du träffa dessa människor.

Därför är det du nu håller i handen en serie intervjuer med alla på Tasava där de själva berättar om hur de arbetar.

**D**et är ju unika möten mellan individ och individ som leder till resultat.



# Skräddarsydd utbildning för var och en

Om man utgår från varje individs unika behov och har kompetens och flexibilitet nog att sätta samman en lika unik behandlingsplan för var och en, då ökar möjligheterna att lyckas tusenfallt. Då ökar möjligheterna för ungdomarna att få verktyg som hjälper dem att ta sig fram i vuxenlivet.

Tasarna ska vara så bra att jag  
skulle kunna ha mina egna  
barn här

CAROLA ROSENGÅRD, SOCIONOM, VD





## De bortglömda ungdomarna

Carola och Hasse sitter i en soffa bredvid ett akvarium. Solen lyser in i Tasavas ljusa och luftiga lokaler, och strålarna reflekteras i de små luftbubblor som strömmar upp från akvariets pump. För sex år sedan startade de dagverksamheten här för att ge de bortglömda ungdomarna ett bättre alternativ. För att ge dem något som var ett verkligt stöd i deras utveckling, snarare än reaktioner på symptom.

- Det finns stora grupper av ungdomar som inte passar in, säger Carola Rosengård. Varken i skolsystemet som det ser ut nu, eller i majoriteten av de alternativ till skolan som de blir hänvisade till.

- Vi var tidigt ute med att fokusera på neuropsykiatriska handikapp, berättar Hasse Gustafsson. Sedan såg vi att man behövde kunna erbjuda många olika behandlingsformer, plus skola och yrkesträning för att ge dessa ungdomar en meningsfull kontext.

Och häri ligger det unika med Tasava:

Här får ungdomarna inte bara dagbehandling, utan också skola och yrkespraktik. På ett och samma ställe finns allt de behöver. Men det stannar inte där; behandlingsformerna är fler-taliga. Exempelvis kognitiv psykoterapi, kognitiv beteendeterapi, social träning, lyssningsträning, dysleximassage och ART.

- Erfarenheten vi drog var enkel och tydlig, säger Carola. Istället för att utgå från en behandlingsideologi eller en metod, så måste man utgå från varje individ. Och eftersom alla ungdomar är olika – har olika problem och olika behov – måste man kunna erbjuda flera olika behandlingsformer.

Det går  
inte att säga  
att man utgår  
från individen  
om man sen  
bara har  
en och samma  
behandlingsform



## När ”individen i centrum” inte är en klyscha

På Tasava finns kompetens tillgänglig för att kunna ge varje individ vad han eller hon verkligen behöver.

– Det kan handla om någon som har läs- och skrivsvårigheter och ändå behöver skaffa svenskbetyg. Och som behöver kognitiv terapi för att hitta de rätta verktygen att handskas med sitt funktionshandikapp, förklarar Hasse.

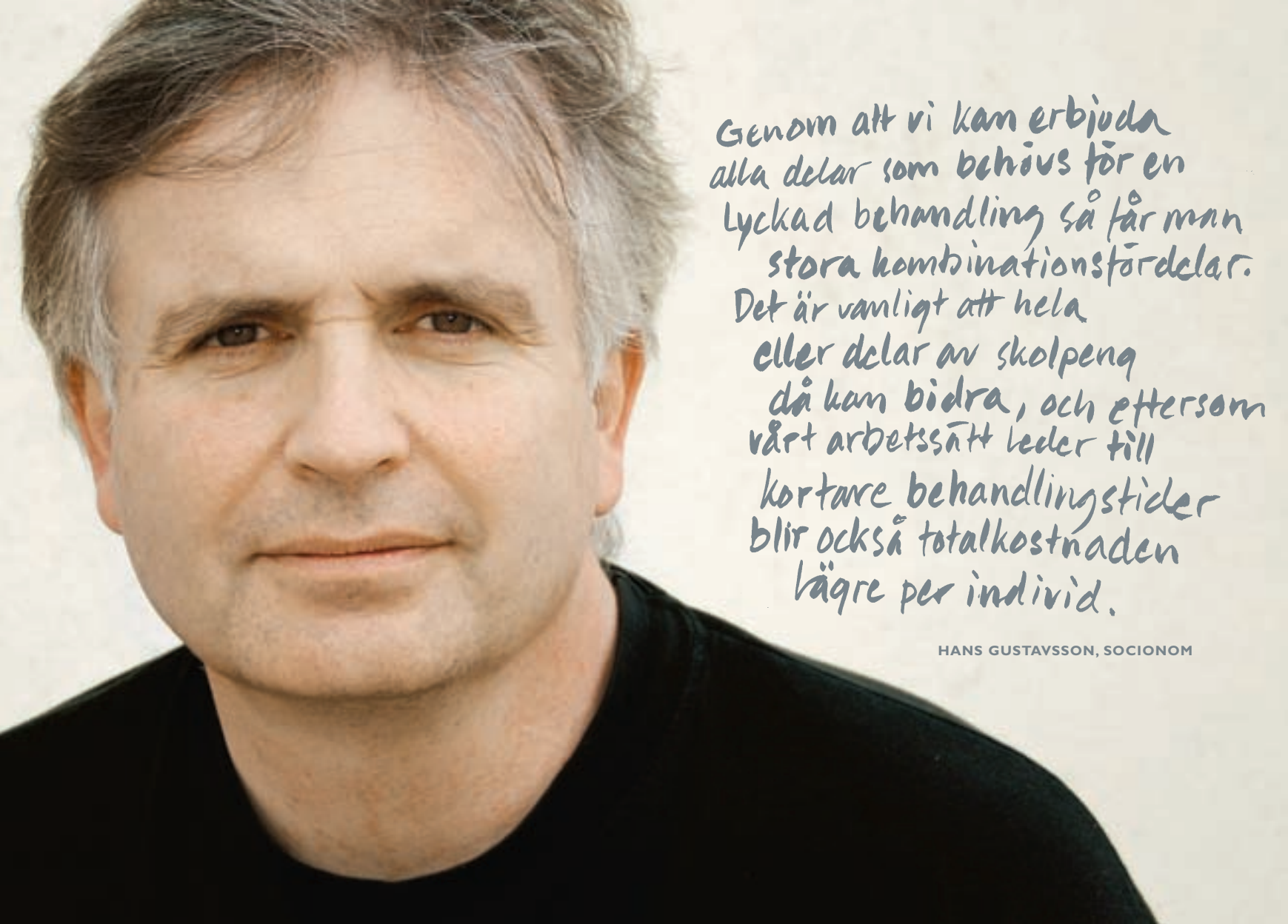
Tasava lägger upp en individuell behandlingsplan tillsammans med ungdomarna, deras föräldrar, socialsekreterare och, i många fall, den skola ungdomarna kommer ifrån. Och i exemplet ovan kommer speciallärare och terapeuter från Tasava att bli de som genomför planen.

Den kan innehålla familjeterapi, individuell terapi och praktikplatser för att prova på något som kan motivera och ge inspiration till yrkesval eller fortsatta studier. Detta är bara några exempel på alla de tjänster som Tasava har inom sina väggar.

– Det går inte att säga att man utgår från individen om man sen bara har en och samma behandlingsform att erbjuda alla, säger Carola. Det är dessutom ett stort plus att vi har specialpedagoger. Ungdomarna säger till kompisar att de ”ska till skolan”, och man ska inte underskatta betydelsen av att de kan säga så.

Dessutom betyder det väldigt mycket att plötsligt upptäcka att man lyckas med ämnen man hade problem med i skolan. Vare sig de problemen hade med funktionshinder eller den sociala kontexten i skolan att göra. Och det betyder lika mycket att vara ute på en arbetsplats och upptäcka att man har färdigheter som omgivningen uppskattar.



A close-up portrait of a middle-aged man with short, wavy, grey hair and a neutral expression. He is wearing a dark, possibly black, t-shirt. The background is a plain, light-colored wall.

Genom att vi kan erbjuda  
alla delar som behövs för en  
lyckad behandling så får man  
stora kombinationstördelar.  
Det är vanligt att hela  
eller delar av skolpeng  
då kan bidra, och eftersom  
vårt arbetssätt leder till  
kortare behandlingstider  
blir också totalkostnaden  
lägre per individ.

HANS GUSTAVSSON, SOCIONOM

– Det är också mycket viktigt att stötta föräldrarna, säger Hasse. Ofta har de skuldbelagt sig själva, för de har kanske inte fått någon förklaring till varför deras barn har problem. Därför lyssnar vi oerhört mycket på dem, dels för att de känner sitt barn bäst och dels för att de ska känna att de sitter vid rodret, tillsammans med sin telning.

Föräldrarna är främsta samarbetspartern hos Tasava, förutom ungdomarna själva. Individfokuset är så stort att oerhört få saker sker i grupp. Och då är ”gruppen” kanske inte större än två personer.

– De här ungdomarna har misslyckats i grupper förut, säger Carola. Därför ger vi dem en möjlighet att lyckas själva först. Så att de har en plattform att gå vidare ifrån.

Detta gäller även undervisningen som sker en och en. Specialpedagog plus elev, större är inte klassen. Faktumet att skolgången är inbakad i behandlingen är naturligtvis både praktiskt och effektivt.

### **Ett ekonomiskt alternativ**

I dessa dagar av besparingar är Tasavas individorienterade dag-behandling, med integrerad undervisning och yrkesträning, ett ekonomiskt fördelaktigt alternativ. Detta kan låta som en paradox, om man också tänker på att alla ungdomar får sin egen unika mix av behandlings- och undervisningsformer.

Men det är precis därför som Tasava är så kostnadseffektiva.

– I och med att vi på ett och samma ställe kan erbjuda alla delar som behövs för en lyckad behandling – terapi, undervisning och yrkesträning – så får man stora kombinationsfördelar,

berättar Hasse. Det är vanligt att hela eller delar av skolpengar då kan bidra, och eftersom vårt arbetssätt leder till kortare behandlingstider blir också totalkostnaden för uppdragsgivaren lägre per individ.

– Folk är välkomna att ringa oss eller komma på studiebesök, så kan vi berätta om några exempel på ekonomiska upplägg som olika socialkontor har gjort, säger Carola.


### **Tasava redovisar resultatet av behandlingen**

Tasava utvärderar regelbundet alla sina behandlingar. Dels för att kunna få feedback för att utveckla verksamheten, och dels som en kvalitetskontroll för uppdragsgivarna.

–Vi redovisar fortlöpande våra resultat, säger Hasse. Inklusive snittbehandlingstider och vart ungdomarna tar vägen sen.

## **Skolpeng – så går det till**

**U**ngdomarna är antingen inskrivna vid Sofia Distansundervisning eller vid sin hemskola. Om det sistnämnda är fallet så tillkommer inga kostnader alls för betygsättningen. Och om man betygsätts via Sofia Distans tillkommer en kostnad som varierar mellan 3 500 kr och 12 000 kr per ämne och läsår. Skolpengen ”går inte åt” – vilket gör att vid de allra flesta placeringar så är skolan med och betalar en del av placeringen tillsammans med socialtjänsten. Hur fördelningen ser ut varierar från kommun till kommun.



Alla elever hos Tasava  
har egen dator  
men det betyder inte  
att undervisningen  
nödvändigtvis  
är databaserad



## Här får eleverna möjlighet att lyckas

Använder man bara rätt pedagogik, kan man med små medel åstadkomma stora resultat. Det har Ulf Lindström upptäckt under sina många år som speciallärare. Och på Tasava känner han att det är större möjligheter att använda just rätt pedagogik, eftersom här kan han anpassa pedagogiken efter varje elev.

*Matte är lustigt nog det ämne  
där man både lättast och  
snabbast kan få dem att känna sig  
smarta och duktiga  
när man jobbar på vårt sätt.*

ULF LINDSTRÖM, SPECIALPEDAGOG



### Skolan där ingen samarbetar

Efter att ha jobbat länge som lärare, bland annat med svenska som andra språk och med ungdomar på SAMHALL, har Ulf Lindström varit med från starten på Tasava. Han sitter framför en stor white board som reflekterar solljuset, och i handen har han en liten white board han lägger på bordet.

– Vi sitter ofta och jobbar så här, säger Ulf. Jag skriver problem bakom mig på min tavla, och eleverna skriver svar på sin. Och så pratar vi mycket under tiden, det är en väldigt muntlig undervisning. Om man kan få elever att prata matte, då är det mycket enklare.

Ulf berättar hur de flesta ungdomar som kommer hit har problem med undervisning i grupp. Oavsett orsakerna, som kan vara många olika, så är det en gemensam nämnare. Därför jobbar de aldrig i grupp.

– Ofta har de ett dåligt självförtroende när det gäller sådana här saker, de är skraja för jämnåriga och de är framförallt skraja för att andra ska höra på, säger han. Därför är det ingen som jobbar ihop här.

Det leder till en mängd fördelar för både elev och lärare.

– De blir väldigt befriade. För många är det första gången de får upptäcka att de kan saker.

Att gå i skolan på Tasava handlar vanligtvis om att ta betyg i kärnämnen så att man kan komma vidare. Och att göra det i en miljö som individanpassas så att man kan hitta sin egen studietakt. Ulf berättar att det finns några förhållningsregler för hur man jobbar:

– För det första; *bemötandet*. Det är stor skillnad på eleverna,

deras bakgrund och deras personlighet. Därför måste vi bemöta alla olika, på just deras sätt. Det betyder att man själv som lärare måste vara lite olika beroende på vad eleven behöver. Och i och med den individuella undervisningen, i och med att jag sitter själv med eleven, så är detta möjligt. Var och en kan få sitt eget bemötande. För pedagogiken är detta en stor fördel!

– För det andra; alla har *sin målsättning*. Tillsammans med eleven och föräldrarna bestämmer vi vad de ska göra och i vilken takt. Det kan vara allt från att jobba med ett ämne till fem-sex stycken på samma gång. Helt beroende på elevens behov och utgångsläge. Och mitt råd är alltid att ta det lugnt första terminen. Bättre att bara ta ett ämne, och lyckas med det man föresatt sig.

### **På Tasava finns det många årskurser**

Både studietakten och svårighetsgraden anpassas till elevernas förutsättningar. På Tasava kan man läsa ämnen från årskurs fem via högstadiet och sedan upp till gymnasienivå. Och det

är inte ovanligt att en och samma elev kan ligga i olika "årskurser" i olika ämnen.

– Det är ytterligare en stor fördel med den individuella undervisningen, säger Ulf. Eftersom vi undervisar "one-on-one" så är det aldrig något problem med hur man ligger till färdighetsmässigt jämfört med "normen" för en viss ålder.

Många av eleverna som går hos Tasava har också glömt hur det känns att lyckas i skolan. Ofta har deras problem eskalerat långsamt, och det är först i slutet av mellanstadiet eller i början av högstadiet som omgivningen och ungdomarna hamnar i tydlig konflikt. Men för ungdomarnas del är det då väldigt länge sedan skolan var något roligt.

– Vi använder massor med olika läromedel, och det är naturligtvis lättare när man hela tiden tänker individ, säger Ulf. Har du en elev med läs- och skrivsvårigheter så är det kanske inte så lämpligt att börja med en massa böcker som läromedel.

Alla elever hos Tasava har en egen dator, men det betyder inte att undervisningen nödvändigtvis är databaserad.

De är skräja för jämnåriga och de är framförallt skräja för att andra ska höra hur dåliga de är på något, därtör är det ingen som jobbar ihop här.

30

60 kr/l

30

Vi sitter ofta  
och jobbar så här  
jag skriver problem  
bakom mig på min tavla,  
och eleverna skriver  
svår på sin.

152

1/2

ml

30

– Återigen är det olika från individ till individ, fortsätter Ulf. För de som redan är väldigt inne på datorer kan det finnas en fördel med att göra skolarbete på datorn. Men som jag sa så jobbar vi mycket muntligt. Det är inte så vanligt i skolan, men det är ett mycket bra arbetssätt.

Många som kommer hit är svaga i matte och/eller rädda för matte. Men trots detta är det ett ämne som Ulf gärna börjar med.

– Matte är lustigt nog det ämne där man både lättast och snabbast kan få dem att kännas sig smarta och duktiga när man jobbar på vårt sätt. Det har också fördelen att inte vara så förknippat med en själv som till exempel svenskan, som kommer mer inifrån.

Eleverna får själva bestämma vilket eller vilka ämnen de ska börja med när de kommer till Tasava. Men Ulf försöker alltid få dem att ta med matte, just av ovanstående skäl. Han tycker också att kärnämnen är aningen överskattade i skolan just nu, till nackdel för ungdomar med särskilda behov.

– Jag försöker gärna få in ett SO-ämne, säger han. För det hjälper till att skapa en bra omvärldsbild. Och det gör att man tränar läsning.

### Många får betyg

Det vanligaste är att elev och lärare jobbar mot ett godkänt betyg i de ämnen som är aktuella, Men studieresultaten är också både VG och MVG.

– Många elever är mycket begåvade, berättar Ulf. Och att de inte visat det tidigare beror på att de inte fått den rätta hjälpen, det rätta stödet.

På Tasava får de ett studieprogram som är helt och hållet individanpassat, och helt integrerat med eventuell behandling. Ett paket med skola, terapi, familjeterapi och yrkesträning – allt efter behov.

– Hittar de bara tillbaka till ett självförtroende och till en motor i sig själva, så kan de här eleverna börja utvecklas, säger Ulf.

## Betyg – så går det till

**N**är ungdomarna kommer till Tasava har de ofta luckor i sina skolkunskaper. Och det första steget är att ta reda på var de befinner sig kunskapsmässigt och börja där. Det betyder att en och samma person till exempel kan läsa engelska i årskurs åtta, och matte i årskurs sex. För de som ska läsa årskurs åtta eller nio i ett eller flera ämnen finns två alternativ: Antingen ska de fortsättningsvis betygsättas via sin hemskola, eller också skrivas in på Sofias distansundervisning. Kommunen bestämmer detta, och om hemskolan ska stå för betygsättningen så behöver någon på den skolan ta på sig ansvaret för att hålla kontakten med lärarna på Tasava. Ungdomarna följer sedan samma kursplan och skriver samma prov som de andra eleverna i sin hemskola.




INOM HVB-OMRÅDET  
FRÅNT VÄRDET

JOHANNA THYDELL

I TAKET  
LYSER  
STJÄRNORNA

För barn och ungdomar  
2008

SW

A close-up portrait of a man with long brown hair tied back, blue eyes, and a light beard. He is wearing a dark suit jacket over a light blue shirt. The background is a plain, light-colored wall.

## Att hitta tillbaka till sig själv

I en småskalig, trevlig miljö, hjälper Tasavas yrkesträningsverksamhet ungdomar att lyckas med något. Ofta har deras självbild fått sig en törn av att vara utstraffade. Och då innebär det en stor skillnad att få göra något man är bra på, och att få uppskattning från omgivningen. En omgivning som är en ny kontext.

Om någon kan plugga tre timmar i veckan  
och jobba på en praktikplats  
resten av tiden så betyder det att de lyckas  
på två områden samtidigt

PER TORSTENSSON, STUDIE- OCH YRKESVÄGLEDARE

## Anpassad yrkesträning

För dem som har en problemfylld skolgång bakom sig är det ofta en stor skillnad att få plugga i sin egen takt och att få varva studier med praktiska erfarenheter. Och hos Tasava finns det unika möjligheter att göra en helt egen mix för varje individ.

– Här kan de prova på och lyckas med något som intresserar dem och samtidigt studera i egen takt, berättar Per Torstensson på Tasavas yrkesträningsverksamhet.

I gemytliga lokaler på Kungsholmen arbetar han tillsammans med Anna Holmberg och Peder Eriksson. Här är småskalighet och nära stöd nyckelord för verksamheten.

– Vi jobbar tätt med ungdomarna, vi finns där även när det är svårt och utan att belägga dem med krav de inte kan leva upp till. På det viset blir det en trygghet i tillvaron, en plattform att gå vidare ifrån, säger Anna.

Alla tre har de en gedigen bakgrund och lång erfarenhet av att arbeta med ungdomar som har någon form av psykosociala problem.

– Ofta handlar det om dålig aggressionskontroll, säger Peder. Och/eller dålig impuls- och känslokontroll. Det kan finnas en neuropsykiatrisk diagnos i botten, eller andra funktionshinder, andra orsaker.

Hos Tasava får de själva vara med och bestämma mycket. Tillsammans med föräldrar, skola och socialsekreterare. Det är varken kravfullt eller kravlöst.

– Det handlar mycket om att hitta den rätta balansen, säger Per. Om någon kan plugga tre timmar i veckan och jobba på en praktikplats resten av tiden så betyder det att de lyckas på två





områden samtidigt, två områden de tidigare haft problem med.

Och när de ser att de kan lyckas med saker, bygger det upp en ny självbild som i sin tur blir en motor för helheten i behandlingen.

### Alltid finnas till hands

På Tasava finns alla resurser för att ge varje individ vad han eller hon verkligen behöver. Istället för att tvinga in någon i en form styrd av resurser eller ett ”tänk”.

– Vi erbjuder till exempel kognitiv terapi och familjeterapi till alla. Men det är samtidigt inget tvång att vara här hos oss, förklarar Peder. Ju mer de vill vara ute på praktikplatserna desto bättre. Mixen är olika från individ till individ, aldrig en patentlösning.

Istället fungerar Tasava som ett ständigt närvarande stöd. En trygghet som gör att ungdomarna vågar och kan ta nya steg i sin utveckling. Och det är precis vad de gör.

– Det handlar mycket om den sociala interaktionen och om

*Vi jobbar tätt med ungdomarna  
vi finns där även när det är svårt  
och utan att belägga dem med krav  
de inte kan leva upp till.*

att få en ny identitet i en yrkesroll, säger Anna. En av våra ungdomar berättade till exempel att han brukade ha på sig snickarbrallorna även på helgen, för folk såg på honom på ett annat sätt då.

Personalen hos Tasava har också utbildning i ART-metoden för att träna impulskontroll, socialt accepterade beteenden och konfliktlösningar med de ungdomar som vill.

– Det är förvånansvärt lätt att hitta bra praktikplatser, berättar Per.

– Storleken på miljön är viktig, eftersom våra ungdomar ofta har haft problem med grupper, i sociala sammanhang. Och det är också viktigt med geografin. Bor du norr om staden

ska du inte behöva åka tvärs igenom till andra sidan. Det underlättar inte om du redan har en tröskel att komma över.

Ofta har också ägarna och de som arbetar på företagen mycket stor förståelse för ungdomarna som de tar emot. Många säger att de själva hade liknande problem när de var unga, men att ingen förstod dem. Därför är de ofta glada att få hjälpa någon, att få ”ge tillbaka”.

Tiden hos Tasavas yrkesträningsverksamhet kan variera från en månad till två år – allt beror på behoven hos ungdomarna. Det är inte heller ovanligt att de får anställning på sin praktikplats, även om det inte är huvudsyftet.

– Att på detta sätt hitta ett sammanhang där de trivs, där de får uppskattning för vad de gör och där de kan vara sig själva, är A och O, säger Peder.

Detta blir till en grund som de kan utvecklas vidare ifrån. Antingen man vill studera mer eller gå ut i yrkeslivet.

## Helhetsansvar

Tasava fungerar som spindeln i nätet och ser till att rätt person får rätt behandling och rätt yrkesträning. Föräldrar, uppdragsgivare och praktikföretag har en och samma kontaktperson, och detta gör det också lätt att ta in rätt resurser vid behov.

Vill föräldrarna ha familjesamtal eller familjeterapi finns det alltid tillgängligt, liksom kognitiv terapi för ungdomarna. Detsamma gäller specialpedagoger för dem som vill kombinera praktiktiden med studier i något eller flera kärnämnen.

Allt finns under samma tak, och allt är koordinerat och individanpassat.



– Jag tror att vi har en lyckad kompetens- och erfarenhetsmix här på Tasava, säger Per. Så ungdomarna kommer till ett ställe där alla resurser är tillgängliga, och där de som representerar de olika yrkesrollerna har en gemensam grundsyn.

Många av dem har arbetat med liknande problem tidigare, men känner nu att de har möjlighet att göra större skillnad med detta sätt att arbeta.

– Vi är ett mycket kostnadseffektivt alternativ har det visat sig, säger Anna. Vi tar hand om de som har det svårt i skolan, och vi åstadkommer goda resultat. Särskilt enligt ungdomarna själva.

Och fördelarna som småskaligheten ger tänker man behålla även i fortsättningen.

– På yrkesträningverksamheten har vi just nu tioalet behandlingsplatser. Det är nämligen grundläggande för att kunna ge den trygga miljö och den skraddarsydd behandling som Tasava erbjuder.

*Att hitta en kontext där de trivs,  
där det inte är för mycket folk,  
där de får uppskattning för vad de gör  
och där de kan vara sig själva,  
är A och O.*

PEDER ERIKSSON, SOCIONOM





Det handlar mycket  
om den sociala interaktionen  
och om att få en ny  
identitet i en yrkesroll,



## Att designa en alternativ livsstil

Om man kan utmana negativa inställningar, få in individen på nya ”spår”, så kan man ändra dåliga utgångslägen. Genom att hjälpa till att ge ungdomar en bättre självbild, och tillsammans hitta alternativ till de mönster som hittills inneburit konflikter med omvärlden bygger kognitiv psykoterapi upp det som förut varit destruktivt.

*En fördel för ungdomarna med kognitiv terapi är att det inte finns några hemligheter, det görs inga tolkningar. Det gör att de törs visa sin person.*

ÅSA MARIE GUSTAFSSON  
LEGITIMERAD ARBETSTERAPEUT  
KOGNITIV TERAPEUT

## Ungdomar som forskar i sin egen framtid

Likt två forskare som tillsammans studerar världen, kommer fram till nya slutsatser och dito handlingsplaner. Så beskriver Åsa-Marie Gustafsson sitt och ungdomarnas gemensamma arbete.

– Jag hade jobbat med kognitiv terapi inom företagsvården och den öppna vården, när jag kände att det vore roligare att jobba med ungdomar, berättar hon. Då har man möjligheten att komma in tidigt, och därmed göra en skillnad.

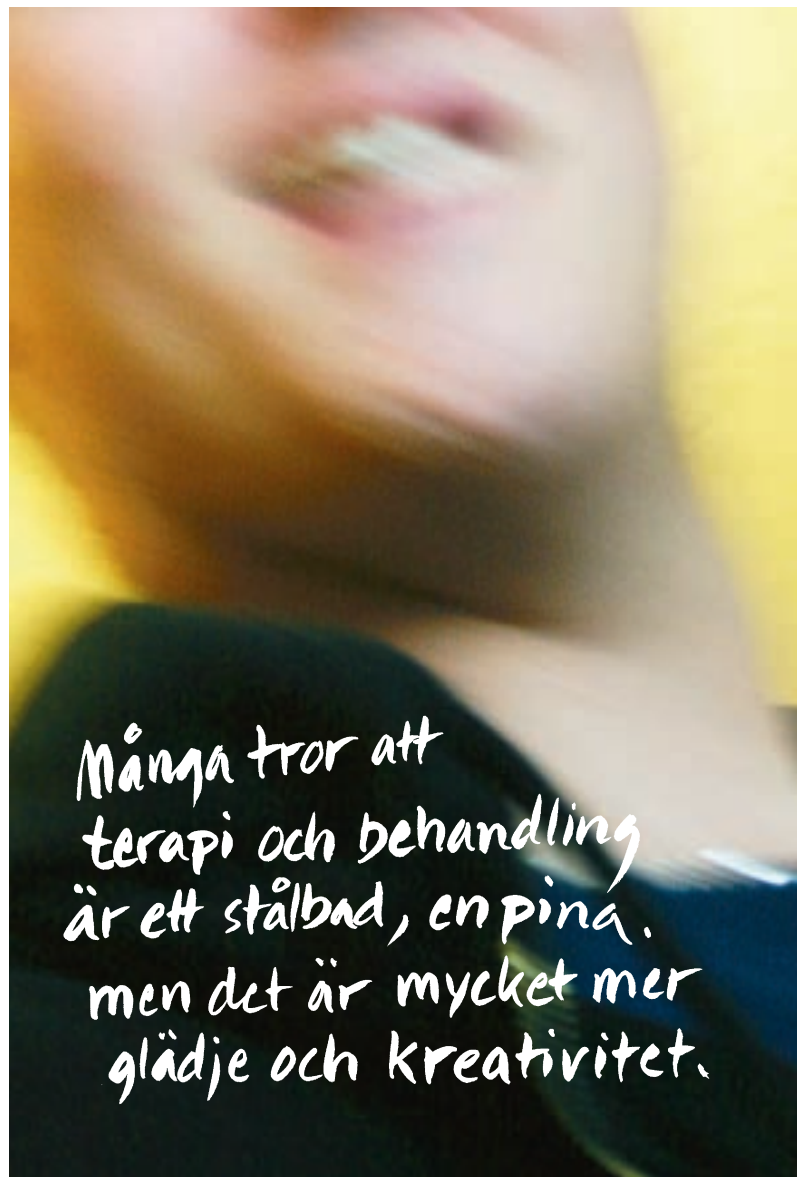
Det är en mycket rak arbetsprocess som hon använder sig av. Hon hjälper ungdomarna att titta på sig själva, framtiden och omgivningen. Har man en negativ syn på en eller flera av dessa dimensioner så påverkar det ens självbild och ens världsbild och Åsa-Marie bearbetar den negativa synen tillsammans med ungdomarna.

– Det är väldigt demokratiskt, inget hokus-pokus, säger hon. Vi har en agenda som vi skriver tillsammans och som vi går igenom tillsammans.

Och på den agendan finns arbetsuppgifter, och ibland hemuppgifter, som ungdomarna genomför.

– Det kan handla om att söka upp personer och fråga dem hur de tänker och tycker. Att träffa någon ur en grupp man har svårt för och lära sig att de kanske inte funderar och fungerar riktigt som man själv trodde.

Tillsammans med Åsa-Marie tar ungdomarna helt enkelt reda på om de idéer de har om omvärlden verkligen stämmer. Mycket av arbetet handlar om att se hur föreställningar man av olika anledningar skaffat sig styr situationer man hamnar i.



Många tror att  
terapi och behandling  
är ett stålbad, en pina.  
men det är mycket mer  
glädje och kreativitet.

Och genererar mönster. Utan att föreställningarna nödvändigtvis är de rätta.

– Det är mycket skratt och humor, säger Åsa-Marie. Tvärtemot vad många tror, så är terapi inte sällan roligt!

Att på samma gång skapa lite självdistans och en mer positiv självbild är vägen framåt.

– Till exempel kan du lära dig att fråga folk rakt ut ”Är du arg på mig?”, berättar Åsa-Marie. Istället för att utgå från att det är så, och kanske skapa en helt onödigt konfliktsituation.

När det gäller neuropsykiatriska handikapp handlar det om att lära sig hantera alla signaler som bombarderar en.

– En fördel för ungdomarna med kognitiv terapi är att det inte finns några hemligheter, det görs inga tolkningar, säger Åsa-Marie. De gör att de törs visa sin person, de kan vara som de är, och det gör terapin mer effektiv.

Ofte gäller det att hitta ett alternativt sätt att vara på, att tillsammans ”designa” en alternativ livsstil. Och även med funktionshandikapp kan de flesta lära sig att klara sig bra med de förmågor har.

– I rätt miljö kan alla trivas och vara lyckliga, fortsätter Åsa-Marie. Och fördelen med Tasava är att det går att bygga ett sammanhang för ungdomarna, eftersom alla jobbar så nära varandra. Samtidigt som varje behandlings- och utbildningsplan är helt individanpassad. Tasava tar också ansvar för att de kommer vidare till ”nästa station”, oavsett vad det är.

– Många tror att terapi och behandling är ett stålbad, en pina, säger Åsa-Marie. Men det är mycket mer glädje och kreativitet. Det är inget mystiskt och konstigt man håller på med, alla de där myterna borde man ta död på en gång för alla.

## Kognitiv psykoterapi – så går det till

**I** Sverige görs en uppdelning i kognitiv psykoterapi och kognitiv beteendeterapi. I många andra länder är det en gemensam psykoterapiinriktning vid sidan av andra terapiformer.

**P**å Tasava använder vi utomstående terapeuter, och kan därför erbjuda både kognitiv psykoterapi och kognitiv beteendeterapi. Oberoende av terapiform träffas terapeut och ungdom en eller två gånger i veckan för samtal.

Mellan samtalen får ungdomarna ofta ”hemläxor” dvs sådant som man kommit överens med terapeuten om att man skall träna på till nästa gång. Terapin kan pågå under hela behandlingstiden, och även efter utskrivning.

Eller så arbetar man tillsammans tills man löst de problem som måste lösas för att ungdomarna ska kunna gå vidare.



Även om du har till exempel  
dålig impuls kontroll  
kan du lära dig att du har det,  
och "plugga in" ett nytt sätt  
att hantera det som  
tidigare lett till konflikter.

PETER FRIMAN, LEGITIMERAD PSYKOTERAPEUT/FAMILJETERAPEUT

## Tillsammans kan vi skapa en rimlig värld

Många ungdomar med neuropsykiatriska handikapp hamnar i situationer som gör dem utsatta. Andra ungdomar har hamnat i utsatta situationer, och det kan skapa destruktiva beteenden. Och det är inte alltid lätt att få rätt hjälp. Men på Tasava kan man skapa ett sammanhang som hjälper ungdomarna att hitta framåt.

## Att lägga saker till rätta, praktiskt och känslomässigt

Toleransen för avvikelser från ”normen” verkar ha minskat överlag i samhället tycker Peter Friman, familjeterapeut på Tasava. Men det finns mycket som kan stressa ungdomar och folk i stress gör konstiga saker. Men ofta går problemen som det skapar att lösa.

– Vår förmåga att skapa problem är ganska välutvecklad, och ofta skapar vi dem i onödan, säger Peter. Men när folk får möjlighet att prata med varandra, och prata till punkt, så händer saker. Problem löses upp, snarare än löses.

En annan sak som är positiv med samtal är att den här typen av problem ofta skuldbelägger både ungdomar och föräldrar. Bara att komma ur den skuldsituationen betyder oerhört mycket för att sedan gå vidare och hantera praktiska saker.

– Kan man lägga saker och ting tillrätta tillsammans, så skapas också förutsättningar för en förändring av den aktuella situationen. Även för den som till exempel har ett neuropsykiatriskt handikapp, berättar Peter.

I samtal måste man känna sig bekväm, man måste utmanas i lagom takt. De samtal Peter leder kan vara med föräldrar, ungdomar och de som är behandlingsansvariga på Tasava. Men inte sällan är socialsekreterare och lärare också med. Grupperna blir på det sätt som passar respektive ungdomar bäst, helt enkelt.

– Det man säger till varandra blir ofta ”sanningen”, även om alla iblandade har gjort sin tolkning. Därmed har man sin egen syn på vad någon sagt som inte nödvändigtvis stämmer överens med vad den personen verkligen tycker. Men när alla kan vara i samma rum och prata med varandra så

kan sådant redas ut. Och det blir ofta en stor lättnad för alla!

Har man dessutom något slags neuropsykiatriskt handikapp kan det vara så att det tagit lång tid för föräldrar, lärare och andra i omgivningen att upptäcka det. Hade man varit mycket udda hade man istället fått hjälp direkt.

## Att vara lite udda kan vara värre än mycket udda

Men genom att stödja deras styrkor och hjälpa ungdomarna att lära känna sig själva, att lära dem känna igen situationer där de gör ”fel”, så kan Tasava ha en avgörande effekt för hur det går för dem i livet.

– Även om du till exempel har dålig impuls kontroll kan du lära dig att du har det, berättar Peter. Och därmed ”plugga in” ett nytt sätt att hantera det som tidigare lett till konflikter. Det är inte heller alltid antalet terapisaamtal som är avgörande, utan tiden emellan dem.

– Ett samtal kan inleda en förändring, säger Peter. Men om vi ska förstå varför vi gör som vi gör, behöver vi lite tid.

Peter ser stora fördelar i hur ungdomarna får ett sammanhang på Tasava. Ett sammanhang som är helt och hållet anpassat till just dem. Och där olika personer med olika kompetens har hand om varsina delar av behandlingsplanen. Men alla samarbetar. Han tycker också det är mycket viktigt att lyssna på ungdomarnas föräldrar.

– Föräldrar är ofta en eftersatt grupp i dessa frågor, säger Peter. Ibland har de till och med blivit illa behandlade.

Vilket är så tråkigt, för när föräldrarna är med på ett bra sätt, så har det en behandlande effekt i sig själv.

## Målgrupp – så går det till

**V**i tar emot ungdomar både med och utan diagnos. I vissa fall utreds de under tiden på Tasava tillsammans med ansvarig BUP-mottagning. På dagbehandlingen ligger åldern mellan 13 och 19 år, och för yrkesträningsverksamheten från 15 år och uppåt. Inte alla, men många av de ungdomar som har diagnostiserats, har neuropsykiatriska svårigheter. Inom gruppen neuropsykiatriska funktionshinder finns t.ex. ADHD, Aspergers syndrom, Tourettes syndrom och OCD.

**ADHD** (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder), kan på svenska översättas med ”uppmärksamhetsstörning med överaktivitet”. Personer som har ADHD har problem med att hålla kvar uppmärksamheten, kontrollera sina impulser och att vara lagom aktiv. I Norden används också begreppet **DAMP**.

**Aspergers syndrom** kännetecknas framförallt av svårigheter med ömsesidig social kommunikation, snäva intressen, problem med ickeverbal kommunikation. Symptomen liknar delvis autistiska problem men på grund av högre begåvning och bättre förmåga till kommunikation så blir inte symptomen lika alarmerande.

**Tourettes syndrom** kännetecknas av verbala och/eller motoriska tics. Ofta har personer med Tourettes syndrom också svårigheter som liknar ADHD.

**OCD** (Obsessiv Compulsiv Disorder), på svenska tvångssyndrom. De flesta som lider av tvångssyndrom har både tvångstankar och tvångshandlingar. Den som är drabbad utför ritualer för att hålla ångesten och tvånget borta.

Andra diagnoser som kan förekomma är till exempel social fobi och depressioner.

Social fobi innebär en handikappande eller begränsande rädsla för uppmärksamhet. De här problemen debuterar ofta i skolåren, då man skall börja vara social utanför familjen.

**D**et här var exempel på de diagnoser som förekommer hos våra ungdomar. I många sammanhang är det viktigt att få en korrekt diagnos. Till exempel för att få den hjälp man behöver i skolan, eventuell hjälp av medicinering och större förståelse från omgivningen. Vissa diagnoser ger också rätt till stöd via LSS-lagstiftningen. Men vår erfarenhet är också att varje ungdom är en unik person med sina egna styrkor och svagheter och en absolut rätt att bli bemött som individ. Därför är det viktigt att komma ihåg att beskrivningarna av diagnoserna är ”renodlade” – en individ kan ha problem med symptom från olika områden. Vissa diagnoser är också ”färskvara”; det som gällde när man var yngre kan förändras när man blir äldre.



## En muppskola man kan gå på

Lisa kunde inte gå i skolan, det var för mycket folk tyckte hon. Till slut hade hon varit hemma i ett år, och efter att hennes föräldrar tagit med henne på studiebesök till Tasava vägrade hon att gå där också. Ett och ett halvt år senare har hon tagit sina betyg.

## Alla ungdomar har fördomar om små ställen

Lisa berättar att hon blev tokig för minsta lilla och det var inte bättre de första gångerna hon var på Tasava.

– I helsike att jag skulle gå på en muppskola, berättar hon. Men mina föräldrar tvingade mig och det är jag glad för.

Nu i efterhand tycker hon att det är viktigt att föräldrar ser när deras barn inte passar in i en vanlig skola, och att det finns alternativ. Alla måste inte vara ”normala”.

– Det finns många ”bråkiga” ungar som är duktiga, men som inte får möjlighet att visa det för de passar inte in i den vanliga skolan, säger Lisa. Och har man bråkigt med sin lärare kan det vara svårt med betygen sen. Här är det inte samma lärare som man har som sätter betygen.

De flesta ungdomar har fördomar om alla typer av ställen som är annorlunda jämfört med den vanliga skolan. Och även om det är synd, kan man inte ändra på det tror Lisa.

– Men här håller de inte på och daltar med en, det är ingen som tycker synd om dig, säger Lisa. Hade jag vetat hur det var och att ett sånt här ställe fanns, hade det inte behövt dröja så länge innan jag kom hit.

Hennes bästa vänner visste hur det var med henne sedan länge, och accepterade henne som hon var. Men redan efter ett halvår på Tasava berättade de för Lisa att de såg positiva förändringar.

Hon berättar också att hon fått både stöd och inspiration från sin tid på Tasava.

– Det blir ju jobbigt hemma i familjen när en person inte gör något, och jag tyckte det var mycket bra att jag och mina

föräldrar kunde prata med någon här en gång i månaden.

Lisa gick också i kognitiv psykoterapi själv samtidigt som hon pluggade till sina betyg.

– Min terapeut har varit en otrolig stöttepelare för mig, säger hon. Det blir en helt annan sak när man kan säga precis vad som helst, det går inte att jämföra med något annat.

## En helt annan tolerans

För Lisa var den stora skillnaden att bli accepterad så som hon var. Och att hon fick hjälp att ändra på ett destruktivt beteende genom att de lyfte fram det som var bra.

– Man märker direkt att det är något annorlunda här, säger hon. I den vanliga skolan stoppar reglerna ens utveckling, men här får man göra som man själv vill under guidning; med konstruktiv kritik.

– Men det är en sak som är konstig, avslutar hon. Alla som jobbar här är från Norrland. Jag tror att det är en norrländsk sekt!

Jag fick hjälp att ändra beteende  
genom att de lyfte fram  
det som var bra


LISA, ELEV 2002-2004

## Tasava – så går det till

**D**en första kontakten tas oftast av någon från kommun, socialtjänst eller skola, och därefter följer studiebesök med föräldrar, ungdomar och socialsekreterare där besökarna får information om vår verksamhet. Efter studiebesöket träffas vi vid några tillfällen och utarbetar tillsammans en preliminär behandlingsplan. I den bestämmer vi när starten ska ske och vi sätter gemensamt upp några första målsättningar och definierar vad vi ska börja arbeta tillsammans med. Starten är, precis som hela behandlingsplanen, individuellt utformad. Vissa ungdomar börjar direkt att gå heltid, medan för andra som varit hemma en längre tid – kanske vänt på dygnet – är det mer realistiskt med en stegvis början. Under behandlingstiden varierar målsättningarna beroende på vad ungdomarna uppnått och vilka målsättningar ungdomarna, föräldrarna, socialsekreterarna och personalen anser är möjliga att sätta för tillfället. Ungefär var fjortonde dag träffar vi föräldrarna för antingen familjesamtal eller familjeterapi, och då förs ett ständigt samtal om hur vi bäst ska kunna följa och driva utvecklingen. Ungefär två gånger per termin träffar vi socialtjänsten, och då tas de större besluten om behandlingsplaneringen. På dagbehandlingen har alla ungdomar ett individuellt schema, men för alla ingår studier och samtal. Motion, film, datakunskap, skapande verksamhet, utflykter, massage lyssningsträning, prao och sommarjobb et cetera kan också ingå, allt individuellt anpassat.

**F**ör ungdomarna på yrkesträningsverksamheten är tyngdpunkten av naturliga skäl lagd på praktisk yrkesträning. De två första veckorna kommer ungdomarna till vår lokal för att lära känna personalen, samtidigt som vi kartlägger intressen och tidigare erfarenheter. Under dessa veckor tar praktikkonsulenterna fram ett eller flera förslag på praktikplats som man tittar på tillsammans. När man bestämt sig för en praktikplats görs ett arbetsschema upp och arbetstiden kan varieras under behandlingstiden. Under hela tiden har praktikkonsulenterna en tät kontakt med arbetsplatserna och med föräldrarna för att anpassa kraven till den utveckling som sker. Under behandlingstiden har ungdomarna också möjlighet att pröva några olika arbetsplatser om de känner sig osäkra på vilken inriktning de vill ha.

**D**et är viktigt att i god tid börja planera för fortsättningen efter Tasava, insatserna vi gör skall tidigt anpassas till vilket mål man vill uppnå och vad man behöver träna på för att uppnå sina mål. För att se mer om vad ungdomarna gör efter utskrivningen, gå till vår hemsida [www.tasava.se](http://www.tasava.se) under fliken resultat.



Hade jag velat hur det var  
och att ett sånt här ställe fanns,  
hade det inte behövt dröja  
så länge innan jag kom hit.



# tasava

**DAGBEHANDLING, SKOLA OCH YRKESTRÄNING**

Dagbehandling: Rålambsvägen 8A, 112 59 Stockholm. 08-644 05 83

Yrkesträning: Stagneliusvägen 40, 112 57 Stockholm. 08-656 71 24

[www.tasava.se](http://www.tasava.se)