

SAMTALSSTÖD FÖR UNGDOMAR OCH UNGA VUXNA

*Oscars församling erbjuder samtalsstöd
för personer i åldrarna 12–25 år.
Isabella Engström, kurator och
församlingspedagog, leder verksamheten.*

Märker du ett tydligt behov av stödsamtal för ungdomar och unga vuxna?

– Ja, absolut! Alla människor behöver prata och med all press på ungdomar i dagens läge så behöver de kanske det mest av alla. Detta syntes också tydligt i den diakonala utredningen som gjordes på Östermalm förra hösten.

Varför är det viktigt att kyrkan bedriver kuratorsverksamhet?

– Ungdomsmottagningen har kötid på över två månader och då är det klart att fler som kan erbjuda samtal behövs. Det ska finnas en kurator på varje skola, men alla kanske inte vill att personal på skolan eller de andra eleverna ska veta att man behöver och vill prata med någon. Då är kyrkan en perfekt plats att komma till eftersom man får vara anonym och inte så många känner igen en. Det är viktigt att vi som kyrka finns tillgängliga för dem som behöver hjälp.

Vilken sorts frågor kan det handla om?

– Man kan prata om allt mellan himmel och jord! Allt från kärlek och relationer till pressen i skolan eller utseende. Det är många som vill prata om familjerelaterade frågor, det kan handla om bråk mellan föräldrar, skilsmässa eller att föräldrarna sätter mycket press på sina barn. Vi pratar också om alkohol, kompisar, sex och allt annat som har med ungdomskultur att göra. Om det är något jag inte kan hjälpa till med slussar jag personen vidare till andra instanser. Men allt sker i samarbete och efter diskussion med klienten.

Varför blev du kurator?

– Jag har arbetat i Oscars församling som församlingsassistent och församlingspedagog sedan 2008 och under tiden utbildat mig till socionom. Mot slutet av utbildningen insåg jag att jag vill jobba mer behandlande

och valde därför att lägga till en grundläggande terapiutbildning inom KBT och kan nu därför erbjuda dessa terapeutiska samtal.

Jag gick själv i över 50 timmars terapi för att få mitt diplom så jag vet hur det känns att sitta och prata med någon om livet och sina funderingar. Något jag varmt rekommenderar alla att göra!

Vad betyder KBT?

– KBT betyder Kognitiv Beteende Terapi, vilket innebär att man jobbar med våra känslor, tankar och handlingar, då denna teori säger att allt hänger ihop. Eftersom alla människor är unika ser man även på situationer på olika sätt och det behöver man tänka kring. Tänk dig en elefant, du och jag kommer antagligen inte beskriva den på samma sätt utan vi fokuserar på olika saker i olika ordning. Genom att förstå oss själva blir det lättare i våra relationer till andra.



Handlar det om enstaka samtaler eller träffas man återkommande?

– Jag vill gärna att man träffas under minst tre samtal. Det är svårt att berätta om sin livssituation under bara ett samtal och man kan även känna sig obekvämt att prata med en främmande person vilket gör att man första gången kanske inte öppnar upp sig helt. När man sen kommer tillbaka till nästa samtal kan man få omformulera sig eller lägga till. Däremot finns det inget tvång att komma tillbaka efter ett första samtal! Det ska vara givande och kännas bra, annars förlorar samtalen en stor del av poängen.

Vem anmäler intresse? Den blivande klienten, föräldrar eller annan närstående?

– De som kommer till mig för samtal har oftast hört av sig själva, men det har även hänt att föräldrar har kontaktat mig för att höra om jag har lediga tider och vad det innebär att gå

i samtal hos mig. Men jag bokar aldrig in ett samtal utan att ungdomen själv vill.

Mitt tips är att våga prata om att man går i samtal med sina närstående för när man pratar om något jobbigt kan det uppkomma frågor mellan gångerna, och då kan det vara bra att kunna prata om dem hemma eller med en kompis. Men vill man inte prata med någon annan för att man tycker det är jobbigt behövs det självklart inte.

Behöver man vara kristen?

– Nej, det behöver man inte vara.

Har du tystnadsplikt?

– Ja, jag har tystnadsplikt. Jag för inte journaler eller berättar vilka som går i samtal hos mig. Däremot har jag anmälningskyldighet vilket betyder att om jag får veta något som får mig att bli orolig för klienten,

är jag tvungen att anmäla detta till Socialtjänsten. Men jag kommer aldrig göra något som min klient inte vet om. Öppen kommunikation är A och O, utan det kan man inte ha ett bra samarbete!

Vill du prata med Isabella?
 maila:
isabella.engstrom@svenskakyrkan.se eller ring
 08-442 51 30

Läs mer på ungioscars.se