

Viktoria Witt

## Diakoni för unga människor – från vision till verklighet

*Diakonicentrum i Norrköping är i första hand en själavårdande verksamhet och en samtalsmottagning där det erbjuds kostnadsfria professionella samtal. Uppdraget är att vara kyrka och ljusbärare mitt i unga människors liv och verklighet. Diakonicentrat vill ge rum för det heliga, med relationen och mötet i centrum, skriver här Victoria Witt.*

**I** början av nittioalet var jag själv en trasig, vilsen och destruktiv ung kvinna som av en tillfällighet kom i kontakt med en diakon som såg mig. Första gången vi möttes gav hon mig ett gult litet kort med texten: "Vem du än är, var du än befinner dig, så är du sedd, känd och älskad." Det mötet och det lilla gula kortet gjorde skillnad i mitt liv. Där och då påbörjades min egen väg tillbaka till livet och min egen diakonala resa.

Samtidigt, i början av nittioalet, började Norrköping prata om att öppna ett diakonalt centrum för att samordna det diakonala arbetet och möta den ökade utsattheten i samhället. Ett flertal utredningar och försök gjordes genom åren men det föll alltid av olika anledningar strax innan målsnöret.

2014 blev en gedigen utredning och ett förslag på hur ett diakonalt centrum i Norrköping skulle organiseras klar. Det som blev tydligt i utredningen var att både medarbetare i församlingarna och andra professionella aktörer i Norrköping såg ett stort behov av och önskade en riktad satsning på unga människor och deras utsatthet och psykiska ohälsa.

### Mitt i affärsstråket

Alla bitar föll på plats, erforderliga beslut fattades och i november 2015 startade Norrköpings pastorat ett projekt på tre år och en mötesplats och samtalsmottagning för unga människor öppnades i en ombyggd affärslokal mitt i Norrköpings affärsstråk.

Tillsammans med en visionär och diakonalt engagerad kyrkoherde, fyra

luttrade erfarna diakoner och en nyskapande referensgrupp med ungdomar från vår målgrupp skapade vi en öppen, inbjudande och inkluderande

## ”Unga människors psykiska ohälsa bottnar i existentiell ohälsa”

mötesplats och samtalsmottagning. Vår referensgrupp fick från början mandat att utforma lokalen och vår verksamhet utifrån det tydliga uppdrag som utredningen kommit fram till.

Under projekttiden har vi hela tiden strävat efter att ha vårt uppdrag i centrum. Vi har haft resurser för att genomföra vårt uppdrag och vi har haft möjlighet att prova oss fram. Vi har provat olika vägar som vi sedan har utvecklat eller förkastat. Att vi tillsammans med vår målgrupp har byggt upp vår verksamhet utifrån ett verkligt behov från unga människor i Norrköping gjorde att vi redan från start hade ett fungerande och välbesökt Diakonicentrum. Min egen kompetens, mina erfarenheter och mitt nätverk från 20 års arbete i socialtjänsten i Norrköping bidrog också till en väl genomtänkt strategi och en struktur för hur man bygger upp en samtalsmottagning.

Under projekttiden har vi naturligtvis stött på en mängd utmaningar och svårigheter. Vi har många gånger fått stanna upp, backa, tänka efter, reflektera och samtala med varandra. Som mest hade vi 20 personer knutna till verksamheten på olika procentsatser med sin grundanställning i Pastora-

tets fyra församlingar med olika arbetsrutiner, församlingskulturer och prioriteringar. Under en period upptäckte vi att vi på Diakonicentrum bli-

vit lite av en företagshälsa då många medarbetare droppade in och ville prata om sina egna svårigheter och problem. En annan utmaning har varit att få medarbetarnas arbetsledare att förstå att Diakonicentrums verksamhet är en del av Pastoratets verksamhet och därmed församlingarnas verksamhet. Det har hänt upprepade gånger att just medarbetarnas uppdrag på Diakonicentrum prioriterats bort för någon arbetsuppgift direkt knuten till församlingen. En annan utmaning har varit vem som har mandat att bestämma vad. Som projektledare hade jag verksamhetsansvar men inte arbetsledaransvar vilket ett flertal gånger krånglade till beslutsgången.

Sedan ett år tillbaka är Diakonicentrum nu en permanent verksamhet i Norrköping pastorat. Vi har fortfarande samma tydliga uppdrag och vi har resurser att driva och utveckla vår verksamhet men nu har vi även ett tydligare mandat. Jag är nu verksamhetschef fullt ut med både verksamhetsansvar och arbetsledaransvar vilket underlättar beslutsgången och det blir tydligare för mig, medarbetarna och andra aktörer. Vi är nu fyra heltidsanställda och ytterligare tio personer är knutna till verksamheten på olika procentsatser. »

Diakonicentrumets uppdrag är att vara kyrka och ljusbärare mitt i unga människors liv och verklighet.

### Uppdrag och verksamhet

Vi vill ge rum för det heliga, med relationen och mötet i centrum. Vi arbetar med kunskapsbaserad operativ diakoni och vår ambition är att vi ska nå ut till alla ungdomar och unga vuxna i Norrköping så att de vet att de kan vända sig till Diakonicentrum när livet är besvärligt och de behöver någon att prata med. Diakonicentrum är i första hand en självvårdande verksamhet och en samtalsmottagning där vi erbjuder kostnadsfria professionella samtal. Vår målsättning är att de som kommer till oss ska känna sig lyssnade på. Vi vill förmedla att vi alla är sedda, kända och älskade som dom vi är och att vi tar unga människors känslor, tankar och längtan efter kärlek på allvar. Vår önskan är att människor som kommer till oss ska känna att vi har tid för mötet och samtalets magi. Mitt i allt trasigt, mitt i alla krav och all stress står vi som kyrka för närvaro, sinnesro och samhörighet. På Diakonicentrum får vi förtroendet och förmånen att vandra en bit tillsammans med unga människor. Vi blir insläppta bakom murar och masker och vi samtalar om det innersta, det djupaste och det svåraste och just där, mitt i mötet är Guds närvaro påtaglig och på riktigt och vi vill förmedla hopp, upprättelse och försoning.

Samtalsmottagningen är hjärtat i vår verksamhet och här möter vi träsiga och vilsna unga människor mellan tio och trettio år som har hittat hit på egen hand, blivit tipsade av kompisar eller blivit hänvisade av skolan, ungdomshälsan, vårdcentralen, socialtjänsten, församlingar eller andra aktörer i Norrköping. Den psykiska ohälsan hos vår målgrupp har fördubblats på tio år och samhället har inte resurser för att möta de behov som finns så vi kompletterar, samverkar, nätverkar och hjälps åt. De som kommer till oss samtalar bland annat om stress, oro, nedstämdhet, depression, ångest, självkänsla, skuld, skam,

ensamhet, identitet, HBTQ, självska- debeteende, övergrepp, missbruk, suicidtankar, livssmärta, existentiella funderingar och självvård.

Unga människor kommer inte till Diakonicentrum trots att vi är kyrkan, utan de kommer till oss för att vi är kyrkan. Det blir mer och mer tydligt för oss att många unga människors psykiska ohälsa bottenar i existentiell ohälsa och här har vi som kyrka en stor skatt att bidra med.

### Existentiell hälsa

På Diakonicentrum arbetar vi med existentiell hälsa utifrån WHO:s åtta aspekter grundade från enkätundersökningar om folkhälsa. Vi använder forskare Cecilia Melders och metodutvecklare Lena Bergquists formuleringar av de åtta begreppen.

- \* **Harmoni och inre lugn**
- \* **Upplevelse av sammanhang**
- \* **Existentiell styrka och kraft**
- \* **Tillit som livskraft**
- \* **Meningen med livet**
- \* **Upplevelse av helhet**
- \* **Upplevelse av förundran**
- \* **Förhoppning**

I våra möten med unga människor tänker vi helhet och att Gud talar direkt till människors hjärtan. Vi utgår från ett övergripande systemtänkande och vi använder oss av ett grundläggande lösningsfokuserat förhållningssätt där vi fokuserar på det som fungerar. Metoder vi medvetet använder är motiverande intervju och rePULSE som är en KBT-inspirerad strukturerad metod som handlar om impuls kontroll och färdighetsträning.

Många som kommer till oss tror att de inte kan förändra sin situation, de känner en djup vanmakt. Vi vill förmedla att det går att förändra och att det många gånger handlar om att ta ansvar och att själv ta makten över sin situation. I vårt tänkande använder vi oss av begreppet KASAM (Känsla av sammanhang) Det är oerhört viktigt

att människor känner att saker och ting hänger ihop i livet och KASAM handlar om att få tillvaron begriplig, hanterbar och meningsfull.

Vi hämtar inspiration och verktyg från vår målgrupp, t.ex. från Pillerpodden som drivs av Siri Strand och Emma Westas Rödin som har egna erfarenheter av psykisk ohälsa. Siri och Emmas företag har en väldigt uppskattad blogg, föreläser och sprider opinion för att förebygga psykisk ohälsa bland unga människor. Just nu finns de med och utvecklar elevhälsan i Sverige. Siri och Emma pratar om hur viktigt det är att vi validerar och normaliserar i våra möten och samtal med unga människor och de använder sig själva av och sprider en modell som de kallar "Den onda och den goda cirkeln". Istället för att fastna i den onda cirkeln som bygger på tystnad, okunskap, fördomar/skam, norm och tabu så ska vi sträva efter att skapa den goda cirkeln som bygger på samtal, kunskap, medvetenhet, normkritik och öppenhet.

I vår verksamhet ingår också en konfirmandgrupp för unga vuxna, samordning av Pastoratsövergripande projekt, interreligiöst arbete, kraftsamling och samordning i specifika frågor (denna samordningsfunktion kallar vi "Runda bordet"), ekumeniska sinnesromässor och DC Home.

### Pastoratsövergripande projekt har t ex varit och är att:

- Flytta ut Diakonicentrum och ha öppet dygnet runt på campingen på Brävallafestivalen.
- Nattvandras tillsammans med kuratorer och socialtjänsten under t ex studentveckan.
- Organisera och delta i East Pride och suicidpreventiva dagen.
- Finnas med under O-ringen och Augustifesten mm.



Vi flyttar alltså ut kyrkan från våra egna lokaler och deltar och finns med där vår målgrupp finns och rör sig. Ett exempel på kraftsamling och samordning (Runda bordet) är ett Forum för existentiell hälsa som DC är navet i. Det är ett nätverk med medarbetare från pastoratet, kommunen, regionen, näringslivet samt privatpersoner. Nätverket är ett forum för information, frågor, kompetenshöjning samt nätverkande kring existentiell hälsa där Diakonicentrum erbjuder föreläsningar i ämnet och en mötesplats för kontaktskapande och nätverkande samtal. Ett annat exempel är en utbildningssatsning utifrån #metoo för hela Pastoratets personal kring gränssättning och trygghet i möten. All personal har genomfört Scouter-

nas webbutbildning "Trygga möten" samt församlingsvis haft uppföljande fördjupning och workshop med personal från studieförbundet Sensus. Den personal som arbetar med ungdomar och konfirmander har haft ytterligare ett fördjupningspass och workshop i Sensus regi.

Utifrån ett möte med Unga KRIS (Kriminellas revansch i samhället) under våren när de hade en besvärlig och tuff situation och på min fråga vad de behövde svarade "Gud och gemenskap" startade vi sinnesromässor tillsammans. Det tog två veckor från idé till vår första mässa. Vi samarbetar med Equmeniakyrkan och är nu väldigt glada att vi kan erbjuda ekumeniska sinnesromässor en gång i månaden. Vi skapar mässorna

tillsammans med vår referensgrupp och målgrupp och många är med och bidrar efter förmåga.

DC Home är ett öppet hus som tidigare konfirmander och unga vuxna som har haft samtal på Diakonicentrum (DC) skapat och driver. De har själva formulerat sin verksamhet: "En mötesplats för dig som är ung och som söker gemenskap. Vi finns med varandra, för varandra. Vi möter varandra med öppenhet och respekt. Vi pysslar och lyssnar."

### Livskraftig diakoni

Diakonicentrum arbetar aktivt och strategiskt när det gäller att utveckla och fördjupa det diakonala arbetet och bygga livskraftig diakoni och vi samverkar med många aktörer i Norrköping för att skapa bättre förutsättningar för vår målgrupp. Vi ingår i olika nätverk både lokalt och på nationell nivå för att hålla det viktiga samtalet kring diakonala frågor och inte minst diakonal praktik levande. Vi tänker att genom den diakonala praktik vi byggt upp på Diakonicentrum, och fortfarande bygger på, så bidrar vi med nyskapande och utveckling av diakonala metoder som kan användas även på andra platser och i andra sammanhang.

I vårt arbete inspireras vi bland annat av den teologi som förenar stark Gudstro med samhällsengagemang och socialt arbete. Vår verksamhet bygger på begrepp som: tillsammans, delaktighet, tillit, solidaritet, medmänsklighet, hopp och kärlek. Vi hämtar kraft från den keltiska traditionen som bland annat finns på den heliga ön Iona. Våra sinnesromässor är influerade av liturgin och musiken från Iona och den keltiska traditionen.

En annan inspiratör är Emilia Fogelklou som i sin teologi och livsgärning personifierar gudsrelation kopplat till samhällsengagemang och socialt arbete. Emilia pratar om hur viktigt det är att möta varandra, se varandra, samtala och lyssna. Människor vill beröras, uppleva och känna Gud. Gud är inte instängd i något särskilt fack utan finns här för



Från vänster: Susanne Holmén Hjalmarsson, Louise Thorén Lagerlöf, Viktoria Witt och Maria Bard. Foto Niclas Fasth.

oss alla. Det handlar inte bara om att förstå och förklara utan om att uppleva, känna och erfara. Det handlar inte bara om hjärna utan om hjärta. Det handlar om relation, kärlek, längtan och tillit – det handlar om Gud som tillitskraften i våra liv för att använda ett av Emilias egna begrepp. Hennes erfarenhet och övertygelse om att allt, hela verkligheten är fylld av energi, av strålning, av kärlek, av Gud är på riktigt och det är mitt och kyrkans ansvar att det verkligen är möjligt att våga och vilja det som bygger upp, det som skapar liv, det ljusa. Det finns mycket mörker i vår värld men det finns också oerhört mycket ljus. Emilia säger: "Ljus finns ändå"

Unga människor som kommer till Diakonicentrum vill komma i kontakt med någon/något utanför dem själva, något som är större, något som ger samhörighet och mening. Människor som kommer till oss vill berätta, de vill släppa in och de vill prata om det som är viktigt på riktigt. Emilia pratar om att vi måste vända oss inåt för att kunna möta det yttre och vi måste vara trovärdiga och äkta. Vi måste våga möta oss själva för att kunna möta varandra. Vi måste våga och vilja och det handlar bland annat om att förmedla våra egna och andras personliga erfarenheter av Guds kärlek för det är våra egna erfarenheter som gör oss trovärdiga.

De unga människor som kommer till oss på Diakonicentrum är lika mycket kyrka som vi. Tillsammans bygger vi en mötesplats som ger plats för allas berättelser och längtan. Genom närvaro, stillhet, lyssnande, bön och ljusständning skapar vi en miljö där vi kan andas, landa och tro på att det trasiga, det som gör ont kan lagas och göra mindre ont. Tillsammans skapar vi rum för det viktiga och för tillit som gör skillnad. Genom närvaro, relation och bön tar vi hand om och vårdar tillitskraften, nåden, Gud.

En bön från Iona som vi numera kallar DC-bönen har följt oss sen vi öppnade i november 2015.

*I glädjen, bland skratt och leenden,  
bär oss vid ditt hjärta, Gud.*

*I sorgen, bland tårar och smärta,  
bär oss vid ditt hjärta, Gud*

*I tröttheten bland leda och oro,  
bär oss vid ditt hjärta, Gud.*

*Gud, bär oss vid ditt hjärta.*

*När nya dagar och stunder möter,  
låt oss höra ditt hjärta slå.*

### Hållbar sårbarhet

För att skapa och bibehålla en livskraftig diakoni som är mänskligt hållbar över tid har vi under projektiden verkligen förstått vikten av att vi själva måste vara rädda om oss och sätta gränser för oss själva och varandra. Vi håller därför temat "hållbar sårbarhet" levande och vi arbetar medvetet och aktivt för att det vi vill förmedla till de som kommer till oss även gäller oss själva. Vi praktiserar medarbetarskap vilket för oss innebär att vi alla har ansvar för oss själva, varandra och vår verksamhet.

Vi får extern hjälp med vår verksamhetsutveckling och vi har alla tillgång till extern handledning och vägledning både enskilt och i grupp. Vi kommer även börja med extern ärendehandledning eftersom många av våra samtalsuppdrag befinner sig på en svår psykologisk, social och existentiell nivå som kräver god kompetens och reflektion. En väg som jag själv praktiserar och som jag förmedlar till mina medarbetare är att bara jobba heltid, vara ledig när jag är ledig, följa en egen "skyddslista", be om hjälp ibland och varje kväll se mig själv i ögonen och säga "Dig tar jag och Gud hand om".

Vi har sedan starten samarbetat med pastoratets ekonomiavdelning för att utvärdera våra insatser. Vi har varje termin genomfört en kvantitativ utvärdering som vi nu kommer komplettera med en kvalitativ utvärdering. Vår målsättning är att samla in vår målgrupps egna berättelser. Det kan vara en hel berättelse eller bara en mening, en känsla, en tanke eller ett "ögonblick". Vi vill samla in möten som gjort skillnad. Vi skissar på att göra en form av narrativ utvärdering inspirerade av det arbete som

görs på Södertörns högskola kring praktisk kunskap.

Efter 30 års längtan och förberedelser har visionen om ett Diakonicentrum i Norrköping blivit verklighet. Vårt övergripande uppdrag är att vara kyrka mitt i unga människors liv och verklighet och att vara kyrka handlar innerst och ytterst om Gud och gemenskap.

Jag tänker att Diakonicentrum är ett sätt att vara en modern missionsstation som vi bygger tillsammans och vår önskan är att vi som arbetar och alla som kommer till oss ska höra Guds hjärta slå.

Vårt budskap får alla som kommer till oss i handen på ett gult litet kort där det står:

*"Vem du än är, var du än befinner dig,  
så är du sedd, känd och älskad."*

*Vem du än är,  
var du än befinner dig  
så är du sedd,  
känd och älskad*

VIKTORIA WITT  
Diakon och verksamhetschef,  
Norrköping