

## NOTAT

Journal-nr.: 20072907

Dato: 03-11-2020

Til: Social- og psykiatriudvalget

# Beskrivelse af headspace

Headspace er et åbent, anonymt, fleksibelt og gratis civilsamfundstilbud, som er tilgængeligt, når de unge vil snakke om de problemer, der tynger dem.

Alle unge kan komme i headspace – uagtet graden af deres mistrivsel. Det kan være alt fra kærestesorger, familieproblemer, misbrug, problemer i skolen, selvskadende adfærd, spiseforstyrrelser, depression, hjemløshed mm.

Her er ingen problemer for store eller for små. De unge, som måtte have brug for mere hjælp, end headspaces frivilligbårede indsats kan tilbyde, vil blive hjulpet videre til mere relevant hjælp fx i kommunen eller regionen. I tilfælde af, at det giver mening og den unge har brug for det, kan den unge fortsat komme i headspace sideløbende med den hjælp/behandling, han/hun får andre steder.

Headspace møder den unge med nysgerrighed, respekt og omsorg og lytter med et fordomsfrit øre. Headspace bruger den tid, som den unge har brug for, og de unge kan snakke om alt det, der fylder i deres liv. Den unge er selv ekspert i eget liv og er derfor med til at sætte dagsordenen for samtalen.

Headspace hviler på anonymitet, frivillighed og fortrolighed. Rammerne og formen er uformel og ubureaukratisk. Headspace bruger hverken ventelister eller journaler – man kan komme direkte ind fra gaden og booke en samtale. Headspace er hovedsageligt baseret på frivillighed. Det er frivilligt for de unge at komme i headspace, og det er frivillige, de bliver mødt af i rådgivningen. De unge bliver mødt af mennesker, som er der, fordi de ønsker at gøre en positiv forskel.

I hvert headspace er der ansat fagpersoner, som koordinerer indsatsen, samt sikrer kvaliteten af det rådgivende arbejde, gennem faglig sparring og supervision af de frivillige rådgivere.