



VETERANCENTRET



# NÅR VETERANER SKAL VIDERE I ET CIVILT JOB

INTRODUKTION TIL ARBEJDET MED VETERANER

FORSVARSMINISTERIETS  
PERSONALESTYRELSE





# INDHOLD

INDLEDNING

HVAD ER EN VETERAN

OPLEVELSER UNDER UDSENDELSEN

PSYKISKE REAKTIONER PÅ EN UDSENDELSE

MØDET MED VETERANEN

RÅDGIVNING TIL DIG OG DINE KOLLEGER

ET GODT SAMARBEJDE

VI BYGGER BRO

OM VETERANCENTRET





# INDLEDNING

Danmark har omkring 31.000 veteraner i den arbejdsdygtige alder, og antallet er stigende på grund af Danmarks internationale engagement. For langt de fleste hjemvendte soldater er overgangen til et job i det civile forholdsvis ubesværet. Men for nogle går det ikke helt så nemt, og disse veteraner vil komme i kontakt med jobcenter og kommune i forskellig sammenhæng.

Langt de fleste af de veteraner, som møder op på jobcentrene, kommer i kontakt med det kommunale system, fordi de – på lige fod med andre borgere – er endt i ledighed. Men for enkelte veteraner skyldes kontakten til kommune og jobcenter mere komplekse problematikker. Det kan for eksempel være fysiske og psykiske skader, som de har pådraget sig under deres udsendelse i internationale missioner.

Ikke alle veteraner forbinder selv deres problematikker med en tidligere udsendelse. Ved at være opmærksom på nogle af de særlige udfordringer, som veteraner ofte står med, kan du som sagsbehandler være med til at sikre veteranen den bedst mulige støtte.

Denne pjece indeholder information om veteraners særlige udfordringer og råd til, hvordan du bedst forholder dig, når du sidder over for en veteran. Husk, du altid kan kontakte Veterancentret for råd og vejledning.







# HVAD ER EN VETERAN

Alle, som har været udsendt i mindst én international mission, er veteran. Det gælder både ham, som deltog i FN-missionen i Gaza i 1956, og hende som netop er vendt hjem fra Afghanistan. Personen kan fortsat være ansat i Forsvaret, men kan også være overgået til det civile uddannelsessystem, arbejdsmarked eller andet.

Det er individuelt, hvordan veteraner oplever en udsendelse og det at være veteran. Forsvarets undersøgelser viser, at hovedparten af veteranerne generelt føler sig mere berigede end belastede af deres tid som udsendte soldater. Der findes dog en mindre gruppe af de danske veteraner, som oplever psykiske og fysiske vanskeligheder som følge af deres udsendelse.

## VETERANER EFTER HJEMKOMST:

93 procent har oplevet et godt kammeratskab  
82 procent er stolte over at have gjort international tjeneste  
79 procent vil anbefale andre at søge udsendelse.

Kilde: Forsvarets opfølgingsundersøgelse, juni 2010







# OPLEVELSER UNDER UDSENDELSEN

Når soldater sendes ud på en international mission, er de væk fra familie og venner og alt, hvad der ligner en almindelig hverdag. Soldaterne træder ind i en ny tilværelse, hvor udsendelsen fylder alt. Livet er lagt i faste rammer. Alle har en fast funktion, og ingen er i tvivl om, hvad der bliver forventet af dem.

Nogle dage går med opgaver, hvor usikkerheden og spændingsniveauet er højt. Det kan være med livet som indsats, at soldaterne udfører deres opgaver. Andre dage går med ventetid, gentagelser og praktiske gøremål. Undervejs knytter soldaterne stærke bånd til hinanden.

Når missionen er fuldført, og soldaterne vender hjem, kan det være svært at tilpasse sig det almindelige liv, der venter. Ekstreme oplevelser, det tætte sammenhold og de specifikke opgaver, soldaterne er uddannet til at mestre, skal erstattes af en ny og mindre spændingsfyldt hverdag.







# PSYKISKE REAKTIONER PÅ EN UDSENDELSE

Overgangen fra udsendt soldat til civil er ikke gnidningsfri for alle, og det er normalt for veteraner at opleve en eller anden form for psykisk reaktion. Reaktio-  
nerne vil typisk være særligt fremtrædende i det første halve år efter hjemkomst  
og for de fleste aftage inden for et år.

For cirka ti procent af veteranerne udvikler reaktionerne sig til at blive alvorlige  
symptomer på posttraumatisk stress (PTSD). Det betyder typisk, at veteranerne  
oplever kraftige flashbacks til de traumatiserende hændelser, koncentrations- og  
hukommelsesproblemer, konstant psykisk alarmeredskab, en følelse af ligegyld-  
dighed og en stærk trang til at undgå situationer, som vækker dårlige minder.

## REAKTIONER SOM KAN OPSTÅ EFTER EN UDSENDELSE

- Øget irriterabilitet eller vrede
- Humørsvingninger
- Konfliktsøgende adfærd
- Oplevelse af distance til omverdenen
- Mistro til andre
- Søvnforstyrrelser og mareridt
- Koncentrationsbesvær
- Skærpet alarmeredskab og stresssymptomer.

Kilde: Veteracentret, 2010



# MØDET MED VETERANEN

Langt de fleste veteraner er ikke belastet af deres udsendelse. Der er dog forskellige ting, du som sagsbehandler bør være opmærksom på, når du sidder over for en veteran. For det første fremgår det ikke altid af papirerne, at den person, du sidder over for, er veteran. Og for det andet sker det, at veteranerne ikke selv fremhæver deres fortid i Forsvaret. Nogle veteraners vanskeligheder har ikke baggrund i deres udsendelse, og andre forbinder ikke selv deres vanskeligheder med en tidligere udsendelse. Nogle veteraner bryder sig ikke om at tale om udsendelsen og vil gerne give omverdenen det indtryk, at udsendelsen ikke har påvirket dem.

For at du kan yde den bedste rådgivning, er det vigtigt, at du hurtigt i forløbet får afklaret, om du sidder over for en veteran.

Veteraner kan som alle andre ikke skæres over én kam, men nogle veteraner med psykiske skader kan:

- have et forøget psykisk alarmberedskab, der kan give ubehag, når veteranen færdes i det offentlige rum
- føle, at ingen forstår dem og det, de har oplevet
- have koncentrations- og hukommelsesbesvær
- udeblive fra aftaler og virke ligeglade
- føle sig presset i situationer, som virker uoverskuelige
- reagere med konfliktsøgende adfærd i utrygge situationer.

Vær opmærksom på, at:

- Du ikke løber en højere risiko end ved kontakt med andre klienter
- veteraner er ikke mere skrøbelige end andre, som har været udsat for en traumatisk oplevelse.

Veteranernes udfordringer bliver ikke større af, at du spørger ind til dem. Spørg, vær tålmodig og vis interesse.





# RÅDGIVNING TIL DIG OG DINE KOLLEGER

Nogle sagsbehandlere oplever, at de mangler viden om veteraners kompetencer og særlige forhold for at kunne give den bedst mulige rådgivning. I Veterancentret tilbyder vi råd og vejledning til sagsbehandlere, der er i kontakt med veteraner. Vi har et indgående kendskab til veteraners særlige forhold, behov og kompetencer. Du er derfor altid velkommen til at tage kontakt til Veterancentret. Hvis ikke veteranen allerede benytter sig af Veterancentrets tilbud, kan du også opfordre vedkommende til at tage kontakt til os.

I Veterancentret har vi en professionel viden om beskæftigelsessystemet, som kan være til nytte.

## Råd og vejledning

Veterancentrets mentorer og beskæftigelsesrådgivere sidder klar med hjælp og støtte, så den enkelte veterans forløb i beskæftigelsessystemet håndteres bedst muligt – til gavn for både veteraner og kommuner.

Mentor og beskæftigelsesrådgiverne kan blandt andet:

- tilbyde sparring og rådgivning til jobcentrets sagsbehandlere om veteranens særlige forhold
- støtte kommunens handleplan med veteranen
- deltage i veteranens møder på jobcentret
- koordinere den samlede indsats i sagsbehandlingen.

## Gratis informationsmøder om veteraners forhold

Er I flere sagbehandlere, som gerne vil klædes på til mødet med veteraner, tilbyder vi gratis informationsmøder. Der er mulighed for at få tilpasset informationsmøderne til jeres behov.

## Opsøgende kontakt til vanskelig kontaktbare veteraner

Vi støtter også kommuner med en opsøgende indsats over for de veteraner, som er svære at komme i kontakt med. Vi har stor erfaring med opsøgende og udgående gadeplansarbejde og er vant til at samarbejde med mennesker, der har det vanskeligt.





# ET GODT SAMARBEJDE

I Veterancentret arbejder vi ofte tæt sammen med kommuner og regioner, når en veteran oplever problemer. Det gælder både, hvis veteranen har forladt Forsvaret eller stadig er ansat i Forsvaret. Som sagsbehandler kan du derfor opleve at indgå i samarbejde med job- og uddannelsesrådgivere, socialrådgivere, mentor og beskæftigelsesrådgivere og psykologer fra Veterancentret. Det kan ske ved, at du selv tager kontakt til Veterancentret eller ved, at vi kontakter dig angående en veteran.

I nedenstående eksempel er det Søren Jensen, som er veteran, der tager kontakt til Veterancentret, men det sker lige så ofte, at det er sagsbehandleren. Søren er en af de veteraner, som har oplevet, at tiden som udsendt soldat har haft konsekvenser for hans civile arbejdsliv. Otte år efter sin sidste udsendelse får Søren det så dårligt, at han må langtidssygemelde sig. Men ved fælles hjælp fra kommunen og Veterancentret har Søren det i dag godt. Han læser HF og planlægger at uddanne sig til pædagog.

## Fra sygemeldt til studerende

Året er 1997. Det er sommer, og Søren Jensen er netop fyldt 19 år. Foran ham venter ti måneder som værnepligtig i Vordingborg. De ti måneder fører til en fast kontrakt med Forsvaret, og i syv år arbejder Søren som professionel soldat i Hæren. Han er dygtig til sit arbejde, vellidt blandt kammeraterne og når at deltage i fire udsendelser til blandt andet Irak og Kosovo, før han skifter soldaterlivet ud med et job i det civile. Han udsendes sidste gang i 2004.

Om tiden i Irak og Kosovo husker Søren især magtesløsheden. Som de øvrige danske udsendte havde han ikke mandat til at gribe ind over for overgreb på civilbefolkningen, og han oplevede flere gange at være tvunget til at se passivt til, mens civile blev fordrevet fra deres landsbyer eller slået ihjel. Frustrationen over ikke at kunne gribe ind over for de lidelser, han var vidne til, kombineret med frygten for selv at blive såret eller dræbt, har sat sig dybe spor. I den første lange tid efter hjemkomsten har Søren det dog fint, selvom han sjældent taler om sine oplevelser som udsendt soldat. Det er oplevelser, som bare skal glemmes.

"Jeg var glad for Forsvaret. Det var jeg. Og jeg har aldrig tænkt, at jeg skulle gå rundt og have det dårligt på baggrund af de oplevelser, jeg fik som udsendt soldat," siger Søren Jensen.





Søren vil ikke længere arbejde i Forsvaret. Han overvejer at læse videre, men så får han tilbudt et godt job som sikkerhedsvagt. Her arbejder han i en årrække og får også kone og barn. Selv om han til tider føler sig lidt modløs, er det ikke noget, Søren tænker nærmere over. Men så begynder tingene pludselig at gå skævt. Ægteskabet holder ikke, der opstår konflikter på arbejdet, og Søren føler sig dårlig. Til sidst bliver han sygemeldt.

”Det var en forfærdelig tid at være sygemeldt. Og enormt svært at stå med hatten i hånden oppe på kommunen,” siger Søren Jensen.

Samarbejdet med kommunen forløber ikke uden gnidninger. Sørens overskud er lavt, og han har svært ved at navigere i det offentlige system, der på flere måder er forskelligt fra den kultur, han som tidligere soldat kender fra Forsvaret. Søren kender ikke reglerne, og han har svært ved at trænge igennem til sags-behandleren. Han føler sig mere og mere magtesløs.

En dag falder Søren tilfældigt over en brochure fra Veterancentret, som tilbyder støtte til ledige veteraner. Han ringer op og får kontakt til en medarbejder i Veterancentret, der deltager fremadrettet på alle møderne med kommunen. Han agerer tovholder for Sørens forløb og sørger for, at Søren får de rigtige tilbud. Det forbedrer samarbejdet med kommunen og giver Søren energi til at få det bedre.

Medarbejderens viden om veteraners baggrund og de særlige tilbud til tidligere soldater støtter både Søren og den kommunale sagsbehandler i at finde frem til den løsning, som bedst kan få Søren tilbage på arbejdsmarkedet. Fordi Søren har haft det dårligt og udviser tegn på depression og håbløshed, henvises han til Veterancentrets psykologer. Det viser sig, at Søren har levet i en tilstand af kronisk stress i mere end ti år.

Allerede et par måneder efter Søren er startet i et helhedsorienteret forløb ved Veterancentret, hvor flere forskellige fagpersoner er tilknyttet, får han det væsentligt bedre. Han starter på HF og scorer et 10-tal til eksamen. Han ved, at han vil læse til pædagog, og han glæder sig til fremtiden.





# Vi BYGGER BRO

Søren Jensen er et godt eksempel på Veterancentrets erfaringer med at støtte veteraner i at genvinde fodfæste på arbejdsmarkedet. For Sørens sag er ikke unik. Andre veteraner oplever også problemer i overgangen fra professionel soldat til et civilt liv med en almindelig dagligdag og kan have svært ved at navigere i det offentlige system. Samtidig oplever mange kommunale sagsbehandlere, at de mangler viden om veteraners kompetencer og særlige forhold for at kunne give den bedst mulige rådgivning.

”Ofte når vi meget langt hen i sagsbehandlingen uden at vide, at vi har at gøre med en veteran. Og veteranernes specielle historie og særlige udfordringer har vi ikke meget indblik i,” siger Mette Maj Johansen, veterankoordinator i Københavns Kommune.

I Veterancentret kan vi påtage os en formidlende rolle, som kan gøre en stor forskel for både kommune og veteran. Vi har overblik over de særlige tilbud, der findes til veteranerne, og forstår det kommunale system. På den måde kan vi bygge bro mellem veteran og sagsbehandler. Det skaber i langt de fleste tilfælde mere effektive og konstruktive forløb med et godt resultat for både kommune og veteran.

“Det handler om videnbaseret sagsbehandling. Vi deler ud af vores viden om veteraners særlige forhold, både op til og under et forløb med en veteran. Vi skærper opmærksomheden på, at det er en lidt speciel historie, vi i fællesskab skal forholde os til.

Jørgen Hvidt, mentor og beskæftigelsesrådgiver  
i Veterancentret.”





# OM VETERANCENTRET

Veterancentret blev oprettet i 2011 som et af initiativerne i Danmarks veteranpolitik. Centrets medarbejdere er socialrådgivere, militærpsykologer, job- og uddannelsesrådgivere og mentor og beskæftigelsesrådgivere, som alle støtter og rådgiver veteraner og pårørende før, under og efter udsendelse. For at løse denne opgave bedst muligt arbejder vi tæt sammen med kommuner, regioner, Forsvarets myndigheder samt faglige og frivillige foreninger.

## Hvis du vil vide mere

- Mødet med jobcentret, en undersøgelse af veteraners oplevelse af mødet med jobcentret, 2014, Veterancentret.
- Nye veje til job, brochure 2014, Veterancentret
- Book et gratis informationsmøde på telefon 7281 9700
- Ring til os eller læs mere på [www.forsvaret.dk/veteran](http://www.forsvaret.dk/veteran).

## Kontakt os

Ring til os og få en afklarende samtale på telefon 7281 9700 eller skriv til os på [vetc-myn@mil.dk](mailto:vetc-myn@mil.dk).

Vores hovedkontor finder du på Ringsted Kaserne, Garnisonen 1, 4100 Ringsted.

Åbningstid:

Mandag og tirsdag klokken 8 til 16.

Onsdag til fredag klokken 8 til 15.

Læs mere på [veteran.forsvaret.dk](http://veteran.forsvaret.dk)





VETERAN.FORSVARET.DK

**Veterancentret**

Garnisonen 1  
4100 Ringsted

Tel.: 7281 9700

E-mail: [vetc-myn@mil.dk](mailto:vetc-myn@mil.dk)  
[veteran.forsvaret.dk](http://veteran.forsvaret.dk)

