

Idrætscertificering af indsatser til borgere i hjemløshed og social udsathed – Erfaringer fra et pilotprojekt

Hovedresultater



Hovedresultater

Pilotprojektet 'Idrætscertificering på herberger' har givet vigtige erfaringer med, hvordan idræt og bevægelse kan anvendes i det pædagogiske arbejde på sociale tilbud for borgere i hjemløshed og social udsathed. De sociale tilbud, der har deltaget i projektet, har gennemgået en idrætscertificering, der har haft til formål at styrke borgernes inklusion i sociale fællesskaber gennem deltagelse i idræt, fysisk aktivitet og bevægelse.

Mens der tidligere er foretaget idrætscertificering af fx skoler og dagtilbud samt sociale tilbud til andre målgrupper, er der ikke tidligere foretaget en tilsvarende idrætscertificering af sociale tilbud for borgere i hjemløshed og social udsathed. Pilotprojektet har således været det første af sin art til denne målgruppe.

Projektet har været gennemført af OMBOLD i samarbejde med den sociale civilsamsfundsorganisation WeShelter og professionshøjskolen VIA University College, der har gennemført et kursusforløb for medarbejderne fra de sociale tilbud som omdrejningspunkt for idrætscertificeringen.

De sociale tilbud, der har deltaget i pilotprojektet, består af en stor § 110-boform for borgere i hjemløshed samt bostøtteteams for borgere i social udsathed i to kommuner, hvortil der i den ene kommune også er tilknyttet to mindre boformer. Samlet set er tilbuddene beliggende i tre forskellige kommuner.

Både kommunerne og de sociale tilbud samt de interviewede medarbejdere og borgere er anonymiseret i rapporten.

Meget udsatte borgere i målgruppen

Borgerne i målgruppen for projektet tilhører nogle af de allermest udsatte grupper i samfundet. Det er borgere i hjemløshed eller med tidligere hjemløshedserfaring, som typisk har komplekse sociale og helbredsmæssige problemer, herunder psykiske lidelser, misbrugsproblemer og for manges vedkommende også fysiske helbredsproblematikker, der ofte allerede fra en forholdsvis tidlig alder følger med et liv i udsathed og langvarigt misbrug. Et væsentligt aspekt i pilotprojektet har været at gøre sig erfaringer med, hvordan idrætsfællesskaber og aktiviteter med idræt og bevægelse kan inddrages i den faglige indsats med denne målgruppe, og hvordan dette arbejde har kunnet gribes an inden for den institutionelle og organisatoriske kontekst på boformerne og i bostøtteindsatsen.

Erfaringer med at omsætte viden fra kursusforløbet i den daglige praksis

Idrætscertificeringsforløbet har været bygget op om et kursusforløb bestående af fire undervisningsmoduler, som medarbejdere fra de sociale tilbud har deltaget i. Modulerne har indeholdt en blanding af viden om brug af idræt og bevægelse i den socialpædagogiske praksis og en række øvelser, der særligt har haft til formål at udvikle forståelsen for betydningen af idræt og bevægelse blandt medarbejderne selv som en forudsætning for at kunne omsætte denne viden i den daglige praksis med borgerne. Særligt i starten af forløbet efterspurgte medarbejderne i høj grad konkrete redskaber for at kunne omsætte den viden, de fik på kurset, til aktiviteter med idræt og bevægelse for de meget udsatte borgere i målgruppen. En vigtig erfaring fra forløbet har dog været, at man ikke kan give sådanne specifikke redskaber i undervisningen, men at det er medarbejderne selv, der må oversætte den viden og forståelse om idræt og bevægelse, de får gennem undervisningsforløbet, til deres konkrete daglige praksis med borgerne. For at facilitere dette har der mellem undervisningsgangene været arbejdet med prøvehandling, hvor medarbejderne i dialog med underviseren og i kollegagruppen har gjort sig erfaringer med, hvad der har kunnet lade sig gøre i praksis.

Gode erfaringer med både gruppeaktiviteter og individuelle aktiviteter med idræt og bevægelse

En væsentlig del af læringen fra pilotprojektet handler om, hvilke aktiviteter med idræt og bevægelse, som det har været muligt at sætte i gang med borgerne. I starten af forløbet var der blandt medarbejderne særligt et fokus på, hvordan der kunne skabes gruppebaserede aktiviteter med henblik på fællesskab og inklusion. Der viste sig dog at være behov for et bredere fokus på forskellige aktiviteter. Særligt i bostøtteenhederne foregår det sociale arbejde med borgerne i vid udstrækning på én-til-én basis, og det var nødvendigt at indtænke dette i arbejdet med idræt og bevægelse i hverdagen. Også på boformerne stod det klart, at det var nødvendigt ikke kun at tænke i fællesaktiviteter, men også at have øje for mulighederne for idræt og bevægelse i hverdagen for den enkelte borger. En væsentlig erfaring fra projektet har derfor været, at det er nødvendigt at arbejde med et spektrum af aktiviteter for borgerne, der både kan indbefatte gruppeaktiviteter og individuelle aktiviteter.

Med gruppeaktiviteter menes her aktiviteter, der foretages med en gruppe af borgere fra et tilbud, herunder særligt aktiviteter af fast tilbagevendende karakter. Der er i løbet af projektperioden etableret en sådan fast gruppeaktivitet på to af de medvirkende tilbud, hvor der det ene sted har været gode erfaringer med disc-golf som gruppe-

aktivitet, mens der på det andet sted har været gode erfaringer med padel-tennis. I begge tilfælde er der tale om aktiviteter, der ikke stiller store krav til forkundskaber, men som alle som udgangspunkt kan deltage i. De to gruppeaktiviteter er blevet etableret i henholdsvis en bostøtteenhed og med udgangspunkt i en boform. Gruppeaktiviteterne er således ikke knyttet til en bestemt type af de to typer sociale tilbud, der har deltaget i projektet. Begge aktiviteter foregår "ude i byen" – den ene på et udendørsareal, og den anden i regi af en almindelig idrætsforening, men hvor aktiviteten udelukkende foregår mellem borgerne og medarbejderne fra tilbuddet. Ud over de to faste gruppeaktiviteter har der også på en anden af de medvirkende boformer været forskellige aktiviteter henvendt til borgerne såsom bordtennis, billard, gåture mv., og hvor der således også er tale om "fællesaktiviteter".

En væsentlig erfaring fra projektet har været, at det også er vigtigt at arbejde med individuelle aktiviteter med idræt og bevægelse for borgerne i hverdagen. Selvom medarbejderne har oplevet, at det kunne være svært at få disse aktiviteter i gang, er der også her gode erfaringer med en del forskellige aktiviteter, der inkluderer alt fra gåture, soppeture ved stranden, bordtennis mv. I forlængelse heraf er en vigtig erfaring, at også "uformelle" aktiviteter, der kan opstå spontant og fleksibelt i hverdagen, har stor værdi som supplement til de mere organiserede og planlagte aktiviteter og kan for borgerne være et sted at starte for at få mere bevægelse ind i hverdagen.

Springet til foreningslivet er stort for de fleste af borgerne

Medarbejderne har undervejs i forløbet også arbejdet med at motivere og støtte borgere i at deltage i eksterne idrætsaktiviteter. I oplægget til projektet var der lagt forholdsvis stor vægt på brobygningen mellem idrætsaktiviteter på de sociale tilbud og idrætsaktiviteter i de lokale idrætsforeninger. Det viste sig dog hurtigt, at mange af borgerne var forholdsvis langt fra at kunne deltage i aktiviteter i det lokale foreningsliv, og at man i stedet måtte starte skridtet tidligere med, hvordan det var muligt at arbejde med idræt og bevægelse i hverdagen på de sociale tilbud. I den sammenhæng spiller ikke blot borgernes udsathed, men også den institutionelle og organisatoriske kontekst på tilbuddene ind. Borgernes deltagelse i eksterne idræts-tilbud stiller således også betydelige krav til medarbejderne i de sociale tilbud, både i forhold til at ændre den faglige praksis og i forhold til støtte og følgeskab. Det kan være vanskeligt i en dagligdag, hvor der ofte er travlt – både på boformerne og i bostøtten. Trods disse udfordringer er der flere eksempler på borgere, som er begyndt at deltage i eksterne idrætsaktiviteter. I nogle tilfælde er der tale om almene idrætstilbud som fx fitnesscentre, mens der i andre tilfælde er tale om brug af tilbud, der særligt er henvendt til sårbare og udsatte borgere. Her er erfaringen, at når

det er lykkedes for borgerne at komme ud i sådanne eksterne idrætsaktiviteter, bygger det i høj grad videre på at være startet med deltagelse i aktiviteter med idræt og bevægelse i det små i hverdagen sammen med medarbejderne på tilbuddene. Det viser, hvordan deltagelsen i disse aktiviteter kan være en vigtig trædesten for nogle af borgerne i forhold til at komme ud og deltage i eksterne idrætsaktiviteter.

Borgerne har gode erfaringer med deltagelsen i aktiviteterne

Som led i evalueringen er der også foretaget kvalitative interview med borgere, der har deltaget i aktiviteterne. De interviewede borgere giver generelt udtryk for, at de har været glade for at deltage i idrætsaktiviteterne. De oplever blandt andet, at aktiviteterne giver et afbræk i en ellers ofte monoton hverdag og i et svært liv, hvor fx psykiske problemer og misbrugsproblematikker ofte fylder meget. De interviewede borgere fremhæver generelt, at aktiviteterne bidrager til at skabe mening og indhold i hverdagen, og flere af borgerne oplever, at de gennem aktiviteterne er blevet bedre til at omgås andre i et socialt fællesskab. Flere af borgerne fremhæver endvidere, at aktiviteterne også hjælper til at reducere deres misbrug, herunder at aktiviteterne gør dem "naturligt trætte", så de ikke i samme grad behøver at dulme psykiske symptomer (fx fra ADHD eller andre psykiske lidelser) gennem brug af rusmidler. Borgernes oplevelser og erfaringer peger således på, at det med idrætscertificeringen af de sociale tilbud i høj grad er lykkedes at styrke mulighederne for, at borgere i hjemløshed og social udsathed kan indgå i meningsfulde aktiviteter og sociale fællesskaber med idræt og bevægelse som omdrejningspunkt.

Vanskeligt at måle indsatsens resultater kvantitativt

Det har også været en ambition i projektet at dokumentere indsatsens resultater for borgerne kvantitativt. Til dette brug blev der udviklet et kort spørgeskema, hvor det var hensigten, at de deltagende borgere med medarbejdernes hjælp skulle udfylde ved opstarten af et forløb og efterfølgende ca. hver tredje måned. Det har dog vist sig vanskeligt at gennemføre denne del af evalueringen i praksis. Det har særligt været vanskeligt at gennemføre gentagne målinger med spørgeskemaet blandt borgerne. Mens der er 36 borgere, der har udfyldt spørgeskemaet mindst én gang, er der derimod kun 11 borgere, der har udfyldt spørgeskemaet mere end en gang. Det afspejler, at det har været vanskeligt både at udvikle en ny indsats og måle dens resultater på samme tid. På trods af dette metodiske forbehold dokumenterer

spørgeskemaerne, at langt hovedparten af de borgere, der har udfyldt skemaerne, deltager i aktiviteter med idræt og bevægelse mindst en gang om ugen, herunder særligt de faste aktiviteter, som er sat i gang gennem projektet. I den lille gruppe af borgere, der har udfyldt spørgeskemaet mere end én gang, er der indikationer på, at flere undervejs er kommet til at deltage i faste aktiviteter med idræt og bevægelse, hvilket blandt andet inkluderer de igangsatte gruppeaktiviteter.

Fremadrettede perspektiver

Pilotprojektet har givet vigtige erfaringer med, hvordan man kan arbejde med aktiviteter med idræt og bevægelse på sociale tilbud for borgere i hjemløshed og social udsathed. Erfaringerne peger på, at der er et stort uudnyttet potentiale for at skabe aktiviteter, der både kan bidrage til fysisk aktivitet og bevægelse blandt borgerne og samtidig give mening i hverdagen og skabe mulighed for deltagelse i et socialt fællesskab. En væsentlig erfaring fra projektet er, at det tager tid at løbe sådanne aktiviteter i gang på de sociale tilbud, og at det er vigtigt at arbejde med et spektrum af aktiviteter, der både indbefatter gruppebaserede fællesaktiviteter og individuelle aktiviteter for den enkelte borger. Pilotprojektet bidrager i den sammenhæng med erfaringer og indsigter, som andre sociale tilbud, der ønsker at arbejde med idræt og bevægelse i den sociale indsats, kan tage afsæt i fremadrettet.

Fakta om undersøgelsen

- Dokumenterer erfaringer og resultater fra et pilotprojekt, hvor boformer og bostøttetilbud henvendt til borgere i hjemløshed og social udsathed har gennemgået en idrætscertificering, der har til formål at styrke et fokus på idræt og bevægelse i den pædagogiske praksis og i borgernes hverdag.
- Kvalitative interview med medarbejdere, der har deltaget i idrætscertificeringen.
- Kvalitative interview med borgere, der har deltaget i aktiviteter med idræt og bevægelse.
- Spørgeskema til medarbejdere om kompetenceudviklingsforløb og daglig praksis.
- Spørgeskema til borgere om deltagelse i aktiviteter med idræt og bevægelse.

Hovedresultater: Idrætscertificering af indsatser til borgere i hjemløshed og social udsathed – Erfaringer
fra et pilotprojekt
VIVE/2025
HR_302524