

# Idræt for særlige grupper

Workshop på Idans konference i Vejen Idrætscenter,  
1. juni 2012

**Bjarne Ibsen**

Professor og forskningsleder

Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund

Syddansk Universitet

# Dagens program

## FORMIDDAG

1. Særlige grupper: Hvem er det? Hvorfor en særlig indsats?
2. Idræt for særlige grupper i foreningsidrætten?
3. Erfaringer fra projekter for udsatte og idrætssvage grupper
4. Hvad virker?
5. Hvordan styrke idræt i udsatte boligområder?

## EFTERMIDDAG

6. Idræt som ressource i socialpsykiatrien

1

# Særlige grupper?

Hvem er det?

Hvorfor en særlig indsats?

# 'Særlige grupper:

## Grupper med lav idrætsdeltagelse

- ~~Kvinder~~ (blev tidligere betragtet som en 'særlig gruppe' med lav idrætsdeltagelse)
- Ældre (Kvinder (blev tidligere betragtet som en 'særlig gruppe' med lav idrætsdeltagelse))
- Kort uddannede
- Arbejdsløse og ufaglærte
- Personer med dårligt helbred
- Personer med misbrugsproblemer
- Fysisk handicappede
- Psykisk syge
- Anden kulturel / etnisk herkomst (især piger / kvinder)
- 'Udsatte grupper' og 'udsatte boligområder'

# Voksende differentiering, fx

- Svært overvægtige
- Børn med ADHD
- Personer med misbrugsproblemer
- Anbragte børn
- Udsatte grupper

Flere hundrede 'projekter' de seneste år

# Udsatte grupper

- Socialministeriet definerer socialt udsatte som ”personer, der lever i samfundets yderkanter, personer der ofte har et dårligt helbred, der sjældent har tilknytning til arbejdsmarkedet, og som ikke drager nytte af samfundets almindelige tilbud til borgerne”.
- Servicestyrelsen beskriver socialt udsatte som ”mennesker, der har et eller flere tunge sociale problemer, fx alkoholmisbrug, stofmisbrug, sindslidelser, hjemløshed, prostitution, vold i nære relationer, senfølger af seksuelle overgreb”.

# To begrundelser for særlige indsatser

- Ønske om lighed i idrætsdeltagelsen
- Idrætten tillægges en særlig værdi for gruppen:
  - Overvægtige: Bedre helbred
  - Anden etnisk herkomst: Integration
  - ADHD-børn: Koncentration
  - Arbejdsløse: Ud af arbejdsløshed

# 2

## Idræt for særlige grupper i foreningsidrætten:

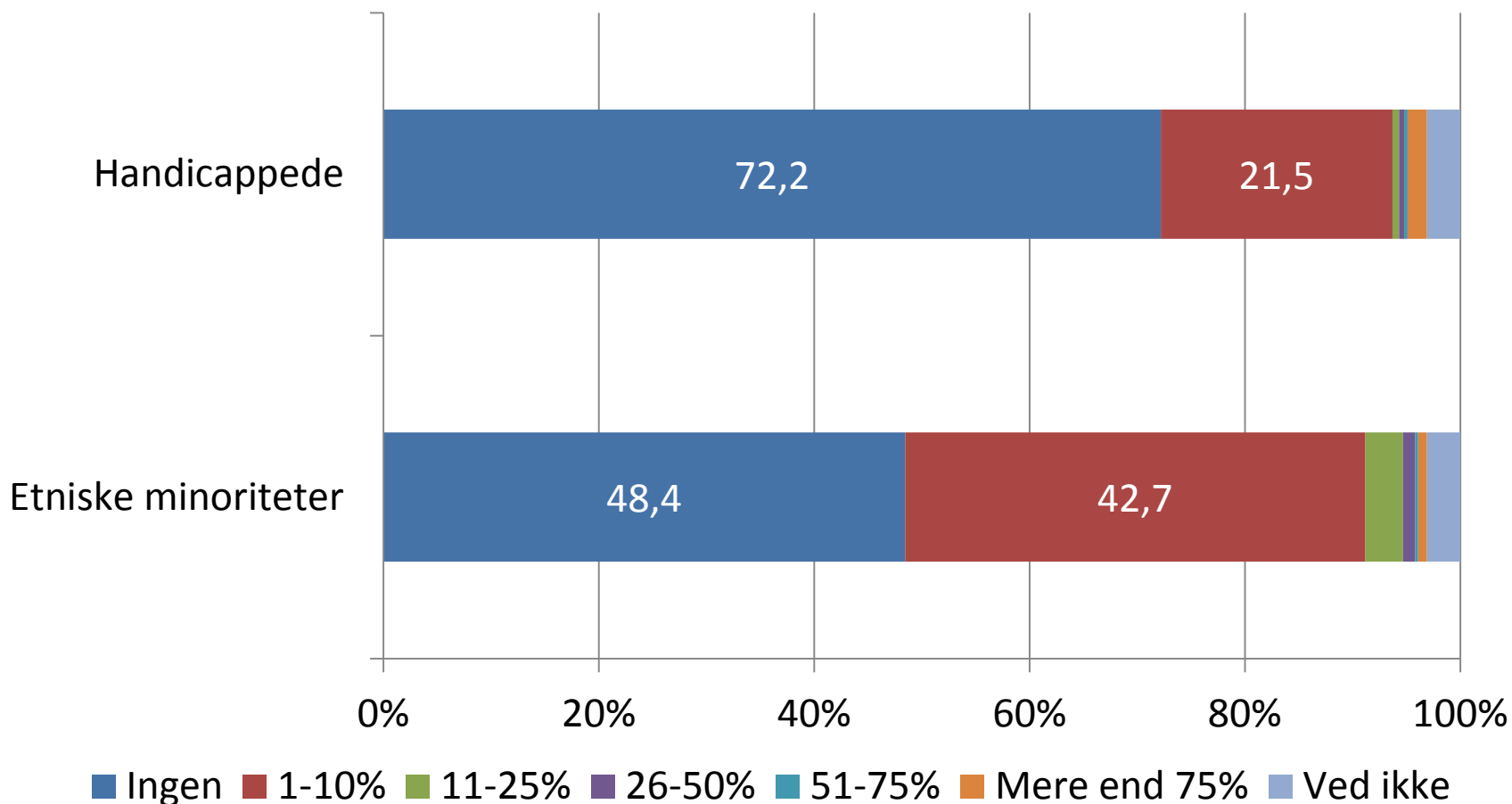
- Handicappede

- Etniske minoriteter

Fysisk inaktive / motionsuvante

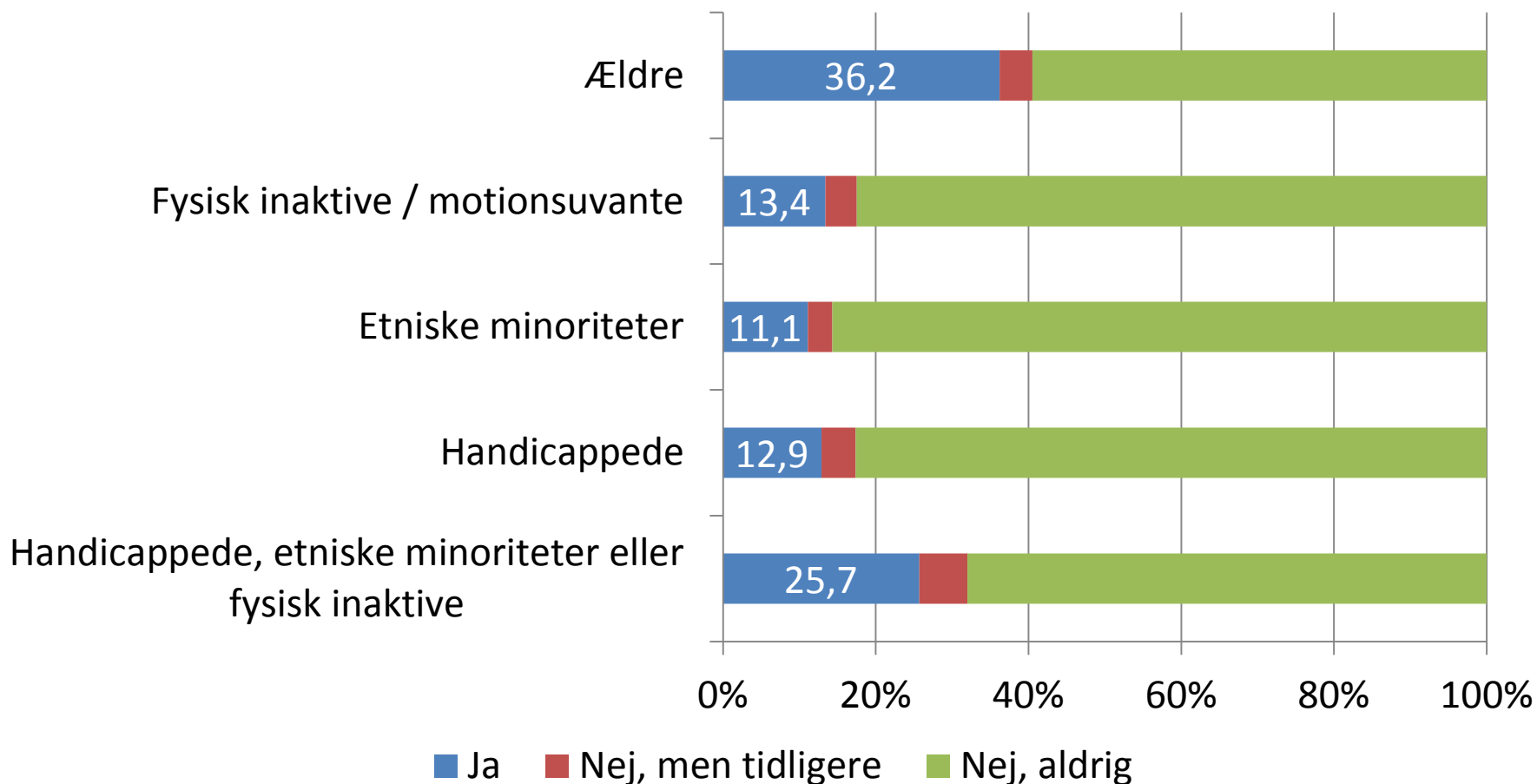


## Andel af foreningens medlemmer, som tilhører gruppen af 'handicappede' og gruppen af 'etniske minoriteter' (pct. Andel af foreninger, der er medlem af DIF, 2010)



Bygger på et skøn fra foreningen. Ca. hver fjerde forening har ikke besvaret spørgsmålet  
Analyse af data fra undersøgelsen af frivilligt arbejde i idrætsforeninger i DIF, 2010

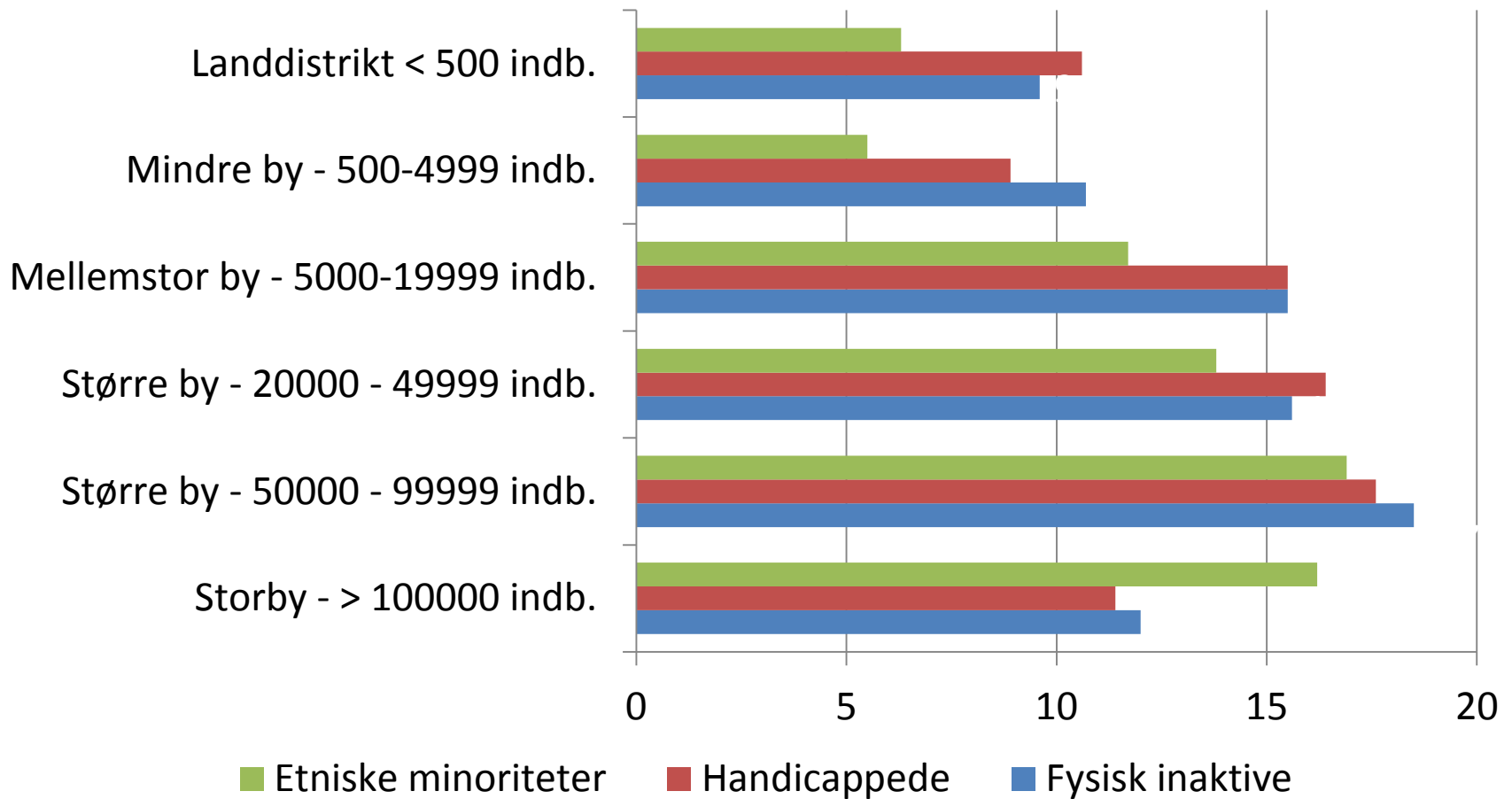
## Andel af idrætsforeninger, der er medlem af DIF (2010), som har særlige aktiviteter eller hold for bestemte målgrupper (pct.)



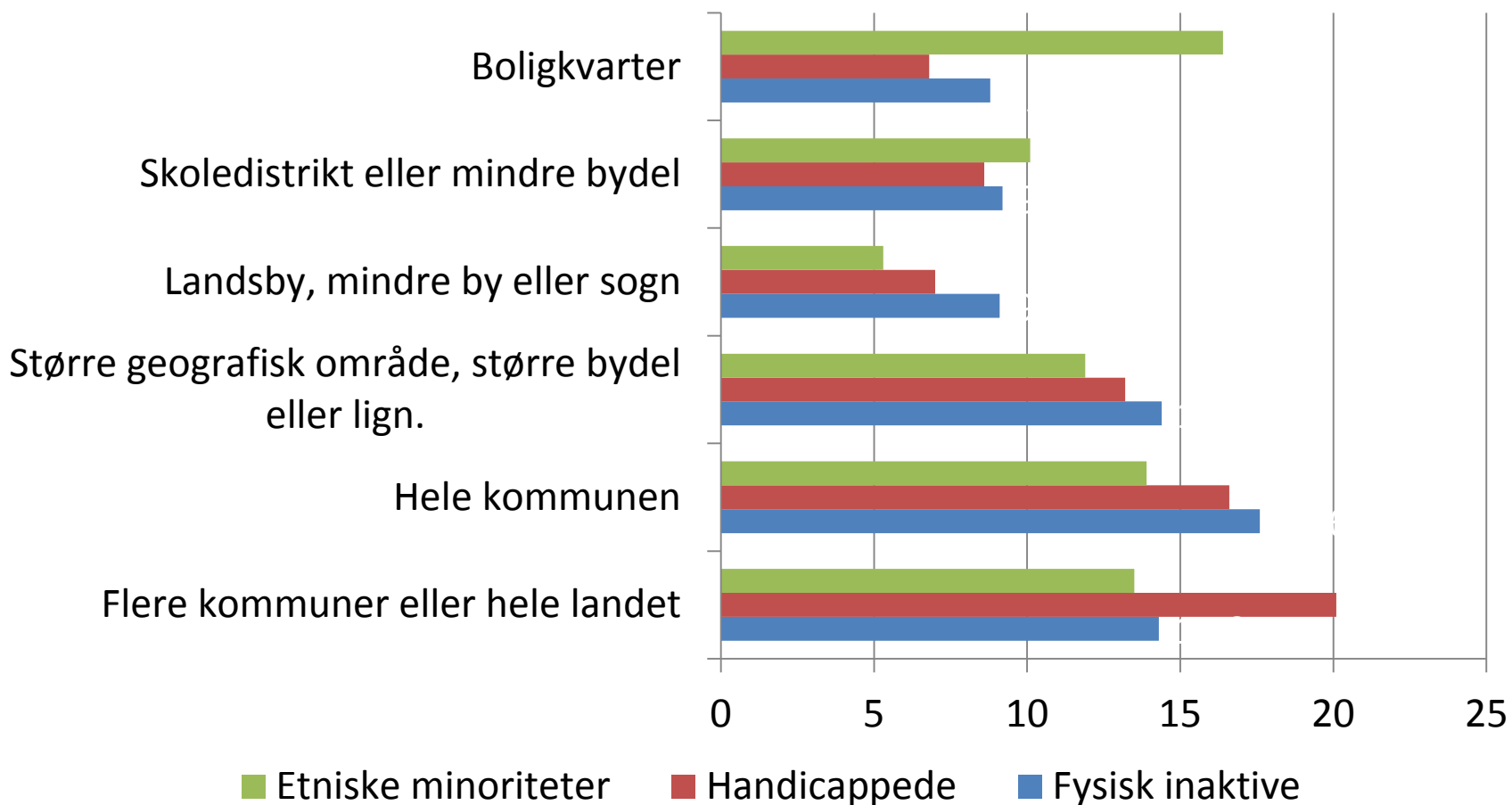
Ca. hver fjerde forening har ikke besvaret spørgsmålet

Analyse af data fra undersøgelsen af frivilligt arbejde i idrætsforeninger i DIF, 2010

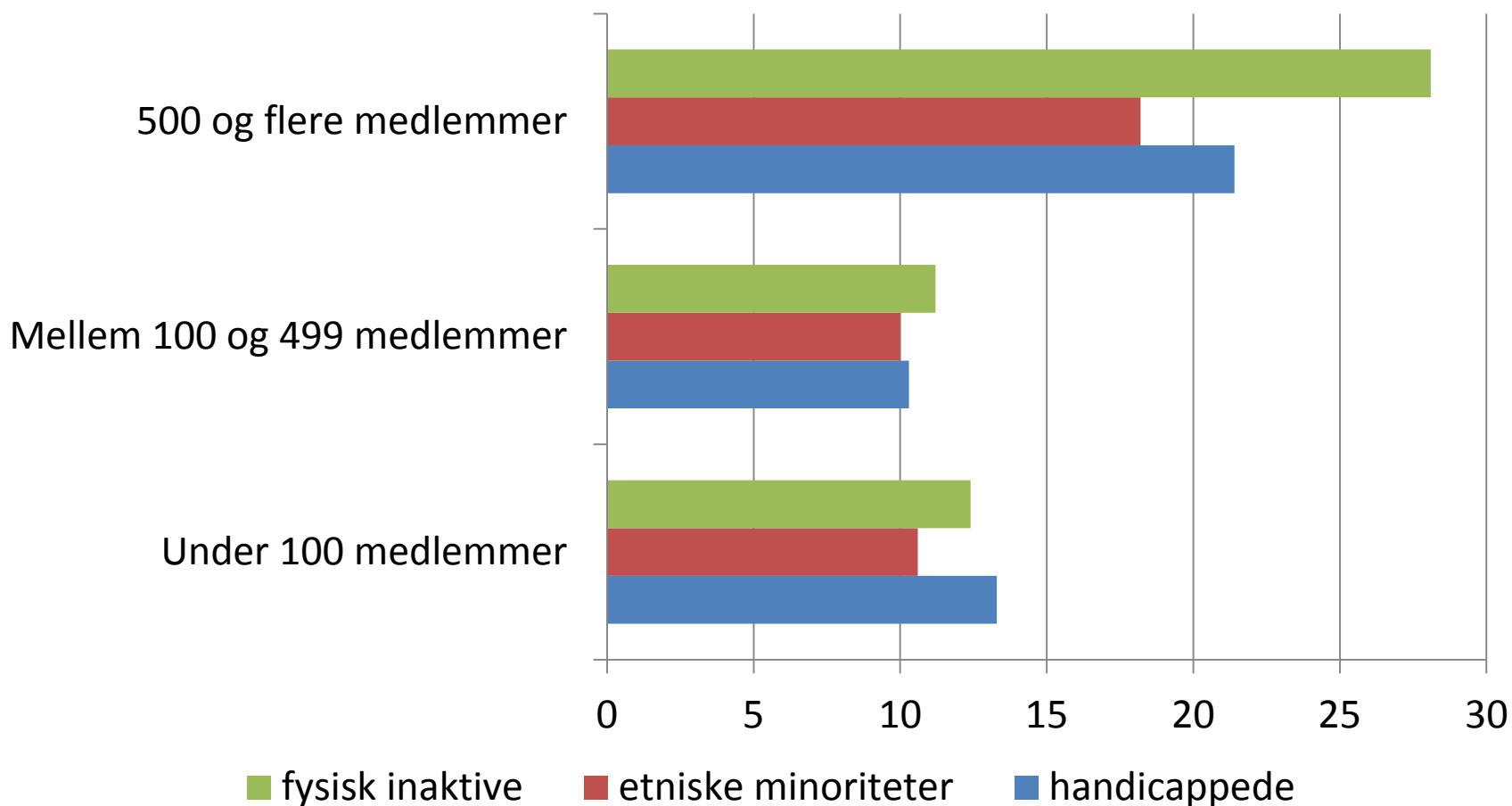
Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for FYSISK INAKTIVE, HANDICAPPEDE OG ETNISKE MINORITETER , opdelt efter urbaniseringsgrad (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)



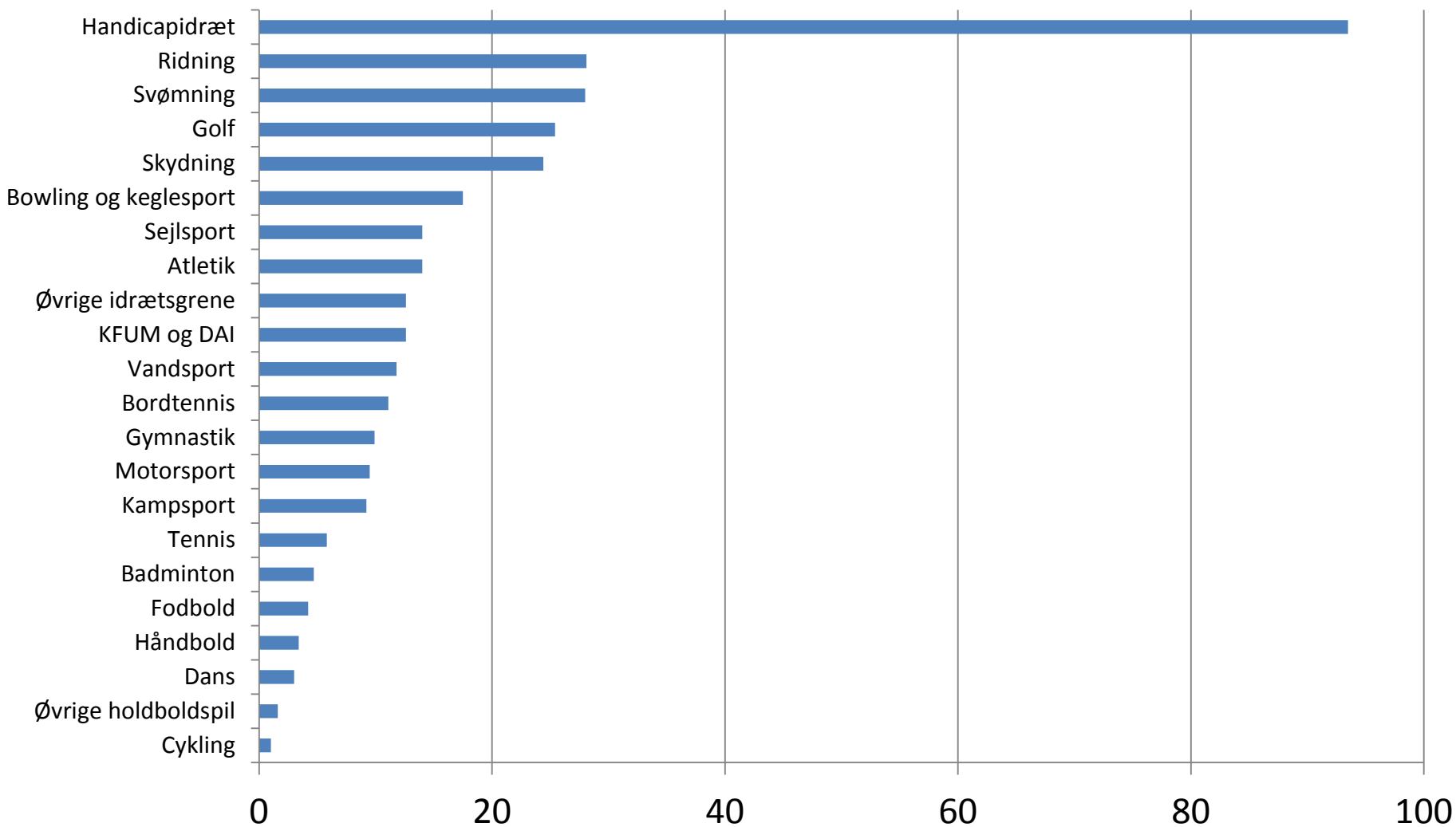
Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for FYSISK INAKTIVE, HANDICAPPEDE OG ETNISKE MINORITETER , opdelt efter foreningens geografiske område (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)



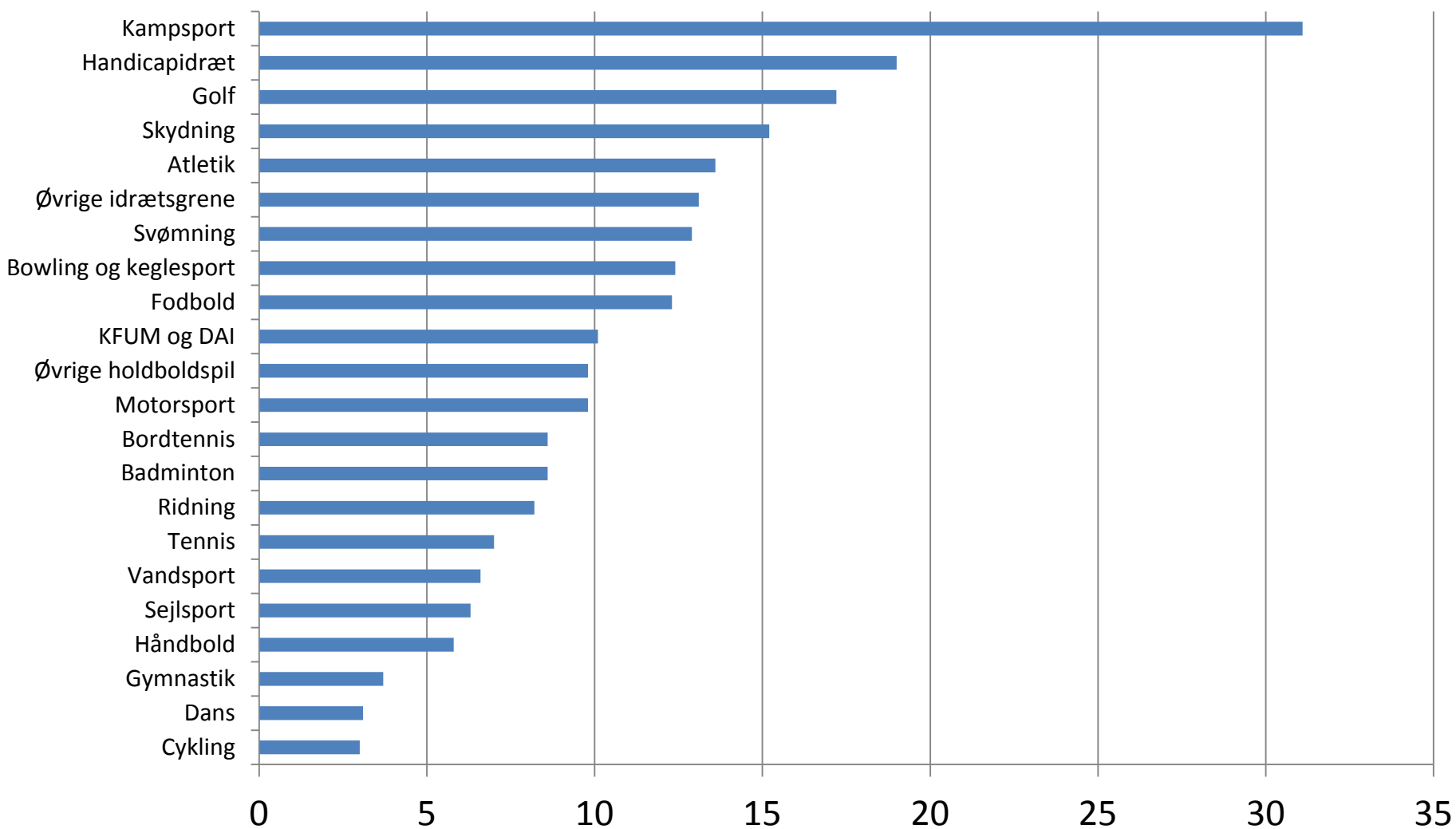
Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for FYSISK INAKTIVE, HANDICAPPEDE OG ETNISKE MINORITETER opdelt efter foreningens størrelse (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)



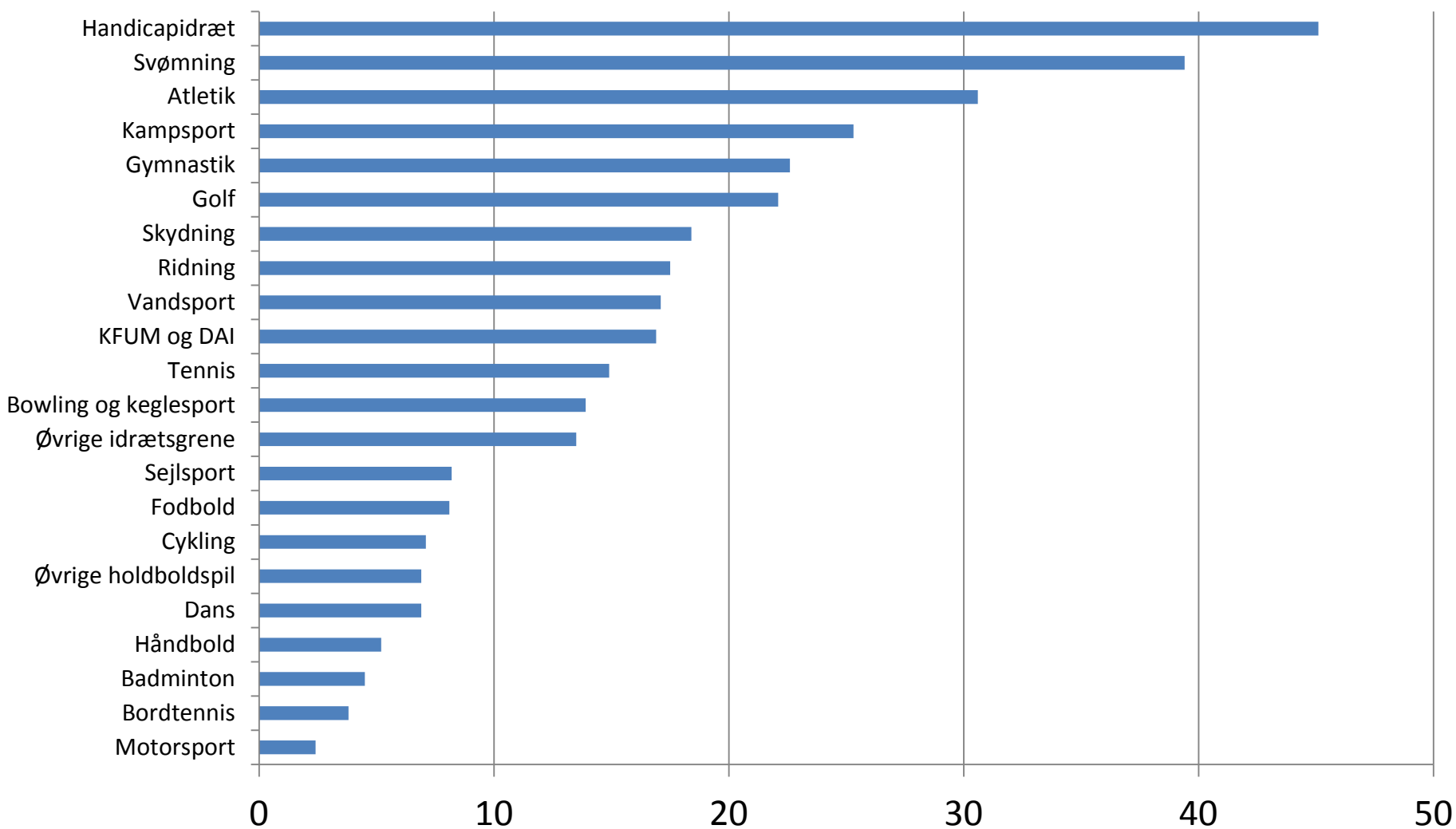
## Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for HANDICAPPEDE opdelt efter idrætsgren (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)



# Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for ETNISKE MINORITETER opdelt efter idrætsgren (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)

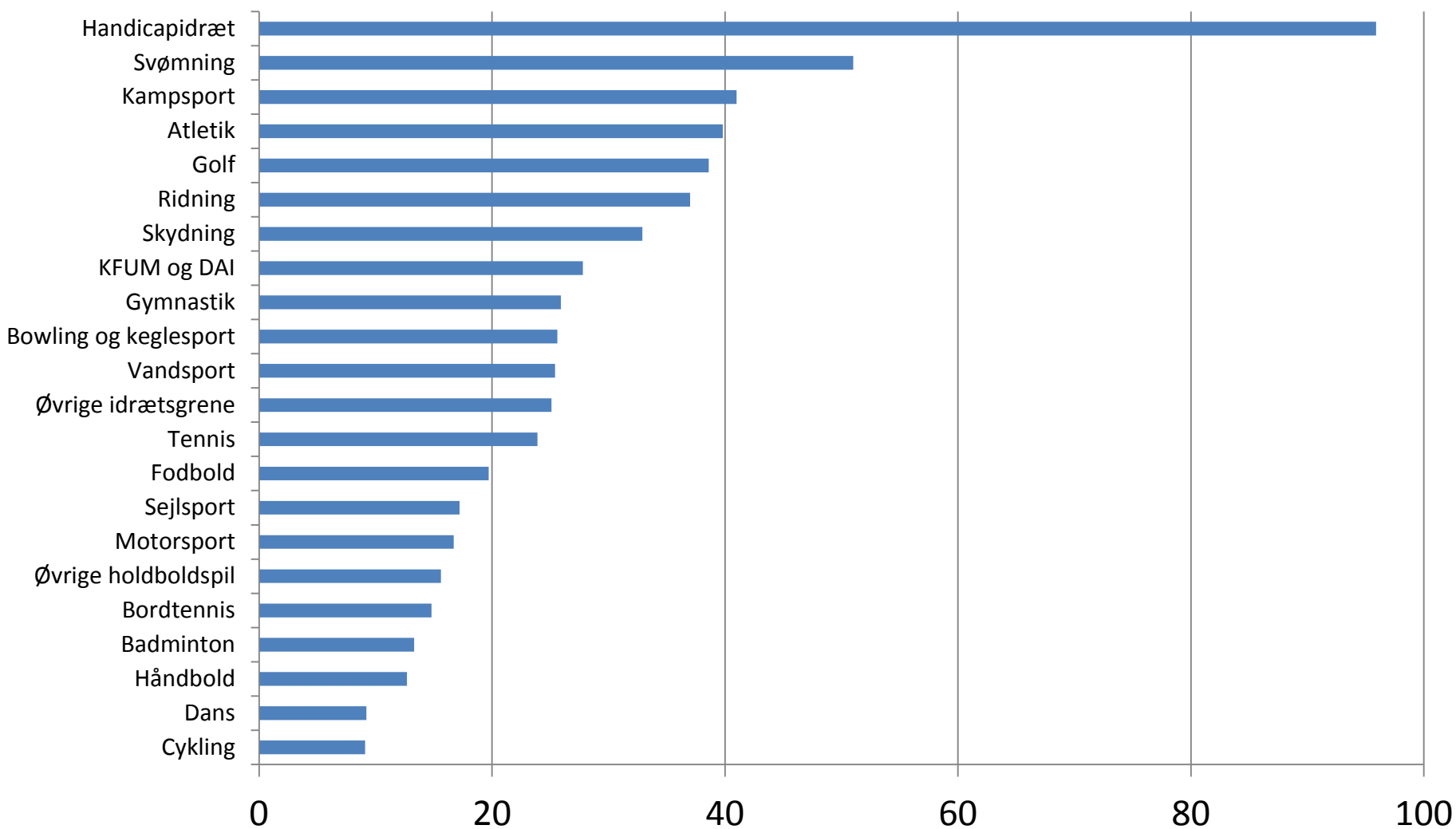


## Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for FYSISK INAKTIVE / MOTIONSUVANTE opdelt efter idrætsgren (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)

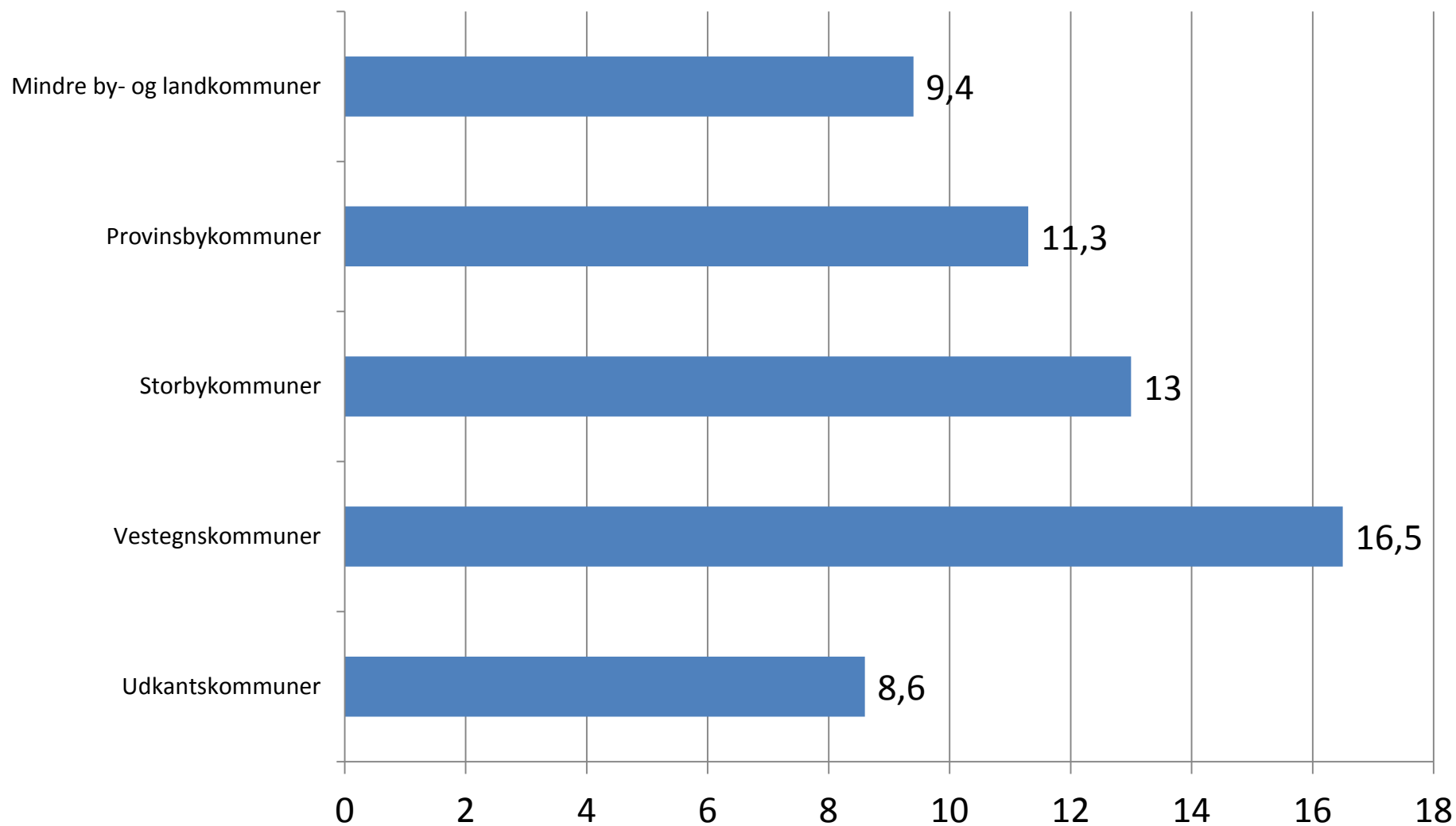




Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for HANDICAPPEDE, ETNISKE MINORITETER eller FYSISK INAKTIVE opdelt efter idrætsgren (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)



Andel af idrætsforeninger som har særlige aktiviteter eller hold for ETNISKE MINORITETER opdelt efter kommunetype (pct. andel af idrætsforeninger, der i 2010 var medlem af DIF)



# 3

Erfaringer fra projekter for  
udsatte og idrætssvage grupper

# Evalueringer af idræts- og sundhedsprojekter som Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund har gennemført

## Store idrætsprogrammer:

- Idrætspolitisk idéprogram

## Fysisk aktivitet og sundhed for voksne:

- Motion og Kost på Recept i Københavns Kommune
- Gå i Gang
- København – en by i bevægelse / Københavns Kommune



## Partnerskab mellem skole / SFO og idrætsforeninger om fysisk aktivitet for inaktive børn:

- Modelprojektet – Børn og unge i bevægelse i Fyns Amt
- Børn og bevægelse på Bornholm
- Fritid til bevægelse – Århus
- Rend og Hop / Varde Kommune
- Sunde vaner fra barnsben / Vejle Kommune
- Multiminien / Greve Kommune
- Grib Chancen / Idrætspolitisk Forum Fyn
- Go Active / DGI Byen
- Bevæg dig sund og glad / Esbjerg Kommune
- Skolesport – partnerskab mellem skole og idrætsforening for idrætssvage børn

## Idræt for socialt udsatte

- Samlet evaluering af hele puljen (50 projekter)

# Erfaringer fra sådanne 'programmer'

- Deltagerne og 'projekt ejerne' vurderer generelt projektet positivt.
- Når sjældent de opstillede mål for rekruttering.
- Har svært ved at rekruttere målgruppen.
- Svært at påvise en signifikant effekt (fx øget fysisk aktivitet, væggtab mv.)
- Partnerskaber mellem idrætsforeninger og skole / SFO kommer sjældent til at fungere.
- Når pengene hører op, stopper projektet som regel, og erfaringerne fra projektet forsvinder hurtigt.

# Store forskelle (opsamling af andre evalueringer)

- På det socialpsykiatriske område har man med succes arbejdet på at etablere foreninger for målgruppen med vægt på brugerinddragelse
  - Men mangler kommunal opbakning
- Arbejdet med socialt udsatte (ofte med misbrugsproblemer) beskrives som vanskeligt, fordi gruppen er
  - meget heterogen
  - vanskelig at motivere fordi de har store dagligdagsproblemer
  - vanskelig at fastholde i skemalagte aktiviteter og alm. foreninger
- Arbejdet med børn og voksne af anden etnisk baggrund (bopæl i ghettoområder) er ligeledes vanskeligt, fordi
  - gruppen er meget heterogen
  - gruppen er vanskelig at fastholde i foreninger
  - gruppen ofte mangler opbakning fra familie og i nærmiljøet
  - der ofte mangler idrætsforeninger i området

# Ideale krav til interventioner / projekter

- Til rådighed ('available')
  - at målgruppen ved at det eksisterer
  - ofte nødvendigt med opsøgende arbejde
  - opleves som relevante / realistiske i den konkrete livssituation
  - midlertidige projekter skaber let en usikkerhed
- Tilgængelige ('accessible')
  - tilbuddet er, og opfattes som, en reel mulighed
  - I sammenhænge hvor målgruppen kommer (fx et værested, et boligområde)
  - forankres i omgivelser, som er kendte og trygge for målgruppen
  - et tilhørsforhold og at have tillid til de mennesker, man omgiver sig med
- Økonomisk tilgængelige ('affordable').
  - For visse grupper er prisen for at deltage en reel barriere
- Acceptable for målgruppen ('acceptable').
  - hvad der for den enkelte opleves som foreneligt med selvopfattelsen og livsverdenen
- Meningsfulde / relevante for målgruppen ('appropriate')
  - For mange ikke en del af deres 'gode liv', tradition og livsverden.
  - Idræt er ikke noget, der umiddelbart forekommer naturligt.
  - Kan være problematisk fx at sammenblende 'aktivering' og 'idræt'.
  - Inddragelse af 'brugergruppen' i udformningen af aktiviteten er derfor afgørende.

# Hvorfor sjældent en succes?

- Opstiller urealistiske mål og succeskriterier.
- Som regel er projekterne for små og for kortvarige til at have en effekt.
- Bliver sjældent en integreret og prioriteret del af foreningen, institutionen eller forvaltningen.
- For lille overførelse og videreførelse af erfaringerne fra et projekt til andre projekter.
- De overordnede mål for projekterne svarer ikke til foreningernes mål og selvforståelse



4

Hvordan?

- Hvad virker?

# Hvad virker?

- AKTIVITET
- DEN SOCIALE OPBAKNING
- ØKONOMI
- INFORMATION
- METODE
- ORGANISERINGEN
- FACILITETERNE

# Andre aktiviteter?

- Som regel vil børn og voksne, der ikke går til idræt, helst gå til det samme, som de idrætsaktive gør. MEN .....
- 'Idrætspræferencerne' varierer med social og kulturel baggrund.
  - Kulturelt tilpassede aktiviteter og aktivitetsvalg
- Mange idræts-inaktive har ikke fået så mange erfaringer med forskellige idrætsformer. Nogle har også negative erfaringer med idræt.
- Nogle skal derfor opleve og erfare særlige idrætsformer, fx
  - overvægtige (aktiviteter hvor 'præstationen' er mindre afgørende)
  - piger med anden etnisk / kulturel baggrund

# Den sociale opbakning

- Social støtte fra familie, venner, skole eller arbejdsplads er har afgørende betydning for, at individer lever et fysisk aktivt liv.
  - Det karakteriserer mange af de 'særlige grupper', at de har svage netværk, ikke har et arbejde, har svage familierelationer, oplever ensomhed mv.
- Tillid, netværk og en positiv opfattelse af de sociale omgivelser har en positiv betydning for den fysiske aktivitet.
- Det at dyrke idræt med mennesker, som forstår ens situation, og måske endda selv er eller har været i samme situation, betyder for mange mere end selve det at dyrke idræt.
  - Den sociale kontakt med ligestillede føles ofte mere substantiel og meningsfuld.
  - Idræt blandt ligestillede er således en forudsætning for et fælles værdisæt, og dermed den tryghed og tillid deltagerne imellem, som skaber rammerne for dannelsen af sociale relationer og netværk.

# Billigere eller gratis aktiviteter?

- Et fælles kendetegn ved de fleste af de 'særlige grupper' er, at de typisk har en forholdsvis dårlig økonomi
- Det er en udbredt opfattelse, at gratis eller reduceret deltagerbetaling / kontingent får flere til at deltage.
- Mange steder har man givet mulighed for at give nogle børn reduceret kontingent.
- Men vi ved faktisk ikke, hvor vigtigt det er?

# Information

- Undersøgelser tyder på, at det ikke er mangel på information, der er hovedproblemet for socialt udsatte og andre særlige grupper:
- ”..... De giver udtryk for en basal viden om de sundhedsmæssige konsekvenser af kostvaner, fysisk aktivitet osv. Det er imidlertid – ifølge deres eget udsagn – ikke en viden som i særlig stort omfang får dem til at ændre på deres sundhedsmæssigt dårlige vaner. Mange ville gerne leve sundere, men magter det ikke, fordi det kræver et overskud, som de ikke har”  
(En undersøgelse af ”Socialt udsatte borgeres sundhed – barrierer, motivation og mulighed”).
- Oplysningskampagner skal opleves som ’meningsfulde’ i forhold til den livssituation personen står i – og ikke opleves som endnu en udstilling af, hvor ’forkert’ man lever.

# 'Metoden'

- Støtte fra en voksen (fx lærer, 'mentor')
- Giv deltagerne indflydelse
- Vedvarende 'projekt-udvikling', tilpasning af aktiviteterne, tage ved lære osv.
- Inddrage lokale ressourcer
- Tryghed: Fysisk, socialt og kulturelt

# Andre organiseringsformer?

- Er den typiske foreningsorganisering et problem?
  - 'Aktivitets-udvikling' frem for 'person-udvikling'.
  - Snævert afgrænsede aktiviteter.
  - Frivillig arbejdskraft.
- Er andre organiseringsformer bedre?
  - Kommunale institutioner (heldagsskole, fritidsklub, sundhedscenter mv. – hvor 'målgruppen' kommer)
  - Partnerskab mellem kommunal institution og forening.
  - Inklusion eller eksklusion



# Fordele ved 'eksklusion'

## (særlig forening for målgruppen)

- Fællesskab for ligestillede på egne betingelser
  - Træning og konkurrence med andre med samme handicap, etniske baggrund, fysiske forudsætninger
- Kan sammen skabe bedre vilkår for idræt for den pågældende gruppe
  - faciliteter
  - rekvisitter
  - træner
  - synlighed
- Kan skabe formel integration (lige muligheder)

# Fordele ved 'inklusion' (integreret i almindelige foreninger)

- Flere muligheder for at dyrke idræt (i princippet)
- Kan dyrke idræt 'lokalt'
- Dyrke idræt med personer uden det pågældende kendetegn
- Modvirke 'offer-fællesskab'
- Kan skabe reel integration
  
- Den generelle holdning i foreninger er, at der skal være plads til alle
- Men få beskæftiger sig med sundhed, handicap mv.

# Nærhed til gode faciliteter til idræt?

- Idræts-muligheder i de bolignære omgivelser
  - Idrætslegepladser / play spots
  - 'nær-idrætsanlæg'
- En positiv vurdering / oplevelse af det område, man bor i, har betydning for hvor fysisk aktiv man er.
- Faciliteter der er tilpasset målgruppens særlige behov, fx
  - Handicappede
  - Kvinder med muslimsk baggrund
  - Overvægtige

## 5. Hvordan styrke idræt i udsatte boligområder?



Forslag fra undersøgelsen af idræt i udsatte boligområder. Se rapporten på [www.sdu.dk/cisc](http://www.sdu.dk/cisc)

# Forslag: De store grønne områder

>> Aktiver<sup>1</sup> de grønne områder og skab tradition for at bruge dem

>> Skab tryghedsfølelse ved de store grønne områder

>> Skab gode adgangsforhold mellem boligområdet og det grønne område



# | Forslag: Bolignære opholdsarealer

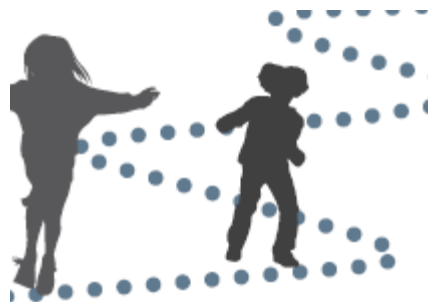
- >> Skab tætte forbindelser mellem boligen og uderummene
- >> Skab tryghedsfølelse ved de store grønne områder
- >> Skab gode adgangsforhold mellem boligområdet og det grønne område





# Forslag: Faciliteter

- >> Udarbejd en samlet plan for placering af faciliteterne
- >> Skab gode forbindelser til faciliteterne
- >> Etabler idrætsfaciliteter sammen med opholdsarealer og andre funktioner
- >> Varieret udbud - der henvender sig til forskellige målgruppen





# Forslag: Udvikling af det der er

- >> Brug faciliteterne til mere - fx sociale mødesteder
- >> Skab multifunktionelle anlæg
- >> Aktiverer de mindre benyttede arealer







# Forslag: Skab gode rammer og aktiviteter til piger og kvinder

>> Skal trykke rammer og afskærmede rum for pigerne og kvinderne

>> Kvindelige trænere som rollemodeller

>> Idræt i sociale sammenhænge, som pigerne og kvinderne er fortrolig med



andre funktioner  
ive aktiviteter og



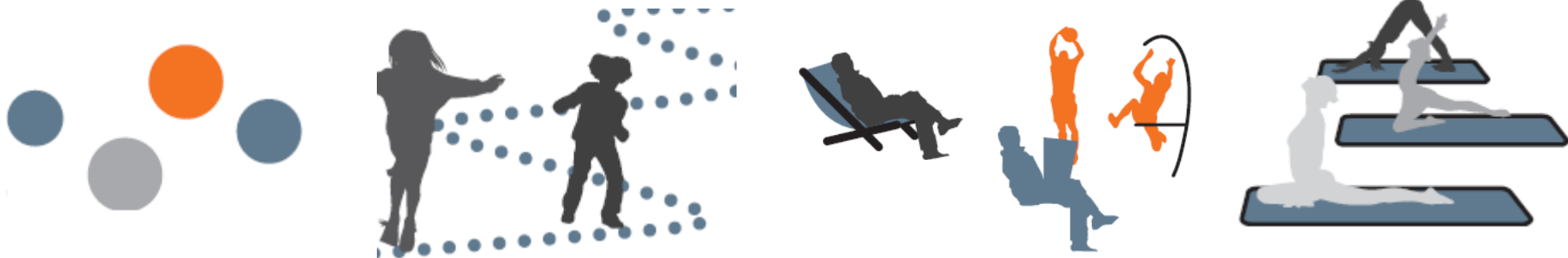
bjerg Skole med  
konkret: Dina





# Forslag: Udvikling af idrætsaktiviteter i boligområderne

- >> Øpret et motionscenter i hvert boligområde
- >> Skab flere tilbud om dans af forskellig slags
- >> Udvid mulighederne for at gå til svømning



# Forslag: Styrk de organiserede muligheder for at gå til idræt og motion

- >> Giv hjælp og støtte til de allerede eksisterende foreninger og frivillige grupper i de udsatte boligområder
- >> Giv hjælp og støtte til de eksisterende flerstrengede idrætsforeninger uden for boligområdet
- >> Skab et tæt og formaliseret samarbejde mellem skolerne, de kommunale fritidsklubber og større idrætsforening
- >> Skab gode muligheder for at voksne kan dyrke idræt under uformelle former





# Forslag: Involvering og tryghed

>> Involver og engager de lokale beboere i udviklingen og gennemførelsen af nye idrætsinitiativer

>> Skab gode muligheder for at udsatte grupper kan dyrke idræt sammen under trygge rammer



andre funktioner  
ive aktiviteter og



bjerg Skole med  
konkurrencer. Distan

