

Videnscenter
om handicap

DELTAGELSE I FRITIDS AKTIVITETER FOR MENNESKER MED HANDICAP

December 2022

Mie Maar Andersen



INDHOLD



| | | |
|----------|--------------------------------|-------|
| 1 | Indledning | s. 3 |
| 2 | Begrebsafklaring | s. 4 |
| 3 | Fremgangsmåde | s. 6 |
| 4 | Graden af deltagelse | s. 7 |
| 5 | Betydningen af deltagelse | s. 10 |
| 6 | Fremmende og hæmmende faktorer | s. 12 |
| 7 | Virksomme praksisindsatser | s. 16 |
| 8 | Anbefalinger | s. 19 |
| 9 | Referencer | s. 21 |

1. INDLEDNING

Videnscenter om handicap arbejder for at skabe øget deltagelse og aktivt liv for mennesker med handicap ud fra den grundtanke, at det aktive liv og deltagelse i samfundets fællesskaber er en del af svaret på 'det gode liv'. At opleve sig selv som en del af et fælleskab, hvor man kan sætte sig selv i spil og bidrage, er afgørende for langt de fleste mennesker. Fritidsfællesskaber har en helt central plads, fordi det er en arena, hvor mennesker – uanset funktionsniveau – har mulighed for frit at dyrke deres interesser, udvikle sig personligt og være i fællesskaber med andre.

Formålet med dette notat er at skabe et større overblik og tydeliggøre de tendenser, muligheder og udfordringer, der er forbundet med mennesker med handicaps deltagelse i fritidsaktiviteter.

I løbet af de sidste 20 år er der lavet flere litteraturreviews med fokus på mennesker med handicaps deltagelse i fritidsaktiviteter. I dette notat har vi her samlet de mest relevante nationale og internationale pointer i et overskueligt og relativt kort format.

Notatet fokuserer på følgende fem spørgsmål:

1. I hvor høj grad deltager mennesker med handicap i fritidsaktiviteter?
2. Hvilken betydning har deltagelse i fritidsaktiviteter for mennesker med handicap?
3. Hvilke faktorer hæmmer og fremmer deltagelse?
4. Hvilke virksomme praksisindsatser findes der?
5. Hvilke anbefalinger er der til at styrke deltagelse i fritidslivet for mennesker med handicap?

2. BEGREBSAFKLARING

Begrebet 'fritidsaktiviteter' er en bred betegnelse. I nedenstående afgrænses begrebet i forhold til hvordan det forstås og benyttes i dette notat.

2.1 'Fritidsaktiviteter'

Fritidsaktiviteter er kendetegnet ved følgende tre elementer:

- **Aktiv deltagelse i en aktivitet**

Det vil sige, at man selv er udøvende (se eksempler nedenfor). Deltagelse som tilskuer i kulturarrangementer eller deltagelse i form af frivilligt arbejde er således ikke indbefattet i dette notat.

- **Organiseret eller selvorganiseret**

Fritidsaktiviteten kan både være et etableret eksternt organiseret tilbud, eller en aktivitet man selv tager initiativ til alene eller i grupper.

- **Kontinuitet**

Det vil sige, at fritidsaktiviteten foregår systematisk over en længere kontinuerlig periode. Deltagelse i camps eller enkeltstående begivenheder og initiativer er altså ikke medtaget.

For at tydeliggøre hvilke konkrete kategorier af fritidsaktiviteter der søges afdækket i notatet, har vi i det følgende lavet en oversigt med eksempler på fritidsaktiviteter.

Oversigten er ikke udtømmende og derfor til forhandling. Fx viste VIVE's seneste levevilkårsundersøgelse på handicapområdet, at mennesker med handicap oftere er medlem af handicaporganisationerne (Amilon et al., 2021). Dog siger undersøgelsen ikke noget om, hvordan mennesker med handicap benytter handicaporganisationerne. Vi ved således ikke om medlemmerne deltager kontinuerligt i aktiviteter, eller om de blot deltager i årsmøder eller lignende. Af denne grund er deltagelse i handicaporganisationernes tilbud ikke medtaget i den følgende oversigt eller i notatet som helhed.

KATEGORIER AF FRITIDS AKTIVITETER



Sport og idræt

Fx konkurrencesport eller foreningsidræt.



Sang og musik

Fx kor, sang- eller instrumentundervisning.



Billedkunst og håndarbejde

Fx undervisning i maling, tegning, sløjd eller syning.



Skuespil

Fx teaterskole eller rollespil.



Udeliv

Fx spejder, vinterbadning eller organiseret friluftsliv.



Digitale fællesskaber

Fx e-sport.



Andre interessefællesskaber

Fx politisk arbejde, bogklubber eller hundetræning.

3. FREMGANGSMÅDE

I notatet er eksisterende viden om deltagelse i aktive, organiserede og selvorganiserede, kontinuerlige fritidsaktiviteter for mennesker med handicap samlet. Undervejs er det blevet tydeligt, at de danske undersøgelser og forskning på området, ikke alene, har kunnet understøtte de metodiske krav til et notat som dette. Derfor trækkes der i notatet på både national og international forskning og som undersøgelser.

3.1 Litteraturstudier og større nordiske studier

Belysningen af de fem spørgsmål der er listet op på side 1, tager afsæt i de mest relevante nationale og internationale litteraturstudier, vidensopsamlinger og større nordiske studier, der er lavet på området "fritidsliv for mennesker med handicap" de sidste 15 år (2007 – 2022).

I søgningen er der udelukkende udvalgt litteraturstudier, vidensopsamlinger og nordiske studier, der opfylder nedestående tre kriterier:

- Litteraturstudierne skal omhandle fund fra lande med en vestlig kultur som Danmark i overvejende grad kan sammenlignes med.
- Søgningen har en tidsmæssig afgrænsning på de seneste 15 år (2007 – 2022).
- Litteraturen er skrevet på engelsk eller de skandinaviske sprog.

De inkluderede litteraturstudier, vidensopsamlinger og nordiske studier kan ses til sidst under '9. Referencer'.



4. GRADEN AF DELTAGELSE

Mennesker med handicap deltager i meget forskellig grad i fritidsaktiviteter. Dog er der nogle generelle tendenser og konkrete variationer, der går igen i litteraturen. Dette præsenteres i det følgende.

4.1 Den generelle tendens

Både national og international forskning viser en klar tendens: Børn, unge og voksne med handicap deltager i mindre grad end mennesker uden handicap i både organiserede og selvorganiserede fritidsaktiviteter (Kissow & Klasson, 2021; Tonkin et al., 2014; Pilgaard et al., 2022). Dog deltager mennesker med handicap i højere grad i selvorganiserede end organiserede aktiviteter - særligt i aktiviteter der foregår i hjemmet sammen med familien eller alene (Kissow & Klasson, 2021; Tonkin et al. 2014; Shikako-Thomas et al., 2008). De samme studier konkluderer i forlængelse heraf, at der er en generel tendens til, at mennesker med handicap, på tværs af flere handicapgrupper og alder, i mindre grad er aktive i fritiden sammenlignet med jævnaldrene uden handicap.

Den lavere deltagelse er paradoksalt, fordi den står i kontrast til studier som viser, at mennesker med handicap generelt sætter pris på de samme aktiviteter som mennesker uden handicap. Tilmed i højere grad end den generelle befolkning (Tonkin et al. 2014; Pilgaard et al., 2022). Den lavere grad af deltagelse skyldes altså ikke mangel på motivation.

4.2 Den danske tendens

På trods af generelle forskelle i deltagelsesniveauet blandt mennesker med og uden handicap tyder forskningen på, at Danmark er et af de lande, hvor uligheden i deltagelse i fritidsaktiviteter, generelt set, er allermindst.

I et europæisk studie, der viser forskellen i fritidsdeltagelse blandt børn og unge med CP (cerebral parese) på tværs af landegrænser, fremgår det, at danske børn og unge med CP er mere aktive i fritidsliveter end børn og unge i de andre europæiske lande (Michelsen et al., 2014). De danske børn og unges fritids-deltagelsesniveau matchede stort set deltagelsesniveauet for deres jævnaldrene uden handicap. Det samme mønster viser sig til dels også i Norge og Sverige (Ullenhag et al., 2012).

En forklaring herpå kan relatere sig til de inklusionsmodeller i skolesystemet, som de skandinaviske lande har. Der er således evidens for, at børn og unge som er inkluderet i alment skolerégi, i højere grad end børn og unge på specialskoler er aktive i fritidsaktiviteter (ibid).

I forlængelse af de generelle danske tendenser skal det bemærkes, at der er nogle forskelle indenfor en række områder, der nuancerer billedet en smule.

4.3 Variationer i graden af deltagelse

Grad af funktionsnedsættelse

En af de mere omdiskuterede og inkonsistente variationer omhandler, hvorvidt graden af funktionsnedsættelse påvirker graden af deltagelse. Det korte svar er ja og nej. Det tvetydige svar er afspejlet i litteraturen, hvor nogle studier konkluderer, at der er en klar sammenhæng, mens andre konkluderer det modsatte. Og det fyldestgørende svar er en smule komplekst.

Først og fremmest er en væsentlig pointe, at de forskellige konklusioner antageligt er farvet af, at 'deltagelse' som begreb er multifaktorielt. Det vil sige, at deltagelse er påvirket af en række forskellige faktorer, som er indbyrdes forbundet:

- Den enkelte persons motivation samt psykiske, sociale og fysiske kompetencer.
- Pårørendes engagement, ressourcer og tilgang.
- Den konkrete aktivitets udformning.
- De konkrete sociale og fysiske omgivelser.

Med dette præciseret er svaret på spørgsmålet, om hvorvidt graden af funktionsnedsættelse hænger sammen med deltagelse typisk 'ja', da samtlige studier viser, at jo større en funktionsnedsættelse (både fysisk, psykisk og kognitiv) man har, desto mindre deltager man i organiserede fritidsaktiviteter (Kissow & Klasson, 2021; Pilgaard et al., 2022; Shikako-Thomas et al., 2008; Østerlund et al., 2014; Bult et al., 2011). Sværest ser det ud til at være for mennesker med usynlige, psykiske handicap (fx ADHD, autisme og angst) (ibid.). Dog er svaret typisk også 'nej', da flere studier konkluderer, at det ikke er funktionsnedsættelsen i sig selv, der påvirker deltagelsen. De peger på, at den lavere grad af deltagelse herimod overvejende forårsages af mangel på compensation og tilpasninger i aktiviteten samt fra det omgivende miljø (Kanagasabai et al., 2014). Pointen er derfor, at mennesker med et større handicap ville kunne deltage i højere grad, hvis der blev fokuseret mere på både at imødekomme særlige behov i forhold til aktiviteter og omgivelser.

Der peges altså både på at graden af handicap påvirker deltagelsen, men også at den ikke gør. Den nærliggende konklusion er, at begge dele sandsynligvis er rigtigt i en vis udstrækning, og at dette samtidig i høj grad afhænger af aktiviteter, omgivelser og deltagere. Svaret er mangefacetteret, men selvom der i denne opsamling ikke kan peges entydigt i den ene eller anden retning har graden af funktionsnedsættelse i flere studier vist sig at have en effekt på graden af deltagelse. Det er dog ikke sikkert, at det altid vil være tilfældet.

Alder

Også hvad angår alder er der delte konklusioner om, hvorvidt deltagelsen falder eller stiger med alderen (Kissow & Klasson, 2021; Tonkin et al., 2014; Bult et al., 2011). Dog tyder det på, at børn under 12 år er mere deltagende i organiserede fritidsaktiviteter sammenlignet med unge og voksne. Derimod er unge mere deltagende i selvorganiserede fritidsaktiviteter med deres venner. Det samme billede tegner sig for mennesker uden handicap (Rask et al., 2022).

Køn

Køn fremstår i studierne som en faktor, der mere entydigt har indflydelse på deltagelsen i fritidsaktiviteter (Kissow & Klasson, 2021; Tonkin et al., 2014; Shikako-Thomas et al., 2008; Bult et al., 2011). Overordnet set ser piger ud til at være mere deltagende end drenge. Pigerne deltager ligeledes mere i uformelle, sociale og færdighedsbaserede aktiviteter (eksempelvis musik og kunst), imens drenge ser ud til at deltage mere i fysiske gruppeaktiviteter (eksempelvis fodbold).

Aktivitetsform

I relation til de aktivitetsformer, der blev præsenteret i indledningen, er det tydeligt, at langt de fleste studier har fokuseret på fritidsaktiviteter, der relaterer sig til idræt og bevægelse. Den viden vi har, om fritidsaktiviteter for mennesker med handicap er derfor stærkt farvet af den viden, der ligger på idrætsområdet.

På trods af at der ikke er konkrete, sammenlignelige statistikker, der viser forskellen i deltagelse på tværs af forskellige fritidsaktivitetsformer, ved vi, at idrætsaktiviteter og bevægelse udgør en meget markant del af de organiserede fritidsaktiviteter for mennesker med handicap både nationalt og internationalt. Beregninger på baggrund af tal fra den største danske undersøgelse af nationale idrætsvaner, 'Danmark i bevægelse', som Karsten Elmoose-Østerlund, lektor ved Syddansk Universitet, har foretaget, viser, at næsten 25% af mennesker med handicap er idrætsaktive i foreningstilbud.

Det samme gælder knap 32% af befolkningen uden handicap[1]. Tallene gælder ikke børn, men derimod for unge og voksne på 16 år og derover.

Den eneste fritidsaktivitet, hvor børn og unge med og uden handicap ser ud til at have det samme deltagelsesniveau, er i relation til engagementet i e-sport og andre digitale spil og fællesskaber (Michelsen et al., 2014).

I en dansk kontekst har vi lavet en google-søgning på alle de forskellige fritidsaktiviteter, der blev listet op på side 2, og kan konkludere, at der findes tilbud for mennesker med handicap – enten i inkluderede eller segregerede tilbud – i alle kategorier. Alt tyder alligevel på, at idræt er den organiserede aktivitetsform, der er langt mest udbredt i relation til både geografi samt alders- og diagnosespecifik spredning[2].

5. BETYDNINGEN AF DELTAGELSE

I litteraturen er der bred enighed om, at deltagelse i fritidsaktiviteter er betydningsfuldt for mennesker med handicap. Fritidsaktiviteter har således potentiale til at sætte betydningsfulde personlige, sociale og samfundsmæssige spor, såfremt:

- Deltagerens motivation imødekommes.
- Deltageren mødes med engagement, nærvær, fleksibilitet, rummelighed, troen på succes og autenticitet af de ansvarshavende og gruppen.
- Aktiviteten og omgivelserne er tilpasset tilstrækkeligt.

På næste side ses et skema over de generelle fund vedr. betydningen af deltagelse i fritidsaktiviteter set i relation til personlige, sociale og samfundsmæssige perspektiver (Kissow & Klasson, 2021; Tonkin et al., 2014; Dahan-Oliel et al., 2012; Powrie et al., 2015). Fundene der relaterer sig til specifikke fritidsaktiviteter, er ikke medtaget i skemaet.

[1] Tallet er udregnet af Karsten Elmoose-Østerlund på baggrund af undersøgelsens datasæt. Tallet fremgår ikke direkte i undersøgelsen 'Danmark i bevægelse'.

[2] Som nævnt på side 2 kendes deltagelsesomfanget i handicaporganisationernes aktiviteter ikke – kun medlemsandelen blandt mennesker med handicap. Det er dog en mulighed at deltagelse i fritidsaktiviteter skabt af handicaporganisationerne er den organiserede aktivitetsform, der er mest udbredt.



PERSONLIGT

- Øget livskvalitet.
- Identitetsdannende - at være nogen.
- Glæde og nydelse.
- Frihed.
- Nye færdigheder.
- Øget fysisk sundhed (ved bevægelsesaktiviteter).
- Opdagelse, udvikling og visning af potentiale.
- Oplevelse af mestring og succes.



SOCIALT

- Venskaber.
- Oplevelse af at høre til.
- Oplevelse af at blive set og anerkendt.
- Bedre til at kommunikere.
- Bedre til at omgås andre og indgå i et fællesskab.



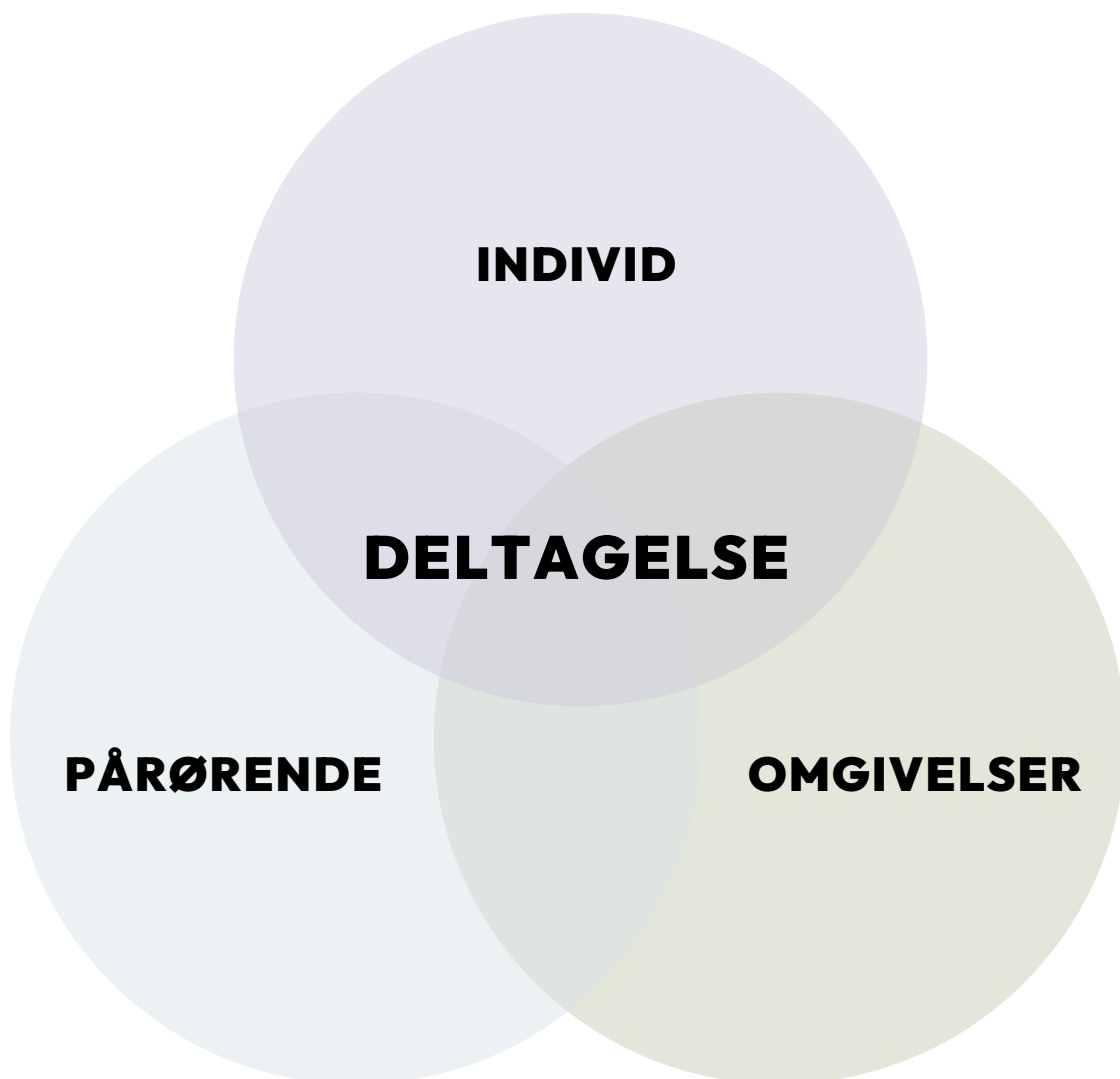
SAMFUNDSRELATERET

- Deltagelse i en fritidsaktivitet kan under de rette forudsætninger medføre øget deltagelse i andre samfundsarenaer.
- Bedre forståelse for hvad samfundet forventer af én.

Til trods for de mange potentielt virksomme elementer er det værd at huske på, at deltagelse i fritidsaktiviteter under svære forudsætninger også kan medvirke til negative oplevelser. Litteraturen beskriver således også, hvordan nogle mennesker med handicap oplever at blive mobbet, ekskluderet, ikke at passe ind og have en asymmetrisk og svær relation til deres jævnaldrende (Kissow & Klasson, 2021; Dahan-Oliel et al., 2012). Elementer som kan medføre oplevelser af frygt, ensomhed, kedsomhed samt uhensigtsmæssigt mange frustrationer og nederlag (Dahan-Oliel et al., 2012). Derfor er det Videnscenter om handicaps forhåbning, at afsnittet om fremmede faktorer samt notatets anbefalinger, kan anviser en retning for, hvordan man skaber de bedst mulige forudsætninger for, at mennesker med handicap kan deltage succesfuldt i fritidsaktiviteter.

6. FREMMENDE & HÆMMENDE FAKTORER

Både fremmende og hæmmende faktorer i relation til deltagelse i fritidslivet inddeles typisk i tre kategorier i de inkluderede studier og vidensopsamlinger (Kissow & Klasson, 2021; Tonkin et al, 2014; Shikako-Thomas et al., 2028; Bult et al., 2011; Powrie et al., 2015; Imms et al., 2008; Willis et al., 2016; Socialstyrelsen, 2022):

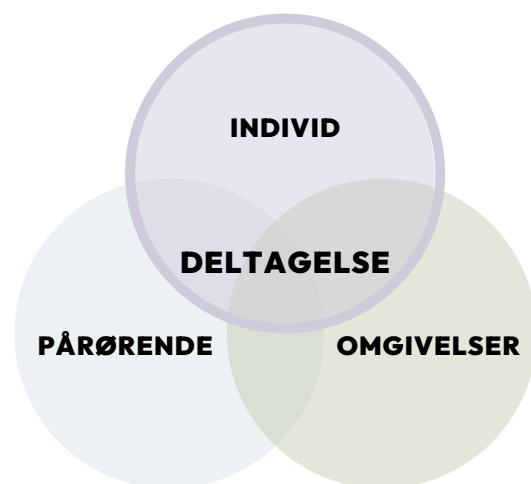


Denne inddeling er for overskuelighedens skyld også anvendt i det følgende – selvom de tre perspektiver sjældent er adskilt i praksis, men som regel er relationelt forbundne, og påvirker hinanden. I forståelsen og arbejdet med praksis kan de tre perspektiver derfor aldrig stå alene, men bør – som illustreret ovenfor – altid samtænkes.

6.1 Individuelle faktorer

De individuelle faktorer relaterer sig både til elementer, som fokuserer på kroppen, indre følelser og oplevelser samt det sociale møde med omverdenen.

Neden for er de mest udbredte forståelser oplistet. Punkterne er ikke listet hierarkisk op.



FREMMENDE FAKTORER



- At være motiveret - have indflydelse på aktivitetsvalget.
- At have det sjovt.
- Opleve at man kan deltage og lykkes.
- Lære noget nyt og udvikle sig.
- Opleve frihed og selvstændighed.
- Personlig robusthed.
- At opnå personlige mål.
- Oplevet identitet som en der er aktiv.
- Føle sig accepteret.
- Skabe venskaber og være sammen med etablerede venskaber.
- Møde rollemodeller.
- At være sammen med ligestillede og -sindede.

HÆMMENDE FAKTORER



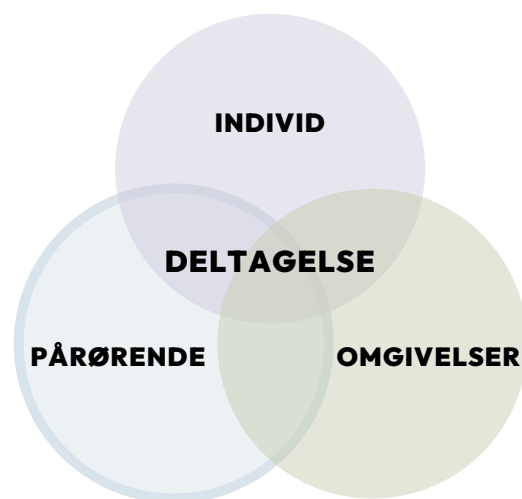
- Svær psykisk, fysisk, kognitiv eller kommunikativ handicap.
- Lav selvtillid.
- Træthed.
- Frygt for skader.
- Manglende lyst og motivation. Eksempelvis grundet aktiviteten ikke har været selvvalgt (motivationen er dog generelt ikke mindre end hos mennesker uden et handicap).
- Smerter.
- Dårlig sundhedstilstand.
- Oplevelse af ikke at passe ind.
- Nervøsitet og frygt for det nye, anderledes og udfordrende.

6.2 Pårørende-faktorer

Pårørende-faktorer relaterer sig til elementer, der fokuserer på nærmeste pårørendes perspektiver på mennesket med handicap, deres personlige overskud og prioriteringer, socialøkonomiske status samt deres viden om deltagelsesmulighederne.

Neden for er de mest udbredte forståelser oplistet.

Punkterne er ikke listet hierarkisk op.



FREMMENDE FAKTORER



- Forældres støtte, engagement og vedholdenhed.
- Oplevelse af barnets ressourcer.
- At forældrene selv har en aktiv fritidshistorik.
- Positiv holdning til fritidsaktiviteter.
- Høj uddannelse og indkomst.

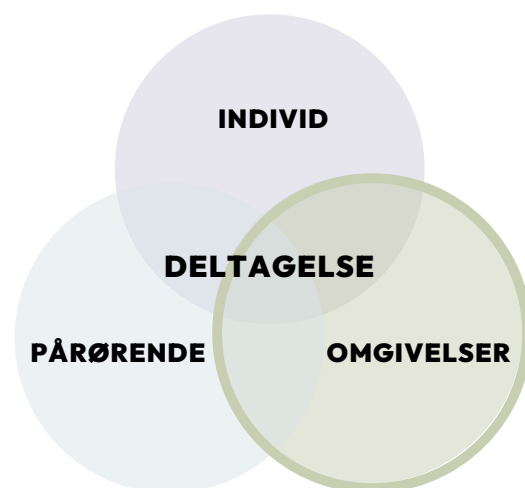
HÆMMENDE FAKTORER



- Beskyttertrang - fraholdelse for deltagelse eller unødvendig hjælp og assistance.
- Bekymringer relateret til både sociale og fysiske nederlag og skader.
- Forældres inaktivitet og manglende præferencer, engagement og vaner.
- Forældres pres på barnet og diktering under deltagelse.
- Lav uddannelse og indkomst.
- Stress.
- Tidspres og manglende energi - det kræver et stort praktisk og emotionelt arbejde at få det hele til at gå op.
- Prioritering af energi - rehabilitering og skole kommer typisk først.
- Manglende information om aktivitetsmuligheder.

6.3 Omgivelsesfaktorer

Omgivelsesperspektiverne relaterer sig både til elementer, der fokuserer på de fysiske omgivelser, selve aktiviteten, de sociale omgivelser, såsom professionelle og meddeltagere, samt de strukturelle og organisatoriske rammer. Neden for er de mest udbredte forståelser angivet. Punkterne er ikke listet hierarkisk op.



FREMMENDE FAKTORER



- God vejledning af forældre i forhold til aktivitetsmuligheder.
- Tilpassede aktiviteter der passer i niveau.
- Fleksibelt og kreativt mindset i forhold til aktivitetens rammer (regler, point mm.).
- God vejledning i aktiviteterne.
- Et miljø, hvor man føler sig accepteret.
- God fysisk tilgængelighed.
- Tilgængelige, tilpassede aktivitetshjælpemidler samt viden om at de findes.
- Have en støtteperson/ledsager, der kan hjælpe en til og fra aktiviteten.
- Økonomisk støtte, hvis familien ikke har midlerne.
- Lokale muligheder, så transporttiden ikke er så lang.

HÆMMENDE FAKTORER



- Mangel på passende aktivitetsmuligheder i nærområdet.
- Lang transporttid eller manglende transportmuligheder.
- Mangel på tilgængelig information om relevante tilbud.
- Manglende fysisk tilgængelighed.
- Attitude og manglende imødekommenhed.
- Stigmatisering, eksklusion og mobning.
- Mangel på viden om inklusion og tilpasninger hos de professionelle.
- For stort konkurrencefokus i aktiviteten (det modsatte findes der dog også eksempler på).
- For stort tidspres i aktiviteten.

7. VIRKSOMME PRAKSISINDSATSER

I dette afsnit suppleres fundene fra national og international forskning med udvalgte eksempler fra danske praksisindsatser, som har vist sig særligt virksomme i forhold til at fremme deltagelsen i fritidsaktiviteter for mennesker med handicap.

Vær opmærksom på at mennesker med handicap, på tværs af handicap, alder og køn, er forskellige: Selvom en fællesskabsorienteret aktivitet er den rette for nogle personer med et bestemt type handicap, er det ikke nødvendigvis det rette for alle inden for denne handicap-, alders-, kønsgruppe osv. Lad den enkeltes motivation gå forud for aktiviteten.

7.1 Håndholdt vejledning

'Specialsport.dk' er en organisation, der har til hensigt at støtte og hjælpe børn og unge med særlige behov til et aktivt foreningsliv. En ambition som søges indfriet ved at:

- Være fysisk til stede ude på specialskoler, skabe relation til både lærere, pædagoger, elever og forældre. Dette sikrer et tættere samarbejde mellem alle parter med større forståelse for hinanden og de enkeltes fritidsønsker og -behov.
- Lytte til elevens motivation og interesse samt familiens behov.
- Informere eleverne om de aktivitetsmuligheder der er til stede.
- Følge eleverne ud i de forskellige foreningstilbud og være en støtte på sidelinjen.
- Fortsætte med at afsøge og afprøve det gode foreningsmatch indtil der er en tilfredsstillende løsning for alle.

Processen er håndholdt og ressourcekrævende, men Specialsport.dk's opgørelser bevidner, at det er en strategi, som rent faktisk virker og fører til, at flere børn og unge på specialskolerne er i fritidsaktiviteter.

Resultaterne opnås bl.a. ved at støtte børn, unge og familier med at tydeliggøre særlige behov samt igennem hjælp til foreninger med at forstå og oversætte disse behov, så tilbuddet kan tilpasses bedst muligt. Foruden at finde et relevant tilbud, som barnet eller den unge er interesseret i, er det nemlig ofte i "oversættelsen" af de særlige behov, at børn, unge eller familier og fritidstilbud går fejl af hinanden, hvilket kan skabe udfordringer under aktiviteterne.

7.2 Peer-to-peer

Handicaporganisationerne har den særlige fordel, at det ligger helt implicit i deres fællesskaber, at man som aktivt medlem kan møde mennesker, der har det samme handicap som én selv. En peer-to-peer relation, der i Danmark ikke er stor tradition for at anvende strategisk i relation til rekruttering af mennesker med handicap til organiserede fritidsaktiviteter. Dog er det et uudnyttet potentiale, hvortil litteraturen fremhæver flere gavnlige aspekter (Pilgaard et al., 2022). Peer-indsatser er således bl.a. med til at skabe:

- Større tryghed, tillid og genkendelighed.
- En umiddelbar accept og forståelse for andre i lignende situationer.
- En større tro på det kan lade sig gøre.
- En følelse af at høre til.

Til trods for at disse elementer i dag sjældent er en del af en etableret rekrutteringsstrategi, er peer-elementet – qua de ovenstående punkter – efterhånden en anerkendt fastholdelsesmetode for mange organiserede fritidstilbud i Danmark.

7.3 Stærkt signal: Plads til alle

'Lykkeliga' er et håndboldkoncept for børn og unge med udviklingshandicap. Rent sportsligt adskiller håndboldholdene og træningerne sig, som udgangspunkt, ikke så meget fra andre segregerede idrætshold for mennesker med handicap. Til gengæld er Lykkeliga i den grad lykkedes med at få skabt et stærkt brand og signal omkring, at:

- Der på holdene er plads til alle og fællesskabet er i centrum.
- De har det sjovt.
- De skaber en masse gode håndboldoplevelser for børn og unge med udviklingshandicap, der kan have svært ved at passe ind i andre fællesskaber.
- At fokusere og fremhæve personlig udvikling og fællesskab frem for sportslige præstationer.

Det virksomme for Lykkeliga har særligt været deres kommunikationsstrategi, hvor de flittigt har anvendt de sociale medier til at frembringe deres budskaber, børnenes og de unges fortællinger samt kendte håndboldpersoners og DHF's anerkendelse af projektet.

Lykkeligas stærke signal kan være virksomme i forholdt til at skabe motivation hos børnene og de unge. Men er også elementer, der antageligt resonerer meget stærkt hos forældrene, der på den ene side, vil gøre alt for at skabe nogle gode betingelser og vilkår for deres børn, men som samtidig med stor sandsynlighed har flere bekymringer og negative forventninger eller erfaringer med sig i bagagen.

7.4 Brobygning og tværsektorielt samarbejde

'Rising Stars' er et initiativ under Parasport Danmark, der er gået nye veje i forhold til rekruttering af nye atleter og inklusion i almene idrætsforeninger. Strategien er, hvad angår rekruttering, et tæt samarbejde med de lokale kommunale fysioterapeuter og børnegenoptræningscentre. Her sikres bl.a. en større sammenhæng imellem den daglige træning/genoptræning og børnenes idrætter, ligesom man fra de kommunale tilbud hjælper med at lede børnene ind i Rising Stars-konceptet.

Det andet led i strategien vedrører inklusion af børn fra Rising Stars-holdene i lokale, almene foreningstilbud, der er nøje udvalgt af Parasport Danmarks projektansvarlige. Igennem segregerede træninger, kun for børn på Rising Stars-holdene, etableres et sportsligt grundniveau, som gør dem i stand til at kunne deltage i aktiviteter hos de udvalgte foreninger. Således sikres de, så vidt muligt, en sportslig succesoplevelse, når de inkluderes i de almene foreningstilbud – og at de tilknyttede idrætsforeninger har den fornødne forståelse for børnenes særlige behov.

Konceptet viser et potentiale ved at åbne op og indgå samarbejder med de faggrupper, som mennesker med handicap typisk allerede er i berøring med.

Det kunne eksempelvis være:

- Fysio- og ergoterapeuter.
- Rådgivere på jobcentre.
- Socialrådgivere og sagsbehandlere.
- Det socialpædagogiske personale på specialskoler og dag- og botilbud.

Herudover kan det være yderst relevant at foreningslivet indgår samarbejder med andre instanser, der kan agere brobyggere og således lette transitionen mellem foreningerne og det øvrige hverdagsliv. Dette kunne eksempelvis være:

- En fritidsvejleder i kommunen.
- Et lokalt frivilligcenter.
- Organisationer der med ekspertise kan brobygge imellem kommunale instanser, foreningslivet og mennesker med handicap eller deres familier.

8. ANBEFALINGER

Med udgangspunkt i de foregående kapitler er der lavet en model, som opsummerer vores anbefalinger i relation til, hvad vi vurderer som afgørende i forhold til at få flere mennesker med handicap til at være deltagende i fritidsaktiviteter.



Modellen viser kompleksiteten og den helhedsforståelse, der er til stede, når emnet er 'deltagelse', og indeholder derfor elementer, der retter sig mod forskellige aktører. For at tydeliggøre hvor de forskellige aktører som udgangspunkt bør lægge deres hovedfokus, har vi nedenfor inddelt modellens forskellige anbefalinger ud på de aktuelle aktører. Nogle anbefalinger vil stå under flere aktører.

Mennesker med handicap & pårørende



Kommuner, fx sagsbehandlere



Foreninger & fritidsorganisationer



Aktivitetsansvarlig, fx træneren



9. REFERENCER

Amilon, A., Østergaard, S. V., & Olsen, R. F. (2021). Mennesker med handicap: Hverdagsliv og levevilkår 2020. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Bult, M. K., Verschuren, O., Jongmans, M. J., Lindeman, E. & Ketelaar, M. (2011). What influences participation in leisure activities of children and youth with physical disabilities? A systematic review. *Res Dev Disabil.* 32(5):1521-9.

Dahan-Oliel, N., Shikako-Thomas, K. & Majnemer, A. (2012). Quality of life and leisure participation in children with neurodevelopmental disabilities: a thematic analysis of the literature. *Qual Life Res.* 21(3):427-39.

Imms, C. (2008). Children with cerebral palsy participate: A review of the literature. *Disability and Rehabilitation*, 2008; 30(24):1867-1884

Kanagasabai, P. S., Mulligan, H., Mirfin-Veitch, B. & Hale, L. A. (2014). Association between motor functioning and leisure participation of children with physical disability: an integrative review. *Dev Med Child Neurol.* 56(12):1147-1162.

Kissow, A. M. & Klasson, L. (2021). Deltakelse for barn og unge med funksjonsnedsettelse, med særskilt vekt på deltakelse i fysisk aktivitet: En systematisert kunnskapsoversikt: Forskningslitteratur fra 1995-2019. (Rapport nr. 1-2021). Valnesfjord: Nasjonal kompetansetjeneste for barn og unge med funksjonsnedsettelse/Aktiv Ung.

Michelsen, S.I. et al. (2014). European study of frequency of participation of adolescents with and without cerebral palsy. *European Journal of Pediatric Neurology*, Vol. 18(3): 282-294.

Pilgaard, M et al. (2022). Idræt for mennesker med handicap I Danmark. Idrættens Analyseinstitut.

Powrie, B., Kolehmainen, N., Turpin, M., Ziviani, J. & Copley, J. (2015). The meaning of leisure for children and young people with physical disabilities: a systematic evidence synthesis. *Developmental Medicine & Child Neurology.* 57: 993-1010

Rask, S., Petersen, F., Hansen, K. & Eske, M. (2022). Danskernes motions- og sportsvaner 2020. Idrættens Analyseinstitut.

Shikako-Thomas, K., Majnemer, A., Law, M. & Lach, L. (2008). Determinants of Participation in Leisure Activities in Children and Youth with Cerebral Palsy: Systematic Review. *Physical and Occupational Therapy in Pediatrics*, Vol. 28(2): 155-169

Socialstyrelsen (2022). Vidensportalen: Fritidsfællesskaber for børn og unge med handicap – Vidensportalen på det sociale område. Fritidsfællesskaber for børn og unge med handicap – Vidensportalen på det sociale område

Steinhard, F., Ullenhag, A., Jahnsen, R. & Dolva, A. (2019): Perceived facilitators and barriers for participation in leisure activities in children with disabilities: perspectives of children, parents and professionals. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*

Tonkin, B. L., Ogilvie, B. D., Greenwood, S. A., Law, M. & Anaby, D. R. (2014). The participation of children and youth with disabilities in activities outside school: A scoping review. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, vol. 81(4): 226-236.

Ullenhag, A., Bult, M. K., Nyquist, A., Ketelaar, M., Jahnsen, R., Krumlinde-Sundholm, L., Almqvist, L. & Granlund, M. (2012). An international comparison of patterns of participation in leisure activities for children with and without disabilities in Sweden, Norway and the Netherlands. *Developmental Neurorehabilitation*. 15(5): 369-385

Willis, C., Girdler, S., Thompson, M., Rosenberg, M., Reid, S. & Elliott, C. (2016). Elements contributing to meaningful participation for children and youth with disabilities: a scoping review. *Disability and Rehabilitation*.

Østerlund, K. et al. (2014). Idræt, fritid og helbred for mennesker med handicap. (Movements 2014:9). Center for Handicap og Bevægelsesfremme, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

Videnscenter om handicap

Kontakt

Blekinge Boulevard 2
Høje Taastrup, 2630
Handicaporganisationernes Hus

www.videnomhandicap.dk
post@handivid.dk

