



# TRYG INKLUSION I PARASPORTEN



Lykke Guldbrandt  
Idrætskonsulent, Parasport Danmark  
lgu@parasport.dk

Parasport Danmark arbejder for at fremme motions- og konkurrenceidræt for mennesker med handicap, bl.a. ved at initiere, støtte og kvalificere nye aktiviteter og tilbud i klubber over hele landet. Forbundet har 480 medlemsklubber og har samarbejdsaftaler og partnerskaber med både specialforbund, handicaporganisationer og kommuner, der skal øge idrætsaktiviteten og sikre kvalitet i tilbuddene til mål-

gruppen. Derudover organiserer Parasport Danmark en bred vifte af projekter, der skal hjælpe børn og unge i gang med parasport, så de inkluderes bedst muligt i foreningslivet.

Efterfølgende præsenterer flere involverede skribenter parasportens teori- og værdigrundlag, samt nogle aktuelle projekter



Peter Kock Hansen  
Idrætskonsulent,  
Parasport Danmark  
pkh@parasport.dk



Freja Linde  
Bachelor i Idræt og Sundhed  
SDU  
freja.linde@hotmail.com



Christoffer Petersen  
Idrætskonsulent,  
Parasport Danmark  
cpe@parasport.dk



Malene Schmidt  
Bachelor i Idræt og Sundhed  
SDU  
maleneas@hotmail.com



Stina Sloth Jensen  
Idrætskonsulent,  
Parasport Danmark  
ssj@parasport.dk

## Vil du vide mere

Hjælp gerne børn med funktionsnedsættelse og deres familier med at udfylde formularen »Ny i parasporten«, som findes på forsiden af Parasport Danmarks hjemmeside. Dette er starten på nogle succesfulde oplevelser med idræt.

Ny i parasporten:  
[www.nyiparasporten.dk](http://www.nyiparasporten.dk)





## DELTAGELSE – FRA TEORI TIL PRAKSIS

Af Peter Kock Hansen, idrætskonsulent, Parasport Danmark

»Vi spillede en god kamp i dag« – »Er klubtrøjen ikke bare flot« – »Vi snakkede hele vejen i bilen til træning«.

Deltagelse har mange forskellige funktioner og kvaliteter, når vi arbejder med idræt og foreningsliv. Som hovedaktør for idræt og foreningsliv for mennesker med en funktionsnedsættelse, er den enkeltes aktive deltagelse kernen for vores virke i Parasport Danmark. For at støtte og styrke den enkeltes inklusion og deltagelse i idrætten, skal Parasport Danmark tilbyde sig som kompetencecenter og faglig sparring for fagprofessionelle, uddannelsesinstitutioner og offentlige myndigheder, når idræt, foreningsliv og funktionsnedsættelse italesættes og udvikles.

Hvordan ser vi så på deltagelse som begreb, og hvor ser vi potentialerne hos fysioterapeuten i denne sammenhæng i relation til terapeutens daglige virke og anvendelse af blandt andet ICF-CY?

Deltagelse set fra parasporten, som de tre ovenstående udsagn angiver, er både den enkeltes subjektive oplevelse af at være med, at engagere sig, og at bidrage i den idrætslige kontekst med de ressourcer og forudsætninger (kropsligt og kognitivt), det enkelte barn besidder. Og det er samtidig det objektive, relationelle og sociale engagement og bidrag i de grupper og miljøer, man er en del af. Derfor skal deltagelse ikke blot minimeres til at kunne spille kamp, for at vi kan snakke deltagelse ud fra parasportens værdigrundlag. Det er hele det enkelte barns miljø, fra forældreopbakning, der giver barnet lov og mulighed for at udvikle sig med andre børn gennem idrætten, over den gode inklusion i skolens fysiske og relationsskabende arenaer, til den gode foreningsaktivitet, hvor barnet får sin idrætsidentitet.

Dette fokus på miljøer og aktiv deltagelse i identitetsskabende aktiviteter kan ligeledes ses i folkeskolen, hvor der er sket et nødvendigt skifte fra at tale om *integration* til i dag at tale om *inklusion*. Hvor integrationen tidligere »lykkedes« ved børnenes blotte tilstedeværelse, forudsætter inklusion

det enkelte barns aktive deltagelse og bidrag, ud fra egne forudsætninger (kropsligt, kognitivt og socialt).

### Deltagelse i idrætten

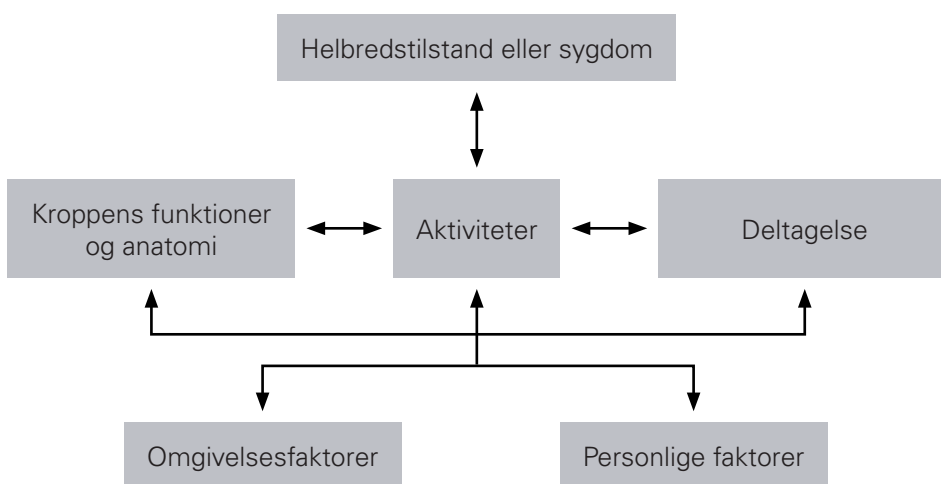
Deltagelse i et inklusionsperspektiv starter før fremmødet på træningsbanen med oplevelsen af at blive mødt i et idrætsmiljø med en god idrætsdeltagelse og identifikation som atlet og medlem i klubben. Derfor er meget af arbejdet i Parasport Danmark knyttet op på forudsætningerne for deltagelse med fokus på den sociale og relationelle deltagelse, der for mange børn med funktionsnedsættelser er vanskelig og utryk.

### DTM modellen – en praksisnær tilgang til øget inklusion og deltagelse

For at hjælpe og støtte frivillige foreningsfolk og måske sundhedsprofessionelle med en bredere reflekteret tilgang til inklusion af børn og unge med funktionsnedsættelser, har Parasport Danmark udviklet en inklusionsmodel, DTM-modellen. Modellen kobler teorier og dimensioner fra didaktiske modeller i pædagogikken med ICF-modellen fra den sundhedsfaglige begrebsforståelse. Det væsentlige med udviklingen af denne model er fokus på tre overordnede værdier for aktivitet og deltagelse, og særligt værdierne set i relation til barnets egne forudsætninger og målet for aktiviteten.

DTM-modellen er relativ, det vil sige, at de tre værdier **Deltagelse, Trivsel og Mestring** er indbyrdes afhængige, og ved anvendelse af modellen betones og prioriteres værdierne forskelligt afhængigt af behov, kontekst og situation. Målet er en synergi imellem de tre værdier ud fra logikken:

- En øget deltagelse understøtter øget mestring, hvilket styrker ønsket om yderligere deltagelse og trivsel i aktiviteten.
- En øget trivsel påvirker ønsket om mere deltagelse og er grundlaget for mestring.
- En øget mestring styrker den enkeltes trivsel og dermed ønsket om at deltage.



DTM-modellen er udviklet af Parasport Danmark til Danmarks Idrætsforbunds undervisningsmateriale »Vælg mig – det handler om inklusion«, 2015.



I relation til ICF-CY supplerer DTM-modellens værdier terapeutens arbejde med det enkelte barn og dimensionerne i den bio-psyko-sociale vurdering. Det udtalte ved DTM-modellen er værdierne trivsel og mestring, og at vi ser på det enkelte barns engagement og lyst i aktiviteten og idrætsmiljøet.

To eksempler: Hvis barnet følger en rehabiliteringsindsats, inddrager terapeuten så også barnets store passion for eks. klatring og de kropslige elementer idrætten kræver? Vil arbejdet med barnet have fokus på glæden ved at være en aktiv klatrer og at kunne deltage i klatreklubbens fysiske og sociale aktiviteter?

Eller hvis terapeuten erfarer, at barnet i en idrætskontekst presser kroppen mere, at lysten til at dyste mod vennerne øger kropsfunktionen, hvordan anvendes denne viden i den fortsatte behandling af barnet, og bliver behandlingen sat ind på at understøtte idrætsdeltagelsen og dermed øget mestring og trivsel?

Marie Berg, ergoterapeut og Ph.D. skriver i relation til en diskussion af ICF og deltagelse hos børn: »Vi trenger å anerkjenne kraften av omgivelsen som en del av intervensjonen. Vi trenger å fokusere intervensjonen på å forandre hindringer i omgivelsene, noe som gjelder både fysiske og holdningsmessige hindringer« (Fagbladet Ergoterapeuten, 2009). Der er altså ikke et modsætningsforhold i den sundhedsfaglige anvendelse af ICF-CY og den aktivitetsfokuserede DTM-models, og det er en ambition i Parasport Danmark at samarbejde med terapeuter om at fremme barnets aktive lyst til og muligheder for idrætsdeltagelse, og hvor idrætten supplerer terapeutens professionelle indsats.

### Den håndholdte inklusion

I Parasport Danmark taler vi om den håndholdte inklusion, hvor barnet og familien guides og motiveres via et tæt samarbejde mellem terapeut og parasporten. Kernen i den håndholdte inklusion er den gensidige anerkendelse af styrkerne hos terapeuten og i parasporten, og ikke mindst en erkendelse af snitfladerne mellem den fagprofessionelle og idrætten med en fælles gensidig involvering. Vores erfaring med terapeuterne er imødekommenhed for idrættens muligheder og værdier hos alle børn, og måske endda en effekt målt på funktion set i et terapeutisk perspektiv jf. ICF-CY. Der er en vigtig faglighed hos terapeuterne, der understøtter en funktionel vurdering af barnet, som er afgørende i relation til specifikke idrætter og den gode oplevelse. Denne afklaring mellem den fagprofessionelle vurdering, og den trygge indgang i idrætten og foreningslivet, sker blandt andet i Parasport Danmarks landsdækkende projekt – Team Rising Stars.

Når det er sagt, og vi fremhæver terapeutens afgørende funktion for idrætsdeltagelse, anerkender vi også, at barnets inklusion og deltagelse i en forening ikke er en opgave, der forventes løst af terapeuten alene. Som beskrevet tidligere er deltagelse mere end den fysiske anvisning og tilstedeværelse, og der er ofte et arbejde i at lokalisere og forberede idrætsforeningen på inklusionen efterfulgt af besøg og den gode velkomst med forening, træner og nye venner. Det er i denne sammenhæng, at parasporten ønsker at være den centrale og nære samarbejdspartner til terapeuterne, og at vi sammen sikrer den håndholdte inklusion.

En vision i parasporten er, at terapi og træning i idrætten i højere grad gensidigt støtter barnets funktion og generelle trivsel og sigter mod barnets aktive idrætsdeltagelse parallelt med den rehabiliterende indsats.

## MULIGE BARRIERER FOR FORENINGSDELTADELSE

Af Freja Linde og Malene Loholm Schmidt, Bachelor i Idræt og Sundhed, SDU, Odense.

I februar indgik vi et samarbejde med Parasport Danmark om vores bachelorprojekt, hvis formål var at undersøge, hvilke barrierer børn med funktionsnedsættelser (FNS) oplever i forbindelse med idrætsdeltagelse i foreningerne. Hertil udarbejdede vi et spørgeskema med forældrene som respondenter, hvilket resulterede i 230 fulde besvarelser af spørgeskemaet.

### Foreningsdeltagelse

I spørgeskemaet spurgte vi forældrene på en skala fra 0-5, hvor vigtigt de mener, at muligheden for at deres barn med FNS kan deltage i foreningsidræt er. Hertil svarede 70,78 % – altså at muligheden er meget vigtig for dem.

Til spørgsmålet, om barnet deltager i foreningsidræt eller ej, blev resultatet, at 44,35 % af børnene deltager, mens 55,65 % ikke deltager i foreningsidræt. Så selv om de fleste forældre mener, at muligheden for foreningsidræt er meget vigtig, er det under halvdelen af deres børn, som rent faktisk benytter et idrætsstilbud.

### FNS og deltagelse

Om barnet deltager i foreningsidræt afhænger også af, hvilken type FNS, barnet har. Det blev tydeligt, at de mest aktive børn er dem, hvis FNS er af kognitiv karakter. Dernæst er det børn med fysisk FNS, hvor det er ligeligt fordelt, hvorvidt de deltager eller ej. Børnene med en sensorisk FNS kommer herefter, hvor 40 % af dem er aktive i foreningsidræt. De mindst aktive børn er dem med en psykisk FNS, såsom angst, bipolar lidelse eller skizofreni, hvoraf 33,08 % deltager i foreningsidræt.

### Familiens foreningsdeltagelse

Undersøgelsen viste også, at familiemedlemmernes idrætsdeltagelse kan have en påvirkning på barnets foreningsdeltagelse. I 71,43 % af de familier, hvor alle er idrætsaktive, er barnet ligeledes aktiv. Modsat viste undersøgelsen, at de familier, hvor ingen er aktive, er 67,11 % af børnene det heller ikke.



## TEAM RISING STARS

*Af Christoffer Petersen, idrætskonsulent og projektleder for Team Rising Stars i Parasport Danmark*

Team Rising Stars opstod i forlængelse af et møde med den dengang 9-årige Freja ved Parasportens Dag 2017. Freja var glad for bordtennis, og da hendes forældre fortalte, at de allerede havde stiftet bekendtskab med en bordtennisklub, men at det ikke havde været en succes, besluttede vi os for at lave et træningsforløb. Fra september 2017 til juni 2018 trænede Freja bordtennis én gang om ugen, og undervejs fandt vi den rigtige bordtennisklub til hende. Teknisk udviklede Freja sig enormt meget, men det var forældrenes tilbagemelding til os omkring Frejas meget positive udvikling på det menneskelige område, der gjorde, at vi besluttede os for at prøve med en holdsatsning.

Via opsøgende arbejde hos Børneterapien i Gentofte, Elsass Fonden og Dværgeforeningen har vi nu 13 børn til en ugentlig bordtennistræning i Idrættens Hus. Derudover samles vi en hel lørdag hver måned, hvor vi udover at træne en masse, også har tid til at spise frokost sammen og lave andre ting.

Vi ønsker, at børnene skal udvikle sig ved at træne kontinuerligt i trygge rammer og med nogle dygtige trænere, hvor de samtidig er sammen med andre børn med et fysisk handicap. Når Team Rising Stars er samlet, er det for at træne og udvikle spillerne – præcis som det er i langt de fleste bordtennisklubber. Vi er én træner til tre børn, så den individuelle træning er i højsædet. Ved denne tilgang oplever børnene hurtigt en teknisk udvikling, og tilbagemeldingen fra forældrene er, at det er skønt at se børnene bliver taget alvorligt og tacklet på samme måde, som deres søskende nede i fodbold- eller håndboldklubben.

Team Rising Stars idéen bygger ligeledes på, at børnene, når vi vurderer de er klar til det, skal starte i den lokale bordtennisklub. Vi tager kontakten til klubben, er med ved den første træning og følger med løbende, men deltager derudover ikke aktivt i træningen. Vi tror på, at udviklingen sker, når man en gang imellem kommer ud af sin komfortzone, og vi tager først kontakt til den lokale klub, når vi kan se, at barnet er spillemæssigt og mentalt klar til springet. Dels giver bordtennisklubben en mulighed for at træne mere, men det åbner også op for bl.a. stævner og holdturneringer, hvor det at være på klubtur giver en masse på den sociale front.

Team Rising Stars er ikke for alle, men næsten. Bordtennis er en sport, der kræver et minimum af koordination for at kunne dygtiggøre sig, så alle børn skal igennem en prøvetræning, hvor vi snakker med forældrene og spiller lidt med barnet. Grunden til denne »screening« er, at Team Rising Stars skal være et sted, hvor man har mulighed for at få succes – primært for barnet, men også for os. Hvis vi kan se, at grundforudsætningerne ikke er tilstrækkelige, henviser vi til andre idrætsgrene, hvor vi tror, at barnet har større mulighed for at opnå succes med sin idræt.

Pr. 1. august 2020 åbner Team Rising Stars afdelinger op i Hillerød, Odense, Århus og Brønderslev, hvor svømning og atletik opstartes efter samme koncept. Efter 2 år i Brøndby har vi samlet en masse erfaring, og vi er overbeviste om, at succes fra Idrættens Hus kan kopieres til hele landet. Vi har et mål om, at der med udgangen af 2022 er op til 60 børn i alderen 7-15 år, der på ugentlig basis dyrker parabordtennis, og som er fuldt integreret i den lokale bordtennisklub.

Læs mere om Team Rising Stars her: <https://parasport.dk/aktiviteter/boern-unge/rising-stars/>

---

## PROJEKT SUPERLEDER

*Af Stine Sloth Jensen, idrætskonsulent og projektleder for Projekt Superleder i Parasport Danmark*

Med projekt Superleder nedbryder Parasport Danmark barrierer for deltagelse og støtter med en håndholdt inklusionsmodel børn og unge med handicap til at blive en del af et eksisterende hold i den lokale idrætsforening. Titlen »Superleder« understreger, at projektet har til formål at skabe en succesfuld inklusion uden modstand og forhindringer.

Inklusionsmodellen »Enkeltinklusion« består af to trin til inklusion og henvender sig primært til børn og unge, der i en idrætslig og social sammenhæng har glæde af at blive inkluderet på et hold med deres jævnaldrende kammerater. I trin 1 udvælger barnet, forældrene og Parasport Danmark i samarbejde den rette idræt og den rette forening, og i dialog med en kontaktperson i foreningen findes der en løsning, der gør det muligt for barnet at blive en del af et hold. I trin 2 starter barnet til træning og bliver en del af holdet, samtidig med at foreningens kontaktperson og Parasport Danmark følger forløbet.

I nogle tilfælde er der behov for, at der tilknyttes en hjælper, som kan være ved barnets side under træning. Det kan f.eks. være en svømmer med nedsat syn, der med en hjælper ved sin side i vandet kan begå sig på det lokale svømmehold. I andre tilfælde er der blot behov for, at instruktøren og holdet informeres om den nye deltagers udfordringer. Det kan f.eks. være gymnasten, der mangler den ene underarm, der kan begå sig på gymnastikholdet, så længe instruktøren er klædt på til at kunne tilpasse øvelserne.

Projekt Superleder: <https://parasport.dk/aktiviteter/boern-unge/superleder/>

Læs de gode fortællinger om Superleder og se inspirerende videoklip her: <https://parasport.dk/aktiviteter/boern-unge/superleder/fortaellinger-fra-superleder/>

En komplet referenceliste kan downloades på: <http://www.boerrefysioterapi.dk/om-os/boern-i-fysioterapi/referencelister>