

Sårbare børn og unge

DGI

Sund i naturen d. 7. november 2018

Simone Christiansen

Præsentation

Simone Christiansen – simone.christiansen@dgi.dk

- Socialpsykolog
- DGI Inklusion
 - Idræt for børn med særlige behov
 - Boost Trivslen
 - Et sted at starte

Badmintontræner for drivhuset – tilbud til børn med ADHD og autisme.
Søster til Anders med ADHD og Asperger Syndrom. Nybagt mor. Bor på Vesterbro.

Program for workshop

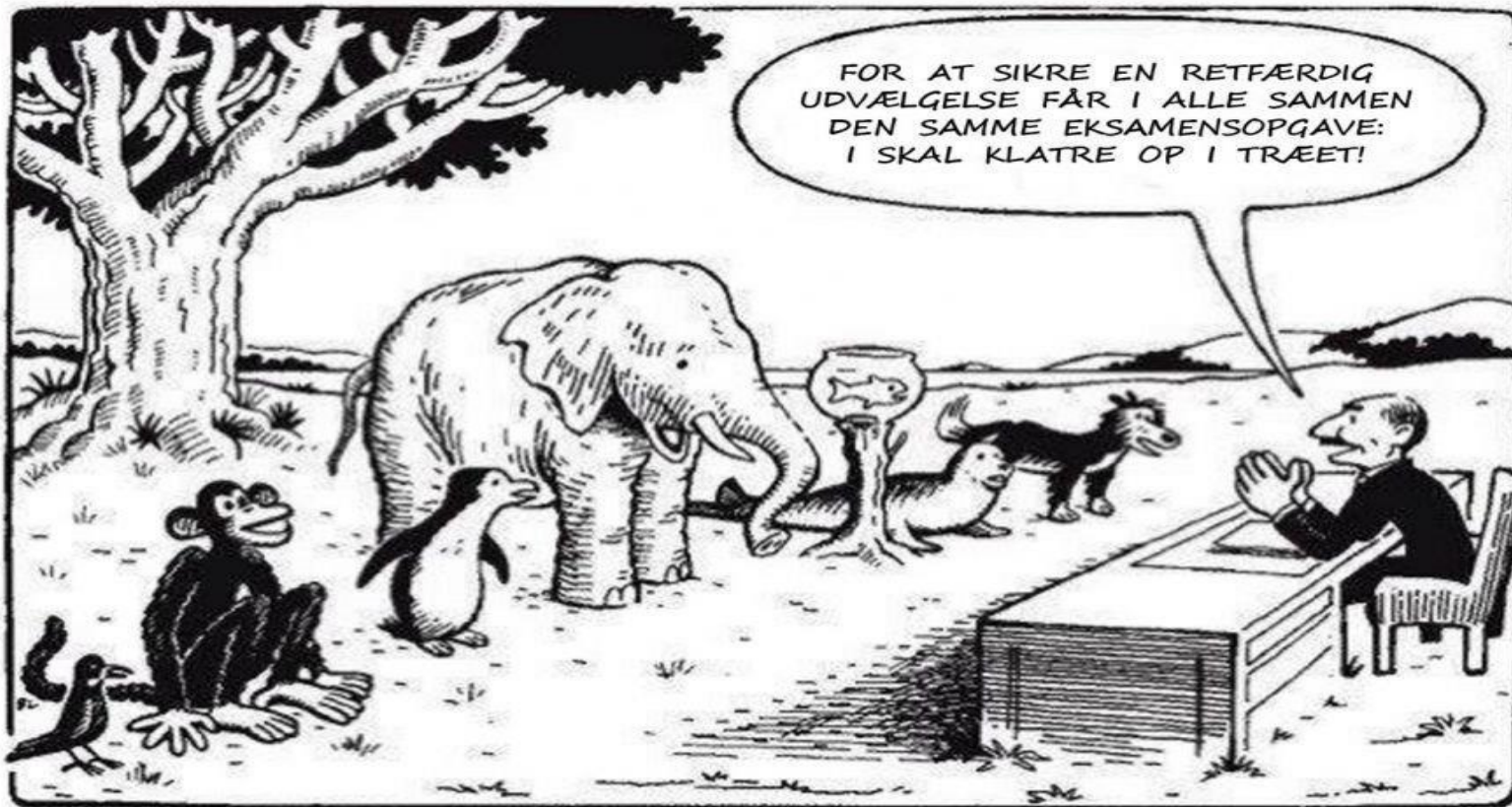
- Indsatsområdet i DGI
- Sårbare børn og unge
- Mental sundhed og sårbare børn og unge
- Et inkluderende miljø
- Universal Design for Learning
- Praksiseksempler

Indsatsområdet i DGI

- Målet: Flere sårbare børn og unge med udfordringer som fx ADHD og autisme får et aktivt fritidsliv med fokus på både de fysiske og sociale sider af at deltage i foreningsliv.
- Idrætsforeningernes rolle
- Brobyggende forløb
Skole/foreningssamarbejde
- Kurser og uddannelse

Skal vi tale om diagnoserne?

- Det vigtigste er at vi taler!
- Diagnoser kan:
 - Forklare hvorfor barnet ikke kan klare sig som andre børn
 - Hjælpe os med at bruge de bedste metoder til at hjælpe barnet
 - Gøre et usynligt handicap synligt



Synlige og usynlige handicaps

- Når vi kan se at et barn har vanskeligheder, tager vi automatisk hensyn og sætter vores krav og forventninger derefter.
- Når vi ikke kan se vanskelighederne, kommer vi let til at tillægge motiver og vi kommer til at stille krav og forventninger der ikke er realistiske.

Børn og unges udfordringer er usynlige

- Derfor har vi ofte urealistiske forventninger og når børnenes vanskeligheder kommer til udtryk, mødes de ofte med bebrejdelse eller kritik.
- "Så tag dig dog sammen" – "styr dig" – "Sid stille"
- Måske endda skæld ud eller eksklusion

Sårbare børn og unge

Rask

Mistrivsel

Psykiske vanskeligheder

Psykisk sygdom

Sundhedsstyrelsen (2008).

Sårbarhed påvirker flere områder



Følelsesmæssige tegn på sårbarhed

- Tiltagende tristhed
- Græder ofte
- Ængstelig og nervøs
- Irritabel og i dårligt humør
- Opfarende, slår, bider, overreagerer ofte og bryder ud i raseri, uden der er en tydelig grund til det
- Holder sig for sig selv og tager ikke initiativ til leg og samvær med andre
- Har ofte svært ved at falde i søvn
- Føler sig udenfor, hjælpeløs, ensom og ikke accepteret af andre børn

Statens Institut for Folkesundhed (2014).

Psykisk mistrivsel blandt 11-15 årige

Blandt 11-15-årige har **en ud af fem** tre eller flere tegn på dårlig mental sundhed i deres daglige liv.

De er kede af det, nervøse, har svært ved at falde i søvn, føler sig udenfor eller er pressede af skolearbejdet.

Børnene og de unge har oplevet tre eller flere af disse tegn hver uge i en periode på seks måneder.

Sundhedsstyrelsen (2011)

Mental sundhed

En tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker.

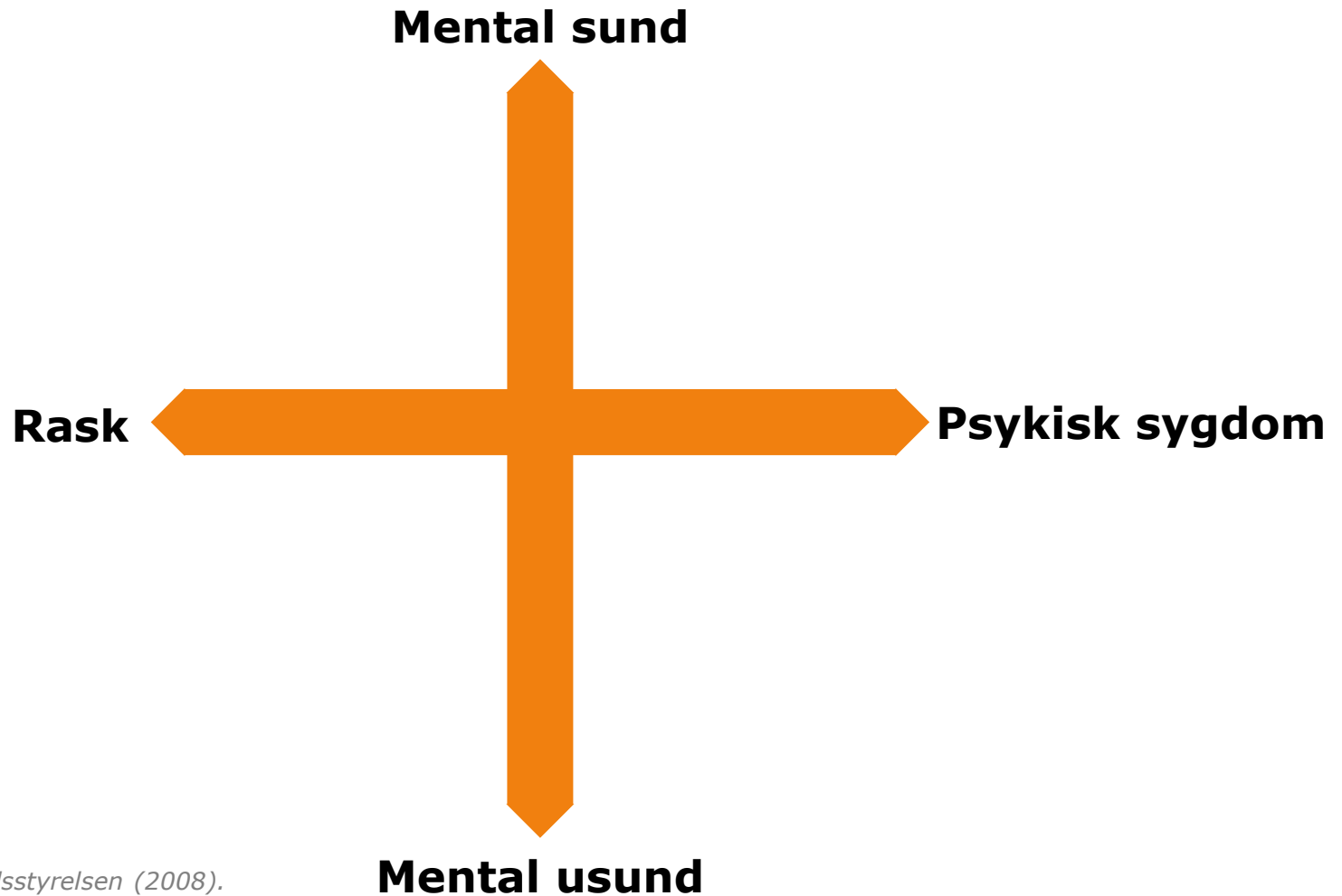
Mental sundhed rummer dermed to elementer:

En oplevelsesdimension: At opleve at have det godt, at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet.

En funktionsdimension: At kunne klare dagligdags gøremål, som fx skole, sport, indgå i sociale relationer og at kunne håndtere de forskellige udfordringer, som en almindelig dagligdag kan byde på.

Sundhedsstyrelsen (2008).

Psykisk sårbarhed og mental sundhed



Sundhedsstyrelsen (2008).

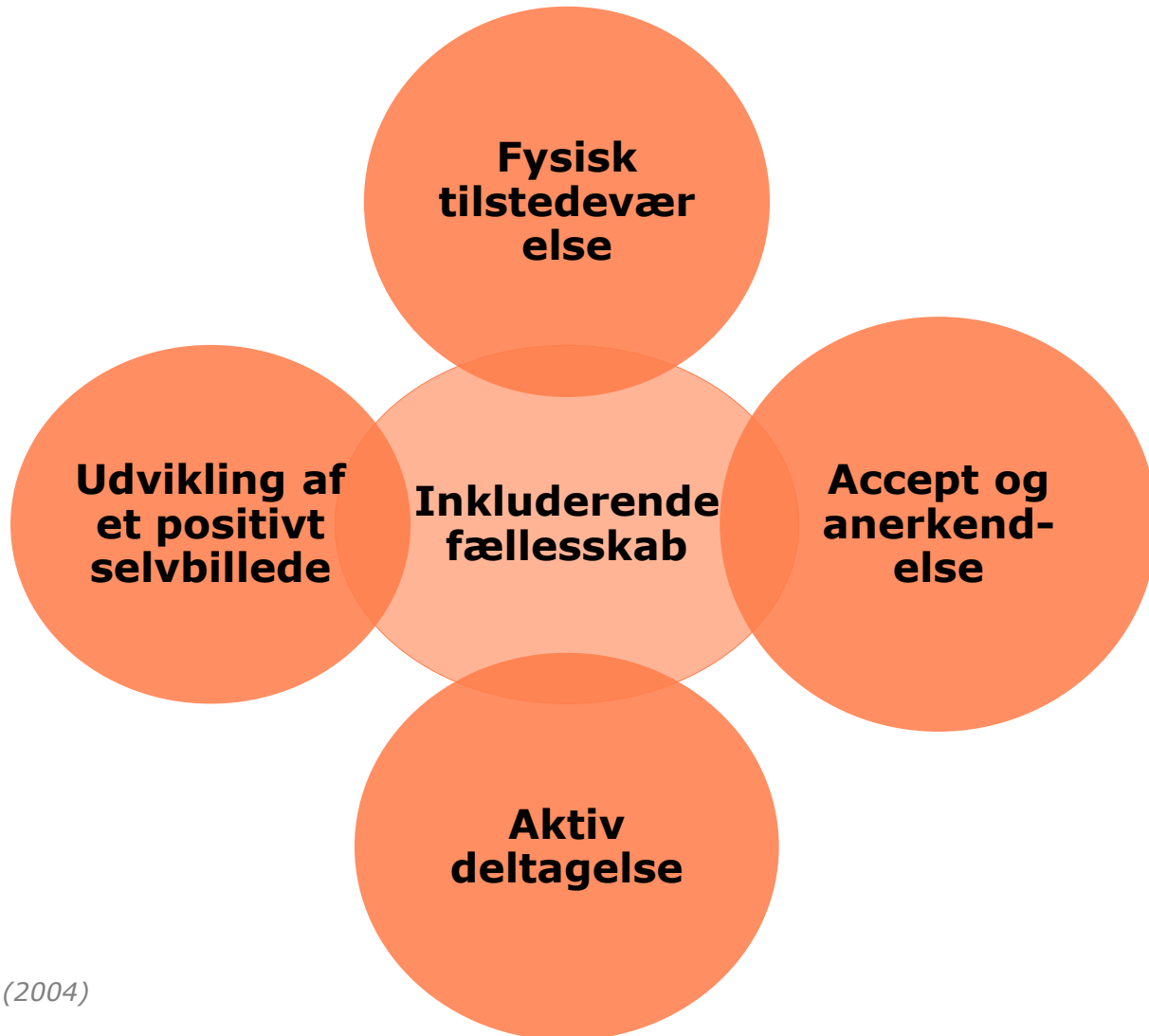
Mental sundhed



Udvikling af mental sundhed

Psykiastrifonden

Et inkluderende miljø



Peter Farrell (2004)



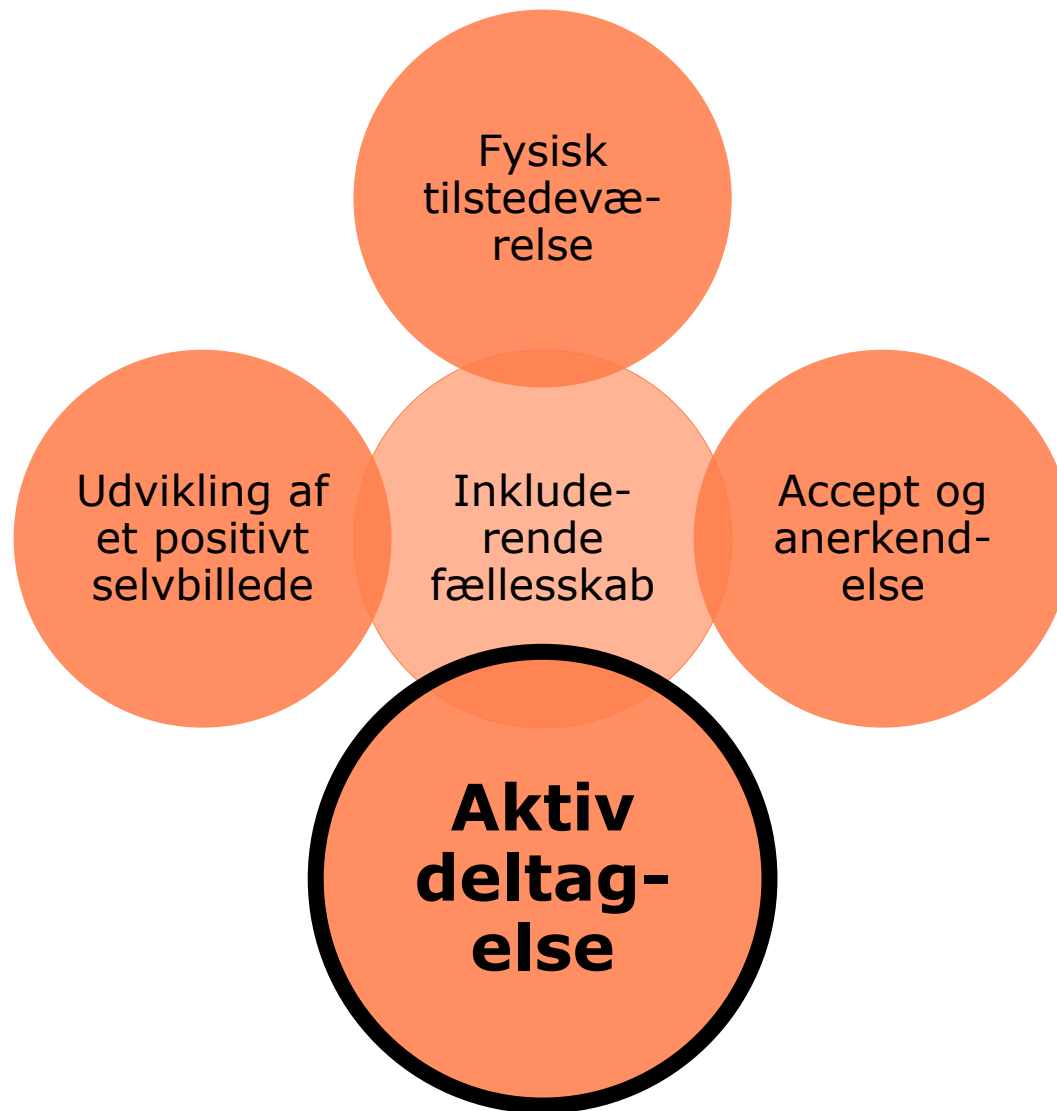
Hvornår er et barn inkluderet i fællesskabet?





Inklusion

- Et barn er ikke inkluderet blot fordi han eller hun er fysisk tilstede i idrætsfællesskabet.
- Det enkelte barns oplevelse af at være inkluderet har en afgørende betydning for, hvorvidt et idrætsmiljø kan betragtes som inkluderende eller ej.
- Inklusion vedkommer alle børn – ikke kun dem med særlige behov.
- Inklusion vedrører både formelle og uformelle fællesskaber.
- Inklusion handler om omgivelsernes evne til at være inkluderende og ikke blot om, hvad det enkelte barn skal gøre for at være inkluderet.



Den måde vi almindeligvis gør i foreninger og klubber, kræver veludviklede og aldersvarende styresystemer

- Børn med mangelfulde styresystemer, kan have vanskeligheder med, at honorere de krav og forventninger der er til dem i foreninger og klubber.
- Implicitte – uudtalte. De indforståede krav og forventninger, der er indbygget i kommunikation og samvær.

Universal Design for Learning

Hypotese

For de fleste frivilliges vedkommende har eller vil de møde børn og unge i deres forening med forskellige former for skjulte/usynlige funktionsnedsættelser, som påvirker deres kognitive funktioner, som fx ADHD, asperger m.fl. Det kan skabe udfordringer med at bevare opmærksomheden, modtage visuelle eller auditive informationer eller tolke og forstå regler og taktik.

Sherlock-Shangraw, R. (2013)

Målet - med Universal Design for Learning

Målet med Universal Design for Learning er at øge læring og glæde hos børn og unge med og uden unikke læringsbehov og reducere barrierer for aktiv deltagelse.

Designet er altså tiltænkt HELE børnegruppen og skal støtte instruktører i at udvikle aktiviteter og -metoder, der understøtter læringsforudsætninger hos en bred gruppe af børn.

Sherlock-Shangraw, R. (2013)

3 fokusområder

- i Universal Design for Learning

- Hvordan du formidler indholdet af træningen
- Hvordan du organiserer din træning
- Hvordan du sikrer børnenes engagement

Top 10 listen

- Fra Universal Design for Learning

1. Formidlingsteknikker
2. Visuelle redskaber
3. Hel-del-hel metoden
4. Tydelig struktur
5. Klare forventninger og mål
6. Stationsaktiviteter
7. Peer-demonstrationer
8. At måle egen indsats
9. Anvisninger
10. Åbne spørgsmål

De 10 H'er

Alle børn har brug for at kende de
10 H'er



1. Hvad skal jeg lave? (**indhold**)
2. Hvorfor skal jeg lave det? (**mening**)
3. Hvordan skal jeg lave det? (**metode**)
4. Hvor skal jeg lave det? (**placering**)
5. Hvornår skal jeg lave det? (**tidspunkt**)
6. Hvor længe skal jeg lave det? (**tidshorisont**)
7. Hvem skal jeg lave det med? (**personer**)
8. Hvor meget skal jeg lave? (**mængde**)
9. Hvem kan jeg få hjælp af? (**person**)
10. Hvad skal jeg lave bagefter? (**indhold**)

De 10 H'er

- De 10 H'er fungerer som en slags indre styresystem som de fleste af os forlader os på, i vores arbejde og dagligliv. Instruktøren der planlægger en aktivitet- kender de 10 H'er.
- Vi tænker måske ikke bevidst over H'erne, men hvis vi ikke havde automatiseret dem, så ville det ikke være muligt at gennemføre aktivitet eller turen.
- Uden automatiserede H'er er der rigtig mange ting, der bliver svære.

Friluftsaktiviteter

For sårbare børn og unge

Naturen som socialt rum

- Et unikt sted for socialt samvær, kropslig udfoldelse, stimulering af nysgerrighed og kreativitet.
- Oplevelser i naturen og niveauet for fysisk aktivitet blandt børn med særlige behov er generelt set lavt og fortsat nedadgående.
- Meget tyder dog på, at især denne målgruppe kunne have stor gavn af ophold og aktiviteter i naturen i forhold til deres personlige udvikling.

Naturen som socialt rum

Aktiviteter i naturen er til stor glæde for sårbare børn og unge - der er foruden naturoplevelser mulighed for:

- Sansemæssig forudsigelighed
- Højt til loftet
- Fysiske udfordringer kan tilpasses
- Der er brug for mange forskellige kompetencer
- Der er rum til både ro, fordybelse, vildskab og meget mere

Familiefriluftsliv



Familiefriluftsliv



Citat fra instruktør:

"Det er fedt at være med til at give de her børn, som pga. af deres handicap kan have en hård hverdag, en kæmpe stor oplevelse. Jeg ved ikke præcis hvilke børn, der har en diagnose, men det er jo også dybest set ligegyldigt. Vi instruktører ved bare, at nogle af de børn som er med, har nogle særlige udfordringer- og med det udgangspunkt forsøger vi at skabe en rolig og forudsigelig ramme. For os instruktører handler det i høj grad om at være anerkendende og rummelig overfor børnene."

Svend den svedige



Jump4Fun Nature



Jump4Fun Nature



Jump4Fun Nature



Fælles refleksion

Hvordan kunne I tænke jer at inddrage friluftsliv med de målgrupper I arbejder med?

Hvilke muligheder og barrierer oplever I, i forhold til at anvende naturen for sårbare børn og unge?

