

**U-TURN
GOLF OG MOTION
EVALUERING**

Ungeenheden



Indhold

Baggrund for U-TURN i Jobcenter Hedensted.....	4
Pædagogiske metoder.....	4
Målgruppe	5
Visitation og strukturering	5
Metode i projektet	7
Projektforløbet	8
Samarbejdet med eksterne aktører.....	10
Mentorer/Rollemodeller	11
Målinger, progression mv.	11
Foreløbig evaluering	11

Baggrund for U-TURN i Jobcenter Hedensted

U-TURN indsatsen i Jobcenter Hedensted bygger på erfaringerne med de cykelprojekter, som Ungeenheden i Jobcenter Hedensted har gennemført siden 2012.

Ungeenheden i Jobcenter Hedensted lavede således i 2012 i samarbejde med firmaet Forward – Presence og den tidligere professionelle cykelrytter Allan Johansen et projekt "Jeg Vil – Jeg Kan" for unge ledige i matchgruppe 2. Projektet, der var et cykelprojekt, afsluttedes med, at de unge cyklede til og op ad bjerget Alpe d'Huez i Frankrig.

Ungeenheden har på baggrund af ovenstående både i 2013, 2014, 2015 og 2016 etableret lignende projekter for unge med store begrænsninger i arbejds- evnen. For målgruppen har det i alle årene været gældende, at flere tidligere har været kriminelle, og de har haft et årelangt misbrug af psykoaktive stoffer – især hash. Andre har lidt af depression og angst. Projekterne har i 2013 og 2014 været etablerede i samarbejde med den tidligere professionelle cykelryt- ter Jens Veggerby og i 2015 i samarbejde med den tidligere professionelle cykelrytter Michael Rasmussen. I 2016 samarbejdede Ungeenheden igen med Al- lan Johansen.

Projekterne har alle været så stor en succes, at der på baggrund heraf nu er etableret en egentlig U-Turn indsats, der involverer flere typer af indsats end blot cykling. Et af disse projekter er U-TURN – GOLF OG MOTION.

Pædagogiske metoder

Overordnet set er U-TURN – GOLF OG MOTION metodemæssigt forankret i tanken om social inklusion gennem uddannelse og arbejde, og det kombinerer fysisk træning med virksomhedspraktik.

Der arbejdes både i træningen og på arbejdspladsen med en anerkendende tilgang, hvor der særligt lægges vægt på tilknytning af tillidspersoner, hvis for- nemste opgave er at være positive rollemodeller og inspiratorer for den unge i retning mod uddannelse og beskæftigelse.

U-TURN – GOLF OG MOTION søger med sin metodetilgang at ramme en målgruppe af unge, der hidtil har befundet sig på kanten af arbejdsmarkedet, og som ikke har formået at gennemføre en uddannelse.

Der er i projektet sat øget fokus på en grundig visitations- og introproces. Dette skal sikre, at vi med indsatsen rammer flest mulige på bedst mulig vis.

Deltagerne har efter at være visiterede til projektet haft separate og individuelt tilrettelagte introduktionsforløb, som er tilpasset de ressourcer samt barrierer, som den enkelte unge besidder.

U-TURN – GOLF OG MOTION's fundament er støbt på tanken om at bryde både egne personlige grænser og på at få de unge – for måske første gang i deres liv til at opleve en succes.

De unge har i alle dele af U-TURN – GOLF OG MOTION været udsat for det, man kan kalde et eliteforløb med helt særlige udfordringer, hvor tilgangen er learning by doing, og aktiviteterne er bygget op omkring de små succesers princip. Tanken bag dette er, at den unge gennem perioden opnår en større grad af selvværd og tro på, at noget kan lykkes, og dermed får mod på at udvikle sig yderligere og på denne måde nærme sig at kunne gennemføre uddannelse og få job.

Der er ligeledes i U-TURN – GOLF OG MOTION lagt stor vægt på udvikling af de unges sociale kompetencer. De har gennem U-TURN lært at arbejde sammen i grupper, og der er blevet stillet krav til mødetid og stabilitet nøjagtigt som i uddannelsessystemet og på arbejdsmarkedet. De unge har efterhånden, som forløbet er skredet frem, desuden erfaret vigtigheden af en sund kost og fysisk aktivitet, og der er blevet lagt vægt på den personlige hygiejne hos deltagerne. Processen er dog for de flestes vedkommende kommet ganske naturligt, efterhånden som U-TURN er skredet frem, og de unge er selv blevet mere bevidste om kroppens og psykens behov i takt med, at de har lært sig selv bedre at kende.

Målgruppe

Målgruppen for U-TURN – GOLF OG MOTION har været unge mellem 15 og 25 år, der ikke umiddelbart er uddannelsesparate og har forskellige begrænsninger i arbejdssevnen. Det har bl.a. været unge med stress, depression og/eller angst, diagnoser som ADHD og ADD samt unge med et begyndende misbrug af psykoaktive stoffer. De unge har befundet sig på kanten af arbejdsmarkedet og har ikke været i stand til at gennemføre et uddannelsesforløb. Målgruppen har omfattet både unge med og uden diagnose.

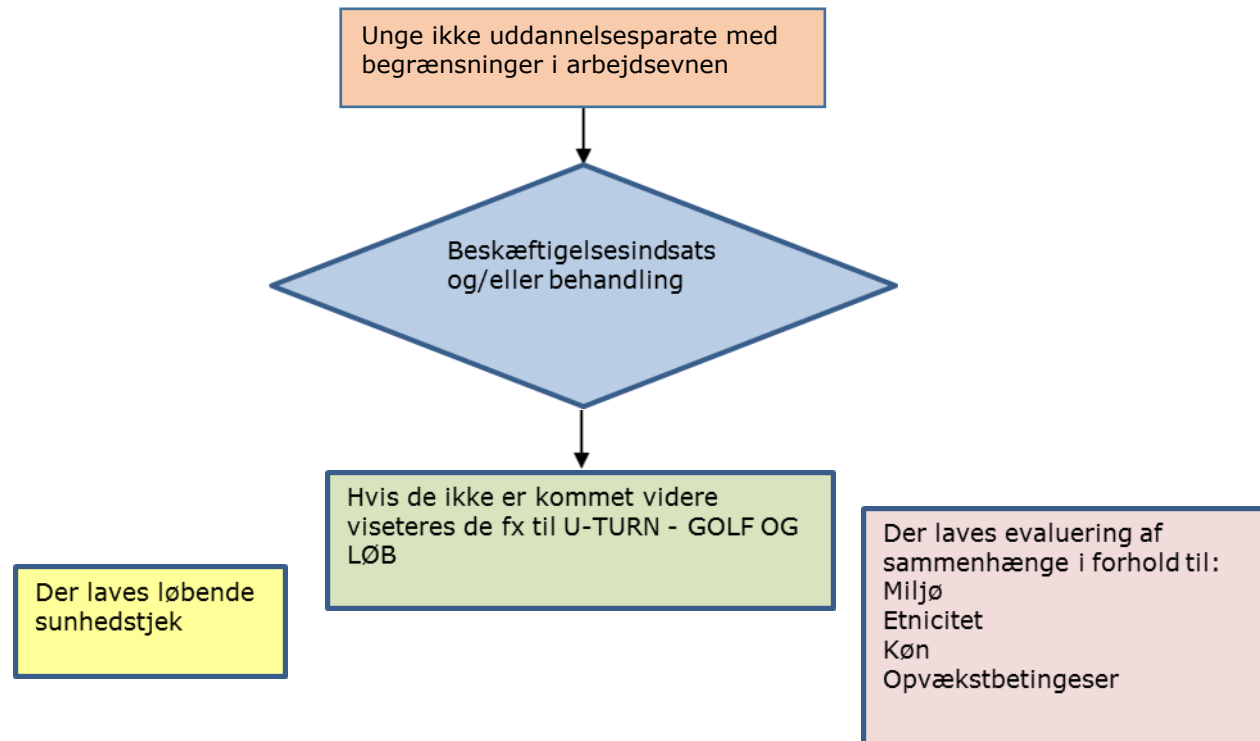
Mange af de unge har haft svært ved at åbne op og tage imod hjælp, da tilliden til andre mennesker igennem længere tid er blevet nedbrudt. De unges opvækst har stort set for alles vedkommende været præget af forældrenes mangelfulde beskæftigelse, eventuelle misbrug samt forældrenes manglende evne til at drage relevant omsorg for deres børn. Mange af de unge har haft en grundlæggende mistillid til omverdenen – især til kommunen. Dette skyldes primært en indre mangel eller tomhedsfølelse, som de har forsøgt at kompensere for på anden vis.

Et andet typisk tegn hos de unge, som har deltaget i U-TURN – GOLF OG MOTION er, at de har haft en tendens til at forskanse sig hjemme og være bange for at komme ud af døren. Der har derfor i projektet ligget en opgave i at få de unge til at føle sig trygge og have tillid nok til at kunne deltage i samfundets erhvervs- og uddannelsesmæssige aktiviteter.

GOLF OG MOTION har derfor i arbejdet med de unge inviteret dem indenfor i en almindelig hverdag med uddannelse, arbejde, pligter og et aktivt fritidsliv.

Visitation og strukturering

De unge, som er visiterede til projektet, har haft forskelligartede begrænsninger, og nogle af dem er gennem allerede eksisterende indsatser i Ungeenheden i Jobcenter Hedensted visiterede til U-TURN – GOLF OG MOTION, fordi det har vist sig, at den allerede iværksatte indsats ikke er tilstrækkelig, og det er skønnet, at de ville kunne profitere af indsatsen i U-TURN – GOLF OG MOTION.



Der er i projektet sat øget fokus på en grundig visitations- og introproces. Dette sikrer, at vi med indsatsen rammer flest mulige på bedst mulig vis. Rådgiverne i Ungeenheden i Jobcenter Hedensted har således godt to måneder før projektets opstart været opmærksomme på det kommende projekt og forbedret visitationen hertil.

Den unge har gennem visitationen kunne se projektet som muligheden for at komme videre i livet og for at blive i stand til at få arbejde og/eller komme i uddannelse.

Metode i projektet

Fysisk aktivitet udløser endorfiner i hjernen. Det er erfaringen, at dette kan være en hjælp til at komme ud af et misbrug, til at dæmpe angst og depression, til at kontrollere sine aggressioner og til meget, meget mere.

U-TURN i Jobcenter Hedensted arbejder derfor med fysisk træning i mange forskellige former alt efter målgruppens sammensætning.

De unge skal ikke i forvejen have erfaring med de valgte træningsmetoder, men de skal have mod på at udfolde sig fysisk, blive forpustede og ikke mindst skal de være med til at opstille nogle mål, som de kan støttes i at opnå.

U-TURN – GOLF OG MOTION bygger på erfaringerne af et pilotprojekt i Nuuk i Grønland. Dette projekt var etableret i samarbejde mellem Departementet for Uddannelse og Forskning og Departementet for Erhverv og Arbejdsmarked. Dette projekt handlede om boksning og skak, men det er vurderet, at det vil være muligt at opnå den samme progression ved GOLF OG MOTION.

U-TURN – GOLF OG MOTION udvikler de unge til at tage ansvar for deres eget liv samt til at genvinde lysten og meningen med at lære.

U-TURN – GOLF OG MOTION forløber over 26 uger i forårs- og sommermånederne fra marts til og med august, og der er herefter efterværn til udgangen af året.

U-TURN – GOLF OG MOTION er for unge, der ikke kan vurderes at være job- eller uddannelsesparate, og som typisk har en mangelfuld skolegang med meget fravær og dermed store huller i skolekundskaberne. Projektet træner deltagernes personlige kompetencer og selvtillid og skaber evnen og lysten til at lære, så de efterfølgende vil kunne komme i arbejde eller påbegynde og gennemføre et uddannelsesforløb.

De unge skal således via projektets fokus på læring, GOLF OG MOTION samt personlig udvikling genfinde lysten og viljen til læring og derigennem blive parate til at fortsætte deres vej imod selvforsørgelse.

Golfen skal udfordre de unges evne til at kombinere og tænke langsigtet og skal medvirke til at øge evnen til at koncentrere og beherske sig betydeligt – og til at koncentrere og beherske angsten – og dermed øge evnen til læring og til at deltage i virksomhedspraktik.

Motionen skal få den enkelte unge i så god fysisk form som muligt, og den skal være med til at styrke den unges koncentrationsevne og dermed lysten til at lære.

De unge har gennem forløbet lært om

- Koncentration og udholdenhed.
- At holde kroppen i fysisk god form.
- Vigtigheden af at spise den rigtige kost.
- At stå tidligt op, så de kan møde til tiden i virksomhedspraktik og senere på arbejde eller i uddannelse.
- Hvordan man taler til andre mennesker, så de kan begå sig i et fælleskab.
- Erhvervsrelaterede emner.

I U-TURN – GOLF OG MOTION skal den enkelte unge have de bedste muligheder for koncentration og fordybelse i det, som vedkommende lige nu måtte foretage sig. Det betyder følgende:

- At alle dagens gøremål betragtes som lige væsentlige, og hver især gives den rette tid.
- At dagsrytmen veksler mellem det praktiske og det teoretiske.
- At overgangen fra et gøremål til et andet markeres.

Der differentieres ikke mellem læring, arbejde og fritid. Enhver situation betragtes som en anledning til at dygtiggøre sig. Enhver situation kan give læring.

Emner til læringen er fx:

- Brug din hjerne
- Selvværd – Selvtillid
- Anger Management
- Innovation – Kreativitet
- Hvad vil jeg med mit liv, og hvordan kommer jeg i mål?

Projektforløbet

Visitationen til projektet er foregået, som det er beskrevet ovenfor, og den er sket i et meget tæt samarbejde mellem den beskæftigelsesrådgiver, der er tilknyttet projektet som myndighedsrådgiver og projektets coaches.

Der har som en del af introduktionen til projektet været fælles infomøde og oplæg fra den professionelle golfspiller Steen Tinning, om hvad golf har betydet for ham, og hvad det kan gøre for den unge i forhold til dennes udfordringer. I mødet var også Protræner i Hedensted Golfklub til stede for at fortælle om sporten generelt.

Efter visitation til U-TURN – GOLF OG MOTION har coachene arbejdet med gruppen af unge i en uge, hvor der er opbygget en bæredygtig relation til den enkelte unge og gruppen imellem. Der er i denne uge især gået lange ture ud fra en Walk-and-Talk tilgang. I slutningen af introugen blev deltagerne præ-senterede for de andre medarbejdere i U-TURN – GOLF OG MOTION og for de trænere, som de efterfølgende skulle arbejde sammen med.

Coachene har fulgt projektdeltagerne i hele forløbet for netop at opbygge den tillid til omverdenen, som er så vigtig, for at de unge kan få en normaliseret tilværelse. Kontinuiteten i, at samme person/coach er med den unge hele vejen, har været medvirkende til, at den unge har oplevet, at voksne ikke altid svigter, men derimod støtter, bakker op og skubber i den rigtige retning. Der har alt efter behov været etableret sammenhængende dage, hvor coachene har varetaget indsatsen. Endvidere har coachene ligeledes haft mulighed for – efter aftale med myndighedsrådgiveren – akut at kunne udtage en deltager af lokalmiljøet, hvis der måtte være behov herfor.

I anden uge af forløbet er så den egentlige sociale træning startet – og også lidt golftræning. De unge har herigennem trænet sig selv i at kunne fokusere og koncentrere sig om den opgave, som de er i. Dette har nemlig været en udfordring for de unge i målgruppen.

Samtidig er de unge begyndt at motionere for derigennem at komme til at bruge sig selv fysisk og komme af med den energi, de ikke kommer af med på samme måde, når de spiller golf. Den mere fysisk prægede motion har også været med til at øge evnen til at fokusere og koncentrere sig, hvilket de unge kan bruge på golfbanen og ikke mindst på arbejdspladsen.

Projektets medarbejdere har deltaget i både motion og golftræning, og træningen har dermed været med til at fastholde den relation, der er opbygget i begyndelsen af projektet, så den nu er bæredygtig og kan være med til at støtte den unge fremadrettet også i kritiske situationer.

Den fysiske træning har været kombineret med "undervisning" i at være på en arbejdsplads, så de unge kunne være bedst muligt forberedte, når de skulle starte i deres praktikforløb. Inden praktikken har det været vigtigt, at medarbejderne i projektet har fået forberedt de unge på en hverdag på en arbejdsplads, hvor man både skal kunne håndtere ros og konstruktiv kritik, når og hvis der laves fejl. De unge har så at sige skulle lære at begå sig, før de startede i praktik. I denne del af projektet har de unge også været ude og besøge forskellige virksomheder, så de kunne se, hvordan forskellige arbejdspladser fungerer, og hvilke arbejdsopgaver man skal kunne varetage.

Efter et par uger er der etableret praktik for de unge, hvor de forinden har været til jobsamtale hos arbejdsgiver, så begge parter har lært hinanden at kende inden praktikken.

Den fysiske træning er herefter kombineret med virksomhedspraktikken, så den unge har fået kontakt til arbejdsmarkedet og dermed har fundet ud af, hvad der kræves, når man er i job – heriblandt også at kunne arbejde på fuldtid. De unge har gennem hele forløbet således skulle leve op til de samme rammer, som findes på det almindelige arbejdsmarked: Forventninger, hjælp, krav og konsekvens.

Der har i den pædagogiske metode været forskellige tilgange igennem forløbet, så den unge bedst muligt har opnået både personlige og erhvervsrettede mestringsstrategier. Setup'et er således tænkt dynamisk, og metoden skal altid give mening for den unge.

Ugeskemaet er ligesom metoden dynamisk, og har det vist sig, at en opsætning ikke fungerer, så er den ændret. Under hele forløbet har den enkelte unge skulle udvikles til at finde sin egen vej til et meningsfuldt liv med uddannelse og arbejde. Den unge er endvidere løbende igennem forløbet blevet pålagt at tage stilling til eget liv fremadrettet – og der er arbejdet med struktur og en fastlagt udviklingsplan frem mod målet.

Golftræningen har som udgangspunkt altid ligget om formiddagen, da der på dette tidspunkt er mest plads på banen. Nogle dage har der om formiddagen i stedet for golftræning være løbetræning og anden motion.

Herudover så har der for gruppen i forhold til golftræningen været specifikke opgaver hver uge. Opgaverne har bestået af fx regelprøve, slagprøve, etikette, slagteknik osv.

Forløbet er afsluttet med en finaleturnering, hvor det lokale erhvervsliv har sponsoreret præmier.

Der er endvidere ved, at de unge har spillet på golfbanen sammen med golfklubbens medlemmer, påbegyndt opbyggelse af et jobrelateret netværk, der har vist sig at give rigtig godt udbytte i forhold til de unges fremtidige uddannelse og job.

Efter endt forløb er der nu en efterværnsperiode, der afsluttes ved udgangen af året.

Samarbejdet med eksterne aktører

U-TURN i Jobcenter Hedensted samarbejder med forskellige professionelle indenfor de forskellige indsatsområder.

De professionelle samarbejdsparter medvirker således til, at indsatsen kan ske gennem en kombination af et stærkt personligt engagement i forhold til den enkelte træningsgren og den faglige robusthed i Ungeenheden i Jobcenter Hedensted.

U-TURN i Jobcenter Hedensted er således en kombination af de professionelles store faglige viden indenfor deres fagområde – og hvad denne giver af positive sideeffekter – og den sociale faglighed, som Ungeenheden i Jobcenter Hedensted besidder i forhold til at få de unge i uddannelse og i beskæftigelse. Begge er så at sige professionelle på eget område – og ”glade amatører” på den andens. Dette gælder også for U-TURN – GOLF OG MOTION, hvor den professionelle golfspiller, Steen Tinning, og spillere fra lokale golfklubber har medvirket i træningen.

Det er i samarbejdsstrukturen vigtigt, at hver bidrager indenfor eget kompetenceområde – og supplerer hinandens. Steen Tinning har i denne sammenhæng en enorm viden om golfspillet og dets indflydelse på både psyke og fysik. Samtidig så har Steen Tinning stor erfaring med arbejdet med mennesker og golf, idet han bl.a. i fire år har været ansvarlig for Oure Idrætsskole's golf linje. Herudover så har han ligeledes i fire år været ansvarlig for Korsør Golf Klubs herre elite, og endelig så har han arbejdet med forretningsudvikling af danske golf klubber og golfbane design.

Det har været vigtigt, at der i U-TURN er opbygget en relation til de unge gennem træningen – og at der her er opstået nogle gode samtaler om den unges baggrundshistorie og udvikling. Den daglige kontakt med de unge under træningen har i denne sammenhæng underbygget en uformel og uforpligtende atmosfære, som har fået den unge til at lukke op for selv meget vanskelige spørgsmål og til at fortælle, hvad der ellers kan være. Denne tilgang har givet et fantastisk frirum og skabt en sund grobund for et fremtidigt samarbejde med den unge. De unge har dermed lært kompetencer som frihed under ansvar, at kæmpe mod personlige mål, respekt og empati for andre og den positive effekt af at kunne samarbejde om en opgave. Alt sammen nøgleord for at kunne begå sig i samfundet og opnå ”det gode liv” – og indsatsen har givet grobund for en sund og fagligt forsvarlig funderet udvikling for de unge.

Også Hedensted Golfklub har været en aktiv samarbejdspart i projektet, idet de har stillet baner til rådighed for projektet – både for den daglige træning og for turneringerne. Herudover så har Hedensted Golfklubs protræner medvirket i træningen af de unge.

Mentorer/Rollemodeller

Mentorer og rollemodeller er en væsentlig faktor i den unges vej mod uddannelse og beskæftigelse. Dette er derfor en integreret del af U-TURN i Jobcenter Hedensted.

U-TURN sætter særligt fokus på det gode match ung og mentor imellem. Erfaringer har vist, at hvis man lægger en ekstra indsats i at udvælge en mentor, hvor især den rette kemi er til stede, så vil den unge i større grad udvikle både sociale og beskæftigelsesmæssige kompetencer, idet der skabes en tryghedsbase, som den unge kan udvikle sig fra.

Udover projektets medarbejdere og Hedensted Golfklubs protræner, så har der også været tilknyttet frivillige fra golfklubben, hvilket bl.a. har været med til at styrke den unges netværk.

Målinger, progression mv.

Alle deltagerne har fået lavet et sundhedstjek. Det er dog vigtigt, at dette ikke er blevet gjort for tidligt i processen, da dette kunne have haft en negativ og skræmmende effekt for nogle.

Der er lavet anamnese på alle deltagere, og den løbende udvikling er beskrevet fra start til slut.

Der er i denne bl.a. lagt vægt på forbruget af medicin før/efter projektet, søvn og døgnrytme, og der er lavet en beskrivelse af det sociale netværk mv.

Der er arbejdet ud fra en spindelvævs eller trappe tilgang, således at det er blevet synligt for den unge, hvordan vedkommende har udviklet sig gennem forløbet.

Evaluering

Der er 16 deltagere, som er startet i projektet, og 13 har været med indtil afslutningen. To af disse 13 er imidlertid nu flyttet til andre kommuner og deltager derfor ikke i efterværnet.

For de, der ikke har gennemført projektet, er to stoppet på grund af meget massive udeblivelser og én på grund af dødsfald i den meget nære familie.

Køn	Alder	Varighed af hidtidigt kontaktføreløb	Visitation	Evaluering	Rusmidler Før/Efter	Medicin Før/Efter	Sundhed (mad, søvn, vægt)
F	19 år	1,5 år	Flere suicidalforsøg	Påbegyndt uddannelse på HF	nej / nej	ja / nej	forbedret
M	23 år	3 år	Hyperkinetisk forstyrrelse uden specifikation og skadeligt brug af multiple og andre psykoaktive stoffer	Påbegyndt uddannelse, 9. klasse	ja / nej	nej / ja	forbedret
M	22 år	1 år	Hørehæmmet	Påbegyndt uddannelse, It	nej / nej	nej / nej	samme
M	20 år	3 år	ADHD og gennemgribende angst efter blandede livsoplevelser	Flyttet til Horsens og har påbegyndt uddannelse	ja / nej	ja / ja	forbedret
M	20 år	2,5 år	Motoriske og finmotoriske vanskeligheder, sociale begrænsninger og indlæringsvanskeligheder	I udviklingsforløb på Havredal Praktiske landbrugsskole	nej / nej	nej / nej	forbedret
F	27 år	8 år	Juvenil artrit	Påbegyndt uddannelse på HF inden barsel for efterfølgende at kunne komme ind på pædagogstudiet	ja / nej	nej / nej	forbedret
M	20 år	1 år	ADHD og vanskelig opvækst, tidligere børnesag	Flyttet til Horsens og er i vikararbejde	nej / nej	nej / nej	forbedret
M	29 år	2 år	Bipolar affektiv sindslidelse og social fobi	Er i virksomhedspraktik. Psykiatrisk revurderet.	nej / nej	ja / ja	forbedret
M	22 år	2 år	ADHD og vanskelig skolegang	Påbegyndt uddannelse, EGU lager og Logistik	ja / nej	nej / nej	forbedret
M	19 år	1 år	Vanskelig opvækst og anbragt udenfor hjemmet	Påbegyndt uddannelse, lager og logistik	nej / nej	nej / nej	forbedret
M	24 år	2 år	Vanskelig skolegang	Flyttet til Odense og påbegyndt uddannelse på HF	nej / nej	nej / nej	samme
M	23 år	4,5 år	Langvarig ledighed	Ordinært arbejde	nej / nej	nej / nej	samme
M	18 år	1 år	Opmærksomhedsforstyrrelse og angst. Børnesag opstartet umiddelbart før det fyldte 18. år	Er i virksomhedspraktik.	nej / nej	ja / ja	samme

Pia Hermanstad
Leder i Beskæftigelse