

Træningspas for unge døgnanbragte

Center for Udsatte og Kriminalitetstruede Unge

Midtvejsevaluering 2012

”Når du tør fejle, udvikler du dig”

Projektlederen, Idrætsprojektet

Jeanette Magne Jensen & Jonas Greve Lysgaard

Forskningsprogrammet Læring for Omsorg, Bæredygtighed og Sundhed

Institut for Uddannelse og Pædagogik (DPU)

Faculty of Arts

Aarhus Universitet

Indhold

Forord	3
1. Introduktion.....	4
1.1 Idrætsprojektets grundlag	4
1.2 Idrætsprojektets organisering.....	5
1.3 Idrætsprojektets metode	5
1.4 Den konkrete fremgangsmåde	6
1.5 Evalueringen	7
2. Konklusioner på midtvejsevalueringen	9
2. 1 Relationen mellem Idrætsprojektet og projektets målsætninger	9
3. Metode og evalueringens analytiske perspektiver	11
3.1 Perspektiver i evalueringen	11
3.2 En kvalitativ metodologi	12
3.3 Casestudier med fem unge	12
3.4 Gruppeinterviews	13
4. Idrætsprojektets programteori	14
4.1 Programteorien	14
5. De unge og deres virkelighed. Et blik på udviklingen af struktur, kropbevidsthed og sociale kompetencer	17
5.1 Idrætsprojektets målgruppe v/ psykolog Lars H. Rossen	17
5.2 De fem unge i casefortællingerne	18
5.3 Udviklingen af struktur, kropbevidsthed og sociale kompetencer	20
5.4 Idrætsprojektet som strukturskabende for de unge	20
5.5 Kropslig bevidsthed	22
5.6 Sociale kompetencer og sammenhænge	25
6. Samlet diskussion af analysen	27
6.1 Struktur og meningsfuldhed	28
6.2 Kropslig bevidsthed	31
6.3 Sociale kompetencer	32
6.4 Den pædagogiske merværdi – brobygning og lyst	33
6.5 Et analytisk perspektiv på bæredygtighed og ildsjæle i Idrætsprojektet	35
7. Efterskrift - metodekritik	39
8. Litteraturliste	40

Forord

Denne rapport er den første af to midtvejsevalueringer af projektet *Træningspas for udsatte og kriminalitetstruede unge*. Træningspas for udsatte og kriminalitetstruede unge er forankret i Center for Udsatte og Kriminalitetstruede Unge (CUKU) under Københavns Kommunes socialforvaltning. CUKU består af otte botilbud, der retter sig mod unge, der af forskellige årsager er anbragt udenfor hjemmet. På baggrund af de to midtvejsevalueringer udarbejdes i 2014 en selvstændig og afsluttende evalueringsrapport ved afslutning af projektet *Træningspas for udsatte og kriminalitetstruede unge*. Evalueringen gennemføres af Forskningsprogrammet Læring for Omsorg, Bæredygtighed og Sundhed, Institut for Uddannelse og Pædagogik (DPU), Faculty of Arts, Aarhus Universitet. Evalueringsteamet består af adjunkt Jonas Greve Lysgaard og lektor Jeanette Magne Jensen. Sidstnævnte er evalueringens projektleder.

København, marts 2013

1. Introduktion

Projekt træningspas (herefter Idrætsprojektet) har til formål at involvere unge i træning/fysisk aktivitet som del af en pædagogisk metode, der har som overordnet formål dels at involvere de unge i organiseret træning/idræt i klubber og træningscentre, dels at øge den generelle livskvalitet for de unge deltagere. Nedenfor gives en kort introduktion til Idrætsprojektet hovedsageligt baseret på et internt baggrundspapir fra Idrætsprojektet, der beskriver projektets metode og idemæssige grundlag.

1.1 Idrætsprojektets grundlag

Idrætsprojektet begyndte oprindeligt i 2007 på Rymarksvænge Ungdomspension. Her blev projektleder Christoffer Hansen taget ud af de daglige arbejdsopgaver og fokuserede herefter kun på at få de unge motiveret til idræt og bevægelse. Da muligheden bød sig for at søge om midler til at udbygge projektet til andre institutioner under CUKU, valgte centerlederen for CUKU at søge om midler til et firårigt projekt. På tværs af Socialstyrelsens satspuljeprojekt "Udbredelse af erfaringerne med forsøg med fritidspas" og Center for Udsatte og Kriminalitetstruede Unge lykkedes det at finde midler til at finansiere Idrætsprojektet som et 4-årigt satspuljeprojekt fra 2010 til 2014.

Idrætsprojektets overordnede formål er at motivere unge fra centerets institutioner til idræt og bevægelse. Et af projektets hovedprincipper er, at alle aktiviteter foregår på de unges præmisser, og derfor arbejder projektet efter de unges egne ønsker og drømme. De primære aktiviteter er alle tænkelige former for idræt, men er nu udvidet til også at indeholde alle andre former for fritidsaktiviteter; såsom lektiehjælp, musikundervisning, håndarbejde mv. Disse aktivitetsformer går under betegnelsen Idrætsprojektet 2.0. Det er dog stadig bevægelse og fysisk aktivitet, der udgør hovedparten af aktiviteterne i Idrætsprojektet.

Idrætsprojektets udgangspunkt er, at de unge skal opleve idræt/bevægelse som et positivt og berigende element i deres hverdagsliv. Kongstanken i Idrætsprojektet er at give den enkelte unge sin egen personlige træner, der så iværksætter præcis den træning, som den unge ønsker for sig selv – på det tidspunkt, hvor den unge er motiveret for at træne. Et korps af unge frivillige trænere er knyttet til Idrætsprojektet som de unges personlige trænere. Disse frivillige er primært pædagog- og lærerstuderende, der dels har en idrætslig kompetence, som de kan byde ind med i projektet, dels har en faglig og personlig interesse i at være del af et social- og sundhedspædagogisk projekt, som Idrætsprojektet kan karakteriseres som.

Den pædagogiske tankegang i projektet er at træne med de unge, når de unge er klar og at motivere dem til at træne og bevæge sig gennem en positiv, anerkende og appellerende pædagogisk tilgang, hvor fleksibilitet i mødet med den unge er helt central. Den unges familie og sociale netværk inddrages i træningen med henblik på at understøtte den unges motivation for at fastholde træningen.

Et centralt udgangspunkt for Idrætsprojektet er at vise de unge, at de har kompetencer, som de ikke aner, at de besidder. Herigennem vil Idrætsprojektet bidrage til, at de unge får succesoplevelser, der fører til et nyt og positivt selvbillede, og i sidste ende til at de unge udvikler en generel handlekompetence til at klare hverdagslivets udfordringer.

1.2 Idrætsprojektets organisering

Idrætsprojektet er afhængigt af nært samarbejde mellem frivillige, fastansatte og personale, der arbejder med den direkte træning, og det personale, der står for andre pædagogiske og administrative opgaver. Idrætsprojektets fastansatte team består af projektlederen, en AC-koordinator, to projektmedarbejdere og derudover har Idrætsprojektet i gennemsnit en eller to halvårspraktikanter (anden eller tredje års pædagogstuderende). Udover det faste team består Idrætsprojektet af frivillige (oftest lærer- og pædagogstuderende), tre måneders praktikanter (første års pædagogstuderende), og tre ugers praktikanter (lærerstuderende).

Fra projektstart i 2010 og til og med 2012 har Idrætsprojektet haft 46 frivillige engageret i projektet – heraf er syv startet som frivillige, fordi de har været i praktik som pædagogstuderende, mens 14 er startet, fordi de har været i praktik i andre skoleformer som lærerstuderende. Resten af de frivillige er blevet engageret gennem oplæg ved projektlederen på henholdsvis lærer- og pædagogseminarier. Det er ikke alle 46 frivillige, der stadig er aktive, men ca. 25 frivillige er aktive på ugentlig basis, mens ca. 20 er tilkaldte-frivillige. Tilkaldte-frivillige er frivillige, der kontaktes i forbindelse med store events eller særlige arrangementer, hvor Idrætsprojektet har brug for mange hænder.

De frivillige i Idrætsprojektet løfter en stor opgave og giver projektet mulighed for at vokse og udvikle sig på en anden måde, end hvis man udelukkende arbejdede med aflønnet personale. Når man begynder som frivillig i Idrætsprojektet, bliver man grundigt introduceret til hele den nedenfor nævnte metode ved en samtale med AC-koordinatoren. Derefter arbejder det faste team med at finde et godt match mellem den frivillige og en eller flere unge. I denne matchning tages udgangspunkt i aktivitetsønsker – både for de unge og for de frivillige. Under denne proces bliver den frivillige kontaktet af projektlederen, der herefter vejleder og coacher de frivillige på ugentlig basis, afhængig af den frivilliges engagement.

I denne rapport går fuldtidsansatte, praktikanter og frivillige under betegnelsen: Idrætsprojektets medarbejdere.

1.3 Idrætsprojektets metode

Den følgende introduktion til Idrætsprojektets metode og konkrete fremgangsmåde er baseret på beskrivelser fra Idrætsprojektets medarbejdere.

Idrætsprojektet arbejder ud fra en narrativ, anerkendende og motivationsmetode. Der arbejdes ud fra at fortælle den positive historie om den unge, anerkende den unge for egen indsats og motivere den unge til fritidsaktiviteter. Metoden tager udgangspunkt i disse fire grundprincipper: Frivillighed, Tålmodighed, Fleksibilitet, Indre/ydre motivation. Disse grundprincipper kan beskrives således:

1) Frivillighed

Det er frivilligt for de unge, om de ønsker at deltage i Idrætsprojektet. På alle otte institutioner får samtlige unge tilbuddet om at deltage i Idrætsprojektet, men det er den enkelte unge, der bestemmer, om han/hun vil deltage. De unge, der ikke ønsker at deltage i første omgang, kan melde sig som deltagere senere – det er den unge, der suverænt bestemmer om de vil deltage, med hvem, til hvilken aktivitet og hvornår. Men Idrætsprojektets medarbejdere vil altid med ihærdighed, opfordre og motivere dem til deltagelse.

II) Tålmodighed

Tålmodighed er et generelt princip, som projektet anvender i alle møder – hvad enten det drejer sig om de unge, medarbejdere på institutioner, institutioner, foreningerne, fitnesscentre osv.

Man skal være klar over, at den unge har store udsving og kan være deltagende, ikke-deltagende skiftevis og hele tiden. Det samme gælder for deres netværk.

III) Fleksibilitet

Når Idrætsprojektets medarbejdere arbejder med stærkt udsatte og kriminalitetstruede unge, er fleksibilitet et af de stærkeste redskaber. Fleksibilitet kommer til udtryk gennem fem parametre: 1) tid, 2) inddragelse af de unge, 3) inddragelse af netværk, 4) afvigelse fra grundmetode, 5) de involverede institutioner.

IV) Indre/ydre motivation

Idrætsprojektets medarbejdere motiverer de unge til selv at ville træne, der er ingen tvang eller unødigt pres. Der skal være plads til, at de siger, at de ikke har lyst til at være med til idræt – men de skal have tilbuddet (mange gange). Håbet er at kunne motivere de unge ud fra deres egen ønsker og drømme.

V) Tro, håb og tryghed:

Et vigtigt udgangspunkt for det pædagogiske arbejde i Idrætsprojektets er at medarbejderne tror på de unge, har et håb for de unge og ønsker at skabe et trygt rum for de unge og for Idrætsprojektets medarbejdere.

1.4 Den konkrete fremgangsmåde

Idrætsprojektet arbejder helt konkret ud fra fire modeller. De fire modeller skal ikke ses som en lineær udvikling, men som fire individuelle virkemidler, man kan anvende på forskellige tidspunkter eller samtidigt – efter behov og afhængigt af den individuelle unge.

1) Personlig træning: Da Idrætsprojektet arbejder med stærkt udsatte og kriminalitetstruede unge, kan langt de fleste af de unge ikke sættes direkte ind i et gruppeforløb. Derfor får man i de fleste tilfælde mere ud af at starte med personlig træning. Dog er det vigtigt, at Den Personlige Træner skal kunne afvige fra metoden og tilpasse den, så den virker på den enkelte unge. Træningsformerne, træningsrammerne og træningsforudsætningerne er altså individuelle, men de fleste unge i projektet starter med at få en Personlig Træner, der træner med den unge en til en.

2) Træningsguiden: Hvis den unge ønsker at begynde i en allerede etableret forening, påtager Idrætsprojektets medarbejder rollen som Træningsguide. Træningsguiden indtager en vejlederrolle for den unge og guider den unge med henblik på at hjælpe vedkommende ind i et foreningsliv.

3) Foreningen Hele Vejen Rundt: Det har vist sig vanskeligt for de unge at gå direkte fra at træne med Den Personlig Træner til at starte i en allerede etableret idrætsforening. Derfor er der blevet stiftet en frivillig idrætsforening 'Hele Vejen Rundt', der fungerer som mellemstation mellem træning med Den Personlige Træner og selvstændig træning i en allerede etableret idrætsforening.

4) Vejledning og Sparring: Vejledning og sparring i institutionerne. Idrætsprojektet hjælper centerets otte institutioner med vejledning i forhold til hvor og hvordan de kan aktivere de unge i idræt og bevægelse.

Udbygning af idræt og bevægelsesnetværket på tværs af institutionerne. De enkelte institutioner ligger inde med udstyr, eksempelvis cykler, kanoer osv., som kan bruges af medarbejdere og de unge på tværs af alle otte institutioner.

1.5 Evalueringen

Som led i evalueringen af det samlede projekt udarbejdes i alt tre rapporter. To midtvejsrapporter baseret på data genereret ultimo 2012 og 2013 og en afsluttende evalueringsrapport, der sammenfatter resultater og erfaringer fra projektet. Den afsluttende evaluering udgives i 2014.

Nærværende midtvejsevaluering undersøger, hvordan de unge selv oplever, at deres deltagelse i Idrætsprojektet har betydning for dem, og hvordan pædagoger, medarbejdere fra Idrætsprojektet og projektlederen ser projektets betydning i relation til de unge. Dette med henblik på i slutevalueringen at kunne vurdere hvilken kontekst, mekanismer og processer i projektet, der hhv. støtter og/eller hæmmer denne proces.

I evalueringen ses Idrætsprojektets 'betydning' for de unge i relation til projektets målsætninger. Disse målsætninger er i ansøgningen til Socialministeriet fra 2010 beskrevet som:

- Styrke de unges sociale kompetencer
- Øge de unges sundhed, trivsel og livskvalitet
- De unge får en (blivende) tilknytning til det almindelige foreningsliv
- Inddrage de unges netværk (venner/familie) i træningen.

Endvidere beskrives målgruppen for Idrætsprojektet (de unge) i ansøgningen til Socialministeriet som en gruppe med dårlige skolekunderskaber og udpræget nederlagserfaring ikke blot fra skolelivet, men også fra sports- og fritidslivet i formaliserede sammenhænge. De unge beskrives som mennesker, der ikke anser sig selv som nogen, der 'kan noget' eller er 'gode til noget', hvilket udspringer af et lavt selvværd. Desuden skildres de unge i ansøgningen til Socialministeriet som en gruppe, der på grund af usunde kostvaner enten er overvægtige eller lider af for lav kropsvægt. Derfor ser evalueringen af idrætsprojektet også på, hvorledes projektet:

- har en positiv indflydelse på de unges skolegang (forstået som øget motivation og glæde ved skolen)
- kan styrke de unges kompetencer, selvværd, selvtillid og identitet, så de får en oplevelse af at kunne noget og dermed får bedre forudsætninger for at håndtere hverdagens forskellige arenaer
- øger de unges motivation for at spise en sundere kost.

Evalueringen beskæftiger sig altså med, om de unge oplever øget motivation og engagement i hverdagslivet. Motivation og engagement er her forstået som en oplevelse af meningsfuldhed, begribelighed og håndterbarhed i relation til hverdagslivets generelle udfordringer.

Idrætsprojektet har udviklet sig siden ansøgningen i 2010 og har i dag også en målsætning om, at de unge vælger at uddanne sig til instruktører inden for et idrætsfelt.

Den opsamlende diskussion i denne rapport drejer sig om Idrætsprojektets betydning for ovenstående målsætninger og om de nye og tilstødende perspektiver, som analysen i midtvejsevalueringen i øvrigt kaster lys over.

En del af midtvejsevalueringen er en spirende udvikling af Idrætsprojektets programteori. En programteori er en systematisk måde at beskrive en etableret indsats eller et projekt på, og det er gennem en programteori, at sammenhængen mellem forestillinger om indsatser, processer, mekanismer, kontekst og resultater bliver synlig. En programteori er således med til at skabe grundlaget for en kvalificeret evaluering, da forestillingen (teorien) om hvilke aktiviteter, der fører til hvilke resultater, kan efterprøves via generering af data fra forskellige kilder. Når der i denne midtvejsevaluering er tale om et første udkast til en programteori, handler det om, at Idrætsprojektet har udviklet sig processuelt med rivende hast igennem de første 1½ år. Idrætsprojektet bliver ved med at knopskyde og udvikle sig på baggrund af de erfaringer, som indhøstes i projektet. Der er derfor grund til at antage, at Idrætsprojektet vil fortsætte med at udvikle aktiviteter og synsvinkler i de resterende to år af projektets levetid, hvilket vil påvirke programteorien. Programteorien vil derfor blive udviklet i de to midtvejsevalueringer (2012/2013) og endeligt tilvirket som grundlag for slutevalueringen i 2014.

2. Konklusioner på midtvejsevalueringen

I dette afsnit samles op på midtvejsevalueringens analyse og diskussion. Nedenstående konklusioner fortæller om Idrætsprojektets virkninger i relation til projektets målsætninger på kort sigt.

2.1 Relationen mellem Idrætsprojektet og projektets målsætninger

Fortællingerne fra de unge og pædagoger/ledere på CUKU's institutioner i denne midtvejsevaluering bevidner, at den pædagogiske metode i Idrætsprojektet rummer stort potentiale til at inddrage de absolut mest marginaliserede unge i en proces, der styrker deres sundhed, trivsel og livskvalitet. Evalueringen viser, at Idrætsprojektet bidrager til at styrke de unges selvværd og selvtillid, ligesom fortællinger fra de fem unge, der deltager i evalueringens casestudier vidner om, hvordan de fem unge har føjet nye og positive dimensioner til deres identitet. De unge har gennem træning i Idrætsprojektet øget deres kompetencer – de er blevet "gode til noget". Træningen i Idrætsprojektet har haft succes med at give de unge nogle succesoplevelser, så de gennem dette får øje på nye kompetencer, som de kan overføre til andre sammenhænge i tilværelsen – fx uddannelse. Gennem deltagelsen i Idrætsprojektet viser evalueringen, at de unge kan fortælle nye og positive historier om sig selv, hvilket bidrager til en positiv udvikling af deres selvbillede og identitet.

Det kan endvidere konkluderes, at Idrætsprojektet har bidraget til at skabe struktur i de unges tilværelse, ligesom det har øget de unges sociale kompetencer og givet dem en ny kropsforståelse. Denne nye kropsforståelse har eksempelvis betydning for, at nogle af de unge spiser en sundere kost, hvilket i sammenhæng med den fysiske træning har medført store (og nødvendige) vægttab.

Det er i sagens natur svært her ved midtvejsevalueringen at sige noget om Idrætsprojektets langsigtede effekter. De mere langsigtede effekter vil blive behandlet i slutevalueringen i 2014.

Nedenfor kommenteres virkningerne af Idrætsprojektet specifikt. Her inddrages også temaer, som den kvalitative evalueringsmetode har været med til at kaste lys over.

- Evalueringen viser, at træningen i Idrætsprojektet på dette stadie af implementeringsprocessen viser gode tegn på at skabe en nødvendig struktur i hverdagslivet for de fem unge, der deltager i casestudiet. Idrætsprojektet giver dem noget at stå op til og noget at se frem til. Idrætsprojektet er dermed med til at skabe orden i livet – og liv i ordenen for de unge deltagere. Der er ingen grund til at antage, at denne oplevelse af Idrætsprojektets strukturerende effekt ikke også omfatter de øvrige unge, der træner i Idrætsprojektet.
- Evalueringen viser, at Idrætsprojektet skaber et indhold og en forudsigelighed i de unges hverdagsliv, der er fundament for, at hverdagen bliver mere meningsfuld, begribelig og til at håndtere for de unge. Dette forhold er igen grundlaget for, at de unge kan udvikle en generel handlekompetence til at klare hverdagslivets udfordringer. Dette forhold har stor og positiv betydning for de unges generelle trivsel og livskvalitet.
- Evalueringen viser endvidere, at Idrætsprojektet har stort potentiale til at fungere som en stabiliserende faktor i de unges hverdagsliv. Idrætsprojektet kan fungere hen over grænser mellem institutionerne og livet uden for institutionerne og hen over grænser mellem Idrætsprojektet og

det almindelige foreningsliv. Idrætsprojektet udgør en sammenhængskraft for de unge i en tilværelse, der er præget af mange skift.

- Der er i midtvejsevalueringen tegn på, at de unges øgede oplevelse af sammenhæng i hverdagen på baggrund af Idrætsprojektet har positiv betydning for deres motivation for at gå i skole og tage en uddannelse.
- Idrætsprojektets fundamentale udgangspunkt i de unges lyst (til aktiviteter) har stor medierende betydning for deres engagement og fastholdelse i Idrætsprojektet, som igen har betydning for, at de unge udvikler kompetencer og derigennem får succeser. Gennem Idrætsprojektet får de unge mulighed for at se sig selv med nye øjne og skabe nye fortællinger om sig selv. Disse succesoplevelser og nye fortællinger kan få betydning for, at de unge i fremtiden kan handle for at forandre tilstødende områder i hverdagslivet.
- Idrætsprojektet italesættes både af de unge selv og af institutionspersonalet som et nyt netværk for de unge og dermed et alternativ til et socialt netværk, som for nogle af de unges vedkommende er med til at fastholde dem i fx misbrug og almen uvirksomhed.
- De unges deltagelse i Idrætsprojektet har betydning for, at de udvikler deres identitetsopfattelse – og får en større tryghed ved at begå sig i nye og ukendte sociale sammenhænge. Evalueringen viser, at de unges deltagelse i Idrætsprojektet giver dem fornyet mod på at håndtere udfordringen ved at møde nye mennesker – deres sociale kompetencer udvikles.
- Evalueringen viser, at Idrætsprojektet har positiv indflydelse på de unges kropsforståelse. De unge mærker gennem træningen, at de har en krop, og at denne krop kan bruges til noget – kroppen har et formål. De unges livsstilsorienterede sundhed forbedres gennem denne øgede kropsbevidsthed. Træningen har i sig selv stor betydning for de unges sundhed – de unge udvikler deres kondition og bevægelseskapacitet. Træningen i Idrætsprojektet viser sig endvidere at påvirke de unges kostvaner positivt. De begynder at interessere sig for at spise sundere. For flere af de unge, der deltager i casefortællingerne, har dette betydet et stort vægttab.
- Evalueringen viser, hvordan Idrætsprojektet har en positiv indvirkning på de forskellige institutioners syn på både idræt og bevægelse og på udefrakommende aktiviteter som et aktivt led i det interne pædagogiske arbejde med de unge. En indledningsvis skepsis over for Idrætsprojektet fra pædagoger på enkelte af institutionerne er vendt til en positiv accept og påskønnelse af Idrætsprojektets rolle i det pædagogiske arbejde med de unge.
- Gennem Idrætsprojektet har en mindre gruppe af unge på nuværende tidspunkt uddannet sig til fitnessinstruktører eller gennemgået et kursus i førstehjælp.
- Evalueringen viser, at Idrætsprojektet i en vis udstrækning hviler på ildsjæle til at understøtte projektets kultur, metode og gennemførelse. Ildsjæle er nødvendige for at implementere et ambitiøst projekt som Idrætsprojektet, men det er nødvendigt for Idrætsprojektet fremtidige bæredygtighed, at der etableres en platform, der rækker ud over enkeltpersoner.

3. Metode og evalueringens analytiske perspektiver

I dette afsnit beskrives evalueringens analytiske perspektiver samt den metode, som midtvejsevalueringen er gennemført efter.

3.1 Perspektiver i evalueringen

Evalueringen af Idrætsprojektet arbejder med udgangspunkt i Idrætsprojektets erklærede målsætninger i et krydsfelt mellem et narrativt perspektiv, et hverdagslivsperspektiv og et salutogenetisk perspektiv.

Det narrative perspektiv indebærer, at evalueringen gennem casestudier indsamler de unges fortællinger (narrativer) om oplevelser knyttet til deres deltagelse i Idrætsprojektet, og hvordan disse oplevelser har betydning for nye måde at anskue forhold i tilværelsen på. Det er gennem disse fortællinger, at de unges erfaringer og refleksioner på baggrund af deres deltagelse i Idrætsprojektet bliver fortolket i midtvejsevalueringen og koblet til målsætningerne i evalueringen.

Evalueringen er særligt interesseret i, hvad det er for (nye og positive) fortællinger, som de unge kan fortælle om sig selv via deltagelsen i Idrætsprojektet. Disse fortællinger kan have betydning for, at de unge gennem deltagelsen får skabt nye fortællinger, der har givet dem en anderledes forståelse af, hvordan verden hænger sammen, og dermed kan udfordre deres opfattelse af, hvordan deres muligheder er for at påvirke og virke i verden – altså givet dem mulighed for at se, hvordan verden ligger åben for forandring af vilkår, som de unge ellers ser som uforanderlige. Dette har i sidste ende betydning for, hvordan de unge ser muligheder for sig selv i fremtiden og har dermed betydning for en styrkelse af de unges handlekompetence og en øget følelse af selvværd. En metodisk tilgang i evalueringen baseret på narrativer gør det muligt at få indsigt i de processer ved Idrætsprojektet, der har betydning for at kunne diskutere, hvorvidt og hvordan de unges trivsel og livskvalitet styrkes.

Hverdagslivsperspektivet ligger som en naturlig forlængelse af det narrative perspektiv. Hverdagslivsperspektivet betyder, at evalueringen spejler Idrætsprojektet i det konkrete hverdagsliv, som de unge lever. Det er i tæt sammenhæng med de unges specifikke hverdagsliv, at Idrætsprojektet tillægges mening og værdi, og det er derfor også i en hverdagslivssammenhæng, at Idrætsprojektet skal evalueres for at forstå, hvordan de unge agerer i hverdagslivets forskellige arenaer.

Salutogenese har at gøre med ressourcer, der øger menneskers mestringsevne og handlekapacitet i hverdagslivet som sådan, og salutogenese knyttes i litteraturen direkte til sundhed. Et salutogenetisk perspektiv medfører en fokusering på begreber som *meningsfuldhed*, *begribelighed* og *håndterbarhed*. Jo større oplevelse af meningsfuldhed, begribelighed og håndterbarhed, jo bedre sundhed og trivsel. Evalueringen vil i forlængelse af det salutogenetiske perspektiv belyse spørgsmål som: Øger Idrætsprojektet de unges oplevelse af meningsfuldhed i hverdagslivet? Øger Idrætsprojektet de unges mulighed for at begribe de omstændigheder, som er til stede i deres liv? Øger Idrætsprojektet de unges mulighed for at håndtere udfordringer, som de sættes over for i hverdagen?

Det salutogenetiske perspektiv i evalueringen egner sig i høj grad til at belyse målsætninger i Idrætsprojektet omkring projektets betydning for de unge deltageres sundhed, trivsel og deres forudsætninger for at agere i hverdagens forskellige arenaer.

Denne midtvejsevaluering er første blik på Idrætsprojektet med udgangspunkt i ovenstående perspektiver, der fastholdes som analytiske perspektiver gennem næste midtvejsevaluering og slutevalueringen.

3.2 En kvalitativ metodologi

Midtvejsevalueringen er gennemført efter en kvalitativ metodologi. Kvalitative metoder er velegnede til forsknings- og evalueringsprocesser, når man ønsker at komme tæt på betydninger, holdninger og normer hos en gruppe mennesker i en specifik situation. Desuden egner kvalitative undersøgelsesteknikker sig til at illustrere tendenser omkring et givent forhold som fx trivsel og motivation i hverdagslivet og til at forstå vilkårene for forandringsprocesser.

Evalueringen baserer sig på data fra følgende kilder:

- Fem casestudier (observationer/interviews) med fem forskellige unge
- To interviews med Idrætsprojektets projektleder
- Et gruppeinterview med ledere og pædagoger fra CUKU's institutioner
- To gruppeinterviews med frivillige i Idrætsprojektet
- Diverse baggrundsdokumenter fra Idrætsprojektet (Ansøgningen til Socialministeriet; Beskrivelse af Idrætsprojektets metode; Procesbeskrivelse af Idrætsprojektet; Handlekompetenceskema).

Alle data er genereret i sidste halvdel af 2012 undtagen et af interviewene med projektlederen, som blev gennemført ultimo 2011.

3.3 Casestudier med fem unge

En central del af det empiriske materiale for denne midtvejsevaluering består af casestudier med fem unge deltagere i Idrætsprojektet og deltagelse i træningspas med de udvalgte unge.

Casestudierne fokuserer hver især på et enkelt ungt menneske. Evaluator har gennem deltagerobservation deltaget i forskellige træningspas med de unge og efterfølgende gennemført individuelle dybdeinterviews med henblik på at afsøge, hvordan den unge tillægger træningen og projektet som sådan betydning i hverdagslivet.

Disse fem unge (tre drenge og to piger) har forskellige sociale og kulturelle baggrunde, men er kendetegnet ved alle at have deltaget i forskellige aktiviteter knyttet til Idrætsprojektet i forholdsvis faste forløb. Dette betyder ikke nødvendigvis, at de alle har været faste deltagere i ugentlige aktiviteter over længere perioder, men at de alle er velkendte af personalet bag Idrætsprojektet, har trænet med dem i perioder, men også at der for de flestes vedkommende har været perioder, hvor de af forskellige grunde ikke har været en del af aktiviteterne i Idrætsprojektet. De fem unge repræsenterer i den forstand majoriteten af de unge, der bor på CUKU's institutioner og træner i Idrætsprojektet.

De enkelte unge i casestudierne vil blive præsenteret i begyndelsen af analysen i kapitel 4.

De unge blev interviewet individuelt. Tre af de unge blev interviewet umiddelbart efter, at interviewer fra IUP/DPU havde deltaget i en træningssession med de unge. I forbindelse med de resterende to interviews var det ikke muligt for evaluator at gennemføre en træning sammen med den unge inden interviewet. Formålet med at interviewe de unge er at få dybere indsigt i deres syn på Idrætsprojektets betydning for dem, samt i hvilken grad deltagelsen i projektets aktiviteter påvirker deres hverdag og deres

syn på sig selv og deres omgivelser. Interviewene foregik som samtaler i en afslappet, uhøjtidelig atmosfære, hvor interviewerens lagde stor vægt på, at interviewet ikke var en 'test' af de unge, men et åbent forsøg på at forstå deres engagement i projektet.

Interviewene varede omkring 30 minutter og foregik som semistrukturerede interviews, hvor meningen var at give de unge mulighed for at formulere deres udbytte af deltagelsen i Idrætsprojektet. Visse temaer blev italesat af interviewerens. Særligt fokus var de unges syn på sig selv og betydningen af deres deltagelse i Idrætsprojektet, men interviewet gav rum for at lade samtalen glide i den retning, som var specielt vigtig for de unge.

Analysen af de unges oplevelse og udbytte af træningen, som udfoldes i kap. 4, er baseret på interviewene, og tillige influeret af observationerne af den unge, træningsforløbet og af de sociale interaktioner, der fandt sted under den forudgående træning hos tre af interviewpersonerne. Analysen bygger fuldt ud på de unges perspektiv – det er deres stemme, der høres.

Der er tale om sårbare og omsorgssvigtede unge mennesker, der skal håndteres med respekt for deres individuelle livshistorier. Derfor er de fem unge, der deltager i midtvejsevalueringen, udvalgt af Idrætsprojektets projektleder, der har kunnet pege på unge deltagere, der har styrken til at indgå i et interview.

3.4 Gruppeinterviews

Der er desuden gennemført et gruppeinterview med medarbejdere og/eller ledere fra institutionerne i CUKU (i alt ni deltagere). Alle institutioner, hvor Idrætsprojektet er fungerende i dag, blev inviteret til at deltage i gruppeinterviewet, og deltagere fra fire institutioner meldte positivt tilbage. De frivillige i Idrætsprojektet er ligeledes inddraget i evalueringen gennem to gruppeinterviews (i alt syv deltagere – tre afbud).

Projektlederen er desuden blevet interviewet to gange (2011/2012).

4. Idrætsprojektets programteori

I dette afsnit gennemgås første udkast til Idrætsprojektets programteori, det vil sige de overordnede antagelser og forventninger om resultater, som Idrætsprojektet forventedes at få. Udviklingen af programteorien bygger først og fremmest på de to interviews med Idrætsprojektets projektleder samt på div. baggrundspapirer fra projektet.

Den samlede evaluering af Idrætsprojektet følger grundlæggende principper i en virkningsevaluering. Denne evalueringstype undersøger den konkrete implementering af indsatser og virkninger samt effekter af de indsatser, der gennemføres i det forsøgsarbejde, som Idrætsprojektet kan karakteriseres som. Desuden undersøger virkningsevalueringen om og i givet fald hvordan disse indsatser baseret på en række hypotetiske antagelser om årsags-virknings-sammenhænge virker i praksis.

En programteori er:

- En beskrivelse af indsatsen
- En beskrivelse af forventede resultater/virkninger
- En beskrivelse af mellemstationer, som man kan forvente mellem indsats og resultat
- En beskrivelse af mulige utilsigtede virkninger ved indsatsen.
-

Evalueringen vil bidrage til at verificere eller falsificere de implicite og eksplicite forventninger, som Idrætsprojektet bygger på. Programteori er et begreb, som bruges om *ressourcer, indsatser, aktiviteter, præstationer, effekter* og de antagelser, forestillinger og mekanismer, som sammenkæder hele processen – lige fra fx målsætninger om en blivende tilknytning til det almene (idræts)foreningsliv, øget livsmotivation over etablering af tilbud om forskellige træningstyper, lektiehjælp, en idrætsforening (Hele Vejen Rundt) til forventede effekter om øget handlekompetence og øget meningsfuldhed, begribelighed og håndterbarhed blandt Idrætsprojektets unge deltagere.

4.1 Programteorien

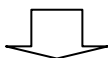
Det har været en overordnet antagelse bag beslutningen om Idrætsprojektet i CUKU, at Idrætsprojektet ville medføre, at de unge fik en blivende tilknytning til det almene foreningsliv og ville øge de unges deltageres motivation og engagement i hverdagen som sådan. Dermed var det antagelsen, at Idrætsprojektet ville bidrage til deltagernes almene trivsel, handlekompetence og livsduelighed. Rationalet bag Idrætsprojektet er, at der er sammenhæng mellem indsatser og resultater, dvs. antagelser om årsags-virknings-sammenhængen: Forskellige idrætsstilbud implementeres blandt de unge ud fra den særlige, anerkendende pædagogiske tilgang som medierende faktor, og dette medfører øget trivsel og handlekompetence hos deltagerne.

Da Center for Udsatte og Kriminalitetstruende Unge udarbejdede ansøgningen til Projekt Træningspas i 2010, lå der en række implicite og eksplicite antagelser om sammenhænge mellem indsatser og effekter, dvs. en programteori. Denne programteori er fra ansøgningstidspunktet til nu, 1½ år efter Idrætsprojektets opstart, allerede blevet videreudviklet og tilpasset erfaringerne gennem Idrætsprojektets levetid.

Skematisk kan programteorien på dette stadie i processen illustreres som i modellen/illustrationen nedenfor.

RESSOURCER:

Frivillige og ansatte medarbejdere i projektet til drift af projektet, ansatte/pædagoger i institutionerne; deltagerne selv; styregruppen og eksterne samarbejdspartnere (eksempelvis DGI-Byen, Dansk Røde Kors m.fl.).



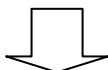
AKTIVITETER:

Rekruttering af frivillige medarbejdere gennem forskellige kanaler; information til institutioner og forældre; fortløbende drøftelser i styregruppen; aftaler med eksterne partnere om levering af idrætsfaciliteter og steder at træne; samspil mellem styregruppen/projektledelsen og de enkelte institutioner.



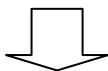
PRÆSTATIONER:

Etablering af idræts- og bevægelsestilbud og andre tilbud til de unge deltagere med udgangspunkt i deres særlige individuelle ønsker og behov (konkrete idrætsaktiviteter, lektiehjælp, guitarundervisning m.m.); events som fodboldturneringer og løbearrangementer; etablering og drift af foreningen Hele Vejen Rundt; personlig træning/coaching af de unge deltagere.



VIRKNINGER – KORTSIGTET:

De unge udvikler gradvist sociale kompetencer (fx at melde afbud til træning, at hilse med hånd på træneren); øget bevægelsesglæde blandt unge, der bor på CUKU's institutioner (fastholder interessen for træning over tid); de unge deltagere oplever øget livsmod (fx øget interesse for skolen, nedsætter hashforbrug, begynder at interessere sig for kost) og spirende motivation for at vende sig ud mod omverdenen (se handlekompetenceskema); de unge deltagere uddanner sig fx til fitnessinstruktør og tager kurser i førstehjælp; de unge deltagere oplever en ny kropsbevidsthed, øget trivsel.



VIRKNINGER – LANGSIGTET:

Generel handlekompetence til at klare hverdagslivets udfordringer; øget livsmod; de unge deltagere har fået blivende tilknytning til de almene idrætsforeninger; øget oplevelse af sammenhæng i hverdagslivet (meningsfuldhed, begribelighed og håndterbarhed), der får indflydelse på mestring af hverdagslivets mange forskellige situationer.



KONTEKSTUELLE FAKTORER – EKSTERNE FAKTORER:

Institutionernes struktur og kultur (fx opgaver, koordination og arbejdsdeling, samarbejdskultur, pædagogisk kultur, kulturen blandt de unge beboere); institutionernes forståelse af og opbakning til Idrætsprojektets grundlæggende tankegang og pædagogik; aktørernes (de frivillige medarbejdere, de ansatte i Idrætsprojektet, pædagogerne) køn, alder, ressourcer, klassetilhørsforhold, værdier, normer, præferencer og prioriteringer vedrørende idræt, bevægelse og sundhed.

Modellens præmis er, at hvis der er ressourcer til stede, så er der grundlag for at iværksætte aktiviteter, som resulterer i ydelser, der på såvel kort som langt sigt genererer forskellige ønskværdige effekter – men også at mangeartede kontekstuelle faktorer påvirker såvel aktiviteter som præstationer og effekter. Udfordringen bag evalueringen er at undersøge og identificere de antagelser, der ligger bag de forskellige indsatser i forsøget: Hvilke antagelser ligger bag tilbuddene om idræt/bevægelse? Hvilke antagelser ligger

bag den pædagogiske tankegang i projektet? Hvilke antagelser ligger bag brugen af frivillige medarbejdere i projektet? Hvilke antagelser om sammenhænge mellem projektets pædagogiske tankegang og udvikling af de unges handlekompetence og sociale kompetencer ligger til grund for projektet? Hvilke antagelser ligger bag sammenhængen mellem idræt/bevægelse, projektets pædagogiske tilgange til de unge og de unges sundhed, trivsel og almene livskvalitet?

Af ansøgningen til Socialministeriet fra 2010 og projektlederens beskrivelse af Idrætsprojektets metode fremgår det eksplicit, hvordan Idrætsprojektets elementer forventes at medføre øget handlekompetence, livskvalitet og trivsel hos de unge deltagere, dvs., hvorfor Idrætsprojektet forventes at virke.

I antagelserne er der indlejret nogle mekanismer, som begrundes antagelserne – dvs. noget, som gør, at antagelserne rummer en handlingskraft. Det er med andre ord ikke de forskellige indsatser som sådan, der genererer effekter. Det er mekanismerne, der genererer effekter; dvs., mekanismerne er mellemliggende variable, som faciliterer forskellige effekter. Mekanismer er teoretisk beskrevne psykosociale faktorer som menneskers viden, holdninger, værdier, følelser, vaner, ressourcer m.m.

Selv om det er mekanismerne, der er afgørende for effekterne, er indsatserne en forudsætning for, at mekanismerne kan udløses. En hypotese/mekanisme i Idrætsprojektet er, at en personlig træner, som er med til at gøre de forskellige idrætsstilbud tilgængelige for de unge, er en forudsætning for, at de unge benytter tilbuddene. En anden hypotese/mekanisme er, at en pædagogisk tilgang til de unge, hvor det er de unges eget valg, hvilke aktiviteter de vil deltage i, og hvornår de vil deltage, er en forudsætning for, at de unge overhovedet vælger at deltage og fastholde deres engagement i aktiviteterne. En tredje hypotese/mekanisme er, at det i sig selv har en betydning for de unge deltagere i Idrætsprojektet, at de trænes af frivillig arbejdskraft og ikke af lønnede medarbejdere. Frivillighedsaspektet menes at have positiv og afgørende betydning for kontakten mellem de unge og idrætsprojektets medarbejdere og giver en øget følelse hos de unge af at have betydning og værdi, når en frivillig medarbejder netop frivilligt og af interesse for den enkelte unge bruger sin fritid på at træne med den unge. En fjerde hypotese/mekanisme er, at Idrætsprojektets fleksible, positive, anerkendende og motiverende tilgange til de unge er en forudsætning for, at de unge deltagere får succesoplevelser og derigennem nye historier at fortælle om sig selv, hvilket i sidste ende medfører øget tro på eget værd, handlekompetence og trivsel.

Det er desuden en grundpointe ved virkningsevaluering, at effekterne af en indsats vil være afhængige af den kontekst, som Idrætsprojektet er indlejret i. Der er her tale om eksterne faktorer, der fungerer uafhængigt af de indsatser, som er omfattet af Idrætsprojektet. Fx vil de unges sociokulturelle baggrund og almene opvækstvilkår have betydning for, om og hvordan de kan tage imod Idrætsprojektets tilbud. Det betyder, at Idrætsprojektet formentlig ville appellere anderledes og virke anderledes på en gruppe af unge med andre levevilkår og med en anden sociokulturel baggrund. Det har betydning, hvis og når Idrætsprojektets metode skal udvikle sig til en egentlig pædagogisk anskuelse og metode, der skal sprede sig til andre kommuner og arenaer, hvor unge mennesker befinder sig. Desuden må det antages, at pædagogik, kultur og forståelsen af Idrætsprojektets potentialer på CUKU's institutioner, hvor de unge bor, har indflydelse på Idrætsprojektets gennemførelse og dermed på Idrætsprojektets virkninger og effekter.

5. De unge og deres virkelighed. Et blik på udviklingen af struktur, kropbevidsthed og sociale kompetencer

I dette kapitel og i det følgende kapitel præsenteres evalueringens resultater. Kapitel 5 præsenterer de unges perspektiver på træningen i Idrætsprojektet og træningens betydning for deres øvrige hverdagsliv. I kapitel 6 perspektiveres de unges stemme gennem refleksioner fra pædagoger og ledere på institutionerne samt fra projektlederen. Kapitel 6 indeholder desuden diskussion af de øvrige perspektiver på Idrætsprojektet, som interviews med pædagoger/ledere og projektlederen bringer til torvs.

Denne midtvejsevaluering trækker på interviews med fem unge, der er aktive i Idrætsprojektet og over en længere periode har trænet sammen med personalet fra projektet. Analysen præsenterer centrale temaer, der udspringer af interviews og træningen sammen med de unge. Analysen fokuserer på gennemgående temaer, der går på tværs af de unges fortællinger, og som derfor kan ses som generelle træk ved Idrætsprojektet og ikke kun som et udtryk for individuel udvikling hos de enkelte interviewede. Samtidig skal det slås fast, at en stor del af styrken bag Idrætsprojektet er, at de unge behandles som individer med vidt forskellige baggrunde, udfordringer og muligheder. Denne styrke ved projektet kommer til udtryk i analysen ved brugen af centrale og markante citater fra hver enkelt ung, der belyser deres forhold til sig selv, Idrætsprojektet og omverdenen. Formålet med analysen er således både at trække på det unikke og eksemplarisk specifikke, som de unge og deres udtalelser og syn på Idrætsprojektet repræsenterer og sætte dette ind i en større tematisk ramme med fokus på tre tilbagevendende temaer. Dette betyder også, at de tre udvalgte temaer ikke repræsenterer en udtømmende gennemgang af det empiriske materiale, der er altid mere på spil, når man forsøger at forstå den menneskelige individuelle og sociale handling. Analysen repræsenterer en prioritering i forhold til at kunne belyse Idrætsprojektets målsætninger og tage fat i de temaer, som de unge selv præsenterer som centrale og vigtige.

De tre gennemgående temaer i analysen er A. Idrætsprojektets aktiviteter som strukturskabende aktiviteter, B. Kropslig bevidsthed og C. Sociale kompetencer og sammenhænge.

Inden analysen og præsentationen af de fem unge, der er direkte involveret i denne midtvejsevaluering, gives en præsentation af Idrætsprojektets målgruppe – de unge beboere på CUKU's døgninstitutioner. Midtvejsevalueringen trækker her på viden om de unge fra psykolog på Den Socialpædagogiske Døgninstitution Sønderbro, Lars H. Rossen. Han repræsenterer en indgående indsigt i de udfordringer, de unge står overfor, og en bred viden om de miljøer, der præger og former deres liv.

5.1 Idrætsprojektets målgruppe v/ psykolog Lars H. Rossen

For at forstå den store spændvidde, der eksisterer i Idrætsprojektet og den tilknyttede forening, Hele Vejen Rundt, og det daglige arbejde, der udføres i dette regi, må man samtidig forstå den diversitet, der eksisterer blandt de unge, der modtager ydelser i Center for Udsatte og Kriminalitetstruede Unge (CUKU). Om sin målgruppe oplyser CUKU på sin hjemmeside, at fokus er på unge, som vækker bekymring i retning af, at de enten har begået kriminalitet eller lever på kant med loven, og at der er risiko for, at deres fejltrin og tidligere kriminalitet udvikler sig til at blive et negativt livsforløb. Ydermere anføres, at det i praksis sjældent er muligt at opretholde specifikke målgruppeinddelinger, og alle tilbud under CUKU har unge af begge køn med forskellige karakteristika.

Netop denne forskellighed i målgruppen er kendetegnende for Idrætsprojektets indsats; der er her tale om en spændvidde fra unge, primært drenge, der er anbragt i dagtilbud og på åbne døgninstitutionspladser, der huser både socialt isolerede unge med autisme spektrum forstyrrelser, unge med lav begavelse, adfærdsforstyrrelser og tilknytningsvanskeligheder, milde og alvorlige personlighedsforstyrrelser og belastningsreaktioner. Nogle er alene kriminalitetstruede grundet milde, men gentagne forseelser som hashrygning og butikstyverier, imens andre præges af alvorlig dysssociale handlemonstre og er anbragt i varetægtssurrogatfængsling under anklage for grov vold, manddrab og røverier.

Træder man et skridt tilbage og ser på de unges baggrunde, er disse naturligvis lige så forskellige som de unge selv; nogle ganske få kommer fra stabile hjem med omsorgsfulde forældre og finder nu sig selv på en sikret afdeling uden kontakt til omverdenen, og andre har gennemlevet en barndom præget af systematisk omsorgssvigt, vold og misbrug i hjemmet og finder for første gang fred og stabilitet på et socialpædagogisk opholdssted. Generelt er det kendetegnende for de unge i CUKU og i Idrætsprojektet, at deres umiddelbare netværk og adgang til positive rollemodeller er begrænset og præges af få menneskelige og økonomiske ressourcer.

Idrætsprojektets arbejder bliver i denne sammenhæng en kombination af på denne ene side et insisterende tilbud om normalitet og struktur i de unges ofte mere eller mindre kaotiske hverdag og på den anden side et højt specialiseret og skræddersyet tilbud om at tilrettelægge en indsats, som møder den enkelte i dennes aktuelle situation, hvad enten dette er under indespærring eller i frihed.

Idrætsprojektet og den tilknyttede forening, Hele Vejen Rundt, repræsenterer således en stabil, beskyttende faktor i forhold til netop at imødekomme de uhyre mange samtidigt forekommende risikofaktorer, som ofte er koncentreret om familievanskeligheder, omsorgssvigt, misbrugsproblemer, identitetsdiffusion og selvværdsvanskeligheder, psykiatriske og psykologiske vanskeligheder, rodløshed, adfærdsvanskeligheder og kriminel adfærd. Desuden er der ofte tale om unge, som er vanskelige at fastholde, og flere har en række skoleskift og sammenbrudte institutionsanbringelser bag sig.

Imens det ingenlunde vil være meningsfuldt at antage, at så komplekse problemer lader sig løse ved nogen enkeltstående intervention, er det ikke desto mindre evident, at netop et tilbud om kontinuitet, oplevelse af mestring og personlig udvikling, motivation til vedholdenhed og støtte, når motivationen falder, er vigtige komponenter i det arbejde, disse unge må og skal gøre med henblik på, at deres fejltrin og tidligere kriminalitet netop ikke udvikler sig til at blive et negativt livsforløb.

Udover Idrætsprojektets primære målgruppe (unge fra CUKU og disse unges netværk) arbejder Idrætsprojektet også med en indirekte målgruppe, der kan betegnes som unge, der er tilknyttet andre institutioner end CUKU's otte institutioner, men som i større eller mindre grad passer til ovenstående definition af målgruppen.

5.2 De fem unge i casefortællingerne

De fem unge, der danner grundlag for casefortællingerne og denne midtvejsevaluering har alle, på hver deres måde, rødder i den kontekst, Lars H. Rossen beskriver. For at give et indtryk af de unges konkrete kontekst og udfordringer følger her en kort præsentation af den enkelte unge baseret dels på et statuspapir indhentet fra træningspersonalet i Idrætsprojektet inden interviewene og dels på interviewene med den enkelte unge. Det direkte fokus for interviewene og analysen er ikke de unges forhistorie, men i højere grad

hvordan de unge opfatter deres liv, og hvordan Idrætsprojektet har givet dem nye kompetencer. Analysen forudsætter dog en forståelse af, at disse unge har specielle udfordringer og flere af dem har en lang forhistorie med nederlag i skolesystemet, kriminelle aktiviteter og problemer med at etablere sociale relationer bag sig.

I det følgende er de fem unge anonymiseret og optræder under andre navne.

Anders

Anders på 17 år begyndte som en indadvendt dreng at træne med medarbejder fra Idrætsprojektet, da han boede på Rymarksvænge Ungdomspension. Han var sky over for andre, en tilstand der lige så stille ændrede sig under det fortsatte træningsforløb. Siden 2009 har Anders trænet regelmæssigt og deltaget i andre tilbud fra Idrætsprojektet, fx matematikundervisning/lektiehjælp. Anders er nu flyttet i egen lejlighed og har fået vendt tidligere nederlag i uddannelsessystemet til succeser med fine karakterer og en god start på HF sommeren 2012. Han er i dag aktiv som træner og en veltrænet, velfungerende ung mand.

Emin

Emin på 16 år begyndte at træne i Idrætsprojektet i begyndelsen af februar 2012, efter at han blev anbragt på Sønderbro. Efter udskrivelsen fra Sønderbro er det noget sværere at fastholde Emin, men han kontaktede efter noget tid selv personalet i Idrætsprojektet. Efter dialog mellem Idrætsprojektet og Emins familie bliver det aftalt, at Emin og faderen træner fitness én gang ugentligt sammen med medarbejdere fra Idrætsprojektet. Dette forløb kører godt, og begge deltager sammen i DHL-løbet. Fokus for Emin er nu hvilke andre former for træning, der kan afprøves som opfølgning på fitnessstræningen og DHL-løbet. I forbindelse med denne midtvejsevaluering interviewes Emin sammen med sin far, der deltager i en del af træningen med sønnen.

Johan

Inden Johan på 17 år sidst i 2011 begyndte at træne i Idrætsprojektet, havde han ikke idræt tæt inde på livet. Han har diagnosen ADHD og er ikke socialt stærkt. Efter en periode med faste træningsgange med medarbejdere fra Idrætsprojektet er Johan begyndt at hjælpe til med holdtræninger i idrætsforeningen Hele Vejen Rundt. Siden Johans start i projektet har han gennemgået en stor udvikling, og det er nu sjældent, at han har behov for personlig træning, da han langt hen ad vejen er selvkørende. Han træner ofte og varieret, er en ressource for idrætsforeningen og har fået stærkere sociale kompetencer.

Signe

Signe er 16 år og blev anbragt på Sønderbro i slutningen af november 2011. Ved anbringelsen var hun meget isoleret og gik ikke i skole. Efter motiverende arbejde fra medarbejdere fra Idrætsprojektet begynder hun at træne sidst i 2011. Hun er velmotiveret, og træningen giver hurtigt resultater i form af bedre kondition og velvære. Signe har siden da boet på forskellige institutioner og har også været stukket af fra flere af disse. Dette har resulteret i flere afbrudte træningsforløb i Idrætsprojektet, men Signe er stadig glad for træningen.

Louise

Louise er 16 år og har trænet i Idrætsprojektet siden tidligt i 2012. Hun er en meget impulsstyret pige, der har problemer med at lave aftaler mere end 1-2 dage frem. Træningsforløbene er et tydeligt billede på dette, fx havde hun i en måned over 10 træningssessioner, derefter en lang pause med mange afbud, og

herefter igen en markant stigning i motivationen for at træne. Til træningssessioner er hun altid topmotiveret og indstillet på, at hun virkelig skal presses. Hun er tydeligt bevidst om, at når hun træner, gør hun noget godt for sig selv, og hun bliver stolt og i godt humør.

5.3 Udviklingen af struktur, kropbevidsthed og sociale kompetencer

I den følgende del af analysen tages fat på tre temaer, der er gennemgående for interviewene med de fem unge. Der vil således blive fokuseret på, hvordan deltagelsen i Idrætsprojektet påvirker de unges opfattelse af *struktur* i deres hverdag, hvordan deres *kropsbevidsthed* udvikles, og hvordan deres *sociale kompetencer* påvirkes af træning og samvær igennem Idrætsprojektet. Analysen af hvert af disse temaer er struktureret således, at det først undersøges, hvordan de unge oplever disse temaer i *forhold til sig selv* i deres blik indad, derefter hvordan dette spiller ind i deres *forhold til omverdenen*, i deres blik udad. I midtvejsevalueringens samlede diskussion i kap. 5 suppleres disse temaer, som er set fra de unges synsvinkel, med perspektiver fra institutionspersonalet og projektlederen af Idrætsprojektet.

I praksis er de tre temaer sammenflettede, og det kan være svært at sætte en skarp demarkering af, hvornår opbygningen af struktur påvirker sociale kompetencer, og hvornår kropsbevidsthed påvirker evnen til at påskønne gentagelsen i et træningspas. Opdelingen i tre er derfor ikke et forsøg på at udkrystallisere distinkte indsatsfelter, men i stedet eksempler på markante temaer, som de unge selv bringer på banen, når de skal beskrive deres involvering i Idrætsprojektet, og hvordan det påvirker deres syn på dem selv og deres omverden.

5.4 Idrætsprojektet som strukturskabende for de unge

Alle fem unge beskriver i interviewene, hvordan en af de største udfordringer i deres hverdag er at skabe struktur. Det at have noget at stå op til, at kunne lave aftaler mere end én dag frem eller kunne se sig selv i en anden situation om en måned, et halvt eller helt år ud i fremtiden er udfordringer for dem alle og et område, hvor Idrætsprojektet og aktiviteterne her tilbyder kontinuitet, rammer og aftaler, som de unge ved, de kan regne med.

Blikket indad - Idrætsprojektet som strukturskabende aktiviteter for de unge selv

Når Anders taler om, at *"man lærer sig op til selvdisciplinen"*, eller når Signe fortæller, at *"selvom jeg er i godt eller dårligt humør, så træner jeg. Jeg godt være i det samme humør bagefter, men selve træningen er altid god,"* så vidner det om, hvordan aktiviteterne i Idrætsprojektet introducerer et vigtigt element af gentagelse i de unges hverdagsliv. Idrætsprojektet er med til at lære de unge værdien af at kunne impulsstyre og ikke kun gå efter at dække den umiddelbare lyst til at slappe af eller undgå anstrengelser, men også at tage fat der, hvor indsatsen først kaster noget af sig efter strabadserne. At de unge kan gøre noget (træne), selvom de er i dårligt humør, og at det, uanset om humøret forbedres eller ej, opleves som værdifuldt, fremhæves flere gange af de unge i interviewene som en ny indsigt. Idrætsprojektet er dermed med til at skabe et nyt indhold i de unges tilværelser, der til tider opfattes af de unge som indholdsløse. Signe fortæller, at *"det er fedt, når Sidsel kommer et par gange om ugen, så er der noget at stå op til. Det er ikke nok, men man skal ikke sove sit liv væk, for så går dagene sindssygt stærkt"*.

På trods af at tanken om, at man *"ikke skal sove sine dage væk"*, kan lyde som en kliche, så er Signes fornemmelse for, hvordan de tilbagevendende træningssessioner i Idrætsprojektet skaber struktur, central. At skabe holdepunkter i en tilværelse, der ikke altid er lige forudsigelig, er også noget, Anders gentagne gange kommer ind på. Han fortæller således, hvordan *"motionen er blevet et fiks, der på mange måder*

holder mig stabil”, og at *”igennem depressionen var træning vigtigt, så jeg ikke røg i kulkælderen”*. Johan har også kæmpet med flagrende interesser og flagrende hverdage. *”Disciplin er noget nyt for mig, men det er vigtigt, hvis man vil være god til noget, ikke kun sportsligt”*, udtaler Johan under interviewet.

Johan kan kaldes en *”idræts-shopper”*, hvilket betyder, at han afprøver mange forskellige træningsformer i Idrætsprojektet, så han er opmærksom på, at hvis han skal fastholde interessen for noget, og han skal have større glæde ud af at gøre noget nyt, så er det vigtigt at kunne gentage aktiviteterne og etablere en struktur omkring disse aktiviteter: *”Så er der noget at stå op til. Det er kedeligt, hvis man bare går i skole, og så er det det”*, som Johan udtaler under interviewet. Under interviewet med Emin og hans far fremhæver de begge, hvor vigtigt det er, at de begge kan fylde deres tid med meningsfulde aktiviteter for ikke at *”lave ballade”*, som Emin selv understreger, og for *”ikke bare at sidde i sofaen, se TV og drikke kaffe”*, som Emin far ser som sin personlige udfordring. De er begge meget glade for de tilbagevendende træningspas i Idrætsprojektet, ikke bare som en aktivitet, der sørger for, at de ikke laver ballade/sidder i sofaen, men også som noget, der giver lyst til mere. Som Emin forklarer under interviewet, så er det *”hårdt at skulle op klokken lort om morgenen ... men med træningen går det”*. Emin er gennem Idrætsprojektet blevet ansporet til at begynde at træne på egen hånd i sit nærområde uden faderen. Deres fælles ugentlige tilbagevendende træning sammen er dog fortsat fast på kalenderen og tilbyder ikke alene en struktureret aften, men også en sjælden mulighed for at *”være sammen og tale om, hvordan det går”*, som Emin far siger.

Ser man på, hvordan de fem unge under interviewene beskriver vigtigheden af den struktur, som Idrætsprojektets aktiviteter repræsenterer i forhold til dem selv og deres blik på deres liv, er det tydeligt, at den meningsløshed, som de unge flere gange nævner som en daglig udfordring, modvirkes af deltagelsen i Idrætsprojektets aktiviteter. For nogle af de unge har den struktur, som Idrætsprojektet repræsenterer, haft en stor effekt med påbegyndte studier, større grad af selvstændig motivation og en aktiv, hjælpende rolle i Idrætsprojektet, specielt hvis de har deltaget i en længere periode, som fx Johan og Anders, hvor kampen mod meningsløsheden i hverdagslivet hos andre, fx Louise, fortsat er en markant udfordring, og aftaler kun kan laves 1-2 dage ud i fremtiden, og afbud til træninger ikke er unormalt. At kunne stable en indholdsrig hverdag på benene, lave aftaler mere end et par dage frem og følge et træningsprogram over flere uger er ikke let, men noget idrætsaktiviteterne hjælper de unge til.

Blikket udad - Struktur som meningsskabende i de unges forhold til omverdenen

Struktur er desuden et tilbagevendende tema, når de unge taler om sig selv i interaktion med deres omverden. Om dette er pædagogerne på de institutioner, hvor de unge bor eller har været anbragt, medarbejdere fra Idrætsprojektet, venner og kærester eller en endnu bredere kreds, så kommer flere af de unge i interviewene ind på, hvordan deres indstilling har ændret sig, siden de begyndte i Idrætsprojektet. Fx fortæller Johan, at han *”møder nye folk og er mere imødekommende”*. Man kan hos nogle af de unge se tegn på, at deres integritet er blevet styrket – evnen til at være sig selv og ikke bare flyde med strømmen i pressede situationer. Man kan tale om, at den struktur, de oplever som positiv ved sig selv og i deres træning, udmønter sig i en styrket *”robusthed”*, når de interagerer med andre. Anders er således blevet selvstændig nok til at flytte i egen lejlighed og begynde et HF-studie, og Emin er begyndt at træne med venner i nærområdet, hvor han trækker på det, han lærer ved Idrætsprojektet.

Det er for flere af de unge udfordrende at lave en aftale og holde den, men i mødet med medarbejdere fra Idrætsprojektet er en vigtig erfaring for de unge, at der bliver aftalerne altid holdt – i hvert fald oplever de unge, at deres trænere fra Idrætsprojektet altid overholder de aftaler, som de indgår. Det er ikke

nødvendigt noget, de unge er vant til fra deres øvrige liv eller fra institutionspersonale, og noget, de unge igen og igen fremhæver som et positivt træk ved træningen i Idrætsprojektet. At dette også er noget, de kan bruge i deres hverdag, understreger Signe, når hun fortæller om sit nye job på en nærliggende café: *"Jobbet er lidt ligesom træningen. Man kan ikke bare blive væk, men må dukke op, så de (medarbejdere fra Idrætsprojektet) gerne vil træne med en"*. Erfaringen, at der rent faktisk er nogen, der står og venter i den anden ende, og at det ikke er "pædagogerne" i bred forstand, der skubber den unge rundt eller kræver noget af dem, som de ikke har lyst til, er vigtig. Medarbejderne fra Idrætsprojektets rolle som udefrakommende er en central pointe ved Idrætsprojektet. De unge nævner flere gange under interviewene, hvordan medarbejderne fra Idrætsprojektet er *"noget andet"* end personalet på institutionerne, som flere af de unge har haft adskillige sammenstød med. Det er derfor ikke et abstrakt idrætspersonale, som de unge mødes med, men navngivne personer, som de unge i vid udstrækning ikke har lyst til at skuffe (mere herom i afsnittet om sociale kompetencer). Oplevelsen af at de holdes ansvarlige, men samtidig ikke bliver skældt ud, hvis de aflyser træningen, er vigtig for flere af de unge.

Johan fortæller, hvordan han oplever, at *"det er godt for min uddannelse, at jeg træner så meget"*. Han kommer ud af sengen om morgenen, oplever at have mere energi og sammenligner planlægning af træningen med planlægning af en uddannelse. Træningen i Idrætsprojektet betyder for Johan, at han *"tænker fremad og glæder sig til noget nyt"*. Interviewene med de fem unge viser, at de unge værdsætter den mulighed for at få struktur på deres hverdag, som træningen giver dem. Træningen i Idrætsprojektet er et værktøj for de unge til at holde styr på en lurende tilfældighed og uoverskuelighed i hverdagen. Anders fortæller, hvordan *"Idrætsprojektet bliver en del af ens faste daglige rutine"*. Den er meget vigtigt, når der sker noget nyt i ens liv. Louise fortæller også, hvordan en træningssession kan være medvirkende til at starte en god og positiv dag: *"Jeg træner tidligt. Det er federe at starte dagen med at træne, for så har man mere energi hele dagen"*. De unges opfattelse af sig selv og deres syn på omverdenen er således i forskellig grad blevet påvirket af deltagelsen i Idrætsprojektet. Anders har på mange måder gennem træning i Idrætsprojektet fået struktur på en stor del af sin hverdag, og han kan nu i større grad motivere sig selv og er ikke så afhængig af medarbejderne fra Idrætsprojektet: *"Man lærer sig op til selvdisciplinen"* som han siger. En pige som Louise er på den anden side stadig afhængig af, at aftaler laves med kort varsel, men ser træningen som en positiv del af sin hverdag, og hun arbejder fortsat hårdt for at nå dette mål, der ligger lidt ude i fremtiden. *"Som hun siger, så er det "ikke fedt på vej derop (til træningen), men på vej hjem er det altid fedt"*, og hun beskriver, hvordan det at træne helt konkret giver mening i hendes hverdag. *"Jeg får tilfredshed med mig selv, jeg har ikke bare ligget derhjemme indtil klokken 4. Man bliver glad, fordi man føler, at man har lavet noget i dag."*

Baseret på de fem unges udsagn fra interviewene ses i evalueringen, at de unge kobler deres deltagelse i Idrætsprojektet sammen med en mere struktureret hverdag på en positiv og fremadrettet måde. Baseret på det empiriske materiale kan det ikke konkluderes, at de unge faktisk skubbes i retning af en mere struktureret hverdag, men at de unge igennem deres udsagn viser en forståelse af deltagelsen i Idrætsprojektet som noget positivt og strukturerende.

5.5. Kroplig bevidsthed

Et markant tilbagevendende tema for de interviewede unge er deres syn på egen krop. Interviewene viser tegn på, at de unge gennem deltagelse i Idrætsprojektet genopdager deres krop, der, før de begyndte at træne, enten var en kilde til irritation eller skam (ved overvægt eller sygdom), eller noget der ikke rigtigt spillede en rolle, når de brugte det meste af dagen på ikke at røre sig. Træningen medfører her et skift, hvor

kroppen pludselig ikke er noget, der skal undgås, men noget der kan bruges – også til at få et bedre humør. Samtidig er en øget kropsbevidsthed noget, der rækker ud i det sociale felt. Dette gennem et fornyet fokus på, at de unge kan være kroppe sammen med andre, træne med andre og have det sjovt ved at bruge deres kroppe, og at det ligefrem nogen gange kan gøre ondt på en god måde i kroppen.

Blikket indad – at mærke sin krop og blive bevidst om den

At være ung og stå over for de forandringer, kroppen udsættes for, samtidig med at de kæmper med psykiske og sociale udfordringer, beskrives i interviewene på forskellig vis af alle fem unge. Johan fortæller, at *”dengang jeg startede (med at træne), lignede jeg en ung knægt, der tog for meget coke. Nu ligner jeg en ung mand i starten af 20’erne. Nu er jeg blevet mere voksen også i knolden.* Kroppen er for Johan noget, der før var forbundet med sygdom, med bl.a. en brækket ryg og senere en blindtarmsbetændelse, men er nu blevet en kilde til stolthed. *”Træningen er god, når jeg presser mig selv ud over kanten. Jeg træner hårdt, så jeg kan mærke det hver gang”*, som han forklarer under interviewet. Det er langt fra en selvfølge for de fem unge at kunne mærke sig selv positivt igennem kroppen. Flere af dem har været ude i forskellige former for misbrug og/eller i perioder været svært overvægtige. De to piger i casestudiet fortæller, hvordan usunde vaner har præget deres kost, og at de i det hele taget har forsøgt at distancere sig fra kroppen, samtidig med at de følte sig trætte og uden energi i hverdagen. Signe: *”Jeg har været oppe og veje rigtigt rigtigt meget, det vil jeg ikke igen, så jeg vil altid træne. Jeg har taget ekstremt mange stoffer, det har jeg ikke gjort i et år nu, men jeg bliver nødt til at bruge kroppen for ikke at tage på.* Interviewene viser, hvordan det er gået op for Signe, at hendes krop er stærk og kan bruges til noget. Hun *”kan mærke det i to dage, når jeg har været ude og træne”*. Signe kan godt lide, at kroppen værker efter træning, det er ikke et faresignal, eller noget der nødvendigvis får hende til at foretrække at dase på sofaen i stedet for. Signe kobler således træningen i Idrætsprojektet sammen med den magt, træningen giver hende over hendes krop, og med muligheden for at gøre noget andet end at tage stoffer. Hendes arbejde på caféen beskriver hun selv som udfordrende, også fysisk, da hun har lange vagter, hvor hun *”løber rundt hele tiden”*, noget hun selv siger ikke kunne lade sig gøre uden træningen.

Interviewene viser, hvordan det i sig selv er en udfordring for de unge at mærke sig selv, blive forpustet, svede og få ømme muskler – noget, som de ville have svært ved at gøre på egen hånd. Kroppen kan ikke altid aktivere sig selv, men må skubbes lidt på vej af medarbejderne fra Idrætsprojektet. Som Louise fortæller, *”hvis Trine ikke havde stået der og sagt ”Kom så Louise du kan godt!”, så havde jeg ikke gjort det”*. Mens det står på, og når det er gjort, er Louise meget interesseret i, hvad der sker med hende og hendes krop: *”Det er fedt at træne. Når man skal kigge på sig selv i spejlet, så begynder jeg altid at grine. Ved nogle øvelser kan man se sine ben ryste eller sine arme være helt færdige”*. Kroppen er for Louise, der ligesom Signe også beskriver sig selv som tidligere overvægtig, blevet en ny kilde til stolthed og glæde og endda et godt grin i ny og næ. De unge arbejder med, at det er helt i orden, når kroppen under træningen og i andre sammenhænge ikke nødvendigvis vil, hvad de unge gerne vil have den til. Det betyder ikke, at de ikke skal prøve igen en anden gang: *”Det er ikke så fedt, når jeg bliver alt for forpustet. Når jeg skal lave planken (en styrkeøvelse), er det slemt. Jeg prøver, men jeg hader det. Kun 10 sek.”*

At kroppen er en sammensat størrelse, er også noget, Emin og faderen må sande. *”Det gør tit ondt dagen efter i kroppen. Men det er dejligt. Så skifter vi maskiner og bruger nye, og så kan man mærke, at det gør ondt i en ny muskel”*. Det er også noget, som Emin føler hurtigt har sat sit præg på hans liv: *”Jeg kan mærke, at jeg er blevet i bedre form, og jeg har tabt mig 5 kilo meget hurtigt. Før var jeg meget doven, efter min sygdom og dårlig til at komme ud”*. Kroppen gør således ondt efter træningen, men at genopdage og blive

glad for at bruge den har for alle de fem unge været et markant skift, og genopdagningen af kroppen har gjort dem sultne efter mere. Som Anders fortæller: *"Når det ikke rigtigt virker, så er det, når jeg fx har haft en hård dag i skolen og ikke lige får gennemført mit træningspas. Hvis jeg føler, at jeg ikke har givet mig selv max, kan jeg godt have en dårlig følelse, men så må jeg give mig selv max næste gang"*. Kroppen er for Anders blevet noget, der skal bruges og mærkes jævnlige og ikke bare som ømme muskler, da: *"det er vigtigt at få hele kroppen med, så det ikke bare er styrketræning, men også motion. Man skal jo kunne mærke hele kroppen"*, som han udtaler under interviewet.

Blikket udad - Kroppen som et socialt felt

Emin fortæller under interviewet, hvordan hans nye, gode form og glæde ved at bruge kroppen er noget, der også har givet ham et nyt syn på, hvad en krop overhovedet er for en størrelse: *"Mine venner træner kun bryst, tyrenakke og mave, men det gider jeg ikke. Man skal kunne bruge sin krop til noget."* En krop, der kan bruges og trænes, er ikke kun noget, der giver den enkelte energi og lyst til at bruge kroppen. Det er også noget, der indgår i og former forholdet til omverden og medmennesker. Efter at Emin og faderen deltog i DHL-løbet, er Emin blevet opmærksom på, at *"alle mine venner kan ikke engang løbe hundrede meter, jeg kan let løbe 5 kilometer"*. Dette er ikke kun noget, han selv er stolt over, men også noget, som vennerne synes er flot. Det giver altså Emin merværdi i sociale sammenhænge, at han er kommet i god fysisk form.

Louise fortæller, hvordan hun har været ude at købe træningstøj med sin træner fra Idrætsprojektet. *"Det var fedt at være i Fields sammen med Trine. Vi fandt det helt rigtige tøj, og det passer mig godt, det kan jeg også se i spejlet"*. At kunne grine ad sig selv med rystende ben i spejlet er én ting, men at føle at man også ser godt ud i sit træningstøj og har det rigtige grej, er også vigtigt. Den tætte kontakt, som interviewene viser, at der skabes mellem de unge og deres personlige trænere fra Idrætsprojektet, kan her hjælpe de unge med at tage imod råd, de ellers ikke ville have fulgt. Louise fortæller: *"Jeg har tabt mig mellem 14 og 16 kilo, Jeg har snakket med Trine, og hun sagde, at jeg ikke skulle spise så meget smør og klam mad, men spise lidt mere sundt og træne så meget, jeg kan."* At spise sundt er fra Louises perspektiv en forlængelse af træningen. Træningen fokuserer direkte på kroppen, og de elementer ved kroppen, som Louise ikke var så glad for. At holde igen med de søde og fede sager kan synes lettere, hvis det ikke er et resultat af et moralsk forbud, der pålægges en, men i stedet som en del af en træning, som man er glad for og gerne vil blive bedre til.

At genopdage eller måske ligefrem generobre kroppen har for de unge i casestudiet været en meget positiv måde at arbejde med deres indre opfattelse af sig selv og deres fremtoning udadtil på. Det rent kropsligt-biologiske ved træningen, at svede, anstrenge sig, blive forpustet og føle, at ens krop kan mere, end de selv tror, er vigtige erfaringer for alle de unge. Denne selverfaring taler direkte til de unge og virker selvforstærkende i forhold til deres engagement i egen sundhed. Når man træner og giver sig 'max', som Anders fortæller under interviewet, så giver det en mulighed for at være til stede på en anden måde end i det skolesystem og arbejdsliv, der møder de unge med så mange udfordringer. Alle de interviewede unge har i forskellige former mødt nederlag i skolesystemet. Christoffer og Anders er nu begyndt, endda med succes, på deres uddannelser, hvor andre, som Louise, fortæller, at hun *"skal begynde i skole til næste år igen"*. At lære, at det er OK ikke at være den bedste, men at man altid selv har ressourcer til rådighed, er vigtigt. Måske kan de ikke løfte 100 kilo i bænkpres, men de kan løfte et eller andet, og de kan blive bedre, hvis de vil. Emin fortæller, at *"Det er hårdt at træne, men Christoffer siger altid, at det er godt, hvis man*

træner så hårdt, som man kan. Jeg kan mærke, at jeg er blevet i bedre form, og jeg vil gerne komme i endnu bedre form”.

Træningen med Idrætsprojektets trænere er skræddersyet til den enkelte unge og afpasset efter, hvad den unge kan og vil på det givne tidspunkt. De unge er glade for, at de kan *”træne når de vil”*, men også glade for den ’ærlighed’, der opstår, når de træner. Bliver de forpustede, kan de ikke skjule det, og det er helt i orden, så længe de forsøger at give den ’max’, eller så meget som de nu engang kan. De yder med andre ord ofte en ekstra indsats, når de træner i Idrætsprojektet. Signe fortæller om sin boksetræning med Idrætsprojektet: *”Man kan mærke, at man lever, når man bokser, og det hjælper også på humøret, eller det gør det i hvert fald ikke værre”.*

5.6 Sociale kompetencer og sammenhænge

De interviewede unge er godt klar over, at de ikke altid er gode til at tackle verden, og at mange af deres problemer stammer fra den manglende håndtering af hverdagslivets udfordringer. Den fysiske træning sammen med andre unge og med Idrætsprojektets medarbejdere foregår på nogle andre præmisser og under andre interaktionsformer end dem, som de unge normalt indgår i. Når de unge træner sammen med andre, og de skal hjælpe andre, fordi de selv er blevet gode, tvinger det de unge til at interagere med mennesker, som de ikke kender og måske aldrig har mødt før. Dette er en udfordring, som bl.a. Anders og Johan nævner. De nævner også, at de lærer, hvad der virker positivt på andre, og hvad der virker knap så godt. De unge bruger også Idrætsprojektet til at knytte nye sociale kontakter. Specielt forholdet til medarbejderne fra Idrætsprojektet nævner de unge i casefortællingerne igen og igen som et helt specielt udbytte ved deres deltagelse i Idrætsprojektet. At møde medarbejdere fra Idrætsprojektet skaber for de unge deltagere både et stærkt blik ind i en anden verden og hverdag end deres egen og en mulighed for at møde mennesker, som møder dem med stor åbenhed. Det oplever de unge som unikt.

Blikket indad – sociale kompetencer

Den meget entusiastiske Johan, der i den grad føler, at han har fået noget vigtigt ud af at være med i Idrætsprojektet, er meget opmærksom på, hvordan hans indstilling over for omverdenen har ændret sig, mens han har trænet: *”Jeg møder nu nye folk og er mere imødekommende over for andre og prøver at tage personen, i stedet for hvordan de ser ud”.* Johan er med som hjælpetræner i Idrætsprojektet, hvilket har givet ham mulighed for at møde mange forskellige slags mennesker. Johan selv er glad for den aktive involvering i Idrætsprojektet: *”Før jeg begyndte at træne, havde jeg det lidt svært med at få venner og med piger og sådan, nu er det værste, man kan få, et nej”.* Frygten for en afvisning er ifølge Johan ikke længere nok til at holde ham væk fra andre eller undgå potentielle venner og kærester. Anders er på samme måde blevet glad for at være sammen med andre. Hvor han beskriver sig selv som en dreng, der tidligere gik langs væggen og var meget sky, er han nu aktiv som næstformand i idrætsforeningen Hele Vejen Rundt. Anders sætter stor pris på arbejdet med i Hele Vejen Rundt, og *”Det organisatoriske arbejde er meget OK, så længe det ikke bliver for meget papirarbejde og skoleagtigt.”* Ideen med at træne sammen med andre og støtte hinanden er også noget, Anders er glad for: *”Det er sjovere at træne flere sammen, så man kan se, om man gør det godt, og kan spotte, hvis man gør noget forkert.”* Glæden ved at træne sammen og de nye kompetencer inden for bl.a. CrossFit, som Anders har fået, nævner han som en direkte grund til, at han har kunnet vælge idræt på mellemniveau på HF. Hans deltagelse i Idrætsprojektet har altså udvidet hans kompetencer.

Emin og faderen træner sammen, hvilket giver en interessant dynamik. Under træningen forud for interviewet med far og søn var det tydeligt, at de begge nød situationen, men samtidig også prøvede hinanden let af. Støttet af træneren fra Idrætsprojektet var der forskellige øvelser, som de skulle gennemføre, og her var der stor forskel på, om det var Emin eller hans far, der var god til øvelserne. Emin var god til mange af øvelserne ved maskinerne, faren var fx god til at sjippe. Observationen under deres træningspas viste, at de begge var gode til at anerkende hinanden for deres færdigheder. Emin's højtuddannede far udtrykte flere gange under træningspasset sin anerkendelse for, hvor dygtig Emin var. Både i situationen og i det efterfølgende interview viste faderen, at Idrætsprojektet var med til at give ham et nyt og alternativt syn på sin søn. Tidligere var han bekymret for sin søn og de aktiviteter, som Emin ellers deltog i. Pludselig var Emin ikke ballademageren, men ham der kunne løbe 10 minutter uden at blive alt for forpustet og bagefter være god til styrketræning. Opstår der misforståelser om, hvordan en styrketræningsmaskine skal bruges eller en gulvøvelse gennemføres er det heller ikke faderen, der er autoriteten, men træneren fra Idrætsprojektet, hvilket i situationen virkede fint i forhold til at ligestille Emin og faderen. At far og søn kan træne sammen og være mere jævnbyrdige var noget, som de begge på forskellig vis kom ind på under interviewet. Emin slog flere gange fast, at de færdigheder og kompetencer, som han har fået under træningen med Idrætsprojektet, desuden er nogle, der giver anerkendelse blandt venner og bekendte. *"Mine venner spørger altid, hvordan jeg træner, de spørger, hvor meget jeg kan tage i bænkpres. Men jeg siger, at vi laver mere CrossFit-agtig træning. De spørger, hvad er CrossFit? De synes, det lyder spændende"*. Emin er begyndt at træne sammen med vennerne i lokalområdet, og som han siger, *"Når jeg træner med mine venner, får vi det bedre sammen"*.

Blikket udad – De sociale sammenhænge

At deltage i Idrætsprojektet har for flere af de interviewede unge ikke blot ført til en ændret holdning over for deres omverden, men også mere direkte givet anledning til, at de unge har fået nye venner og bekendtskaber. Anders fortæller, hvordan han har lært projektlederen fra Idrætsprojektet godt at kende og nu betragter ham som sin ven. *"Jeg lærte Christoffer at kende igennem træningen, og han har været en virkelig stærk støtte. Specielt efter at jeg flyttede hjemmefra"*. Anders har således nydt godt af at føle sig nært knyttet til projektlederen, men ser nu sig selv som mere selvstændig: *"Christoffer var vigtig i starten, men nu er det ikke så afgørende, at han er der."* Samtidig har Anders blik for, at andre unge har brug for den samme støtte og tillid, som han selv nyder godt af: *"Jeg tror, de andre unge har fået et godt forhold til Christoffer. Han forsøger altid at hive nye folk ind, og folk er gode til at komme fast"*. Johan har været igennem samme proces, hvor han tidligt knyttede sig meget til en af projektmedarbejderne. Som han siger, *"Jeg har ikke bare fået det bedre, jeg har også fået en god kammerat"*. Selvom Johan stadig ser medarbejderen fra Idrætsprojektet som sin gode ven, så er der også sket et skift, hvor *"Martin motiverer mig ikke så meget længere, nu kan jeg selv"*. Lysten til at møde nye mennesker er dog uformindsket, og Johan opsøger selvstændigt, i stigende grad andre mennesker. Her er træningen og de kompetencer, som Johan har opnået, centrale: *"Det er nu for det meste mig, der skal over til de nye piger, fordi Martin er træneren, og jeg er næstbedst. Det har jeg jo ikke noget imod. I starten var jeg meget nervøs og ikke tilpas ved mig selv, men så fik jeg ligesom mere glæde. Jeg kan snakke med andre og finder mere glæde. Det, syntes jeg, er fedt"*. Johan har et væld af drømme og planer for fremtiden, som både indeholder studier, musik og træning. Et fællestræk for disse drømme er, at de gerne skal åbne op for at møde nye mennesker: *"Fremover vil jeg gerne arbejde mere med mine sociale kompetencer. Jeg vil gerne blive bedre til at spørge ind til folk"*. Det at kunne spørge ind til andre og forsøge at forstå deres præmisser er noget nyt og vigtigt for Johan, der flere gange nævner hvor glad han er for sit nye liv. *"Jeg møder nye folk og er mere imødekommende overfor andre"*.

Signe har også glæde af at møde medarbejderne fra Idrætsprojektet. Hendes tilgang er, at medarbejderne fra Idrætsprojektet tilbyder noget andet end pædagogerne og det faste personale på institutionerne. *"Når de (projektmedarbejderne) kommer og træner med mig, er det noget andet end at bo her, det er godt for humøret.* Mødet med Idrætsprojektet er en måde for Signe at se fremad på og formulere et håb for en anden fremtid. Når man spørger ind til, hvad Signe godt kunne tænke sig fremadrettet, fortæller hun således, at *"Jeg vil gerne være børneadvokat eller pædagog. Christoffer viser mig, at pædagoger kan være glade og hjælpe, ikke kun pissesure."* Kritikken er hård af de institutioner, der tager de tilbagevendende daglige opgør og diskussioner med Signe. Den unikke position som medarbejdere fra Idrætsprojektet befinder sig i, uden for de institutionelle rammer, betyder således meget for Signe. Idrætsprojektets position giver hende mulighed for at finde venner eller betroede på kanten af det system, som hun kritiserer så hårdt. Som hun siger *"Jeg har min kamp med det her sted, træningen er noget andet"*.

6. Samlet diskussion af analysen

I dette afsnit gives en samlet diskussion af de resultater, som midtvejsevalueringen viser. Diskussionen tages med udgangspunkt i de temaer, som den tværgående analyse af de fem casefortællinger er struktureret efter. Disse er:

- Idrætsprojektet som strukturskabende aktivitet
- Kropslig bevidsthed
- Sociale kompetencer og sammenhænge.

Diskussionen vil desuden berøre Idrætsprojektets pædagogiske metode. Denne er et centralt element i Idrætsprojektet, og interviewet med ledere/pædagoger fra CUKU-institutionerne viser en spinoffeffekt fra Idrætsprojektet til det daglige pædagogiske arbejde i institutionerne. Denne tendens vil evalueringen følge op på.

Ligeledes vil konklusionen baseret på diskussionen samle op på de målsætninger, der i øvrigt ligger i Idrætsprojektet, i det omfang, som evalueringen tillader dette:

- Styrke de unges sociale kompetencer
- Øge de unges sundhed, trivsel og livskvalitet
- De unge får en (blivende) tilknytning til det almindelige foreningsliv
- Inddrage de unges netværk (venner/familie) i træningen

Desuden hvordan Idrætsprojektet:

- har en positiv indflydelse på de unges skolegang (forstået som øget motivation og glæde ved skolen)
- kan styrke de unges kompetencer, selvværd, selvtillid og identitet, så de får en oplevelse af at kunne noget og dermed får bedre forudsætninger for at håndtere hverdagens forskellige arenaer
- øger de unges motivation for at spise en sundere kost.

I diskussionen inddrages interviewene med institutionspersonalet, Idrætsprojektets projektleder og medarbejdere fra Idrætsprojektet hvor det er relevant.

6.1 Struktur og meningsfuldhed

Evalueringen viser gennem casefortællingerne fra de fem unge, hvordan træning i Idrætsprojektet skaber en tiltrængt struktur i et ofte udflydende hverdagsliv. Struktur er et væsentligt begreb i hverdagsforskningen¹, og struktur har betydning for, at de unge ikke blot trækker dynen op over hovedet om morgenen og lægger sig til at sove videre som en subjektiv respons på udelukkelsen fra et samfundsmæssigt handlingsfællesskab i uddannelsessystemet eller på arbejdsmarkedet. Hvis hverdagen af de unge opleves som strukturløs, bliver hverdagslivets verden i stigende grad tom og intetsigende. Her viser evalueringen de første tegn på, hvordan de unge i casestudiet italesætter træningen i Idrætsprojektet som strukturskabende og meningsgivende.

Signe fortæller under interviewet, at træningen *"giver hende noget at stå op til"*, så hun ikke bare sover dagen væk. Og Johan sekunderer, når han beretter, hvordan træningen i Idrætsprojektet holder ham stabil og har lært ham disciplin, hvilket er ækvivalent med struktur. Johan reflekterer tilmed over, at denne nye disciplinering, der gennem træning er introduceret i hans hverdag, har betydning, hvis man vil være god til noget – og ikke bare god til at træne. Evalueringen viser hermed, hvordan det for nogle af de unge deltagere lykkes at trække på lærdom fra Idrætsprojektet og gøre denne lærdom virksom i andre sfærer af hverdagslivet. Struktur er også, hvad en pædagog fra en af CUKU's institutioner omtaler, når han under interviewet udtaler: *"Det, der er fantastisk ved projektet, er, at det kan give (de unge) en følelse af sammenhæng, som er sindssyg vigtig. < ... > Som det har været hidtil, har kontakten (til de unge) stoppet ved hegnet (når de unge blev udskrevet fra institutionen). Vi har gerne villet give de unge en kontaktperson. Her har vi set på Idrætsprojektet, som er en fantastisk mulighed for at skabe en sammenhæng for den unge. Både i forhold til at give den unge et nyt netværk, men også at have personer med, som de kender. < ... > Idrætsprojektet bygger en bro fra indespærring til bagefter. For første gang kan de unge forlade Sønderbro og have noget at holde fast i... nogen, der kender dem og ved, hvor de gerne vil hen... et alternativ til deres gamle netværk. Det er det vigtigste aspekt ved Idrætsprojektet. Det giver de unge et anker, så de ikke bare sendes ud til vennerne. De får et andet valg, som de ellers ikke havde"*.

Citatet udtrykker, hvordan Idrætsprojektet har stort potentiale til at fungere som en stabilitet i et hverdagsliv, der for mange af de unge er præget af rodløshed og omskiftelighed. Denne strukturerende faktor ved Idrætsprojektet, *"noget at holde fast i"*, som pædagogen udtrykker det, hænger sammen med projektets mulighed for at følge de unge, både hvis de flytter fra en institution til en anden, men også når de unge udskrives fra en af institutionerne til den virkelige verden, hvor de skal klare sig selv. Desuden italesætter pædagogen i citatet Idrætsprojektet som *"et andet valg"*, altså som et alternativ til et netværk, der for mange af de unges vedkommende ikke er befordrende for et liv uden kriminalitet og uvirksomhed. Under interviewet med ansatte på institutionerne udtaler en pædagog således: *"En dreng fra Rymarksvænge var indskrevet på værelserne men lavede noget dumt i en weekend: Han blev anklaget for vold og røg på Sønderbro. Han kom så tilbage igen på værelserne, og det var helt klart, at Idrætsprojektet var limen for drengen. Idrætsprojektet var der både før, under og efter. Så der var et trygt forløb for ham. Der var hele tiden noget at tage udgangspunkt i ... en mulighed for at møde den unge. Drengen gik fra at være en, der udøver vold, til at tage et førstehjælpskursus, hvor det handler om at hjælpe andre. Det var direkte forbundet med Idrætsprojektet"*.

¹ Se fx Bech-Jørgensen, Birte (1994): Når hver dag bliver til hverdag. Akademisk Forlag

Som citatet udtrykker, kan Idrætsprojektet opleves som en sammenhængskraft for de unge i en tilværelse, der er præget af mange skift. Idrætsprojektet er grænseløst på den måde, at Idrætsprojektet og den unges personlige træner har mulighed for at følge den unge og kan skabe en forbindelse mellem de mange arenaer og settings, som de unge bevæger sig imellem. Idrætsprojektet er dermed med til at give de unge en *"følelse af tryghed"*, som en af pædagogerne udtrykker i interviewet. Samtidig med, at Idrætsprojektet kan følge de unge fra setting til setting, har Idrætsprojektet endnu en dimension, som de unge ikke er vant til. *"Du kan ikke fjerne Idrætsprojektet"*, udtaler en pædagog, og fortsætter, *"det er et blivende tilbud ... noget, der kan blive ved med at eksistere, som socialforvaltningen ikke kan tage væk (fra den unge)"*. Citatet fra denne medarbejder understreger, hvordan Idrætsprojektet er en stabilitet for de unge, der kan opleve, at socialforvaltningen med et greb kan fjerne tilbud og rammer omkring deres hverdagsliv. De unge kan ligeledes fortsætte deres træning og tilknytning til Idrætsprojektet, selvom de flytter helt ud af institutionssystemet. Det er en helt central styrke ved Idrætsprojektet.

Evalueringen viser hermed, hvordan der er tegn på, at Idrætsprojektet tilbyder de unge en struktur gennem dets gentagelse af træning, ligegyldigt hvilken setting den unge befinder sig i. Når Idrætsprojektet således repræsenterer gentagelse i de unges liv, frembringer træningen en regelmæssighed og en kontinuitet, der udvider overskueligheden i de unges hverdagsliv ved at skabe rutiner og regelmæssighed. Man kan med udgangspunkt i teorier om hverdagslivets selvfølgeligheder måske sige, at når Idrætsprojektet bliver en selvfølgelighed, noget som de unge deltagere kan regne med som en konstant og noget forudsigeligt i deres hverdag, så skabes ikke bare orden i livet, men også liv i ordenen. De unges oplevelse af forudsigelighed gennem Idrætsprojektet lægger grunden til følelsen af begribelighed, hvilket igen er med til at opbygge de unges følelse af, at livets udfordringer er til at håndtere.

Desuden fremhæver de unge i interviewene, at træningen i Idrætsprojektet er med til at tillægge hverdagen mening. Meningsfuldhed er et centralt begreb i den del af den sundhedspædagogiske forskning, der fokuserer på udvikling af handlekompetence, og begrebet meningsfuldhed er teoretisk knyttet til følelsen af livsmod, livsglæde og at kunne mestre hverdagslivets mange forskellige udfordringer². Oplevelsen af meningsfuldhed er desuden fundamental for en fornemmelse af, at livet/hverdagen og dens problemer og udfordringer grundlæggende er værd at investere energi i. Hvis Idrætsprojektet kan skabe mening i de unges hverdagsliv, har det betydning for, at de unge ikke resignerer over for de ofte massive problemstillinger, som dominerer deres hverdag, og som præger fortællingen om dem selv negativt.

Meningsfuldhed er, hvad Emin beskriver, når han under interviewet fortæller, at hans deltagelse i Idrætsprojektet har betydning for, at *"han ikke laver ballade"*. Og når Johan beskriver, hvordan træningen i Idrætsprojektet *"er godt for hans uddannelse"*, fordi det får ham til at *"tænke fremad og glæde sig til noget nyt"*, er det tydelige tegn på, at Idrætsprojektet giver mening for de unge deltagere ud over den specifikke tid, hvor de træner.

Evalueringen viser med ovenstående udtalelser, at Idrætsprojektet giver de unge oplevelser og kompetencer, som de kan trække med over som aktiver i hverdagslivets tilstødende arenaer og settings. Meningsfuldhed og overførbarhed viser sig også i dette citat fra interviewet med ledere og pædagoger, hvor en institutionsleder i en af CUKU's institutioner udtaler sig således: *"Vi fik en dreng med diagnosen Asperger. Han havde utroligt svært ved at finde sig til rette på ungdomspensionen. Men vi satte Christoffer*

² Se Antonovsky, Aron (2000): *Helbredets mysterium*. Hans Reitzels Forlag

på (projektleder af Idrætsprojektet) og gav ham den plads, så drengen kunne knytte sig til en person, uanset om det var en pædagog eller en fra Idrætsprojektet. Drengen satte sig det mål, at han ville svømme havnebadet rundt, 2 km. Han sidder nu i bestyrelsen for idrætsforeningen Hele Vejen Rundt. Det, der var svært for ham, var at motivere sig selv. Han var også uden skole i mere end et år. Han deltager nu i alle events i Hele Vejen Rundt og har lige afsluttet 10. klasse med fire 12-taller og begynder på HF efter sommerferien. Der er ingen tvivl om, at det har med Idrætsprojektet at gøre. Med idrætten har han fundet en niche, hvor han var rigtig god. Han kunne se, hvad der skete med hans krop, og mærke det mentalt. Han krammer, når vi møder ham, og ser i øjnene – vi taler om en diagnosticeret Asperger. Og han kan tale til en hel forsamling. Det er helt vildt”.

Citatet fra denne institutionsleder understreger de tendenser, som evalueringen viser omkring Idrætsprojektets potentiale til at give de unge kompetencer, som de kan anvende fremadrettet i andre dele af hverdagslivet. Citatet italesætter et forhold, som gruppeinterviewet med pædagoger/ledere kredser om: Idrætsprojektets mulighed for at give de unge deltagere succesoplevelser, der har betydning for, at de kan fortælle nye og positive historier om sig selv. Under interviewet fortæller samme institutionsleder en historie om to andre unge, der også deltager i Idrætsprojektet. Institutionen havde for nyligt studiebesøg fra Skotland og England. Under de studerendes besøg på institutionen var de med til at træne med et par af de unge fra institutionen, der agerede som de studerendes trænere: *”De unge optrådte som eksperter på det, som de kunne. Vores besøgende blev helt overvældede over, at vores unge havde drømme, og bare det her med at de blev pisket igennem af en ung, der havde nogle kompetencer. De unge blev bekræftet i, at de har nogle handlekompetencer, og de fik lov til at være eksperterne. Derfor har vi også uddannet de unge som fitnessinstruktører eller givet dem førstehjælpkursus for at give dem noget. Vi vil gerne vise dem, at lige nu kan du mere, end jeg kan. Så vi benytter os af det i det pædagogiske arbejde”.*

Citatet understreger, hvordan Idrætsprojektet gør det muligt for de unge deltagere at se sig selv i et nyt perspektiv. Træningen i Idrætsprojektet har betydning for, at de unge pludselig kan optræde som *”eksperter”* og som personer med kompetencer, som omverdenen ikke umiddelbart forventer, at de besidder. Som det ses i interviewet med Emin og hans far, har deres fælles træning i Idrætsprojektet haft betydning for en forskubbelse af magtbalancen og dynamikken i deres indbyrdes relation. Pludseligt kan Emin optræde som en autoritet over for sin far, fordi han er bedre til at udføre specifikke øvelser end faderen. Emin bliver både i sine egne og sin fars øjne dygtig – en ekspert, der kan vejlede faderen. Dette bidrager til, at Emin og faderen kan fortælle nye og positive historier om Emin. Desuden vidner historien om Emin og faderens fælles træning i Idrætsprojektet om Idrætsprojektets store potentiale til at skabe nye rum for positivt socialt samvær mellem forældre og børn, der ofte mødes i konfliktfulde situationer. At de unge kan træne i Idrætsprojektet sammen med venner og familie uden for CUKU’s institutioner, er med til at anerkende de unges sociale relationer, som denne pædagog peger på under interviewet: *”De unge må tage familie og venner med ind i projektet, hvilket de gør i mere eller mindre grad. Det er med til at anerkende de unges netværk”.*

Under et af interviewene med Idrætsprojektets projektleder spørges han, om Idrætsprojektet kan redde de unge. Og han svarer således: *”Nej, men vi kan være med til, at de unge får mulighed for at se, hvor mange ressourcer og muligheder de egentlig har. Og derigennem inspirere til, at de træffer nogle andre valg. Vi vil ikke tage på vores skuldre, at vi skal redde nogen. Det er den unge, der er helten. Jeg har oplevet en af de unge øve sig på en måde, der inspirerer mig. Han har givet mere tilbage, end jeg har givet ham. Han har reddet mig!”*

Ovenstående citat er illustrerende for selve formålet ved Idrætsprojektet – at vise de unge, at de besidder kompetencer, som de ikke anede, at de besad. Evalueringen kan med casefortællingerne med de fem unge vise, at de unge gennem Idrætsprojektet har ændret synet på sig selv og på omverdenen. Når Johan fx fortæller, at før han begyndte at træne i Idrætsprojektet, *”lignede jeg en ung knægt, der tog for meget coke. Nu ligner jeg en ung mand i starten af 20’erne. Nu er jeg blevet mere voksen også i knolden”*, så bevidner det, hvordan Idrætsprojektet har givet ham et helt nyt syn på sig selv – og en positiv historie at fortælle om, hvordan det er muligt at udvikle sig på trods af en udfordrende baggrund. Et nyt syn på sig selv, der bidrager til en positiv fortælling, er også, hvad Emin oplever, når han fortæller, at *”alle mine venner kan ikke engang løbe hundrede meter, jeg kan let løbe 5 km”*.

6.2 Kropslig bevidsthed

Evalueringen viser, hvordan Idrætsprojektet bidrager til en ændret kropsbevidsthed hos de unge deltagere. Denne ændrede kropsbevidsthed kan kobles direkte til Idrætsprojektets målsætning om at øge de unges sundhed i en livsstilsorienteret forståelse af sundhedsbegrebet. Casefortællingerne illustrerer, hvordan de unge selv beskriver en øget fornemmelse af kroppen og en ændring af visse livsstilsvaner som følge af træningen i Idrætsprojektet. Således fortæller både Signe og Louise historien om, hvordan deltagelsen i Idrætsprojektet har medført et vægttab både på grund af selve træningen, men også fordi træningen har medført sundere kostvaner. Signe forklarer endvidere, hvordan hun før tog *”ekstremt mange stoffer”*, men at dette ikke har været tilfældet det sidste år. Historien melder dog ikke noget om, hvorvidt det er Idrætsprojektet, der har inspireret Signe til at droppe stofferne.

I interviewet med ledere/pædagoger ses ligeledes, hvordan det pædagogiske personale i institutionerne bemærker, at de unge, der deltager i Idrætsprojektets træning, viser tegn på ændret kropsbevidsthed og på interessen for at ændre deres kostvaner. Men også en grundlæggende uro, som de unge kan opleve at have i kroppen, forvandles til ro på grund af træningen. Således udtaler en leder fra en af institutionerne: *”Unge, der har meget uro i kroppen, fortæller, hvordan idrætten giver dem ro. Men også i forhold til kosten... selvom vi allerede taler meget om kost på institutionen. Når de (unge) kan mærke, at der begynder at ske noget med deres krop, begynder de også at interessere sig for kosten. De får en anden fornemmelse med kroppen, som i begyndelsen kan føles ubehagelig, fordi de mærker deres krop på en anden måde”*. En pædagog fra en anden institution taler videre om de unges fornemmelse af uro i kroppen. Hun sekunderer: *”90 % af dem (de unge) har koncentrationsproblemer ... her tror jeg, at dette her projekt har stort potentiale i, at de kan opleve koncentrationsevnen ... også i forhold til at kunne arbejde hen imod et mål. Jeg ser det ske men kan ikke vide, om det er på grund af Idrætsprojektet”*. Der er altså tegn på, at Idrætsprojektet kan opøve de unges koncentrationsevne, hvilket er en kompetence, som de unge netop kan anvende i mange andre af hverdagslivets situationer end blot under træningspas.

To pædagoger fra to andre institutioner fortæller endvidere: *”Deres (de unges) forhold til mad ændrer sig. Nogle, som ikke har spist aftensmad dagen før, mærker, at de ingen kræfter har til rådighed (under træningen). < ... > Hvis de vil bygge muskler op og blive store, hvad skal de så spise. De begynder at interessere sig for, hvad de spiser. Nu drikker jeg ikke cola mere, sagde en af de unge til mig”*. En anden pædagog fortsætter: *”Ja, de (unge) begynder at blive opmærksomme på, hvad de putter i munden”*.

Som ovenstående citater udtrykker, så ser også institutionernes pædagogiske personale, at de unge deltagere viser en åbenhed i relation til at ændre deres kostvaner. Pædagogerne ser, hvordan de unge mærker kropsligt, at kosten har direkte betydning for det, som de kan præstere under et træningspas.

Koblet med udtalelser fra de unge selv under interviewene viser evalueringen, hvordan Idrætsprojektet rummer klare potentialer til, at de unge ad frivillighedens vej og helt af sig selv ændre kostvaner. Det har haft betydning for, at de to piger og en af drengene i casefortællingerne har tabt sig kraftigt i vægt.

Forskning i sundhed viser, at motion og kost er de to livsstilsfaktorer, der har den største betydning for sundhed. Mennesket er afhængigt af mad og bevægelse for at overleve. Samme grundlæggende betydning har de andre livsstilsfaktorer rygning og alkohol ikke. Vi kan snildt leve uden rygning og alkohol, ligesom det langt fra er sikkert, at vi bliver syge af at ryge/drikke alkohol – men vi kan ikke leve uden at spise og bevæge os. Med dette in mente har Idrætsprojektet indflydelse på de to helt afgørende faktorer for de unges livsstilsorienterede sundhed.

6.3 Sociale kompetencer

Det er en af målsætningerne i Idrætsprojektet, at de unge gennem deres deltagelse udvikler sociale kompetencer. Sociale kompetencer er afgørende for, at de unge kan begå sig i det almene (idræts)foreningsliv og i andre arenaer som fx på uddannelsessteder og arbejdspladser. Som Idrætsprojektets projektleder udtaler under et af interviewene, så er *"skridtet fra træningen som de unge gerne vil have det, og klubben (i det almene foreningsliv), hvor der er bestemt slags kultur og måde at tale på, et meget langt skridt. Nogle af de unge ved ikke engang, hvad en forening er. Er der andre? Uha, det vil jeg ikke"*. Som citatet fortæller, er det for mange af de unge på CUKU's institutioner som at træde ind i en ny verden, når de bliver del af en almen forening. De kender ikke de sociale spilleregler, der gælder her, og kan føle sig skræmte ved tanken om at interagere med andre.

For at komme denne problematik i møde, har Idrætsprojektet oprettet sin egen idrætsforening, Hele Vejen Rundt, som en smagsprøve-forening. I foreningen kan de unge under trygge former opøve nogle af de sociale kompetencer, som det kræver for at kunne være del af foreningslivet. Som projektlederen udtaler omkring Hele Vejen Rundt: *"Nogle af de unge kan for første gang sige, jeg er medlem af en forening. Det er stort for dem. Vi har lavet en pædagogisk metode i foreningen, hvor man giver hånd, siger goddag og velkommen ... hvor er det dejligt at se dig ... er det hårdt? Efter træningen siger vi tak for i dag. Og, hvis de unge ikke kommer igen før om tre uger, siger vi, hvor er det godt at se dig, vi var bange for, at du ikke ville komme igen"*. Citatet viser, hvordan foreningen Hele Vejen Rundt sigter efter at udvikle de unges sociale kompetencer ved at vise dem, hvilke omgangsformer de unge bliver del af i foreningslivet. Desuden fortæller citatet en historie om den anerkendende tilgang, som Idrætsprojektet har til de unge, når projektlederen fortæller, hvordan de unge mødes med åbne arme, hvis de vender tilbage til træningen på et hold, hvor de ikke har deltaget de sidste par uger.

Evalueringen viser gennem interviewene med de unge, at de unge selv oplever, at Idrætsprojektet har indflydelse på deres sociale kompetencer. Det ses, når Johan fortæller, at han nu *"er mere imødekommende over for andre"*, ligesom han i interviewet beretter, hvordan han tidligere har haft svært ved at få nye venner, men at Idrætsprojektet har lært ham, at det *"værste, jeg kan få, er et nej"*. Evalueringen viser hermed tegn på, at Idrætsprojektet for Johans vedkommende har udviklet hans selvværd på en måde, så han ikke er bange for at få en afvisning. Han tager ikke længere en afvisning personligt. Senere i interviewet udtaler Johan direkte, at han gerne vil arbejde med sine sociale kompetencer. Johan er blevet bevidst om, at han har behov for at udvikle kompetencer, der har betydning for, hvordan han begår sig socialt.

Under interviewet med pædagoger/ledere udtaler en pædagog sig således: *"Det (Idrætsprojektet) laver om på hierarkiet i gruppen. Det ser vi. Fx ved klatring. En stor fyr og en lille splejs. I det daglige ved vi godt, hvem der dominerer hvem. Men pludseligt er den lille bare hurtigt til tops, mens den store kæmper. Rollerne bliver byttet om, den lille, der forklarer, at du skal bare gøre sådan her, og den store, der ikke kan sige noget. Det er spændende at være vidne til. Jeg er ikke nødvendigvis under, bare fordi jeg er lille. Det er nogle andre kompetencer, der kommer frem i lyset gennem Idrætsprojektet. Det kan vi så understrege over for den unge"*. Citatet fra denne pædagog viser ikke blot, hvordan Idrætsprojektet kan ændre hierarkier i gruppen af unge på institutionerne, hvilket bidrager til at styrke selvværdet hos ellers underlegne medlemmer af gruppen. Citatet peger også på, hvordan pædagogerne på institutionerne kan bruge Idrætsprojektet til direkte at italesætte de tilstødende, mere subtile gevinster ved Idrætsprojektet. I dette tilfælde kan pædagogen bidrage til, at en underlegen ung ser, hvordan han har kompetencer, der løfter ham op i det sociale hierarki. Pædagogen kobler til den unges erfaring og får den unge til at se sig selv i et alternativt lys.

Evalueringen viser, at Idrætsprojektet rummer mulighed for at udvikle de unges følelse af selvværd, der igen har betydning for oplevelse af social tryghed gennem samværs- og samtaleformer, som de unge vokser af. Forskningen omkring sundhedspædagogik, der knytter an til tankegangen om salutogenese (ressourcer, der øger menneskers mestringsevne og handlegapacitet), peger på, at hvis et menneske skal gøre noget nyt, omlægge vaner eller sige nej til fristelser, så er spørgsmålet altid: Hvad er jeg værd? Altså en følelseskomponent. Er jeg ude af gruppen, hvis jeg siger nej? I lyset af dette er det spændende, at evalueringen viser tegn på, at Idrætsprojektet rummer mulighed for at øge de unges følelse af selvværd ved folde deres identitet ud og gøre flere facetter af denne identitet synlig for de unge. Dette perspektiv vil blive fulgt op i den kommende midtvejsevaluering og i slutevalueringen.

6.4 Den pædagogiske merværdi – brobygning og lyst

En helt afgørende faktor for Idrætsprojektets implementering og succes handler om, at institutionerne giver Idrætsprojektet adgang til institutionerne og deres unge beboere. Projektlederen udtaler: *"Jeg vil virkelig rose ledelse og medarbejdere på vores institutioner. De har åbnet dørene og givet os adgang, selvom nogle af institutionerne i starten kun ville have, at vi kom udvalgte dage. Det giver bare ikke mening. Det fjerner ideen og kernen i projektet – at være klar, når de unge er det"*. Citatet fra projektlederen fortæller, at institutionerne har givet Idrætsprojektet adgang til institutionerne, selvom nogle institutioner i begyndelsen var skeptiske over for at give fremmede (medarbejdere fra Idrætsprojektet) fri adgang til institutionen. Institutionerne er de unges hjem, og frygten hos nogle af pædagogerne var, at et rend af frivillige på institutionen i tide og utide ville skabe uønsket forstyrrelse og krænke de unges oplevelse af hjemlighed. En leder forklarer: *"Når vi arbejder i de unges hjem, er det pludselig en udfordring, når der kommer så mange nye mennesker i hjemmet. Men det er blevet løst"*.

Under interviewene med pædagoger/ledere kommer følgende udtalelser om institutionernes holdning til Idrætsprojektet, da det første gang blev introduceret til dem. En pædagog udtaler: *"Jeg tænkte, hvorfor nu det? Det største spring har været den holdningsændring, der skulle til blandt personalet. Fra hvorfor bruge så mange timer på det til efterhånden at få øje på kvaliteten i det (Idrætsprojektet)"*. En pædagog fra en anden institution udtaler sig i samme tråd: *"Jeg tænkte også lidt. Hvorfor det? Det gør vi i forvejen. Vi havde masser af fokus på idræt og sport. Det må være et projekt, som en studerende har gang i. Det er så gjort til skamme. < ... > Jeg blev fanget af ideen ... fandt mere ud af, hvad det handlede om. Kvaliteterne ved projektet begyndte at vise sig efter ½ års tid. Det viste sig, at projektet kunne noget, som vi ikke kunne i*

forhold til træningen. Der kommer nogle udefra, og de er meget mere motiverede, end vi kan være. De kan være 100 % på, hvor vi også skal lave en masse andre ting. Det er et frisk pust for de unge. Vores unge er ofte meget pressede, så det, at der kommer nogle udefra, er det et frisk pust, der ikke er del af de konflikter, der er i deres hverdag". I citaterne ovenfor spores en vis skepsis på institutionerne, da Idrætsprojektet blev introduceret til dem. Imidlertid er institutionernes første tvivl om Idrætsprojektets berettigelse i dag manet i jorden, da Idrætsprojektets kvaliteter rodfæster sig.

Citatet ovenfor griber desuden fat i en problemstilling omkring konflikter mellem de unge og institutionspersonalet. Dette aspekt belyses også under interviewene med de unge i casefortællingerne. Signe italesætter, hvordan det er en glæde for hende at møde medarbejderne fra Idrætsprojektet, der "er glade og ikke pissesure" (som pædagogerne på institutionerne). Hun forklarer endvidere, at hun har daglige opgør med pædagogerne på institutionen, hvor hun bor. Projektlederen er helt klar over den unikke position, som medarbejdere fra Idrætsprojektet har for de unge: "Vi har helt grundlæggende en anden opgave end dem (institutionerne). Vi har ikke konflikter med de unge om lommepenge m.m. Vi er the good guys – de er the bad guys". Det er denne velvilje, som de unge har over for de unge frivillige, som Idrætsprojektet kan anvende til at skabe den kontakt til de unge, der er væsentlig for, at de unge motiveres til at deltage i Idrætsprojektets aktiviteter. De frivillige skal ikke tale pædagogik og hverdagsproblemer med de unge. De skal tage fat i præcis de ønsker og drømme (de unges lyst), som de unge har, og omsætte dem til virkelighed. Det er dette grundlag, der har stor og afgørende betydning for relationen mellem de unge og deres træner, og denne positive relation har igen stor og afgørende betydning for de unges deltagelse i projektet – og begejstring for samme.

At arbejde med udgangspunkt i de unges lyst

Forskning i sundhedspædagogik i relation til social ulighed i sundhed viser ligeledes, hvordan det er relevant, at sundhedspædagogikken gennem en deltagerorienteret approach sigter på at arbejde med udgangspunkt i præcis det, som målgruppen har lyst til. Sundhedsbegrebet hos socialt udsatte målgrupper omfatter som hovedregel ikke ønsket om at holde op med at ryge, dyrke mere motion eller at omlægge deres madvaner. Der er andre drømme og ønsker i hverdagslivet, som har højere prioritet og større relevans for målgruppen at arbejde målrettet med. Det er præcis med udgangspunkt i målgruppens lyst, at sundhedspædagogikken kan tage sit udgangspunkt, hvis professionelle skal arbejde i forlængelse af social ulighed i sundhed. Synsvinklen bakkes desuden op af forskning, der fortæller, at der er større sandsynlighed for, at et menneske tager en ny beslutning om at ændre en sundhedsvane, hvis vedkommende har oplevet succes med at ændre andre vaner. I en forståelse af Idrætsprojektets pædagogiske tilgang, hvor det suverænt er de unge, der beslutter, hvilke aktiviteter de har lyst til at implementere i deres hverdagsliv, viser både nærværende evaluering af Idrætsprojektet og forskningen i sundhedspædagogik og social ulighed i sundhed, at en pædagogisk strategi, hvor de forandringskabende aktiviteter udspringer af målgruppens/de unges lyst, netop kan føre til målet om at skabe de succesoplevelser, som har betydning for, at de unge kan forandre tilstødende områder i hverdagslivet. Som Idrætsprojektets projektleder forklarer, "forudsætningen (i Idrætsprojektet) er, at vi kun laver noget med de unge, som de selv vil".

Brobygning

Evalueringen viser, at Idrætsprojektet har en pædagogisk merværdi i at skabe forskellige former for brobygning. Det drejer sig om brobygning mellem foreningen Hele Vejen Rundt og det almindelige foreningsliv, da Hele Vejen Rundt er søsterforening med almene idrætsforeninger. Projektlederen udtaler: "Alle hold (i Hele Vejen rundt) har brødreskaber med rigtige klubber. Målet er, at vi til sidst står i klubbens

lokaler og træner ... så håbet er, at træneren kommer til de unge og siger, vil du ikke også træne hos os. Du skal gå videre med denne sport, herved føler den unge sig set og anerkendt". Andre former for brobygning ses fra Idrætsprojektet til pædagogikken ude på institutionerne, hvor institutionerne i deres tilgang til de unge kan knytte an til Idrætsprojektet. Det ses fx i denne udtalelse fra en institutionsleder: "Vi har en ung, der nægtede at bevæge sig ud over ned til kiosken efter cigaretter. Ellers gjorde hun ikke det fis. Hun løb DHL-løb sidste år. Vi kan grine sammen, når vi bevidner den historie. Jeg kan jo sige til hende: kan du huske dengang for et år siden, da du flyttede ind? Jeg kan huske din historie. De frivillige ude hos os, og os selv, vi kan skrive oplevelser med de unge fra Idrætsprojektet i vores interne journalsystem. Så kan jeg over for en ung referere til en historie, som en frivillig har skrevet om en ung. Så kan vi sige til den unge ... jeg har hørt fra Trine ... og så bliver den unge jo glad. Trine har fortalt en succeshistorie (om hende/ham)". Citatet viser, hvordan det pædagogiske personale kan bevidne de unges oplevelser og succes historier fra Idrætsprojektet og derigennem understøtte den unges følelse af at lykkes. Samtidig rummer denne bevidning, som Idrætsprojektet skaber grundlaget for, mulighed for at underbygge en positiv relation mellem det pædagogiske personale og de unge.

Evalueringen vidner desuden om en anden form for brobygning, som Idrætsprojektet giver anledning til. Under interviewet med pædagoger/ledere fortæller en pædagog, hvordan Idrætsprojektet giver mulighed for at arbejde med unge på tværs af bydele i København. "Unge fra Nørrebro og Amager hader normalt hinanden som pesten. De finder pludselig ud af, at de kender hinanden gennem Idrætsprojektet", som en af pædagogerne udtaler. Citatet peger på, at Idrætsprojektet også rummer potentiale til at skabe bro mellem grupperinger af unge, der normalt ser skævt til hinanden.

6.5 Et analytisk perspektiv på bæredygtighed og ildsjæle i Idrætsprojektet

Et vigtigt aspekt ved et projekt som Idrætsprojektet er, hvorvidt det formår at etablere en bæredygtig platform, der rækker ud over de involverede enkeltpersoner, medarbejdere såvel som involverede unge. Bæredygtighed i et projekt kan udmønte sig i mange former: økonomisk, politisk, metodisk, pædagogisk og socialt. Udfordringerne kan tage lige så mange former. Formålet med at drage perspektiver omkring bæredygtighed og ildsjæle ind i denne midtvejsevaluering er ikke at kritisere medarbejdere fra Idrætsprojektet for at brænde for meget for projektet eller investere ressourcer i projektet, der rækker ud over, hvad der forventes. Perspektivet bidrager med en analytisk pointe om vigtigheden af at være opmærksom på både de styrker, det bidrager med til et projekt at have engagerede medarbejdere, men også på, hvilke udfordringer dette kan medføre. Næsten alle målsætningerne for Idrætsprojektet, såsom at de unge får en blivende tilknytning til det almindelige foreningsliv, at de vælger at uddanne sig til instruktører, oplever øget sundhed og trivsel og får styrket deres skolegang, involverer en tidshorisont, der ligger ud over Idrætsprojektets nuværende finansieringsramme. Det gør det nødvendigt at have et øje på, hvordan projektet tænkes som en bæredygtig indsats, der kan få en blivende indflydelse på de unge, og i den forbindelse er det interessant at se på ildsjælens rolle som både motivator, men også som en, der skal forstås og støttes i at kunne bevare sit engagement.

Sigtet med denne midtvejsevaluering er at tage fat i de unges oplevelse af Idrætsprojektet, og som beskrevet er den tætte kontakt til Idrætsprojektets medarbejdere helt central. De forskellige sports og idrætsgrene kan variere og endda 'shoppes' rundt i, men den altoverskyggende konstant for de unge interviewede er den faste og konsekvent positive kontakt med projektets medarbejdere. Det er tydeligt både i interviewene med de unge samt med de frivillige og projektlederen, at Idrætsprojektet netop trækker på denne personlige kontakt som en af de vigtigste ressourcer. Uden det konstante

motivationsarbejde fra projektmedarbejdernes side og villigheden til at være fleksible i forhold til træningsformer og -tider ville Idrætsprojektet have en markant anderledes profil. Denne styrke ved projektet, som også behandles andre steder i evalueringen, medfører dog også visse udfordringer i et mere overordnet bæredygtighedsperspektiv. En af disse udfordringer kan forstås ved hjælp af det, man populært kan kalde "ildsjæls-dilemmaet"³.

Idrætsprojektets projektleder beskrives flere gange under interviewet med pædagoger/ledere netop som en ildsjæl og et bærende fundament ved projektet. Som en af pædagogerne udtaler under interviewet, så *"er den største styrke (ved Idrætsprojektet) også den største svaghed. Projektlederen. Det er et fantastisk projekt, men hvad sker der, hvis han pilles ud af projektet?"* Projektlederen er selv helt opmærksom på dette forhold, som åbent diskuteres i relation til at gøre Idrætsprojektet bæredygtigt langt ud i fremtiden. Således fortæller projektlederen under et af interviewene: *"Jeg arbejder mange aftner – jeg er ikke hjemme de fleste aftener om ugen (på grund af træning med de unge). Jeg kan ikke lade være. Projektet er meget afhængigt af mig som person. Stille og roligt kan dette projekt ikke klare sig, hvis der kun er mig. Det er heldigvis lykkes at finde andre, der tænker på samme måde som mig (ansatte og nogle frivillige) < ... > Men du kan slet ikke starte sådan et projekt, uden at der er noget ild og noget drive"*. Som citatet viser, er projektlederen klar over sin unikke rolle for Idrætsprojektets succes og gennemførelse. Og citatet peger også på, at det er et forhold, som Idrætsprojektet forsøger at håndtere ved at få frivillige og ansatte på institutionerne til at adoptere Idrætsprojektets pædagogiske metode og tilgang, som hovedsageligt har været båret af projektlederen.

En pædagog fra en af institutionerne udtaler sig om bæredygtighedsproblematikker under interviewet: *"Jeg har været heldig, at jeg er med i Hele Vejen Rundt. Her har vi talt om ildsjæle og én person. Hele Vejen Rundt afspejler noget, der fungerer som en større gruppe. Der er en bestyrelse – så projektlederen står ikke alene som bærer af Idrætsprojektet"*. En anden pædagog bakker op om, at Idrætsprojektet med Hele Vejen Rundt langsomt konsoliderer Idrætsprojektet med denne udtalelse: *"Jeg er ikke så bekymret. Jeg er også med i Hele Vejen Rundt, hvor vi uddelegerer ansvar. Der sættes gang i en masse ting, som projektlederen ikke er ophav til"*. Alligevel vil denne evaluering give ildsjælsbegrebet et par ord med på vejen, da det er en helt central problematik for Idrætsprojektets styregruppe at forholde sig til. Ildsjæle er en velkendt problemstilling inden for sundheds- og miljøpædagogikken.

En ildsjæl er en person, der brænder for en sag. Der er så at sige et indre forhold mellem person og sag; sagen er ikke påtaget, men er en integreret del af personens 'projekt' i forhold til omverdenen. Det brændende engagement betyder, at ildsjæle ofte er initiativrige og forsøger at overbevise andre mennesker om vigtigheden af deres sag. Både projektleder og frivillige fra Idrætsprojektet falder inden for denne kategori. Da projektet gennemføres med relativt få økonomiske ressourcer og stor brug af frivillige kræfter, er det tydeligt, at ildsjælene både tager ansvar og trækker læsset, hvilket giver dem en meget central rolle. Hvor andre måske er tilbøjelige til at miste lysten og give op i perioder med modgang, der lader ildsjælen sig ikke sådan stoppe, men gør modstand eller finder nye veje. Nedenstående citat fra Idrætsprojektets projektleder underbygger empirisk, hvordan han tog stort ansvar for projektet i opstartsfasen og også har haft ild nok til hele tiden at problemløse og udvikle. Projektlederen fortæller under et af interviewene. *"Jeg har været meget ærekær med dette projekt, det tog hårdt på mig i starten. Jeg havde svært ved at forstå, hvis nogle ikke synes, det var godt. Jeg arbejdede røven ud af bukserne for at træne kl. 06 om morgenen og*

³ Se Læssøe, Jeppe (2010): "ildsjæle" i Idébanken, Temahæfte nr 1-2010

igen 21 om aftenen. Det var hårdt - jeg var meget alene i starten. < ...> Men jeg har udviklet og sprængt rammen hele tiden". Senere i interviewet fortæller projektlederen, at "jeg er til rådighed 24/7. Fordi jeg har været det, har jeg taget røgen af nogle 'smoking guns'. Den fleksibilitet har været grunden til, at noget er lykkedes".

Netop denne energi til at kunne være til stede i Idrætsprojektet døgnet rundt og den konstante vilje til at løse problemer, der opstår, kan give et vigtigt rygstød til de øvrige deltagere, så de holder ved. Desuden kan ildsjælene med deres energi og talenter smitte og styrke deres medarbejdere, frivillige og udsatte unge til at involvere sig yderligere i projektet. Det kan have vital betydning, når det handler om vanskelige opgaver som fx at få stablet en idrætsforening på benene.

Billedligt talt gør ovenstående karakteristik det rimeligt at beskrive ildsjælen som en 'speeder', der sætter skub i processer. Desværre betyder selvsamme engagement og arbejdsvillighed, at ildsjæle samtidig kan komme til at fungere som en 'bremse' på flere forskellige måder. Hermed er det ikke sagt, at de beskrevne udfordringer nødvendigvis optræder i Idrætsprojektet, men det er mulige faldgruber, der kan true projektets bæredygtighed i fremtiden og er derfor værd at tage med i fremtidige overvejelser over projektets strategi og videre udvikling.

For det første giver ildsjæle let anledning til, at de andre involverede delegerer ansvaret over på ildsjælen, som glædeligt påtager sig det, hvorved vedkommende kan komme til at dominere arbejdet så meget, at den videre inddragelse og dialog med de øvrige deltagere får vanskelige vilkår. Denne marginalisering kan føre til modstand og til, at de mobiliserede dropper ud igen. Alternativet er ikke, at alle gør det samme. En arbejdsdeling med en gensidig udnyttelse af hinandens kvaliteter er normalt en fordel, men ildsjælens ildhu rummer en risiko for, at gensidigheden går tabt.

For det andet kan tendensen til at ildsjælen tager en stor del af slæbet, også betyde, at han eller hun efterhånden udvikler sin viden og kompetence i med- og modspillet til eksperter, politikere, etablerede institutioner og andre professionelle aktører. Heri ligger en risiko for en modelmagt-relation, som indebærer, at ildsjælen gradvis tilpasser sig disse professionelle aktørers måder at tænke, handle og tale på⁴. Med Thomas Mathiesens begreb om ildsjæle betyder det en fare for, at ildsjælen 'inddefineres' i det etablerede system og måske ikke længere formår at tænke nyt og anderledes om idræt, pædagogik og udsatte unge⁵.

For det tredje risikerer ildsjælens engagement at føre til en uddefinering i stedet for en inddefinering. Det skyldes, at nogle ildsjæle kan have en tilbøjelighed til at give udtryk for holdningen om, at hvis alle bare gør som jeg, så går det nok til sidst. Det kan betyde budskaber og krav til kollegaer og andre institutioner, som snarere end at mobilisere skaber modvilje, fordi ildsjælen opfattes som for radikal, ultimativ og frelst.

For det fjerde kan engagementet også hæmme empatien for, hvad andre mennesker tænker og føler om livet og verden, samt hvad der er værd at bevare og at forandre. Når en person bliver ildsjæl skyldes det ofte egne erfaringer, som så med entusiasmens kraft bliver overført på andre mennesker, som imidlertid

⁴ Bråten, Stein (1983): Dialogens vilkår i datasamfunnet, Universitetsforlaget, Oslo

⁵ Mathiesen, Thomas (1982): Makt og motmakt, Pax forlag, Oslo

kan have en synsmåde baseret på helt forskellige værdier og erfaringer. Konfronteret med denne anderledeshed reagerer ildsjæle som oftest ikke med forståelse, men med afvisning. Det kan forstås som, at ildsjælen i sin stræben efter det nye og anderledes opbygger sin selvforståelse og sit selvværd gennem forskelsmarkeringer til andre mennesker – hvilket i værste fald kan føre til disrespekt for dem. Det er et dårligt udgangspunkt for mobilisering og læring. Faren kan være, at der opstår en 'tankpasser-pædagogik', gående ud på at fylde informationer på folk ud fra en forestilling om, at deres praksis alene er udtryk for, at de er uvidende. Og når det viser sig ikke at virke, kan det eskalere til en 'bulldozer-pædagogik', som handler om blot at forstærke indsatsen og råbe højere, indtil de forstår det.

Men ildsjæle er gudskelov ikke ens. Udover engagementet er de lige så forskellige som andre mennesker. De har forskellig viden, kompetencer og personlige karaktertræk. De ildsjæle, der er en del af Idrætsprojektet, er i stor grad årsagen til, at projektet kan nå de unge og etablere relevante aktiviteter for de unge. Skal projektet fortsætte som en bæredygtig størrelse, ikke kun økonomisk og politisk, men også pædagogisk, metodisk og socialt, er det fortsat vigtigt at både styrkerne og udfordringerne ved det stærke personlige engagement blandt mange af medarbejderne er noget, der arbejdes med, så der fortsat i fremtiden vil være ildsjæle til stede, der kan drive projektet frem.

7. Efterskrift - metodekritik

Fokus for denne midtvejsevaluering er de udsatte unges opfattelse af Idrætsprojektet, og hvilke konsekvenser deltagelsen i Idrætsprojektets aktiviteter har for de unges hverdag, deres syn på sig selv og deres omverden. Kernen i det empiriske materiale er interviews med fem udsatte unge. Analysens mål er at trække nogle generelle, centrale temaer ud af disse interviews og diskutere disse i forhold til udsagn fra projektleder og projektmedarbejdere. Denne metode har både fordele og ulemper. Det er således muligt at få et stærkt kvalitativt indblik i, hvordan de unge tænker omkring projektet, og hvilken indflydelse dette har på deres opfattelse af deres egen hverdag. Igennem interviewene er det muligt at spørge ind til de tanker og følelser, der er på spil, når der trænes og interageres med Idrætsprojektet. At samle disse i temaer giver en bredere forståelse af hvilke fællestræk der er blandt disse fem unges opfattelse af Idrætsprojektet. Metodens styrke er således den nærhed, den repræsenterer i forhold til de unges tanker og opfattelser, deres narrativ i forhold til sammenhængen mellem deres hverdag og projektet. Det er her vigtigt at lægge mærke til, at metodens fokus langt hen ad vejen er de unges *opfattelse* af sig selv og projektet. Metoden kan ikke umiddelbart vise, hvordan disse opfattelser rent faktisk udmønter sig i handlinger, rutiner og adfærd.

Den valgte metode i midtvejsevalueringen trianguleres ikke med fx en kvantitativ opgørelse over de unges gøren og laden, deres vægt, skolekarakterer, misbrugsvaner, forbrugsmønstre eller en bedømmelse af deres fremtidige muligheder etc. Det, der undersøges, er så at sige de unges livsverden, og hvordan de selv forstår den i relation til Idrætsprojektet. Metoden kan bruges til at sige noget om, hvad der er vigtigt for de unge i deres eget perspektiv, hvad der motiverer dem, gør dem glade og giver dem energi. Den resulterende analyse, diskussion og konklusion kan bruges som en ledesnor i det fremtidige arbejde med at udvikle det pædagogiske arbejde i forbindelse med de unge, men den kan ikke præsentere sorte og hvide sandheder, hvilke der heller ikke eksisterer mange af hverken i den pædagogiske forskning inden for feltet eller i det praktiske arbejde med de udsatte unge. Metoden er tænkt i samspil med projektets målsætning om at møde det enkelte individ, den enkelte unge, i øjenhøjde i en forståelse af deres hverdagsliv, men samtidig forsøge at udvikle de grundlæggende pædagogiske tanker bag projektet i en robust og bæredygtig retning. Heri ligger metodens styrke. Den kvalitative metode forstår sociale fænomener ud fra aktørernes egne perspektiver og synsvinkler⁶. De unges forståelse af Idrætsprojektet hænger tæt sammen med deres generelle styringsmekanismer og tilværelsesstrategier i hverdagslivet som sådan, og derfor bør Idrætsprojektets betydning for de unge også tillægges mening inden for hverdagslivets kontekst.

⁶ Kvale, Steinar (2000): *InterView – Introduktion til det kvalitative forskningsinterview*. Hans Reitzels Forlag

8. Litteraturliste

Antonovsky, A. (2000): *Helbredets mysterium*. Hans Reitzels Forlag

Bech-Jørgensen, B. (1994): *Når hver dag bliver hverdag*. Akademisk forlag, København

Bråten, S. (1983): *Dialogens vilkår i datasamfunnet*, Universitetsforlaget, Oslo

Fog, J. (2004): *Det kvalitative forskningsinterview – Med samtalen som udgangspunkt*. Akademisk forlag

Jensen, J.M. (2001). *Kortuddannede kvinders hverdagslige sundhedsbegreb. Om mulige veje til reduktion af social ulighed i sundhed*. Ph.d.-afhandling, Aarhus Universitet

Jensen, T.K. & Johnsen, T.J. (2000): *Sundhedsfremme i teori og praksis*. Philosophia.

Kamper-Jørgensen, F., Almind, G. & Jensen, B.B. (2009): *Forebyggende sundhedsarbejde*. 5. udgave. Munksgaard, København

Kvale, S. (2000): *InterView – Introduktion til det kvalitative forskningsinterview*. Hans Reitzels Forlag

Læssøe, J. (2010): "Ildsjæle" i *Kai Arne Arman, Et Bidrag til en bærekraftig udvikling*, Idébanken, Temahæfte nr 1-2010

Mathiesen, T. (1982): *Makt og motmakt*, Pax forlag, Oslo

Schutz, A. (2005): *Hverdagslivets sociologi. En tekstsamling*. Hans Reitzels Forlag.