DAI

IDRÆT FOR SINDET

BEVÆGELSES-CERTIFICERING AF SAGSBEHANDLERE I KOMMUNEN

Bevægelses-certificering af sagsbehandlere

Med et kompetenceudviklende uddannelsesforløb, der tager udgangspunkt i fysisk aktivitet og bevægelse, bliver sagsbehandlere i kommunen, klædt på til, at hjælpe borger til et mere sundt liv med højere livskvalitet, trivsel og hverdagsmestring.
Certificeringen henvender sig til sagsbehandlere der arbejder med borgere som aldersmæssigt er mellem 18 og 65 år.

Ved at integrere bevægelse som en generel del af sagsbehandlernes værktøjskasse, vil det give markant flere borgere mulighed for højne deres livskvalitet (fysisk, psykisk og socialt) og på sigt, blive en integreret del af civilsamfundets foreningsfællesskaber. En proces i flere step.

1. Borgeren motiveres/ledsages til at deltage i, bevægelse i særlig tilrettelagte idræts-motionsfællesskaber
2. Borgeren overgår til medlem i en almen folkeoplysende idrætsforening

Med afsæt i evident viden "at kroppen er afgørende et liv i trivsel", sættes der i certificeringsforløbet fokus på at skabe positive rammer for en bevægelsesarena. Denne bevægelsesarena skal udgøre den centrale træningsplatform for; social mestring, fysisk forbedret form og socialt netværk og samlet set bidrage til borgernes individuelle udvikling samt et liv i trivsel.

Hvis sagsbehandleren (myndigheden) støtter borgeren i at blive en del af fællesskaberne i sit lokalsamfund og i sit netværk, kan det medvirke til, at borgeren i højere grad trives og oplever at kunne håndtere livets glæder og udfordringer. Det kan gøre borgeren mere motiveret og give en større tro på at kunne nå sine drømme og mål.

Sagsbehandlerne får i certificeringsforløbet, mulighed for at reflektere over, hvordan borgere, med bevægelse som omdrejningspunkt, kan støttes til at;

- Højne deres livskvalitet, trivsel samt almen sundhedstilstand
- Tilegne sig nye vaner og kompetencer – sætte realistiske mål/milepæle
- Skabe nye relationer, samt at blive anerkendt og inkluderet i bevægelsesfællesskaber
- I højere grad får oplevelse af at kunne mestre eget liv, føle sig set som menneske samt bevidstgjort om "at jeg kan" og "jeg dur til noget".
- Bidrage til fællesskabet, ved blot at møde frem. Eventuelt påtage sig nye roller som frivillige. Fx at man er den der har styr på adgang til hallen, den der hr ansvaret for at hente bolde, den der præsenter en øvelse eller forklare en regel eller måske den der laver kaffen etc.
- Inddrage cases fra hverdagen – fortælle den gode historie
- Fejre (små og store) succeser og fordøje og reflektere over fejlslag/fiaskoer

Bevægelse og fysisk aktivitet har i certificeringen fokus på at være "målet", med vigtige sideeffekter som social kontakt, øget livskvalitet og trivsel, smil og grin, nye narrativer om et liv med en mere aktiv livsstil. Certificeringen skal gøre sagsbehandlerne bliver bevidste om - og i stand til, at motivere borgerne og en øget tro på egne evner (ny identitet) og ikke "kun" som en person på offentlig forsørgelse.

Gennem indeværende certificering opnår sagsbehandlere blik for, hvordan man gennem aktiv bevægelse, kan skabe sociale rum og rammer, hvor borgerne tilegner sig selvlærte sunde vaner samtidig med, at borgeren skaber nye og bæredygtige relationer, og dermed mestre eget liv og hverdag.

I forløbet vil sagsbehandlerne tilegne sig viden om:

- Rammernes betydning for borgerens trivsel og lyst til involvering
- Betydningen af borgerens lyst og mod, til at indgå i nye arenaer/relationer
- Betydningen af borgerens generelle viden omkring hverdagsbevægelse, sundhed etc.
- Betydningen af positive samtalestrategier
- Betydningen af borgerens (pos. /neg.) psykiske og fysiske overskud til at mestre egen hverdag og liv generelt.
- At civilsamfundet kan involveres som en medspiller til at bryde koden til borgers ensomhed.

KRAV TIL BEVÆGELSESS-CERTIFICERING
Efteruddannelsesforløb: 4 x 4 timer.
Undervisningen vil veksle mellem teori og praksis.

Modul 1 og 2, 3 afviklet over 3-4 uger, og har fokus på at give sagsbehandlerne, indsigt i bevægelsens mange facetterede sideeffekter, ud fra en sags medarbejders synspunkt og muligheder for henvisning til tilbud i det lokale foreningsliv.

Modul 4, har fokus på konkretisering af implementeringen – hvordan har vi arbejdet med den nye faglighed, hvilke udfordringer er vi stødt på, hvordan sikres fagligheden fremadrettet, indgåelse af forpligtende aftaler eks. vis vælge en eller flere nøglepersoner.

Efter endt kursusforløb, modtager kommunen et certificeringsbevis
Efter 6 mdr. tilgår der medarbejderne et online skema til selvevaluering – jævnfør kravet som bevægelsescertificeret sagsbehandler.
Denne evaluering følges op med et online møde til den ansvarlige i kommunen.
Kommunen/afdelingen skal re-certificeres hvert 3. år.

For at opnå certificering skal følgende krav være opfyldt:

1) Bevægelse og fysisk aktivitet skal på lige fod med andre tiltag, kunne indgå i borgerens handleplan
2) Min. 75 % af medarbejderstaben inden for området skal have deltaget i et undervisningsforløb

PRIS FOR CERTIFICERING (4 undervisningsgange, sparringsmøde, online evaluering samt skilt til ophæng certificering)
Kr. 50.000 ved max. 40 kursister. Inkl. Moms, undervisningsmaterialer
(Kommunen søger for undervisningslokaler evt. forplejning til deltagerne).

UNDERVISERE PÅ FORLØBET
David Madsen, Cand.psych, BA-idræt og ernæring fra KU.
Psykolog og stifter af Dabeco ApS
2. årig specialistgodkendt uddannelse i Acceptance and Commitment Therapy
Medlem af Aarhus Byråds udvalg for mindre psykisk sårbarhed med særligt fokus på teknologiforbrug blandt børn og unge
Medlem af Væksthusets advisoryboard – Gamere på kanten af arbejdsmarkedet
Børnesagkyndig i Kulturministeriets medieråd for børn og unge (2021-2025)

Lisbeth Crafack, Master i Idræt og velfærd fra KU, udviklingskonsulent i Idræt for sindet i specialforbundet Dansk Arbejder Idrætsforbund el del af Danmarks Idrætsforbund, DIF.
Projektleder i Idræt for sindet, siden 2000

Mads Bank, ph.d. Psykolog. Assisterende professor ved Syddansk Universitet
Mads er ansat som forsker ved syddansk universitet, og forsker i bl.a. socialt arbejde, rusmiddelbehandling og sundhedsvæsenet.
Mads har i sin ph.d. undersøgt betydningen af institutioners fysiske rammer og rummelighed for optimering af inddragelse af borgere og skabe ikke-stigmatiserende interventioner og derigennem skabe bæredygtig udvikling og langtidsholdbare løsninger indenfor socialt arbejde, behandling og psykologiske indsatser. Mads´` vision er at bidrage til at organisationer og professionelle løbende kan udvikle og kvalificere deres arbejde, på et fagligt, forskningsmæssigt og etisk grundlag.

LITTERATUR
Sundhedsstyrelsen anbefalinger for fysisk aktivitet: reference til modelprojekt "Fysisk aktivitet i psykiatrien"
Narrativ bevægelse: Madsen, David; "Kroppen er afgørende for et liv i trivsel".
Oplevelsen af sammenhæng; Antonowsky, Aron;
(samt klassisk adfærdsteori som operant betingning)
Aktivitets-boldspilshjulet: Rønholt, Helle; Peitersen, Birger.
Tilpasset idræt og bevægelse, Crafack, lisbeth " aktivitetshæfte", Sundhedsstyrelsen 2006

EKSEMPLER på bevægelse som inddrages i PRAKSIS – kræver ikke omklædning – keep it simple.