



**Social- og
Boligstyrelsen**

Fritidsklar

– En indsats til
børn og unge med
handicap

Indsatsbeskrivelse

Viden til gavn

Publikationen er udgivet af:

Social- og Boligstyrelsen
Lerchesgade 35, 5
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00
E-mail: info@sbst.dk
www.sbst.dk

Januar 2026

Layout: 4PLUS4

Download eller se rapporten på www.sbst.dk.
Der kan frit citeres fra rapporten med angivelse af kilde.

Digital ISBN: 978-87-85236-90-6

Indhold

Indledning	5
Fritidsklar kort fortalt	5
Baggrund for udvikling af Fritidsklar	6
Målgruppe for Fritidsklar	7
Fritidsklars fundament og centrale begreber	7
Fritidsklars organisatoriske forudsætninger	9
 Fritidsklars opbygning og kerneelementer	 12
Forberedelse og fundament	13
Individuel fritidsvejledning	16
 Resultater og teori om forandring for Fritidsklar	 22
Internt og eksternt samarbejde	22
Individuel fritidsvejledning	22
 Litteraturliste	 24

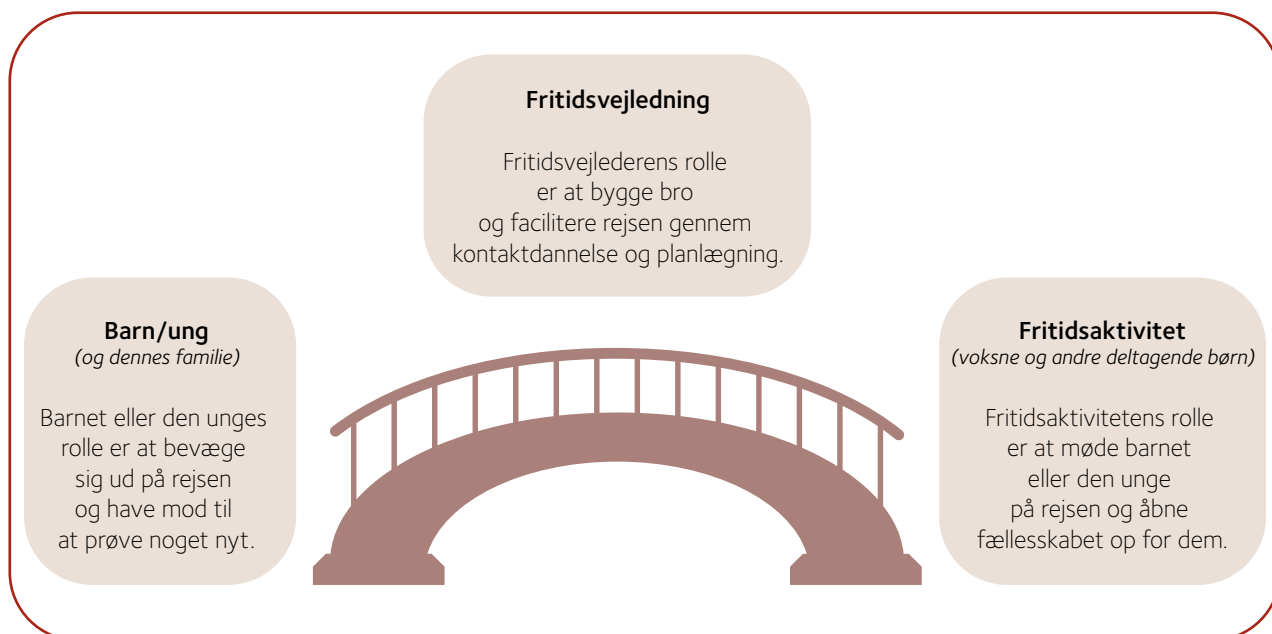
Indledning

Dette er beskrivelsen af indsatsen *Fritidsklar*, der understøtter børn og unge med handicap deltagelse i fritidsfællesskaber. Indsatsbeskrivelsen giver en samlet introduktion til indsatsen og er målrettet kommuner, der vil styrke deres arbejde for at få flere børn og unge med handicap til at deltage i fritidsfællesskaber.

Fritidsklar kort fortalt

Indsatsen er målrettet børn og unge med handicap og har fokus på at styrke deres muligheder for at have et fritidsliv og deltage i sociale fællesskaber med andre børn. Målet med *Fritidsklar* er gennem deltagelse i fritidsfællesskaber at styrke børnenes selvværd, trivsel og livskvalitet. Ved at give børnene adgang til et fællesskab og et socialt rum, hvor de kan udforske det sociale og danne venskaber med andre børn med eller uden handicap, får de mulighed for at opbygge positive erfaringer med deltagelse. Erfaringer, som de kan overføre til andre arenaer, hvor de ellers kan opleve udfordringer. Det kan være her og nu fx i skolen eller på længere sigt fx i uddannelse eller beskæftigelse.

Fritidsklar forankres kommunalt og hviler på et samarbejde mellem kommunen og lokale fritidstilbud. Dette samarbejde er fundamentet for at bygge bro mellem børn og unge med handicap og fritidstilbuddene. Opgaven med at bygge denne bro og understøtte processen omkring opstart og deltagelse varetages af en fritidsvejleder. Fritidsvejlederen kan dog ikke løse opgaven alene. Der er både brug for motivation og ønske om deltagelse fra barnet, en familie, der støtter op, og et åbent og imødekomende fritidstilbud, som barnet kan lande i, hvis indsatsen skal lykkes.



Fritidsklar arbejder med to overordnede fokusområder. Dels opbygning af samarbejde internt i kommunen og mellem kommunen og de lokale fritidstilbud og dels understøttelse af børn og unge med handicaps deltagelse i et fritidsfællesskab gennem et individuelt vejledningsforløb. Der er udviklet en guide med understøttende redskaber til hvert af de to fokusområder.

- *Fritidsklar – Guide til internt og eksternt samarbejde*, som understøtter kommunens opgave med opstart og med at etablere fundamentet for indsatsen.
- *Fritidsklar – Guide til individuel fritidsvejledning*, som understøtter fritidsvejlederens arbejde med vejledning af deltagere og fritidstilbud.

Begge guides og alle tilhørende redskaber kan downloades fra Social- og Boligstyrelsens hjemmeside. De ligger på udgivelsessiden for denne indsatsbeskrivelse.

Baggrund for udvikling af *Fritidsklar*

Mennesker med handicap oplever en højere grad af ensomhed og er i større risiko for at blive ekskluderet fra sociale fællesskaber sammenlignet med den øvrige befolkning. Samtidig har antallet af børn, der oplever ensomhed, været stigende de seneste 20 år. Covid-19 og nedlukning af samfundet har forstærket denne udvikling¹.

Børn, som oplever ensomhed og social isolation, er i øget risiko for at klare sig dårligere i skolen, de er oftere i mistrivsel, har lavere selvværd og livstilfredshed, samt et mindre positivt syn på fremtiden end deres jævnaldrende. Langvarig ensomhed kan også påvirke børns mentale sundhed. Fx sover de oftere dårligt og har et øget stressniveau, har vanskeligheder med at koncentrere sig og har en mere inaktiv og usund livsstil end deres jævnaldrende. Der er risiko for, at ensomheden følger barnet ind i ungdoms- og voksenlivet, og at vanskelighederne kan få betydning fx i forhold til uddannelse og job².

Deltagelse i fritidsfællesskaber kan have positiv betydning for livskvalitet, identitetsudvikling og deltagelse i det øvrige samfundsliv for mennesker med handicap. Derfor har bl.a. Det Centrale Handicapråd og Videnscenter om handicap sat fokus på netop mennesker med handicaps deltagelse i fritidsliv³. Deltagelse i fritidsfællesskaber er også en af Trivselskommissionens anbefalinger for at styrke børn og unges trivsel⁴.

En undersøgelse af kommunernes udfordringsbillede på socialområdet viser imidlertid, at mange kommuner har udfordringer med at arbejde med en tidlig forebyggende indsats for børn i mistrivsel, herunder også for børn med handicap i mistrivsel. Kommunerne har også udfordringer med at samarbejde med og inddrage civilsamfundet⁵.

Forud for arbejdet med at udvikle *Fritidsklar* har Social- og Boligstyrelsen foretaget en vidensafdækning af området fritidsfællesskaber for børn med handicap. Vidensafdækningen dannede afsæt for udvikling af indsatsen i 2022-2025

1 Amilon et al., 2016; Bengtsson et al., 2011; Jensen, 2010; Danske Handicaporganisationer, 2019; Ottosen, et al., 2018; Sundhedsstyrelsen, 2022; Larsen et al., 2017; Qvortrup, et al., 2021.

2 Cacioppo, 2008; CEFU, 2010; Børns Vilkår, 2019.

3 Det Centrale Handicapråd u.å.; Videnscenter om handicap u.å.

4 Trivselskommissionen, 2025.

5 Kissow, 2013; Winther, et al., 2018; Socialstyrelsen, 2021a.

i tæt samarbejde med kommunale praktikere og VIVE⁶. Derudover bygger *Fritidsklar* også på arbejdet med Fritidspas og de erfaringer, der er gjort derfra med virkningen af vejledningsforløb⁷.

Målgruppe for Fritidsklar

Målgruppen for *Fritidsklar* er børn og unge med handicap i alderen 6–16 år, der oplever eller er i risiko for at opleve ensomhed og social isolation. Målgruppen kan eventuelt udvides til at omfatte børn og unge med lignende udfordringer. For læsevenlighedens skyld bruges betegnelsen "barn" eller "børn" i resten af indsatsbeskrivelsen til at dække hele målgruppen.

Børn med handicap er bredt defineret og omfatter både børn med kognitive funktionsnedsættelser (fx ADHD, udviklingshæmning, autisme) og/eller fysiske funktionsnedsættelser (fx cerebral parese, nedsat syn eller hørelse, muskelsvind).

Indsatsen er primært målrettet den del af målgruppen, som har kognitive forudsætninger for med den rette støtte at kunne indgå i det valgte fritidsfællesskab, og er som udgangspunkt ikke afgrænset yderligere. Der vil dog være forskel på, hvad der er realistisk at opnå for det enkelte barn, og fritidsvejledningen må derfor tilpasses herefter. Nogle børn med handicap vil have behov for et særligt tilpasset tilbud målrettet børn med funktionsnedsættelser, mens andre vil kunne indgå på særlige hold i almene fritidstilbud, og andre igen vil kunne indgå i et alment fritidstilbud med kun lidt støtte eller tilpasning. Dette må vurderes undervejs i arbejdet med barnet med handicap og dennes familie med udgangspunkt i de lokale muligheder.

Fritidsklars fundament og centrale begreber

Fritidsklar tager afsæt i en række grundforståelser og centrale begreber, som danner fundament for indhold og tilgang i indsatsen og dens aktiviteter.

Kommuner, der ønsker at arbejde med *Fritidsklar*, kan tilrettelægge deres arbejde på mange måder, men det er væsentligt for at lykkes med indsatsen, at alle involverede parter har kendskab til og støtter op omkring de tilgange, indsatsen hviler på, og de centrale begreber, indsatsen bruger. De er beskrevet nedenfor.

En dialektisk handicapforståelse

Fritidsklar arbejder med en dialektisk handicapforståelse. Det dialektiske ligger i forståelsen af, at et handicap først opstår, når funktionsnedsættelsen møder barrierer i omgivelserne. Fx vil et barn med en hørenedsættelse have et handicap, hvis barnet ikke kan deltage i en samtale, fordi andres tale er utydelig, og omgivelserne støjer. Derimod er barnets hørenedsættelse ikke et handicap, hvis samtalen er tilgængelig for barnet gennem rolige omgivelser og tydelig tale.

Et handicap opstår således i forholdet mellem barnets forudsætninger for at deltage og situationens fysiske, kognitive og sociale tilgængelighed. Dette fokus gør det muligt at tilpasse aktiviteter og derved mindske det handicap, barnet

6 Indsatsen blev udviklet som et initiativ under Social-, Bolig- og Ældreministeriets Udviklings- og Investeringsprogram (UIP) for 2022. Initiativet havde til formål at modne en indsats for inklusion af børn og unge med handicap i fritidsfællesskaber ud fra erfaringer i praksis i et samarbejde mellem Social- og Boligstyrelsen, VIVE og tre kommuner. Projektet havde tilknyttet en følgegruppe af eksperter på området.

7 Socialstyrelsen, 2009; Socialstyrelsen, Socialstyrelsen, 2016; Socialstyrelsen, 2027; Idrættens Analyseinstitut, 2025.

kan opleve som følge af sin funktionsnedsættelse⁸. Denne handicapforståelse betyder også, at hvad der i en kontekst kan opleves som et handicap måske kan opleves som en styrke i en anden kontekst⁹. Det kan fx være barnet, der grundet sit kognitive handicap er udfordret i skolen, fordi der er mange indtryk, som hele tiden skal sorteres. Til gengæld kan barnet være god til escape games, netop fordi alle indtryk registreres og sorteres aktivt, og barnet derfor får øje på detaljer, som andre børn måske overser.

Udvikling gennem relationer

Fritidsklar tager udgangspunkt i, at alle børn uanset handicap kan udvikle sig og tilegne sig nye færdigheder, og at en stor del af børns udvikling sker i deres sociale relationer. Gennem deltagelse i fritidsfællesskaber får børn med handicap mulighed for at træne sociale færdigheder, opbygge selvtillid, skabe meningsfulde relationer og få positive sociale erfaringer. Barnet får adgang til nye roller og får et rum til at udforske det sociale og danne venskaber med andre børn med eller uden handicap. Barnet vil kunne lære at navigere i en social kontekst med forventninger, krav mv. fra både de andre børn og de voksne. Omvendt vil mislykket deltagelse potentielt have den modsatte effekt, hvor negative erfaringer kan bremse barnets sociale udvikling¹⁰.

Der kan være betingelser i fritidsfællesskabet, der udgør en begrænsning for barnets dannelse af relationer og dermed for barnets mulige udvikling. Det kan fx være, at aktiviteter ikke er tilgængelige for barnet, eller at børnefællesskabet er svært at blive en del af, hvis der fx er en stærk konkurrencementalitet¹¹.

Vellykket deltagelse i fællesskaber vil styrke børn med handicaps følelse af tilhørsforhold og reducere følelsen af isolation. Gennem positive erfaringer i fritidsaktiviteter kan de også udvikle nye interesser og kompetencer, som bidrager til deres personlige udvikling. Et aktivt fritidsliv har derfor potentiale til at have stor betydning for barnets udvikling, trivsel og mestring af hverdagen. Det kan være med til at styrke barnets tro på egne muligheder for at mobilisere sine styrker. Deltagelse i et fritidsfællesskab kan således give en mulighed for, at børnene får vigtige succesoplevelser og erfaringer, som de kan tage med videre¹².

Fritidsliv styret af barnets ønsker

Fritidsklar har fokus på barnets ønsker. De to primære grunde til, at børn generelt er aktive i deres fritid, er interesser og relationer. Dette gælder også for børn med handicap. Fritidslivet tilbyder børn et selvvalgt rum, hvor de kan følge deres interesser og nysgerrighed. Her kan de sammen med andre dyrke noget, som de er gode til eller har en særlig interesse for.

Skolen fylder meget i alle børns hverdagsliv. For nogle børn med handicap vil der også være ekstra aktiviteter i forbindelse med skolen, og mange har fast fysioterapi eller anden træning, som de skal passe på grund af deres handicap. Det betyder, at mange af de fællesskaber, som børn med handicap færdes i, er fastlagt af andre¹³. Her repræsenterer fritidsfællesskabet en anden mulighed, hvor de selv vælger at deltage.

8 Bøttcher & Dammeyer, 2020.

9 Ibid.

10 Bøttcher & Dammeyer, 2020; Midtsundstad, 2013; Bergkvist et al., 2020; Hallberg & Hallberg, 2018; Nyquist et al., 2020; Løberg, 2021.

11 Christensen & Hansen, 2015.

12 Hallberg & Hallberg, 2018; Bergkvist et al., 2020; Kissow & Klasson, 2021; Midtsundstad, 2013.

13 Bergkvist et al., 2020; Baksjoberget et al., 2017.

Ved at fokusere på individuelle interesser kan fritidsdeltagelse skabe en følelse af ejerskab og motivation, som er afgørende for vedvarende engagement og potentielt kan spille en vigtig rolle for barnets identitetsudvikling. I indsatsen understøttes dette blandt andet gennem et fokus på at afdække barnets egne ønsker og drømme om fritidsaktiviteter og sætte disse i centrum for fritidsvejledningen og matchet mellem barn og fritidsfællesskab. Dette understøtter barnets oplevelse af at blive hørt og set som selvstændig aktør i eget liv.

Involveret deltagelse

Fritidsklar forstår deltagelse som involveret deltagelse. For at opnå de positive gevinster af deltagelsen er det vigtigt, at der er tale om involveret deltagelse. For deltagelse handler om mere end at være til stede. Ved involveret deltagelse oplever barnet medbestemmelse, handlemuligheder og tilknytning. Det er derfor vigtigt at forstå deltagelse som at være involveret i aktiviteter, fællesskab og beslutninger på lige fod med de andre deltagere¹⁴.

Involveret deltagelse kan blandt andet give barnet en oplevelse af engagement, motivation, vedholdenhed, følelsesmæssig tilknytning og social forbundethed.

Hvilke dele af en fritidsaktivitet, der er vigtige for et barn at være del af for at få oplevelsen af involveret deltagelse, kan variere fra barn til barn¹⁵. For et barn kan det at have en særlig opgave med at have styr på bolde og drikke-dunke uden for banen være involveret deltagelse i et fodboldfællesskab. For et andet barn vil involveret deltagelse også omfatte at være på banen som spiller i et eller andet omfang. Det vigtige er her, at deltagelsen giver barnet og de andre deltagere en følelse af fællesskab, hvad enten det er gennem at have sin egen plads og definerede rolle at udfylde på holdet eller ved at deltage på samme måde som de andre deltagere.

Fritidsklars organisatoriske forudsætninger

For at *Fritidsklar* kan implementeres, skal en række organisatoriske forudsætninger være til stede og/eller udvikles i forbindelse med opstart af indsatsen i kommunen og hos de lokale aktører.

Organisering af den kommunale praksis varierer, og blandt fritidstilbud ses også store variationer i tilbudstyper, organisering og samarbejdsformer. De organisatoriske forudsætninger for indsatsen er derfor formuleret, så der er mulighed for lokal fortolkning, men vedrører samtidig forhold, som må være på plads, uanset lokale variationer i organisationen. De er beskrevet nedenfor.

Organisering og samarbejde

Fritidsklar har fokus på, hvordan kommunen gennem fritidsvejledning kan bidrage til at bygge bro mellem barnet og dennes familie på den ene side, og de lokale fritidstilbud på den anden. For at kunne løfte denne opgave må der etableres et samarbejde omkring indsatsen, som både involverer:

- de fagpersoner i kommunen, som har viden om og kontakt til de lokale fritidstilbud
- de fagpersoner i kommunen, som har viden om og kontakt til målgruppen
- de fritidstilbud, hvis fællesskaber skal åbne sig for deltagere med handicap.

¹⁴ Bergkvist et al., 2020; Nyquist et al., 2020; Kissow & Klasson, 2021.

¹⁵ Ibid.

Indsatsen bør forankres der, hvor det ud fra faglige og organisatoriske hensyn samlet set er mest hensigtsmæssigt i den enkelte kommune. Det vil typisk være i kultur- og fritidsforvaltningen, men det kan også være i fx socialforvaltningen. Det væsentlige er at finde en model, hvor de fagprofessionelle har viden om og adgang til fritidsområdet og/eller om målgruppen samt erfaring med at samarbejde med frivillige foreninger og organisationer.

Ved implementering af *Fritidsklar* er det væsentligt at sikre, at de forskellige ledelsesniveauer i kommunen understøtter implementering af indsatsen. Det er ligeledes væsentligt, at det daglige ledelsesansvar er tydeligt, og at den daglige leder sørger for at følge op på implementeringen af indsatsen både opad og udadtil i organisationen. Ledelsesopgaven omfatter et løbende fokus på at sikre ejerskab til og motivation for indsatsen.

Kompetencer og viden

Fritidsklar forudsætter, at de involverede aktører har viden og kompetencer til at udforske, planlægge og støtte processen for at få børn med handicap til at deltage i fritidsfællesskaber.

Fritidsvejlederen er central i indsatsen og bør vælges med omhu. En del af opgaven består af at koordinere og skabe kontakter mellem aktørerne. Fritidsvejlederen skal derfor have viden om, hvordan det lokale fritidsliv er organiseret, interne arbejdsgange med kolleger i andre forvaltninger og de konkrete muligheder og udfordringer, der kan være for børn med handicap. For vejledningsdelen er det en fordel, at fritidsvejlederen har en grundlæggende viden om og forståelse for børn med handicap og de barrierer, de typisk møder i hverdagen. I nogle vejledningsforløb vil fritidsvejlederen skulle arbejde med barnets motivation og selvværd for at kunne finde frem til et godt match med et fritidstilbud, ligesom der også kan være behov for at støtte forældrene i at se mulighederne for deres barns fritidsliv. Det kan kræve en del relationsarbejde, hvilket vejlederen skal have kompetencer til at løfte.

Ressourcer og rammeforhold

For at implementere *Fritidsklar* er det nødvendigt med en solid rammesætning, hvor indsatsens råderum og ressourceforbrug er beskrevet tydeligt, så der sikres en klar rollefordeling og forventningsafstemning mellem alle parter. Der skal afsættes ressourcer til at udføre opgaven – i kommunen og i fritidstilbuddene. Det gælder særligt i opstarten, hvor nye samarbejder skal opdyrkes, kommunikations- og rekrutteringsmaterialer skal udvikles, og vejledningsforløb igangsættes. Men det gælder også i driftsperioden, hvor relationer til både familier og tilbud i allerede påbegyndte forløb skal vedligeholdes, og der fortsat skal sættes nye vejledningsforløb i gang.

Det er afgørende, at ledelsen allokere de nødvendige ressourcer til indsatsen. Der kan være en vis variation i fritidsvejlederens tidsforbrug afhængigt af fx den rekrutteringsvej, som kommunen arbejder med, barnets behov for følgeskab i opstarten og af fritidstilbuddets behov for vejledning og støtte til inklusionsopgaven. Kommunen kan evt. indgå et samarbejde med en ekstern part omkring fritidsvejlederopgaven, ligesom det kan være hensigtsmæssigt at frikøbe personer med tæt kontakt til målgruppen, det kan fx være lærere, ungeambassadører, foreningsfolk, PPR-medarbejdere eller boligsociale medarbejdere.

Ud over ressourcer til fritidsvejlederopgaven kan der være behov for at allokere ressourcer til økonomisk støtte til fx kontingent, udstyr, lejrture, transport, ledsager mm., hvor familiens økonomi udgør en barriere for deltagelsen, og hvor disse udgifter ikke kan finansieres af allerede eksisterende ordninger.

Fritidstilbuddenes rolle

Ledelsesopbakning i fritidstilbuddet er en forudsætning for, at der kan arbejdes med deltagelse af børn med handicap i tilbuddets aktiviteter. Det gælder uanset, om det er et kommunalt fritidstilbud eller et tilbud forankret i det lokale foreningsliv.

Større frivillige organisationer, der lykkes med inklusion af deltagere med handicap, arbejder med at fremme inklusion gennem:

- fleksibel organisering
- opmærksomhed på organisationskultur og fællesskab
- kompetenceudvikling
- fysiske rammer
- samarbejde med eksterne parter¹⁶.

Ikke alle frivillige organisationer og foreninger har strategisk fokus på, hvordan organisationen kan styrke fritidsfællesskabets inklusionsarbejde, og lokale fritidstilbud kan være organiseret og drevet forholdsvist uafhængigt af landsdækkende organisationer. Oftest er det de lokale frivillige, der står for planlægning og ledelse af aktiviteter, som har en personlig relation til de deltagende børn, og som koordinerer med andre frivillige og med forældrene.

16 Rambøll, 2020.

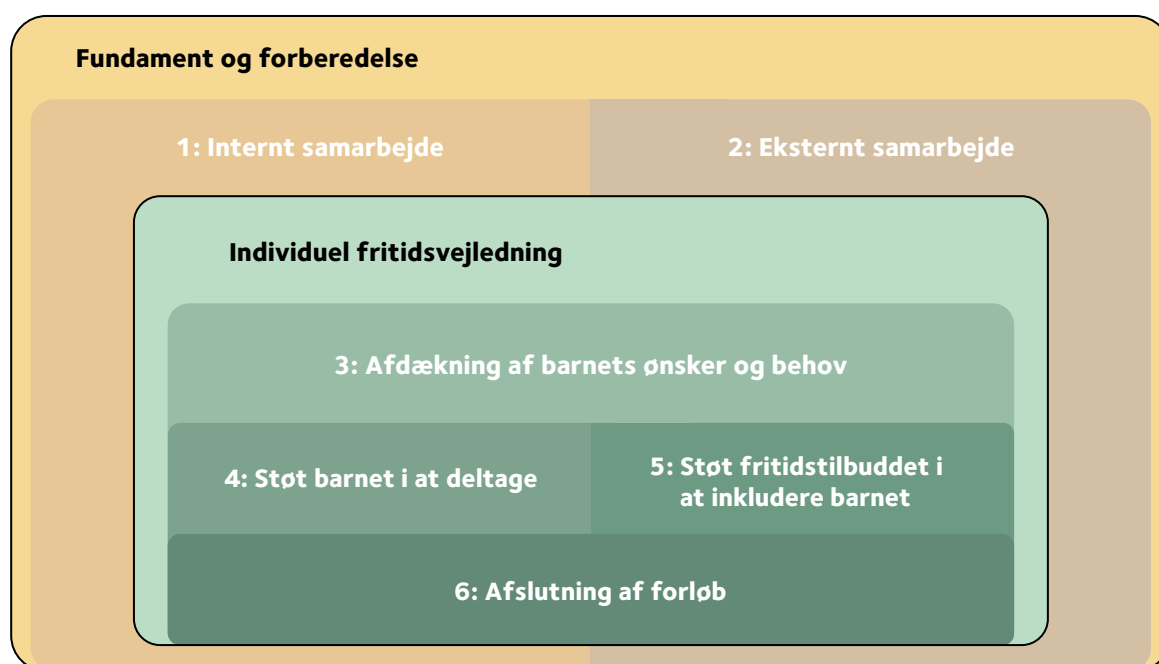
Fritidsklars opbygning og kerneelementer

Fritidsklar består af to dele:

- Forberedelse og fundament
- Individuel fritidsvejledning

Forberedelse og fundament er det organisatoriske arbejde omkring at etablere samarbejde omkring børn og unge med handicaps deltagelse i fritidsfællesskaber. Denne del er beskrevet i to kerneelementer. Kerneelement 1 har fokus på det interne samarbejde på tværs af kommunens forvaltninger, og kerneelement 2 har fokus på det eksterne samarbejde mellem kommunen og de lokale foreninger og fritidstilbud.

Den individuelle fritidsvejledning er den borgerrettede del af indsatsen. Denne del er beskrevet i fire kerneelementer. Kerneelement 3 omhandler afdækningen af barnets ønsker, forudsætninger og muligheder, kerneelement 4 og 5 har fokus på brobygningen mellem barn og tilbud, og kerneelement 6 omhandler afslutning af det individuelle forløb med fokus på forankring og konstruktiv erfaringsdannelse.



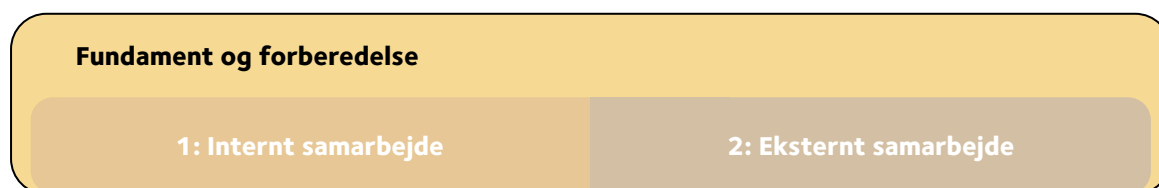
Det hele er præsenteret nærmere på de følgende sider. Her beskrives, hvad det enkelte kerneelement handler om, hvorfor det er vigtigt at arbejde med kerneelementet, og hvordan man som kommune kan gøre det i praksis.

Forberedelse og fundament

I arbejdet med *Fritidsklar* skal kommunen fokusere på at etablere et fundament af fælles forståelse, viden og ramme for samarbejdet mellem både interne og eksterne aktører. Det skal være tydeligt, hvem der har ansvar for hvad, og hvilke forventninger der er til hinanden. Kommunen skal fastlægge rammerne for samarbejdet og for tilbuddet om fritidsvejledning – herunder hvad det indeholder, og hvordan det organiseres – inden børnene tilbydes forløb.

Dette er beskrevet i:

- Kerneelement 1: Opbyg samarbejde internt i kommunen
- Kerneelement 2: Opbyg samarbejde mellem kommune og lokale fritidstilbud



Arbejdet med kerneelement 1 og 2 vil fylde mest i forbindelse med opstart af *Fritidsklar*, men der er også dele, som kræver løbende opmærksomhed i det videre arbejde. Rekruttering er fx en kontinuerlig opgave, hvor der kan være behov for at justere tilgangen undervejs, enten for at øge eller begrænse tilstrømningen. Derfor er det vigtigt, at man løbende genbesøger og justerer i arbejdet, når det bliver relevant i takt med indsatsens drift.

Kerneelement 1: Opbyg samarbejde internt i kommunen

Etabler et samarbejde mellem relevante forvaltninger og fagområder i kommunen, så de medarbejdere, der spiller en rolle i indsatsen, har en fælles forståelse for og viden om deltagelse og fritidsliv for børn med handicap.

Faglig begrundelse

Børn med handicap og deres familier har typisk kontakt med flere dele af kommunen, fx socialforvaltningen, skolen/PPR og sundhedstilbud. Derfor er der en bred vifte af fagpersoner på tværs af forvaltninger, som hver især kan bidrage væsentligt til en indsats, der understøtter deltagelse i fritidsfællesskaber.

Medarbejdere på kultur- og fritidsområdet har ofte et indgående kendskab til lokale fritidstilbud og samarbejder med foreninger, frivilligcentre og NGO'er, men har måske begrænset kontakt til målgruppen. Omvendt har fagpersoner på socialområdet, i skolen/PPR og i sundhedsplejen tæt kontakt med børn med handicap og deres forældre, men mangler måske indsigt i fritidstilbuddenes muligheder.

Derfor er det vigtigt, at fagpersoner fra forskellige forvaltninger og fagområder involveres i et samarbejde, der skaber fælles sprog og forståelse for deltagelse og fritidsliv for børn med handicap. Samtidig bør der etableres klare arbejds-gange for rekruttering og henvisning til fritidsvejledning.

Et velfungerende internt samarbejde og koordination har stor betydning for familiernes oplevelse af at blive set og hørt i forhold til de udfordringer og behov, de møder i hverdagen med et barn med handicap. Det bidrager også til oplevelsen af, at kommunens aktører arbejder mod et fælles mål¹⁷.

Når samarbejdet mellem fagpersoner på tværs af kommunens grene styrkes, øges sammenhængskraften i indsatsen. Det giver bedre muligheder for at arbejde målrettet og med meningsfulde løsninger for den enkelte familie. Samtidigt styrkes fagpersonernes forståelse for hinandens kompetencer og arbejdsområder¹⁸.

Praksisbeskrivelse

Kommunen bør gøre sig grundige overvejelser om, hvordan indsatsen organiseres og bemandes. Det vil variere fra kommune til kommune, hvor det er mest hensigtsmæssigt at forankre indsatsen organisatorisk. Uanset placering og ledelsesmæssigt ophæng vil der være behov for koordinering med øvrige indsatser på både fritids- og socialområdet samt en målrettet indsats for rekruttering af børn.

Rekruttering kan fylde meget, og det er derfor vigtigt at samarbejde med de fagpersoner, der har kendskab til børnene og deres familier. Det sikrer en stabil tilgang af børn til indsatsen og understøtter en bæredygtig implementering og drift. Der skal træffes en række administrative beslutninger om, hvordan børn kan blive en del af indsatsen, hvilke kommunale systemer der skal understøtte arbejdet, og hvordan registrering af deltagere og deres forløb håndteres på en forsvarlig måde. Det skal også overvejes og besluttet, hvordan kommunen skal sprede kendskabet til tilbuddet om fritidsvejledning både direkte til familier med børn i målgruppen og til fagpersoner omkring børnene.

Børn med handicap har forskellige behov for støtte, og indsatsen skal være fleksibel for at kunne imødekomme disse behov. Det er vigtigt, at kommunen overvejer og beslutter, hvordan atypiske forløb håndteres. Det kan fx være ved frafald eller i situationer, hvor barnets fritidsdeltagelse af en eller anden grund må sættes på pause. Her er det væsentligt at have en retningslinje til, hvordan fritidsvejlederen skal agere i relation til barnet og familien.

De konkrete opgaver og overvejelser knyttet til det interne samarbejde på tværs i kommunen er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til internt og eksternt samarbejde* med tilhørende materialer, hvor følgende temaer behandles:

- Organisering af indsatsen
- Fælles fagligt afsæt og klar rollefordeling
- Rekruttering af børn i målgruppen
- Oversigt over lokale fritidstilbud

17 Rambøll, 2021.

18 Ibid.

Kerneelement 2: Opbyg samarbejde mellem kommune og lokale fritidstilbud

Etabler et samarbejde mellem kommunen og de lokale fritidstilbud, så der opbygges tilgængelig og opdateret viden om de lokale muligheder og fælles forståelse af opgaven med at understøtte børn med handicaps deltagelse.

Faglig begrundelse

Fritidstilbud og -fællesskaber kan have mange former og udspille sig i forskellige arenaer – både i kommunale tilbud som klubber og musikskoler, i private tilbud som danseskoler og rideskoler, og i foreningslivet i form af fx fodbold-klubber, politiske foreninger mv. Kommunen vil typisk allerede have et samarbejde med lokale foreninger, og indsatsen bliver derfor en del af eller udbygning af et eksisterende samarbejde¹⁹.

Store dele af fritidsområdet er båret af frivillighed med varierende og evt. begrænsede ressourcer. Samarbejdet skal tage udgangspunkt i den virkelighed og kunne rumme de forskellige kompetencer og ressourcer, som både kommunen og fritidstilbuddene bringer med sig²⁰. Opgaver og ansvar skal fordeles på en måde, der giver mening for alle involverede parter – både kommunale aktører, private fritidstilbud og frivillige organisationer.

Et godt kendskab til hinanden og til de rammer, man indgår i, kan være med til at forebygge og håndtere de udfordringer, der kan opstå i et samarbejde på tværs. Det styrker også tilliden og skaber bedre forudsætninger for et bæredygtigt samarbejde²¹.

En væsentlig barriere for deltagelse i fritidsfællesskaber for børn med handicap er, at familier kan have svært ved at gennemskue, hvad en konkret fritidsaktivitet indeholder, og dermed også, hvilke muligheder aktiviteten kan tilbyde deres barn. Derfor er det vigtigt, at samarbejdet mellem kommunen og fritidstilbuddene har fokus på at gøre viden om det lokale udbud tilgængelig. Det gælder både viden om fysisk, pædagogisk og social tilgængelighed, muligheder for tilpasning og eventuelle krav til deltagerne²².

Praksisbeskrivelse

Et godt samarbejde bygger på en fælles forståelse af indsatsens formål og rammer. Denne fælles forståelse skal danne retning for samarbejdet og understøtte ejerskab og motivation hos både kommunale aktører og fritidstilbuddene.

Mange kommuner vil allerede have et samarbejde med de lokale aktører på fritidsområdet. Her er det væsentligt at udbygge samarbejdet med en viden om, hvordan kommune og tilbud i fællesskab kan arbejde på at understøtte børn med handicaps deltagelse. Det handler om at identificere nye muligheder og om at styrke den gensidige forståelse for, hvordan kommunen kan understøtte foreningerne i at inkludere børn med handicap, og hvordan foreningerne kan bidrage til kommunens indsats. Det er vigtigt med en tydelig forventningsafstemning og drøftelse af rammer for samarbejdet, ressourcer og mål for samarbejdet.

En vigtig del af samarbejdet med fritidstilbuddene handler også om at skabe et overblik over, hvilke tilbud der findes lokalt. Dette overblik er afgørende for, at fritidsvejlederen har et konkret udgangspunkt for vejledningen og kan matche børn med relevante aktiviteter. Det kan også være relevant at række ud til nabokommuner for at undersøge, om

19 Rambøll, 2017.

20 Socialstyrelsen, 2022; Espersen og Olsen, 2018.

21 Rambøll, 2017; Andersen, 2006; Andersen & Espersen, 2017; Ilsen & Espersen, 2016; Socialstyrelsen, 2021b; Espersen et al., 2021.

22 Midtsundstad, 2013; SUMH u.å.

der findes lignende indsatser eller aktører, der arbejder med samme målgruppe. Et bredt netværk og kendskab til tilbud i et lidt større område styrker fundamentet og giver flere muligheder for børnene.

De konkrete opgaver og overvejelser knyttet til det eksterne samarbejde mellem kommune og de lokale fritidstilbud er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til internt og eksternt samarbejde* med tilhørende materialer, hvor følgende temaer behandles:

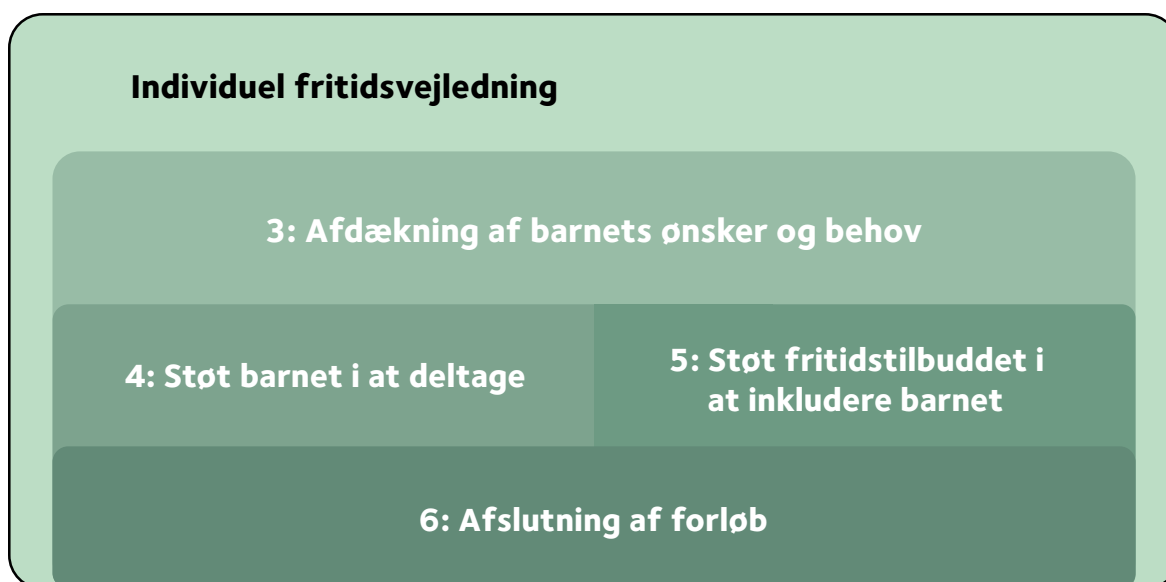
- Organisering af samarbejdet på tværs
- Fundament for et godt samarbejde
- Rekruttering af fritidstilbud
- Generel synlighed af lokale fritidstilbud

Individuel fritidsvejledning

Den anden del af *Fritidsklar* er individuel fritidsvejledning, som kan give en håndsrækning til både barnet og familien og til de lokale fritidstilbud, så de kan komme i gang.

Et vejledningsforløb består af afdækning, brobygning og afslutning. De fire kerneelementer, der beskrives nedenfor, beskriver disse og er en samlet beskrivelse af fritidsvejlederens arbejde med individuelle forløb.

- **Afdækning** handler om at skabe overblik over barnets ønsker og forudsætninger og matche det sammen med de lokale muligheder. Dette er udfoldet i kerneelement 3.
- **Brobygning** handler om at skabe forbindelse mellem barnet og fritidstilbuddet ved både at støtte barnet og ved at støtte fritidstilbuddet. Dette er udfoldet i kerneelement 4 og 5.
- **Afslutning** handler om at sikre, at barnets deltagelse i fritidslivet kan fortsætte uden fritidsvejlederens direkte medvirken. Dette er udfoldet i kerneelement 6.



Kerneelement 3: Afdæk barnets interesser, ønsker og behov samt mulighederne i det lokale udbud af fritidsaktiviteter

Afdæk og udforsk sammen med barnet og forældrene ønsker, muligheder og barrierer for et aktivt fritidsliv. Dette skal sikre et godt match og tilrettelæggelse af en god proces omkring deltagelse.

Faglig begrundelse

Gennem barnets egne valg skabes de bedste forudsætninger for involveret deltagelse i et fritidsfællesskab²³. For at deltagelse i et fritidsfællesskab kan give mening for barnet, må der tages udgangspunkt i barnets ønsker, behov og forudsætninger for deltagelse, men også i forældrenes forudsætninger for at støtte op om barnets fritidsliv.

Afdækning og udforskning af barnets ønsker, muligheder og forudsætninger bidrager til at opbygge en forståelse af barnets perspektiv, hvilket er afgørende for tilrettelæggelse af en god proces for både opstart og deltagelse i fritidsfællesskabet. Samtidig kan afdækningsprocessen skabe tillid mellem barnet og fritidsvejlederen – en tillid, som er afgørende for, at barnet føler sig tryk ved at dele sine ønsker og bekymringer og får mod på at prøve noget nyt²⁴.

Familiens støtte er en afgørende faktor for barnets mulighed for at deltage i fritidsfællesskaber. Familiens muligheder for at støtte barnets deltagelse afhænger af familiens generelle hverdag og fritidsliv samt tid og ressourcer – både socioøkonomisk, mentalt og emotionelt²⁵.

Praksisbeskrivelse

Afdækningen handler primært om, at fritidsvejlederen sammen med de involverede skal tage sig god tid til at være nysgerrig og undersøgende på en række temaer. Dette foregår typisk ved et eller flere møder med barnet og familien og ved kontakt til fritidstilbuddets aktivitetsansvarlige.

Fritidsvejlederen skal oparbejde et dækkende billede af barnets interesser og forudsætninger for deltagelse i et fritidsfællesskab og af forældrenes forudsætninger for at støtte op om deltagelsen. Fritidsvejlederen skal med afsæt i den fælles forståelse vejlede i valget af et fritidstilbud, der matcher barnets interesser og forudsætninger for deltagelse.

Nogle børn kan have brug for at blive introduceret til flere muligheder, før de kan vælge, mens andre har en klar idé om, hvad de ønsker. Kendskab til de lokale fritidsmuligheder og forventningsafstemning mellem kommune og fritidstilbud er derfor væsentligt for at planlægge en god proces for barnets deltagelse. Fritidsvejlederen skal være nysgerrig på fritidstilbuddets organisering, fysiske rammer, årshjul for hold, etablerede veje omkring opstart for nye deltagere mv. Ud fra denne viden kan man i fællesskab tale sig frem til fritidsaktivitetens tilgængelighed både fysisk og socialt, og derudfra blive konkrete på tilpasningsbehov og muligheder for støtte.

23 Bergkvist et al., 2020; Hallberg & Hallberg, 2018; Nyquist et al., 2020.

24 Midtsundstad, 2013.

25 Steinhardt et al., 2021; Kissow & Klasson, 2021; Andersen, 2020.

De konkrete opgaver og overvejelser knyttet til afdækningen er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til individuel fritidsvejledning* med tilhørende materialer, hvor følgende temaer behandles:

- Barnets ønsker
- Motivation
- Barnets forudsætninger
- Familiens muligheder
- Lokale muligheder og valg af fritidstilbud

Kerneelement 4: Støt barnet i at deltage i fritidsfællesskabet

Fritidsvejlederen skal støtte barnet efter behov i perioden op til og hen over den første tid med deltagelse i den valgte fritidsaktivitet for at sikre en tryk proces. Tilrettelæg planen for dette sammen med barnet og dennes forældre samt med den aktivitetsansvarlige i den valgte fritidsaktivitet.

Faglig begrundelse

Børn med handicap kan have andre barrierer for deltagelse end børn uden handicap. Det kan fx handle om deres selvopfattelse og identitet eller om motivation, men for nogle børn vil der også være barrierer i form af smerter, hurtigere udtrætning eller lignende følgeudfordringer, som kan nødvendiggøre en mere blivende støtte eller tilpasning²⁶.

Det er derfor vigtigt, at barnet med handicap oplever en tryk proces og får en god start i en fritidsaktivitet. Herunder er det vigtigt, at barnet støttes i at forstå fritidsfællesskabets struktur og regler, at kunne se sig selv i fællesskabet i forhold til egne ressourcer og roller, samt at kunne se mening i fritidsaktiviteten²⁷.

Barnets perspektiv er en væsentlig kilde til at forstå både ressourcer og barrierer for deltagelse og vil bidrage til at sikre, at der findes frem til relevante understøttende tiltag. Ved at inddrage og anvende barnets perspektiv gennem hele forløbet kan fritidsvejlederen skabe en mere nuanceret og helhedsorienteret forståelse af barnet og den hverdag, fritidsdeltagelsen skal indgå i²⁸.

Praksisbeskrivelse

Støtten til barnet og brobygningen til fritidstilbuddet skal altid tage udgangspunkt i afdækningen og de forhold, som er kommet frem der. Støtten kan således antage meget forskellige former, men for mange børn vil særligt opstarten i fritidstilbuddet kræve følgeskab i et eller andet omfang og støtte til at forstå konteksten og føle sig tryk. Derudover kan konkrete aftaler omkring omgåselse eller fjernelse af eventuelle barrierer for barnets deltagelse være en stor støtte til barnet og familien.

Uanset formen og omfanget af støttebehovet styrker det kvaliteten af indsatsen, når børnene selv får mulighed for at bidrage med deres oplevelser og ønsker, når I skal tilrettelægge støtten.

Fritidsvejlederen er ansvarlig for at holde styr på kommunikation og aftaler. Hvorvidt aftalerne er mundtlige eller skriftlige, vil afhænge af deres kompleksitet og af både barnets og fritidstilbuddets behov. Planer og aftaler tilrettelægges altid sammen med barnet og dennes forældre for at understøtte barnets erkendelse af egne styrker og udfor-

26 KISSOW & KLASSON, 2021; STEINHARDT ET AL., 2021; LAURUSCHKUS ET AL., 2017.

27 MIDTSUNDSTAD, 2013.

28 BENGTSSON & OLSEN, 2021.

dringer, samt for at kunne formulere en meningsgivende strategi for deltagelse i det nye fællesskab. Forældrene skal inddrages i dette for at kunne støtte barnet bedst muligt.

Efter opstarten skal fritidsvejlederen følge op på aftaler og evt. justere disse efter behov. Støtten til barnet er således dynamisk og vil løbende skulle tilpasses ud fra de erfaringer, som gøres.

De konkrete opgaver og overvejelser knyttet til brobygningen er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til individuel fritidsvejledning* med tilhørende materialer, hvor følgende temaer behandles:

- Aftaler omkring deltagelse
- Støt barnets deltagelse
- Støt fritidstilbuddet i at modtage barnet
- Vurder match mellem barn og fritidstilbud

Kerneelement 5: Støt fritidstilbuddet i at modtage og inkludere barnet i fritidsfællesskabet

Fritidsvejlederen skal støtte det valgte fritidstilbud i at modtage og inkludere barnet i perioden op til og undervejs i barnets opstart i fritidsaktiviteten for at sikre en tryk proces. Det gælder både almene fritidstilbud, og de, der er særligt tilrettelagte. Tilbyd rådgivning og en individuelt tilrettelagt proces, så fritidstilbuddets forudsætninger for at modtage og inkludere barnet i fritidsfællesskabet understøttes.

Faglig begrundelse

Deltagelse er en proces, som både involverer det deltagende barn og det fællesskab, som deltagelsen skal udspille sig i. Fritidstilbud er meget forskellige. I nogle tilbud kan barnet deltage på forskellige måder ud fra individuelle hensyn, mens andre har mere fastlagte deltagelsesroller. Uanset aktiviteten har de aktivitetsansvarlige brug for at være klædt på til opgaven. I kommunale fritidstilbud vil der være voksne ansatte, som fungerer som ledere og aktivitetsansvarlige (evt. sammen med unge frivillige). Her vil der også være stor variation i, hvor inkluderende og tilgængelige de enkelte tilbud er ud fra både tilbuddets indhold, struktur og ledelse.

Det handler både om, at tilbuddet skal være tilgængeligt for barnet, fritidstilbuddets aktivitetsansvarlige skal have kompetencer til at understøtte barnets deltagelse, og deltagerfællesskabet skal være indstillet på at tage imod barnet med handicap.

Forforståelser og fællesskabets mekanismer i enten at fokusere på barnets udfordringer eller ressourcer kan være helt afgørende for, om det enkelte barn reelt oplever, at deltagelsen i fritidsfællesskabet er ligeværdig²⁹. Børn med handicap oplever ofte, at fokus er på deres anderledeshed, og de føler sig derfor ofte uden for fællesskabet.

Det er afgørende for barnets motivation og muligheder for deltagelse, at det oplever, at fritidstilbuddet er tilgængeligt. Både helt konkret i forhold til fysisk adgang til deltagelse og mere abstrakt i forhold til, om tilbuddets aktiviteter, strukturer og forventninger er tydelige for deltagerne, herunder det sociale og relationelle samspil omkring fx omklædningsrum og aktiviteter³⁰.

29 Steinhardt et al., 2021; Kissow & Klasson, 2021; Andersen, 2020; Redd barna, 2021.

30 Steinhardt et al., 2021; Andersen, 2020; Kissow & Klasson, 2021; Midtsundstad 2013.

Praksisbeskrivelse

Støtten til brobygningen i fritidstilbuddet skal altid tage udgangspunkt i de forhold, der er kommet frem i afdækningen, og i det konkrete tilbuds muligheder for tilpasning og støtte. Støtten kan således antage meget forskellige former.

Ofte kan små justeringer gøre en stor forskel, ligesom støtte i starten eller i specifikke situationer kan være afgørende for barnets oplevelse af at deltage. Der kan også være behov for, at man arbejder mere direkte med at styrke fællesskabet i tilbuddet, fx gennem aktiviteter med fokus på ligheder og styrker frem for forskelle. Dette kan med fordel ses som en generel styrkelse af deltagerfællesskabet mere end som en særlig indsats i relation til det specifikke barns deltagelse.

De voksne i fritidstilbuddet har ansvaret for at skabe rammer, som muliggør barnets deltagelse. De voksne og unge frivillige i tilbuddet har typisk erfaring med at indsluse nye børn i fællesskabet, men der kan være behov for at få sparring og specifik viden om særlige forhold, som gør sig gældende for barnet, ligesom en makkerordning kan være med til at sikre en tryk oplevelse for barnet³¹. Derudover kan der være behov for konkrete aftaler omkring omgøelse eller fjernelse af eventuelle barrierer for barnets deltagelse.

Fritidsvejlederen er ansvarlig for at holde styr på kommunikation og aftaler samt at støtte fritidstilbuddet i at tage godt imod barnet. Hvorvidt aftalerne er mundtlige eller skriftlige, vil afhænge af deres kompleksitet og af både barnets og fritidstilbuddets behov. Efter opstarten skal fritidsvejlederen følge op på aftaler og evt. justere disse efter behov. Planen er således dynamisk og vil løbende skulle tilpasses ud fra de erfaringer, som gøres.

Fritidsvejlederen har også en mere generel rolle i at støtte fritidstilbuddenes viden om og forståelse af målgruppen. Dette kan gøres på forskellige måder. Fx kan fritidsvejlederen dele sin viden, stille sig til rådighed for sparring og/eller afholde temaarrangementer for de lokale aktører.

De konkrete opgaver og overvejelser knyttet til brobygningen er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til individuel fritidsvejledning* med tilhørende materialer, hvor følgende temaer behandles:

- Aftaler omkring deltagelse
- Støt barnets deltagelse
- Støt fritidstilbuddet i at modtage barnet
- Vurder match mellem barn og fritidstilbud

Kerneelement 6: Afstemt afslutning af forløb

Fritidsvejlederen skal i samarbejde med barnet, familien og fritidstilbuddet lave tydelige aftaler og udarbejde en plan for, hvordan barnets forløb med fritidsvejlederen afsluttes. Planen skal indeholde aftaler om, hvordan aktiviteten kan fortsætte uden fritidsvejlederens støtte.

Faglig begrundelse

Den individuelle støtte fra en fritidsvejleder er et tidsbegrænset tilbud og har til formål at inkludere barnet i et ønsket fællesskab og give barnet og familien en positiv erfaring omkring deltagelse. Det er afgørende, at støtten er tidsbe-

31 Andersen, 2020; Steinhardt et al., 2021; Lauruschkus et al., 2017.

grænset, så barnet og familien oplever mestring ved at stå på egne ben efter indsatsen. Barnet og familien må altså fx ikke blive afhængige af støtte fra fritidsvejlederen til deltagelse fra gang til gang ud over en afgrænset periode.

For børnene er det væsentligt, at indsatsen resulterer i en positiv oplevelse af at kunne deltage og føle sig velkommen i et ønsket fritidsfællesskab. Dette skal omsættes til læring om egen mestringsevne, så barnet og familien derigennem får en styrket bevidsthed og viden om deres evner og muligheder. Dette vil bidrage til deres forståelse af, hvordan de kan håndtere deltagelse i andre fællesskaber, og arbejde med at håndtere eventuelle fremtidige udfordringer i fællesskabet³².

Praksisbeskrivelse

Den lokale fastlæggelse af ramme, proces og omfang for et typisk forløb, herunder tilpasningsmuligheder samt kriterier for disse, udgør en vigtig rettesnor for fritidsvejlederen og kan kommunikeres tydeligt til barnet og forældre gennem hele forløbet, så forventninger til forløbet kan være afstemte og realistiske fra start.

Når afslutningen af forløbet nærmer sig, skal fritidsvejlederen hjælpe både barnet, dennes forældre og fritidstilbuddet med at vurdere det fortsatte behov for faste aftaler. De aftaler, som vurderes nødvendige for at understøtte barnets fortsatte deltagelse i fritidsfællesskabet, formuleres klart og med udgangspunkt i, at de skal være realistiske for alle parter at efterleve. Alle aftaler kommunikeres til alle parter.

Derudover skal fritidsvejlederen hjælpe barnet og familien med at omsætte deres oplevelser fra forløbet til viden om, hvad de har lært i forhold til at indgå i dialog med et fritidstilbud, og dermed støtte en positiv erfaringsdannelse, som rækker ud over den konkrete deltagelsesoplevelse. Der aftales evt. et tidspunkt for opfølgning efter, at forløbet er afsluttet, hvor barnet og familien har stået på egne ben i en periode.

De konkrete opgaver og overvejelser knyttet til afslutningen er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til individuel fritidsvejledning* med tilhørende materialer, hvor følgende temaer behandles:

- Tilpas aftaler omkring deltagelse
- Omsætning af erfaringer
- Udfasning og afslutning af fritidsvejleders støtte

32 Videnscenter om handicap, 2024.

Resultater og teori om forandring for Fritidsklar

Fritidsklar er evalueret af VIVE, og resultaterne er publiceret i en evalueringsrapport³³. Nedenstående er en kort opsummering af nogle af evalueringens resultater.

Indsatsens forandringsteori er ligesom indsatsen todelt. Den første del handler om, gennem opbygning af samarbejde internt i kommunen og eksternt med de lokale fritidstilbud, at etablere et solidt fundament for understøttelse af børn og unge med handicaps deltagelse i fritidsaktiviteter. Den anden del handler om de individuelle fritidsvejledningsforløb og den betydning og effekt, de har for børnene.

Internt og eksternt samarbejde

Resultaterne af arbejdet med kerneelement 1 og 2 ud fra det, som er beskrevet i denne indsatsbeskrivelse samt i *Fritidsklar – Guide til internt og eksternt samarbejde*, er blandt andet:

- Kommunen samarbejder internt og deler viden og fælles sprog på tværs.
- Kommunen bruger viden om lokale fritidsaktiviteter og -fællesskaber.
- Fritidsvejledere har forudsætningerne for at arbejde med identifikation, rekruttering og invitation af børn og unge i målgruppen.
- Kommunen samarbejder og deler viden og fælles sprog med lokale fritidsfællesskaber.
- Viden om udbud af fritidsfællesskaber er tilgængelig for børn, unge og familier i indsatsens målgruppe.

Det er konklusionen fra udviklingsarbejdet, at implementering af *Fritidsklar* giver indikation af effekt på ovenstående parametre, samt at indsatsens materialer og redskaber understøtter arbejdet med at opbygge internt og eksternt samarbejde godt.

Individuel fritidsvejledning

Resultater af arbejdet med kerneelement 3, 4, 5 og 6 ud fra det, som er beskrevet i denne indsatsbeskrivelse samt i *Fritidsklar – Guide til individuel fritidsvejledning*, er blandt andet:

Resultater på kort sigt:

- Deltagende børn er inkluderet i fritidsfællesskaber.
- Deltagende børn har opnået en mindsket følelse af ensomhed.
- Deltagende børn har opnået positive erfaringer med at deltage i fritidsfællesskaber.

33 VIVE, 2026.

Resultater på mellemlang sigt:

- Deltagende børn har opnået øget trivsel og livskvalitet.
- Deltagende børn oplever en positiv identitetsudvikling gennem spejling i fællesskaber.
- Deltagende børn er i højere grad inkluderet i (andre) fællesskaber.

Det er konklusionen fra udviklingsarbejdet, at implementeringen af *Fritidsklars* fritidsvejledningsforløb giver indikation af effekt på ovenstående parametre, samt at indsatsens materialer og redskaber understøtter arbejdet med at tilbyde individuel fritidsvejledning godt.

Hvad oplever børnene?

Konklusioner om effekten for børnene er understøttet af en række konkrete eksempler fra kommunerne.

Eksempler på mindsket ensomhedsfølelse:

- Børn og unge giver udtryk for, at de leger med flere børn, end de plejer.
- Børn etablerer sociale relationer til andre børn i fritidsfællesskabet.
- Forældre giver udtryk for, at deres barn trives godt i det nye fritidsfællesskab.
- Afsmittende effekt, hvor også børn, som ikke har været en del af indsatsen, men som er i målgruppen, starter i samme fritidsfællesskab.

Eksempler på effekt i trivsel, livskvalitet og selvtillid:

- Tilkendegivelser fra børn, der glæder sig til at komme til fritidsaktivitet, og er stolte af deres bedrifter i fritidsfællesskabet (score mål, slå golfbold langt, ride, ramme plet til skydning).
- Forældre giver udtryk for, at deres barn er modnet, er mindre sensitiv, har mindre separationsangst.
- Ud over en positiv effekt på barnet kan indsatsen øge hele familiens trivsel.
- Styrket selvtillid gennem mestring af fritidsaktivitet.

Eksempler på mestringsevne og deltagelse i andre arenaer:

- Børn er blevet mere selvhjulpne i forhold til transport.
- Deltagelse i andre fritidsfællesskaber, medlem af elevråd, mod på at blive frivillig.
- Lettet opstart i nyt skoletilbud grundet relationer til skoletilbuddet gennem deltagelse i fritidsfællesskab.

Litteraturliste

Amilon, A. et al. (2016). Personer med handicap. Hverdagsliv og levevilkår. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Andersen, L.L. & Espersen, H.H. (2017). Samskabelse, samproduktion og partnerskaber – teoretiske perspektiver. I: Socialstyrelsen (2017), Partnerskaber og samarbejder mellem det offentlige og civilsamfundet: Støtte til mennesker med psykiske vanskeligheder. Socialstyrelsen.

Andersen, M. M. (2020). Bevægelsesdeltagelse blandt mennesker med svære funktionsnedsættelser. Videnscenter om handicap.

Andersen, N.Å. (2006). Partnerskabelse. Hans Reitzels Forlag.

Baksjøberget, P.E. et al. (2017). Having fun and staying active! Children with disabilities and participation in physical activity – a 15-month follow-up study. *Physical & Occupational Therapy In Pediatrics*, Vol. 37(4): 347–358.

Bengtsson et al. (2011). Børn med en funktionsnedsættelse og deres familier. Den første kortlægning i Norden. SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd.

Bengtsson, T. T. og Olsen, R. F. (2021). Kortlægning af viden om kvalitet i sagsbehandlingen på børne- og ungeområdet: Et litteraturstudie af danske publikationer. Finansieret af Socialstyrelsen. Kbh.: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Bergkvist, T. P. et al. (red.) (2020). Barn og unge med funktionsnedsættelser: Aktivitet og deltagelse i fællesskab. Bergen: Fagbokforlaget.

Børns Vilkår (2019): At stå udenfor. Hvordan styrker vi positive fællesskaber blandt børn og unge? Børns Vilkår og Trygfonden.

Bøttcher, L. & Dammeyer, J. (2020). Handicappsykologi: en grundbog om arbejdet med mennesker med funktionsnedsættelser. Frederiksberg: Samfundslitteratur.

Cacioppo (2008). Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection.

CEFU (2010). Når det er svært at være ung i DK – unges trivsel og mistrivsel i tal. Center for Ungdomsforskning, Aarhus Universitet.

Christensen, G., Koch Hansen, N. (2015). Introduktion til socialkonstruktionisme – videnskabsteori og praksis, Dafolo.

Danske handicaporganisationer (2019). Børn med handicap mangler sociale fællesskaber, <https://handicap.dk/nyheder/ny-undersogelse-boern-med-handicap-mangler-sociale-faellesskaber> [lokaliseret 24.06.2022].

Det Centrale Handicapråd u.å. Survey om fritidsfællesskaber, samt podcastserie, inspirationskatalog og anbefalinger på området. Survey om fritidsfællesskaber | Det Centrale Handicapråd [lokaliseret 17.10.2025]

Espersen, H.H. et al. (2021). Styrkelse af samarbejdet mellem frivillige og kommuner gennem uddannelse – En afdækning af behov og efterspørgsel. VIVE.

Espersen, H.H. & Olsen, L. (2018). At skabe deltagelse for borgere med handicap gennem frivillig faglighed: Evaluering af to partnerskaber mellem kommuner, frivilligcentre og andre aktører. Udarbejdet af VIVE for

Socialstyrelsen. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Hallberg, U. & Hallberg, L. (2018). Delaktighet för personer med funktionsnedsättningar. Studentlitteratur.

Ibsen, B. & Espersen, H.H. (2016). Kommunernes samarbejde med civile aktører: Forskelle og ligheder i forventninger, praksis, samarbejdspartnere og oplevet udbytte. KORA.

Idrættens Analyseinstitut (2025). Erfaringer med Fritidspas i de danske kommuner.

Jensen S. (2010). Handicap og sociale problemer. Servicestyrelsen.

Kissow, A. M. & Klasson, L. (2021). Deltakelse for barn og unge med funksjonsnedsettelse, med særskilt vekt på deltagelse i fysisk aktivitet: En systematisert kunnskapsoversikt: Forskningslitteratur fra 1995–2019. (Rapport nr. 1–2021). Nasjonal kompetansetjeneste for barn og unge med funksjonsnedsettelse/Aktiv Ung.

Kissow, A. M. (2013). Idræt, handicap og social deltagelse, Roskilde Universitet.

Larsen, B. et al. (2017). Hvordan har du det? 2017 – Sundhedsprofil for region og kommuner. Bind 2. Udviklingen 2010 – 2013 – 2017. DEFACTUM.

Lauruschkus, K. et al. (2017). Parents' experiences of participation in physical activities for children with cerebral palsy – protecting and pushing towards independence. Disability and Rehabilitation, Vol. 39(8).

Løberg, M. (2021). Se, lytte og inkludere: Deltakelse for barn og unge med funksjonsnedsettelse i Norden. Nordens Velferdssenter.

Midtsundstad, A. (2013). Fritid med bistand: En metode for å støtte sosial inkludering. Fagbokforlaget.

Nyquist, A. et al. (2020). The coolest I know – a qualitative study exploring the participation experiences of

children with disabilities in an adapted physical activities program. Disability and Rehabilitation, Vol. 42(17).

Ottosen, M. H. et al (2018). Børn og unge i Danmark. Velfærd og trivsel 2018. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Qvortrup, L., et al. (2021). Skolenedlukninger i Århus Kommune under corona-pandemien i et elev- og forældredrerspektiv: En sammenligning mellem foråret 2020 og vinteren 2021, DPU Aarhus Universitet.

Rambøll (2017). Erfaringsopsamling i forbindelse med puljen til fremme af samarbejde mellem kommuner og frivillige organisationer. Rambøll Management Consulting.

Rambøll (2020). Mennesker i udsatte positioner i frivillige fællesskaber. Socialstyrelsen.

Rambøll (2021). Bedre koordination i indsatserne til børn og unge med handicap og deres familier. Slutevaluering. Socialstyrelsen.

Redd barna (2021). Fritid for alle – uten fordommer: Fortellinger om fritid fra barn og unge med funksjonsnedsettelse. Redd barna.

Socialstyrelsen (2009). Evaluering af forsøg med fritidspas til udsatte børn og unge. Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2016). Udbredelse af erfaringer med fritidspas. Erfaringsopsamling. Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2017). Kom godt i gang med en Fritidspas ordning. Inspiration til implementering. Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2021a). Grundlag for oplæg til prioritering. Udviklings- og investeringsprogrammerne 2022. Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2021b). Udfordringer i forhold til børn og unge på det specialiserede socialområde. Kommunale perspektiver. Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2022). Kommunale udfordringer på det specialiserede børne- og ungeområde. En opfølgende undersøgelse. Socialstyrelsen.

Steinhardt, F. et al. (2021). Perceived facilitators and barriers for participation in leisure activities in children with disabilities: Perspectives of children, parents and professionals. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, Vol. 28(2).

SUMH – Sammenslutningen for unge med handicap (u.å.). Diverse inspirationsmaterialer, guides og redskaber om unge med handicaps deltagelse i fritidsliv: <https://www.xn--flesomfritiden-xlb.dk/> Materiale omkring fysisk, pædagogisk og social tilgængelighed i fællesskaber: <https://sumh.dk/vi-goer/tilgaengelighed/matrix/> [lokaliseret 09.05.2022].

Sundhedsstyrelsen (2022): Danskernes Sundhed. Den Nationale Sundhedsprofil 2021. Sundhedsstyrelsen & SDU – Statens Institut for Folkesundhed.

Trivselskommissionen (2025). Et dansk svar på en vestlig udfordring. Trivselskommissionens afrapportering.

Videnscenter om handicap (2024). Er fritidslivet et springbræt? <https://videnomhandicap.dk/wp-content/uploads/2024/03/Artikel-Er-fritidslivet-et-springbraet.pdf> [lokaliseret 13.08.2024].

Videnscenter om handicap u.å. Temaside om fritidsliv for mennesker med handicap med både anbefalinger, publikationer og en aktivitetsbank. Fritidsliv for alle: bedre livskvalitet for mennesker med handicap [lokaliseret 17.10.2025]

VIVE (2026): Fritidsdeltagelse for børn og unge med handicap. Evaluering af tre kommuners udvikling af indsatsen 'Fritidsklar' med fokus på inkluderende fritidsmiljøer og individuel vejledning (2023-2025).

Winther, H. et al. (2018). Når bevægelse bevæger. Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet og Handicapidrættens Videnscenter.



Social- og Boligstyrelsen
Lerchesgade 35, 5
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00

www.sbst.dk

Januar 2026