

Sluttrapport

Forebyggingsprosjekt
2011/1/0163

"Bevegelsesgruppe for
barn med autisme"

Søkerorganisasjon:
Autismeforeningen i Norge

Virksomhetsområde:
rehabilitering

*Fra prøveprosjektet. Foto: Privat. Gjengitt med
tillatelse.*



Innhold

Forord	3
Sammendrag	3
Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting.....	4
Bakgrunn og målgruppe	4
Historikk.....	4
Målsetting.....	5
Finansiering	6
Prosjektplan.....	6
Omfang og begrensninger	7
Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode	7
Metode	7
Endringer ift. prosjektplan.....	8
Manglende søknad for år 2	8
Kap 3. Resultater og resultatvurdering	9
Måloppnåelse for Autismeforeningen	9
Måloppnåelse for Idrettshøgskolen	9
Utvikling av håndbok.....	9
Videreføring av prosjektet.....	10
Økonomiske resultater	10
Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer	11
Referanser/litteratur	11

Forord

Oslo fylkeslag av Autismeforeningen i (AO) Norge og Norges Idrettshøgskole, Seksjon for kroppsøving og pedagogikk (NiH) har i to semestre hatt et prøveprosjekt med etablering av en bevegelsesgruppe for barn med autisme. For året 2012 mottok prosjektet støtte fra Extrastiftelsen, og formålet med denne rapporten er å oppsummere dette årets aktiviteter.

Sammendrag

Barn med autisme har ofte vanskeligheter med deltagelse i organisert idrett, bl.a. pga. sine vansker med kommunikasjon og instruksjon. I tillegg har mange barn med autisme motoriske vansker, og på grunn av sine sosiale vansker ender mange opp med å tilbringe mye stillesittende tid foran datamaskin og TV. Det er derfor behov for et ekstra tilrettelagt tilbud for denne målgruppen.

Bakgrunnen for dette prosjektet var at Autismeforeningen i Norge, Oslo Fylkeslag, ønsket, i samarbeid med Norges idrettshøgskole, Seksjon for kroppsøving og pedagogikk, å utvikle en bevegelsesgruppe for barn og unge med autisme. Prosjektets målsettinger var å skaffe mer systematiske erfaringer i forhold til et godt og meningsfullt aktivitetstilbud for barna, hvilke bevegelsesformer og organiseringsprinsipper som er hensiktsmessige, og hvordan aktivitetene kunne tilrettelegges for brukergruppen. Det var også ønske om å utvikle en håndbok for andre som kan være interessert i å starte lignende bevegelsesgrupper for barn og unge med autisme.

Det ble gjennomført to bevegelsesgrupper, en gruppe vår 2012 og en gruppe høst 2012. Våren 2012 deltok 8 barn med ASD (autismespekterdiagnoser) i alderen 3–17 år. To studenter ved påbyggingsstudiet "Fysisk aktivitet og funksjonshemming" ledet gruppen, som møttes 11 ganger. Høsten 2012 deltok 6 barn med ASD i alderen 10–17 år. To nye studenter ledet gruppen, som møttes 9 ganger.

Både foreldre, deltakere, ledsagere og studenter har vært svært positive til tilbudet, som har gitt studentene praksiserfaring og deltakerne et godt tilrettelagt fysisk tilbud. Prosjektet videreføres og det søkes om nye midler for 2014 fra Extrastiftelsen.

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

Bakgrunn og målgruppe

Til tross for at norsk idrett har satset mye på inkludering av funksjonshemmede, er tilbudet til en del grupper funksjonshemmede fortsatt ikke godt nok til at man skal kunne snakke om 'idrett for alle'¹. Særlig utviklingshemmede og barn med større funksjonsnedsettelse faller utenfor idrettens tilbud. Noen satt på spissen kan man si at jo mer annerledes barna er, jo mindre er sjansene for å finne et integrert idrettstilbud som tar hensyn til deres behov. Erfaringer fra foreldre til barn med autisme tyder på at disse barna svært ofte har vanskeligheter med deltagelse i organisert idrett. Problemene er bl.a. knyttet til kommunikasjon og instruksjon. Gruppeinstruksjon er vanskelig, mange er avhengig av individuelle beskjeder. Barna har behov for svært strukturerte aktiviteter med visuelle hjelpemidler og konkrete forklaringer. Barna motiveres ikke av de samme mekanismene som andre barn og lærer på andre måter (mange klarer f.eks. ikke å herme etter andre). Mange barn med autisme har motoriske vansker, og på grunn av sine sosiale vansker ender mange opp med å tilbringe mye tid foran datamaskin og TV. Brukergruppen trenger sårt et tilrettelagt tilbud om fysisk aktivitet.

Målgruppen for prosjektet er i hovedsak barn og unge med autisme i Osloområdet. Prosjektet er organisert rundt deres deltakelse i bevegelsesaktivitet. I tillegg til dette er studenter og undervisere ved NiH en målgruppe i den forstand at et sekundært utbytte av prosjektet er at bevegelsesgruppen skal være en arena for å skaffe praktisk undervisningserfaring, samt empiriske data for bachelor- og masteroppgaver.

Historikk

I 2009 fikk Norges Idrettshøgskole (NiH) en henvendelse fra Oslo fylkeslag av Autismeforeningen (OA) angående et mulig samarbeid. NiH hadde en mastergradstudent, Karin Kleinhans, som ønsket å forske på fysisk aktivitet og barn med autisme. Hun utviklet et aktivitetsprogram for bruk i gymsal i tråd med forskning på både bevegelse og motorikkproblemer hos barn med autismspekterdiagnoser (ASD), og med forskning på formidling til og tilrettelegging for barn med ASD.

Karin Kleinhans ledet selv den første gruppen våren 2010 som en del av sin forskning. Prosjektet foregikk over 5 ganger med 1 times fysisk aktivitet hver gang. 7 barn med ASD i alderen 7–18 år deltok, med hver sin ledsager.²

Både Autismeforeningen og Idrettshøgskolen var svært fornøyd med prosjektet, og det var et ønske fra begge parter om å videreføre samarbeidet. Idrettshøgskolen sa seg villig til å

¹ Elnan (2010)

² Kleinhans (2010)

lønne studentene som skulle lede aktivitetsgruppen og stille med lokaler, mens Oslo fylkeslag av Autismeforeningen hadde ansvaret for å rekruttere deltakere. Det lå allerede da i planene at vi sammen skulle søke midler fra Extrastiftelsen for å finansiere lønn til studentene samt mer dokumentasjon av prosjektet.

Våren 2011 ble det derfor arrangert et lignende tilbud, denne gangen som en praksiserfaring for én student ved Norges Idrettshøgskole som tok påbyggingsstudiet "Fysisk aktivitet og funksjonshemming"³. Aktivitetsgruppen møtte denne gang 9 ganger med 1 times fysisk aktivitet hver gang, og 7 barn med ASD i alderen 6–12 år deltok med hver sin ledsager.

I 2011 sendte Oslo fylkeslag av Autismeforeningen og Norges Idrettshøgskole en felles søknad til Extrastiftelsen om videre finansiering av bevegelsesgruppa.

Målsetting

Hensikten med dette prosjektet var å skaffe mer systematiske erfaringer i forhold til at (i) barna skal ha et godt og meningsfullt aktivitetstilbud, (ii) Autismeforeningen skal skaffe erfaringer i forhold til hvilke bevegelsesformer og organiseringsprinsipper som er hensiktsmessige, og (iii) Idrettshøgskolen skal utvikle praktisk kunnskap om tilrettelegging av aktivitet for barn og unge med autisme.

Hovedmålene for prosjektet var:

- Utvikle et bevegelsestilbud for barn med autisme som er meningsfullt for barna og som gir dem viktig og nødvendig motorisk trening (bl.a. øye-/håndkoordinasjon, balanse, orientering i rommet, bevege seg i forskjellig hastighet).
- Skaffe kunnskap og erfaring om hva som skal til for at Idrettshøgskolen og Autismeforeningen i fellesskap kan drive en bevegelsesgruppe ved prosjektets slutt
- Utvikle en arena for å gjennomføre studentprosjekt på bachelor- og masternivå som skal utvikle kunnskap om bevegelse og fysisk aktivitet for barn og unge med autisme
- Skrive en håndbok for andre som kan være interessert i å starte lignende bevegelsesgrupper for barn og unge med autisme, både i Oslo og andre steder i landet. Håndboken er tenkt publisert i pdf-form og distribuert gratis elektronisk til aktuelle mottakere, som Norges Idrettsforbund med særforbund, lokale idrettsforeninger, foreldregrupper, Autismeforeningens fylkeslag, kommunale instanser med ansvar for idrett for funksjonshemmede mm.

³ Mer informasjon om dette studiet her: <http://www.nih.no/studier-2012/Pabygningsstudier/pabygning---faf/>

Finansiering

Økonomisk sett ble prosjektet tildelt kr. 44.000 fra Extrastiftelsen for drift i 2012. Vi kunne derfor gjennomføre to grupper i 2012, både vår og høst.

Budsjettet var som følger:

Tabell 1: Budsjett

	år 2012	år 2013	Totalt
Lønn, 2 aktivitetsledere ⁴	14400	14400	28800
Innkjøp av utstyr til aktiviteter	10000	5000	15000
Informasjonsmateriell	5000	5000	10000
Honorar	5000	5000	10000
Utvikling av håndbok	10000	20000	30000
Totalt omsøkt beløp	44400	49400	93800

Prosjektplan

Som budsjettet viser gjaldt søknaden for to år, både 2012 og 2013. Tidsplanen til prosjektet var som følger:

Tabell 2: Tidsplan

Tidspunkt	Aktivitet	Ansvarlige
Januar 2012	Rekruttering av deltagere Rekruttering av aktivitetsledere	AO NIH
Februar-mai 2012	Aktivitet i 12 uker	NIH
Juni-august 2012	Rekruttering av deltagere Rekruttering av aktivitetsledere Søke midler år 2	AO NIH AO/NIH
September-desember 2012	Aktivitet i 12 uker	NIH
Januar 2013	Rekruttering av deltagere Rekruttering av aktivitetsledere	AO NIH
Februar-mai 2013	Aktivitet i 12 uker	NIH
Juni-august 2013	Rekruttering av deltagere Rekruttering av aktivitetsledere	AO NIH
September-desember 2013	Aktivitet i 12 uker	NIH
Januar 2014	Sluttrapport	AO/NIH

Prosjektet ble gjennomført som et samarbeid mellom NIH og AO. NIH bidro med treningslokale (sal, basseng, utendørsområde) og med utdannede aktivitetsledere. AO sto for rekruttering av inntil 8 deltagere pr. semester.

⁴ Aktivitetslederne får betalt for 3 timer pr. økt som inkluderer planlegging, organisering og gjennomføring, samt evaluering. Summen som er brukt er standard timelønn for tilsetning som vitenskapelig assistent ved NIH.

Prosjektet ble styrt av en prosjektgruppe som besto av Katja Blixrud Frost (prosjektleder, Oslo fylkeslag av Autismeforeningen), Øyvind Førland Standal (Norges Idrettshøgskole) og Lillian Halvorsen (leder, Oslo fylkeslag av Autismeforeningen).

Planen var at prosjektet skulle begynne i januar 2012 med aktivitet en gang i uken, 12 uker hvert semester, med oppstart hhv. februar og september. For hvert semester kunne det rekrutteres nye deltagere og aktivitetsledere.

Omfang og begrensninger

Våren 2012 deltok 8 barn med ASD i alderen 3–17 år. (Deltakeren på 3 år måtte dessverre slutte da tilretteleggingen ikke var tilstrekkelig for et så lite barn.) To nye studenter ved påbyggingsstudiet "Fysisk aktivitet og funksjonshemming" fikk anledning til praksiserfaring dette semesteret, og gruppa møttes 11 ganger. Høsten 2012 deltok 6 barn med ASD i alderen 10–17 år, og igjen var det to nye studenter som fikk praksiserfaring. Gruppa møtte 9 ganger.

Antall deltakere har bevisst vært begrenset, både grunnet barnas ømfintlighet for store folkemengder og støy, og grunnet størrelsen på gymsalen. Vi ønsket at barna skulle føle at det var god plass, lite støy og høy grad av individuell tilrettelegging. Alle deltakere måtte ha med seg en egen ledsager, som for de laverefungerende barna (som ofte ikke har talespråk) fungerte som tolk mellom studentene og barnet, og for de høyerefungerende barna som en hjelp til å holde fokus på oppgaven.

Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode

Metode

Aktivitetsprogrammet utviklet av Karin Kleinhans i forbindelse med prøveprosjektet⁵ i 2010 har vært brukt som mal gjennom hele perioden, med nødvendige tilpasninger avhengig av gruppenes sammensetning, deltakernes alder, aktivitets- og funksjonsnivå og varierende behov for forutsigbarhet/variasjon.

Aktivitetene bygger i stor grad på TEACCH-metodikkens⁶ struktur og forutsigbarhet, samt erfaringer med hva slags motoriske utfordringer barn og ungdom med ASD ofte har. En

⁵ Kleinhans (2010), kapittel 4, vedlegg E og vedlegg G.

⁶ Se f.eks. Huse (1999).

gymsal på Idrettshøgskolen deles inn i tydelige stasjoner med mulighet for varierte aktiviteter på hver stasjon. Deltakerne bytter stasjon ved signal fra studentene som leder gruppa. Stasjonene trener forskjellige typer motoriske aktiviteter, som øye-/håndkoordinasjon, balanse, orientering i rommet og bevegelse i forskjellig hastighet. Hver deltaker har med seg egen ledsager, som fungerer både som formidler av instruksjoner fra studentene som leder gruppa og som hjelp til å motivere deltakeren og holde fokus på oppgaven.

Flere deltakere har deltatt flere ganger, men vi har også hatt nye deltakere.

Samarbeidet mellom Norges Idrettshøgskole og Oslo fylkeslag har fungert bra. Det er avholdt tre prosjektmøter (januar, juni og desember) mellom kontaktpersonene. I tillegg har kontaktpersonene holdt kontakt via SMS og e-post. Prosjektleder har holdt kontakt med studentene som har hatt ansvaret for den praktiske gjennomføringen via SMS og e-post, for å formidle nødvendig informasjon om deltakernes behov for tilrettelegging, oppmøte mm.

Endringer ift. prosjektplan

Idrettshøgskolen hadde ansvar for rekruttering av aktivitetsledere. Dette tok noe mer tid enn tidsplanen angir, noe som førte til en senere oppstart enn planlagt både vår og høst. Antall ganger ble derfor 11 i vårsemesteret og 9 i høstsemesteret (planlagt 12 ganger hvert semester).

Forsinkelsen gjorde det også noe vanskeligere for Autismeforeningens rekruttering av deltakere ettersom de fleste foresatte er innstilt på at aktiviteter starter kort tid etter juleferie/sommerferie og det ble noe vanskeligere å rekruttere deltakere senere i semesteret. Det ble derfor bare seks deltakere i andre semester.

Utfordringen her ligger i at Idrettshøgskolens kontaktperson først må bli noe kjent med de nye studentene for å kunne vurdere hvem som kan egne seg som aktivitetsledere for gruppen. Vi håper på sikt på å kunne få til bedre kontinuitet på dette området, både ved at studentene kan binde seg for mer enn ett semester, og ved at vi har faste datoer for oppstart senere i semesteret som kunngjøres på et tidlig tidspunkt slik at foresatte til deltakerne kan binde seg ved semesterstart.

Manglende søknad for år 2

Som tidsplan og budsjett angir var den opprinnelige søknaden for to år, både 2012 og 2013. Ved en beklagelig misforståelse ble det ikke sendt inn søknad for år to. Heldigvis har vi mottatt annen finansiering for 2013 (se sluttrapportens kapittel 4) som gjør det mulig for oss å holde prosjektet i gang gjennom 2013. Det søkes på nytt om midler fra Extrastiftelsen for videre finansiering av prosjektet i 2014, slik at vi kan fullføre håndboken.

Kap 3. Resultater og resultatvurdering

Måloppnåelse for Autismeforeningen

Hovedmålet for Autismeforeningen var å kunne tilby et tilrettelagt tilbud om bevegelse for barn og unge med autismespekterdiagnoser. Samtaler med deltakernes foresatte og ledsagere viser at tilbudet har vært meningsfylt for barna. De har opplevd at prosjektets tydelige struktur (fargekodede aktiviteter som er fysisk atskilt i salen, tydelige signaler ved skifte av stasjon, samling i forkant og etterkant av aktivitetene mm.) er gjenkjennelig og trygt for barna ved at det tilsvarer det pedagogiske systemet de fleste av dem møter i barnehage og skole. Studentene har gjennom sin kompetanse på bevegelsesaktiviteter i høy grad behersket å tilrettelegge de fysiske aktivitetene slik at de har gitt deltakerne viktig og nødvendig motorisk trening. Høsten 2012 deltok bl.a. et barn med Asperger syndrom som har fritak for kroppsøving i skolen⁷, og bevegelsesgruppa ble dette barnets eneste fysiske aktivitet i løpet av uken. Foresatte uttrykker at studentene fremstår som godt forberedt, at aktivitetsprogrammet fungerer godt for barna både når det gjelder struktur, aktiviteter og formidling, og at barna opplever både trivsel og mestring gjennom bevegelse.

Måloppnåelse for Idrettshøgskolen

Prosjektet har medført at fire av NIHS studenter har fått verdifull praksis i å arbeide med barn og unge med autisme. En av studentene som var aktivitetsleder i vårsemesteret 2012 fikk senere jobb på en skole med spesialgruppe for barn med autisme. Et vesentlig mål med dette prosjektet har vært å utvikle kunnskap om bevegelse og fysisk aktivitet for barn og unge med autisme. I løpet av vårsemesteret 2013 skal denne kunnskapen systematiseres og presenteres i håndboka (se under). Vi har ønsket å knytte til oss studenter som kan skrive sin bachelor- eller masteroppgave i forbindelse med denne bevegelsesgruppen, men vi har ikke fått studenter til dette i 2012.

Utvikling av håndbok

Et av prosjektets hovedmål var utviklingen av en håndbok for andre som kan være interessert i å starte lignende bevegelsesgrupper for samme målgruppe. Dette arbeidet er fortsatt i oppstartfasen, og skal etter planen slutføres i løpet av 2013.

⁷ Barnet gikk i normalskole der det ikke var mulig å tilrettelegge undervisningen i kroppsøving tilstrekkelig for at barnet kunne delta, både pga. gruppeaktiviteter, støy og forvirrende struktur.

Videreføring av prosjektet

Det er et sterkt gjensidig ønske fra begge parter om å videreføre prosjektet. Vi ser at tilbudet er en "vinn-vinn-situasjon" for begge parter der medlemmer av OA får et unikt tilbud om fysisk aktivitet spesielt tilrettelagt for brukergruppen, mens studenter ved NIH får praksis med en brukergruppe som de ellers ikke vil møte før i arbeidslivet. Videreføringen vil dog være avhengig av at man finner finansieringsløsninger for prosjektet.

Økonomiske resultater

Økonomisk sett har prosjektet i stor grad fulgt budsjettet for år 2012, og prosjektets endelige regnskap er som følger:

Tabell 3: Regnskap

	Budsjett	Regnskap
Lønn, 2 aktivitetsledere⁸	14400	18600
Innkjøp av utstyr til aktiviteter	10000	5159
Informasjonsmateriell	5000	9018
Honorar	5000	3187
Utvikling av håndbok	10000	8000
Totalt omsøkt beløp	44400	43964

Prosjektet gikk noe over budsjett lønnsmessig ettersom det ble avholdt noen flere grupper i vårsemesteret. Siden hovedfokus for hele prosjektet er selve gruppa, følte vi at det var naturlig å tilby så mange timer som studentene hadde mulighet for å tilby innenfor rammene av studentenes tid (i forhold til eksamenslesing mm.).

Prosjektet disponerte en relativt godt utstyrt gymsal og det ble nødvendig med mindre innkjøp av utstyr enn planlagt.

Derimot ble det noe dyrere enn planlagt å sende ut informasjonsmateriell til OAs medlemmer for å rekruttere deltakere til prosjektet, delvis pga. den tidligere omtalte forsinkede oppstarten i høstsemesteret. Noen av disse midlene er også brukt på møtevirksomhet i forbindelse med planleggingen av innholdet i gruppen og i håndboken.

Ettersom prosjektet ikke ble videreført i det planlagte andreåret med midler fra Extrastiftelsen, ble det brukt noe mindre på honorar og utvikling av håndboken enn planlagt. Dette arbeidet er imidlertid underveis.

⁸ Aktivitetslederne får betalt for 3 timer pr. økt som inkluderer planlegging, organisering og gjennomføring, samt evaluering. Summen som er brukt er standard timelønn for tilsetning som vitenskapelig assistent ved NIH.

Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Det kan nevnes at av seks deltakere høsten 2012 fortsatte fem deltakere våren 2013, og at de samme studentene som var aktivitetsledere høsten 2012 fortsetter våren 2013, slik at vi har forhindret forsinkelsen som oppsto høsten 2012. Grappa er allerede i gang og har i skrivende stund åtte deltakere (full gruppe) samt én deltaker på venteliste.

I desember 2013 mottok OA en telefon fra bedriften Unicus AS med muntlig tilsagn om en pengegave på kr 20.000 øremerket Bevegelsesgruppen for barn og unge med autisme. Pengegaven ble offisielt overrakt i januar og vil gjøre det mulig å holde grappa i gang gjennom 2013. De mottatte midlene vil i stor grad gå til å lønne studentene, mens andre utgifter til grappa dekkes via OAs øvrige driftsmidler. Pengegaven er en engangsstønad, og det blir vil bli søkt om Extramidler for drift av gruppen i 2014.

En av årsakene til at Unicus valgte å gi en pengegave til vårt prosjekt, var den gjensidige synergien i samarbeidet mellom Autismeforeningen og Idrettshøgskolen. OAs medlemmer har ingen tilsvarende tilrettelagte tilbud, og deltakerne har et stort behov for fysisk aktivitet. Tilsvarende har studentene ved NIH liten eller ingen mulighet til å møte denne brukergruppen gjennom sin studietid, men de møter den ofte i arbeidslivet. Dette prosjektet gir dem dermed en unik kompetanse som allerede har vært til direkte nytte for en av studentene, som nå arbeider på en spesialskole for barn med autisme.

Vi opplever at denne gjensidige nytten gir vårt prosjekt en positiv driv og en samarbeidsånd, og at prosjektet passer hånd i hanske til Extrastiftelsens mål om å fremme fysisk og psykisk helse, mestring og livskvalitet.

Referanser/litteratur

Elnan, Ingrid (2010). *Idrett for alle?: studie av funksjonshemmedes idrettsdeltakelse og fysisk aktivitet*. Rapport, senter for idrettsforskning, NTNU.

Huse, Solveig Møllerplass (1999). "Innføring i TEACCH-metodikken", *Et tilrettelagt undervisningsopplegg med utgangspunkt i autisters særtrekk*. Eksamensoppgave ved Høgskolen i Volda. Kan lastes ned fra <http://fuv.hivolda.no/prosjekt/fuvhole/teacch.htm>.

Kleinhans, Karin (2010). *Development of a physical activity program for children and youth with autism : an action research approach*. Erasmus Mundus masteroppgave - Norges

idrettshøgskole. Kan lastes ned fra http://brage.bibsys.no/nih/handle/URN:NBN:no-bibsys_brage_13403.