

DRU DANSK
FLYGTNINGE
HJÆLP

Integration

A young girl with dark hair, wearing a dark sweater with white stars and a grey vest, is playing a violin. She is looking down at the instrument. To her left, a woman with blonde hair, wearing a blue sweater, is looking at her. To her right, a young boy with dark hair, wearing a blue shirt and brown pants, is sitting on a black stool and playing a piano. The background is a plain, light-colored wall.

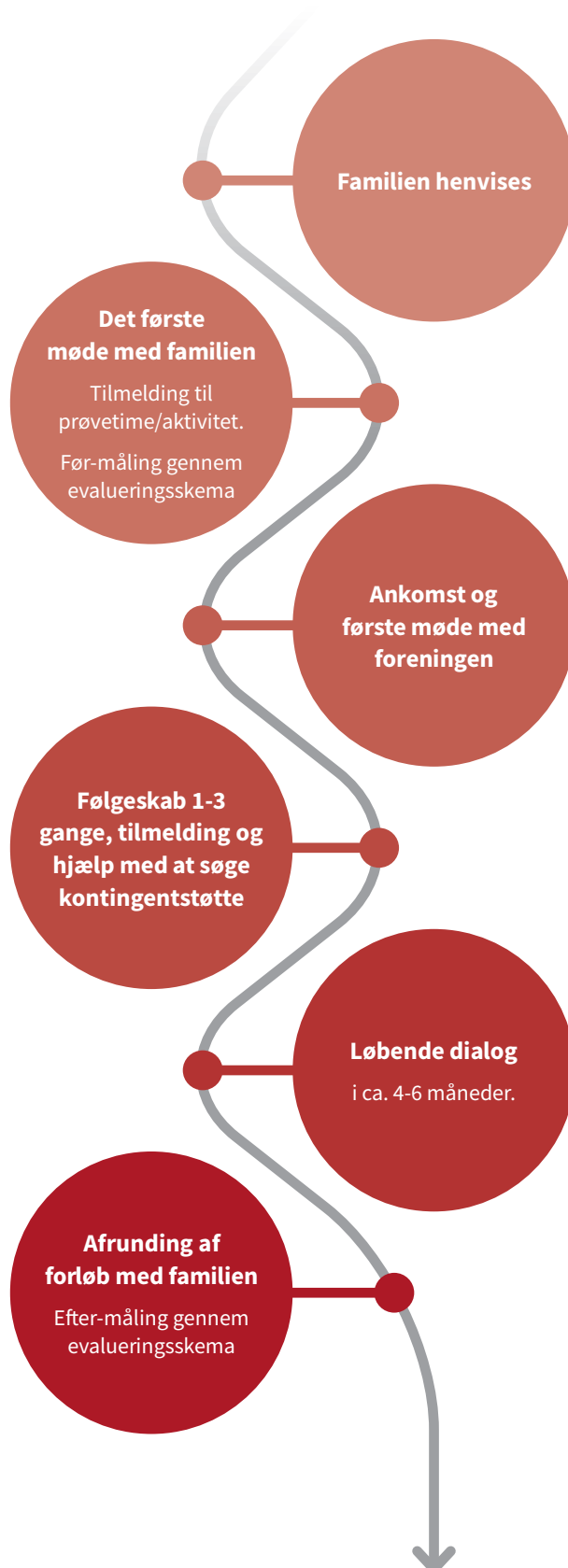
**Frivillig
i Fritidsindsatsen**

Dit forløb med familien

Dette er din guide om at være frivillig i Fritidsindsatsen. Som frivillig i Fritidsindsatsen skaber du dialog mellem parter, fremmer forståelse og samarbejde og hjælper med at bygge relationer og tillid. Du hjælper familier med flytninge- og etnisk minoritetsbaggrund til at få en god start i den fritidsaktivitet, som barnet ønsker at starte til. Som frivillig bliver du en del af en national indsats, som er bredt til stede på tværs af landet. Fritidsindsatsen har siden 2016 hjulpet mange tusinde børn i gang med fritidsaktiviteter. Formålet med Fritidsindsatsen er at bygge bro mellem familier med flytninge- og minoritetsbaggrund og foreninger. Gennem information, vidensdeling og opbakning understøtter Fritidsindsatsens frivillige både familie og forening i barnets deltagelse og sikrer fortsat tilknytning til fritidsaktiviteten. Alle familier du møder som frivillig har forskellige oplevelser med og kendskab til foreninger. Nogle er lige kommet til Danmark, mens andre har været i Danmark i mange år og har allerede prøvet at være aktive i en forening. Derfor vil det også variere, hvordan du bedst kan være med til at understøtte den enkelte familie. Formålet med guiden er, at du kan bruge den i de forskellige møder med familier og foreninger. Inden et møde med forældre og børnen kan du derfor med fordel gennemgå guiden og blive inspireret.

Til højre kan du se et overblik over, hvordan et forløb med en familie kan se ud.

Fritidsindsatsen samarbejder med kommuner, skoler, sprogskoler og andre sociale instanser. Gennem disse samarbejdspartnere modtager Fritidsindsatsen henvisninger om, at en familie gerne vil have støtte fra en frivillig til at komme i gang med fritidsaktiviteter. Så snart Fritidsindsatsen modtager en henvisning, forsøger vi at matche familien med en frivillig. Som frivillig modtager du et telefonnummer og få informationer om familien, som f.eks. hvor familien bor, om de har været fritidsaktive før, hvor længe de har boet i Danmark og hvilke sprog de taler. Du mødes derefter med familien, enten hos dem eller et offentligt sted, hvor I synes, det er bedst. Efter første møde forsøger I at finde en prøvetræning til barnet. Du kan tage med barnet og forældrene hen i foreningen de første 1-3 gange afhængigt



af forældrenes og barnets behov. Efter I har været i foreningen, er det din opgave løbende at følge op med forældrene om, hvordan det går med barnets deltagelse i foreningen. Efter 4-6 måneder afrunder I forløbet. Nogle familier har behov for yderligere støtte efter de 6 måneder: Hvis det er tilfældet, kontakter du din lokale konsulent i Fritidsindsatsen.

”

Der var ingen, der lærte mig at gå, men der var en, der holdt min hånd, da jeg tog de første skridt.

Steen Larsen
(psykolog og professor)



Første møde med familien

Det første møde med familien er med til at danne grundlaget for hele forløbet. Her handler det om at skabe tillid, være nysgerrig og være tydelig om din rolle som frivillig. Du er ikke sagsbehandler, men en støttemperson, der hjælper familien til selv at kunne deltage i fritidsaktiviteten.

Etabler kontakt til familien

Når du første gang skal kontakte familien, er det en god idé at sende en SMS som en start. Det kan for nogle virke overvældende at et ukendt nummer ringer til en. Man kan eksempelvis skrive:

Hej mit navn er ...

Jeg er frivillig i DRC Dansk Flygtningehjælp og jeg skriver til dig, fordi du har sagt ja til, at du gerne vil have hjælp til at finde en fritidsaktivitet til dit/dine barn/børn. Kan vi aftale et tidspunkt, hvor jeg ringer til dig?

Med venlig hilsen ...

Skab en tryk og nysgerrig samtale

Start mødet med en kort præsentation af dig selv og fortæl, at du er der for at hjælpe familien godt i gang med en fritidsaktivitet – og at I sammen skal finde en aktivitet, som både passer til barnets interesser og familiens hverdag.

Hjælp familien med at fortælle deres egne historier om fritid, interesser og tidligere erfaringer. Stil gerne åbne hv-spørgsmål, der inviterer til refleksion og dialog.

Det kan f.eks. være:

- Hvor kommer I fra og hvor længe har I boet i Danmark?
- Hvordan så fritidsaktiviteter ud der, hvor I boede før?
- Hvad plejer jeres barn at synes er sjovt at lave i fritiden?

Ved at lytte aktivt og bygge videre på familiens egne fortællinger styrker du deres ejerskab og motiverer dem til selv at handle.

Dokumentation – brug af Socialwise

Hvis barnet er fyldt 9 år, skal du ved første møde tilbyde, at hun/han udfylder et kort spørgeskema, så vi kan følge barnets trivsel i forbindelse med fritidsaktiviteten.

1. Hvert barn får tildelt et unikt link og en QR-kode til formålingen.
2. Formålingen udfyldes så tidligt som muligt, husk barnet selv skal svare.
3. Forklar kort formålet for barnet: at vi gerne vil blive klogere på, hvordan fritidsaktiviteter påvirker trivsel – og at besvarelsen er anonym og fortrolig.
4. Hjælp barnet i gang med skemaet, men undgå at påvirke svarene – det er barnets egen oplevelse, der tæller.

Du kan finde praktisk hjælp i Socialwise-manualen. Din konsulent står også altid til rådighed, hvis du er i tvivl om noget.

Fordele ved fritidsaktiviteter

Fritidsaktiviteter kan gøre en forskel – både for barnet og familien.

Det kan f.eks. være:

- Barnet kan blive gladere og mere selvsikker.
- Det kan være en mulighed for at få nye venner.
- Det kan styrke sprog, skolepræstation og integration i lokalsamfundet.
- Forældrene kan lære andre familier at kende og føle sig mere hjemme i Danmark.

Brug eksempler i samtalen, så familien forstår, hvorfor det er værd at engagere sig i foreningsfællesskabet.

Udfordringer og hvordan de håndteres

Mange familier oplever udfordringer, når de kommer ud i en forening for første gang.

Nogle af de typiske udfordringer kan være:

- Manglende kendskab til uskrevne regler, f.eks. at forældre forventes at blive under træning eller deltage i arbejdsdage.
- Sproglige barrierer, som gør det svært at forstå information fra trænere eller foreningen.
- Økonomi og transport, som kan gøre det vanskeligt at deltage kontinuerligt.
- Tidspres i familien, især hvis forældrene arbejder eller har mange praktiske opgaver.

Din rolle er at anerkende udfordringerne og støtte familien i at finde løsninger.

F.eks. ved at:

- Støtte familien i at blive fortrolige med foreningens kultur og forventninger.
- Informere om kontingentstøtte via kommunen og andre puljer.
- Understøtte forældrene i deres kontakt til foreningen.
- Motivere forældrene til at blive en aktiv del af barnets fritidsaktivitet.

Afslut første møde med at opsummere næste skridt: hvem gør hvad, og hvornår I tales ved igen.



Første møde med foreningen

Forbered forældrene på mødet med foreningen og aktiviteten

Inden første aktivitetsgang kan det være en god idé at tale med forældrene om, hvad de ved om fritidsaktiviteten. Gennemgå med forældrene, hvad der kommer til at ske til aktiviteten og spørg ind til deres forventninger. Afstem også med forældrene, at du kan være med de første par gange, så de ved, hvad de kan forvente. Et godt råd er at gå ind til samtalen med forældrene med nysgerrighed, så du kan være med til at afklare deres spørgsmål og eventuelle bekymringer.

Det kan f.eks. være:

- Har du selv gået til en fritidsaktivitet? – i Danmark eller i dit hjemland?
- Har I gjort jer nogle forestillinger om, hvad en forening i Danmark er?
- Hvordan tror du, det bliver for dit barn at starte?
- Jeg kan være med de første par gange – hvad kunne du forestille dig, jeg kunne hjælpe jer med?

Støt forældrene i at blive en del af fællesskabet omkring aktiviteten

Tal med forældrene om fordelene ved at blive en del af fællesskabet omkring aktiviteten, men at der også kan være udfordringer forbundet med at blive en del af det. Det kan f.eks. være udfordrende, hvis mange af de andre forældre står med deres telefon og ikke søger kontakt. Du kan forklare, at det ikke nødvendigvis betyder, at de ikke er åbne – men at det kan kræve lidt ekstra initiativ fra din side. Din støtte som frivillig i at skabe kontakt til de andre forældre kan gøre det lettere for familien at tage det første skridt ind i fællesskabet. Du kan indlede samtalen ved at spørge ind til tidligere erfaringer og opmuntring.

Det kan f.eks. være:

- Hvad tænker du kunne være en god måde at blive en del af fællesskabet på?
- Hvordan har du det med at tale med de andre forældre?
- Nogle gange står forældre med deres telefon – det betyder ikke nødvendigvis, at de ikke vil snakke. Har du lyst til, at vi prøver at tage kontakt sammen?



Ved ankomst til første aktivitet

Støt forældrene i at tage initiativet

Giv forældrene plads til selv at tage initiativ, når de møder foreningen første gang. Hav tålmodighed og støt dem fra sidelinjen, mens de tager kontakt til træneren eller ledere inden aktiviteten begynder. Præsenter dig kort for træneren, og fortæl, at forældrene er barnets kontaktpersoner, og at du er med de første gange for at støtte familien i opstarten. Hvis forældrene er lidt tilbageholdende, kan du spørge ind til dem og hjælpe dem lidt på vej.

Det kan f.eks. være:

- Hvordan har du det med at være her i dag?
- Skal vi finde ud af, hvem der er træneren, så du kan sige hej?
- Du kan bare sige: 'Hej, jeg er x, og det er mit barn, der skal starte i dag.' Skal vi prøve det?
- Hvordan synes du, det gik med at sige hej?

Under første aktivitet

Skab tryghed uden at tage over

Imens aktiviteten er i gang, er det vigtigt at skabe tryghed og være opmærksom på, hvordan barnet og forældrene har det. Støt forældrene, hvis du kan se, de virker usikre. For at få en god start er det en fordel, hvis familien falder i snak med nogle af de andre forældre. Støt gerne forældrene i at tage kontakt, hvis der er mulighed for det, og træd gradvist mere i baggrunden i takt med, at familien bliver mere selvkørende. For at øge forældrens tryghed, kan du med fordel gribe eventuelle tvivl med inspiration fra disse spørgsmål:

- Hvad tænker du om aktiviteten? – virker det som noget, dit barn vil kunne lide?
- Er der noget, du gerne vil spørge træneren om?
- Er der noget, du er i tvivl om i forhold til næste gang?
- Har du lyst til, at vi prøver at hilse på en af de andre forældre sammen? Du kan sige: 'Hej, vi er her for første gang. Jeg hedder x, vi kommer fra x og det er mit barn.'

Efter første aktivitet

Hvordan gik det og hvad er næste skridt

Opsøg igen træneren eller lederen, når aktiviteten er slut for at vende spørgsmål og tale om forældrenes rolle og muligheder for at bidrage. Tag til slut en snak med forældrene om, hvordan første gang gik – både med aktiviteten og mødet med foreningen. Brug tjeklisten til at hjælpe dem med at få afklaret praktiske spørgsmål og forventninger som f.eks. mødetider og afbud, tøj og udstyr, tilmelding og betaling. Husk altid at aftale, hvornår I ses eller tales ved igen – ved næste træning, hos familien et par dage efter eller til møde med kommunen om Fritidspas mv. Spørg ind til, hvad der fungerede godt, og om der er noget, de er i tvivl om:

- Hvordan synes du, det gik i dag?
- Var der noget, der overraskede dig?
- Er der noget, du gerne vil gøre anderledes næste gang?
- Hvordan oplevede du, dit barn havde det?
- Har du mod på at sige tak for i dag til træneren, inden vi går?

Løbende dialog, opfølgning og fortsat tilknytning

Din støtte kan være afgørende for, at forældrene får troen på sig selv og lærer de færdigheder, der skal til for at deltage aktivt i deres barns fritidsaktivitet.

Disse kompetencer og handlemuligheder kan f.eks. være:

- Orienter sig om aktivitetens formål og struktur, samt hvordan man melder afbud
- Finde og blive medlem af en relevant Facebookgruppe eller andre sociale medier
- Kontakte foreningen/træneren
- Tilmelding til næste sæson
- Søge kontingentstøtte/betale kontingent

Empowerment i praksis

Fritidsindsatsen bygger på empowerment: i stedet for at gøre noget *for* familien, gør du noget *sammen med* familien.

'Først går du ved siden af, senere går du bagved'. 'Ved siden af' kan forstås som, at du stiller din viden til rådighed - f.eks. ved at vise forældrene foreningens hjemmeside og opfordrer dem til selv at ringe til træneren.

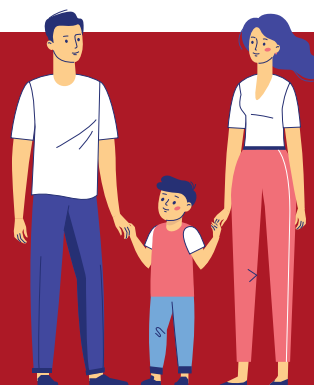
'Senere går du bagved' henviser til den efterfølgende bagvedliggende støtte, som indebærer at vise interesse for familien og stå til rådighed, hvis familien har udfordringer i forhold til adgang, tilknytning eller engagement omkring deltagelse i fritidsaktiviteter.

Løbende dialog og opfølgning med familien

Mange frivillige vil opleve, at meget af den tid de bruger som frivillig i Fritidsindsatsen ligger i starten af forløbet, men løbende dialog og opfølgning har også en stor betydning for familien. Dette er helt i tråd med tankerne bag Fritidsindsatsen. Både fordi der kan opstå løbende spørgsmål eller udfordringer vedrørende tilknytning til den valgte fritidsaktivitet, men også fordi det kan give familierne tryghed og følelse af at have et større netværk.

En enkel måde at tænke empowerment på er at se mødet med familien som en gåtur:

Først går du **ved siden af**, hvor I går sammen, følges ad, og hvor du er nysgerrig og stiller viden til rådighed.



Så går du **bagved**, hvor familien gør det selv, og hvor du støtter, hvis der er behov for det.



Gode ting at være opmærksom på ift. opfølgning:

- Hver opfølgning eller møde afsluttes med, at I aftaler, hvornår I mødes eller snakkes ved igen. Det gør det nemmere at forholde sig til, både for dig som frivillig og for familien.
- Du kan sagtens gentage de samme spørgsmål fra opfølgning til opfølgning. Omstændighederne kan hurtigt ændre sig. For nogle kan det også være en god påmindelse om, hvad de skal være opmærksomme på i forbindelse med fritidsaktiviteten (regelmæssig deltagelse, forældreinvolvering, kontingentbetaling osv.).
- Nogle forældre er mindre gode til at svare på SMS'er. Hvis du ikke får svar på beskeder, kan du forsøge at ringe op – gerne på forskellige dage og tidspunkter.
- Opfølgningerne kan også være fysiske møder, hvor I får talt sammen og samarbejder om at løse eventuelle udfordringer, familien oplever med fritidsaktiviteten.

Den løbende dialog og opfølgning er ikke tiltænkt at vare flere timer, men kan blot være en SMS eller et kort opkald. Det er en lille indsats, som har stor betydning. Det er dog vigtigt, at opfølgningen altid skal ske efter familiens ønsker og behov. Nogle familier har behov for ugentlig opfølgning, hvor andre vil foretrække en månedlig opfølgning.



Opfølgende spørgsmål til familien kan være:

- Hvordan går det med barnets deltagelse i fritidsaktiviteten?
- Tager I (forældrene) med til aktiviteten? Hvis ikke, hvorfor?
- Hvordan er jeres (forældrenes) oplevelse af at være med til aktiviteten?
- Hvad kunne gøre jeres (forældrenes og/eller barnets) tilknytning til foreningen bedre?
- Hvis barnet er stoppet til aktiviteten:
 - Hvordan kan det være, barnet stoppede?
 - Hvad fungerede godt/mindre godt?
 - Er der noget andet, barnet gerne vil gå til?
 - Har barnet nogle venner, der går til en aktivitet, de kunne være interesserede i?

Afsluttende møde

Når I mødes sidste gang (4-6 måneder efter opstart), er det en god idé at spørge forældrene, om barnet skal fortsætte til aktiviteten, eller om de hellere vil prøve noget andet. Spørg gerne ind til hele oplevelsen med aktiviteten – både forældrenes og barnets/børnenes. Spørg gerne forældrene om, hvad de tænker ift. fremtidige tilmeldinger, og om de er klar på at gøre det selv herfra. Hvis du fornemmer en usikkerhed, kan du fortælle dem, hvad de skal huske på (ift. tilmelding) og guide dem til selv at finde foreningens hjemmeside. Måske kan de huske og klare mere selv, end de tror, og et lille venligt puf kan understøtte hele empowerment-tankegangen – også i det sidste møde.

Dokumentation – brug af Socialwise

En eftermåling finder sted, sidste gang I mødes. Denne del foregår ligesom den første. Du må gerne hjælpe barnet med forståelsesspørgsmål, men du må ikke påvirke svarene eller udfylde evalueringen for barnet. For mere information kan du genlæse afsnittet i starten af frivilliguiden eller i Socialwise-manualen.

Du kan altid spørge din konsulent, hvis du har spørgsmål til processen.

Frivillig i praksis

Henvisningsmuligheder

Som frivillig spiller du en vigtig rolle i børn og unges lige adgang til fritidsaktiviteter. Når du møder familier med behov, som rækker ud over fritidsaktiviteten, er det vigtigt at vide, hvor du kan henvise dem til:

DRC's egne henvisningsmuligheder:

- *Frivilligrådgivningen:*
Tilbyder anonym, gratis rådgivning om f.eks. boligsager, økonomi, ophold og rettigheder.
- *Hverdagsrådgivning:*
I nogle områder tilbyder DRC Dansk Flygtningehjælp konkret støtte til familiespørgsmål, integration og kontakt til myndigheder.
- Du kan læse mere på:
frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/frivilligradgivningen/ og kontakte din konsulent for lokale muligheder.

Underretninger

Ifølge barnets lov har alle voksne underretningspligt i Danmark. Det betyder, at du skal kontakte kommunen, hvis du bliver bekymret for, at et barn eller en ung er i mistrivsel. Du har altså en personlig pligt til at fortælle om det til den kommune, barnet eller den unge bor i, hvis du bliver bekymret for, om et barn eller en ung oplever noget, der bringer barnet eller den unges sundhed og udvikling i fare. Det kan f.eks. være: omsorgssvigt, vold, mishandling, seksuelle overgreb eller andre former for svigt.

Det kan være barnet selv fortæller dig om sin mistrivsel, men det kan også være, du får viden om udfordringen gennem andre eller oplever noget på egen hånd, der vækker din bekymring.

Hvordan underretter du?

Underretningen kan laves anonymt, hvis du ønsker det. Når du underretter kommunen om et konkret

barn eller en ung, skal kommunen sende en kvittering på underretningen inden for 6 hverdage. Som underretter får du ikke efterfølgende oplysninger om, hvilken støtte eller hjælp kommunen vælger at give barnet, den unge eller familien. Du kan altid selv forsøge at kontakte barnet, den unge eller kommunen.

Du kan læse mere på:

frivillig.drc.ngo/for-dig-der-er-frivillig/bornebeskyttelse/

Du kan underrette ved at:

- Udfylde en blanket digitalt
- Skrive et brev eller en e-mail
- Ringe til Familieafdelingen i kommunen
- Møde op på kommunen

Du kan også altid indsende en underretning om bekymring for et barn eller en ung direkte til Ankestyrelsen. På alle kommuners hjemmesider, kan du finde de præcise kontaktinformationer, du har brug for. Du kan evt. bruge søgefunktionen på din kommunes hjemmeside.

Du er altid velkommen til at række ud til din konsulent, hvis du har brug for at dele din bekymring og/eller få sparring i, hvordan du konkret underretter.



DRU DANSK
FLYGTNINGE
HJÆLP

Integration

