



PROJEKTET

HÄSTEN TALAR ALLA SPRÅK

2018-2020

MED
STÖD
FRÅN



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN



INNEHÅLLSFÖRTÄCKNING

Projektets idè	2-4
Syfte med projektet	5
Projektets resa	6
Projektets resultat	7-10



PROJEKTETS IDÉ

Idéen för detta projekt växte fram under 2016 då Caprifolen satte upp musikalen "Tumungo" på Helsingborg Arena.

Berättelsen om Tumungo handlar om allas behov av att finna sin plats i en gemenskap. Vi ville att detta skulle genomsyra arbetet från start till mål. Tidigare har Caprifolen gjort mindre lokala samarbeten med organisationen Ifall (Integration för Alla) från Örkelljunga.

De hade ensamkommande barn som gärna ville delta i musikalen och självklart var de välkomna. Några av de barn som medverkade från Caprifolen hade olika funktionsnedsättningar och det var fantastiskt och se hur självklart det var för barnen och ungdomarna att alla skulle få vara med och delta på samma villkor. En händelse under musikalen som visade på gemenskapen mellan barnen var när en av tjejerna med autism gjorde voltige på hästen.

Alla de andra barnen kom in och hejade och klappade för att ge henne extra stöd. Detta var inte inövat eller frammanat av ledare/vuxna. Det var en otroligt stark upplevelse där publiken i efterhand berättat att de blev väldigt berörda och inte kunnat låta bli att gråta. Under arbetets gång, att bygga en musikal i samspel med hästar, märkte Caprifolen att alla barnen och ungdomarna ville hjälpa till och känna sig delaktiga. Det var en fin atmosfär där Caprifolen var med och byggde känslan av något större tillsammans med barnen. Att skapa en musikal handlar just om att bygga en egen värld, där olika roller föds. Inte utifrån kön och bakgrund, utan från gemenskapen och tillhörigheten. Individerna skapar ansvarsområden där visioner och drömmar skapas. Vi har sett att barnen och ungdomarnas motivation till musikalen har kunnat härledas till

begreppet meningsfullhet. Om deltagare har en känsla av hög meningsfullhet eller motivation är det troligt att denne blir engagerad och kämpar för att förstå och hantera en situation. När musikalen var genomförd (det kom nästan 1000 personer och såg den) så var vi alla otroligt nöjda. Det var en gemensam känsla av att processen och utvecklingen kändes viktigare för alla än själva resultatet. Med detta som bakgrund ville vi fördjupa oss mer i processen och arbete med en metod. Vi ville ta vara på kompetensen som kommer fram och även skapa ett verktyg för att underlätta arbete, stärka individerna och vi-känslan. Men den absoluta största anledningen till att vi verkligen vill jobba med det här projektet, är att vi på Caprifolen vill vara med och påverka och ge barn och ungdomar verktyg för livet. Vi vill öppna upp verksamheter för fler och visa att alla kan vara delaktiga om man arbetar på ett sätt som byggs efter individen.



Musikalen bestäms utifrån individens förmåga och inte individen utifrån musikalen. Styrkor ska lyftas fram och belysas. Vår vision är att kunna föra vidare denna metod så att fler runt om i Sverige kan ta del av den. Med Ifall har vi ett fantastiskt samarbete där vi lär av varandra och möts oavsett bakgrund, kulturskillnad, religion och språk. Här använder vi hästen, cirkusen, dansen och drama som sätt att kommunicera utan verbalt språk. Ett sätt att skapa kontakt och förståelse för varandra. Vi ser vilken inverkan detta möte har i båda föreningarna och skapar en integration där man blir vänner för livet och där broar byggs.



"T" älskar att vara högst uppe på hästen för där får hon flyga

"Hästar kommunicerar genom kroppsspråket till 100 %, vi människor ungefär till 70%. Människan har också det verbala och det skriftliga språket att ta till. Undersökningar på hästens språk- eller kommunikation har gjorts genom en studie där vildhästar följdes i USA. Genom att studera hästen i sitt naturliga tillstånd menar Roberts (1999) att han inte skapat några tränings- eller kommunikationsmetoder, han bara upptäckte det som naturen redan skapat". Ur. Hästens hovar sjunger när den går, Annika Bruhn Bengtsson, s. 49.

Vi använder oss av hästen och vi ser vilken fin inverkan den har. Den dömer inte och ser inte olika på människor. "Enligt Skouras (2010) är rytmen på hästen när den går liknande den som ett litet barn får i famnen vilket gör att det inverkar lugnande och välbefinnandet ökar hos den som rider." Ur. Hästens hovar sjunger när den går, Annika Bruhn Bengtsson, s.37.

Vi förstod tidigt att processen och arbetet med musikalen kommer kunna vara ett krävande arbete med många bollar i luften. Vi vill ta hjälp av KASAM-modellen för att få fram ett verktyg där barn och ungdomar kan medverka och utvecklas i en takt som känns meningsfull, hanterbar och begriplig.

Antonovsky (1987) söker svar på frågan vad det är som gör att vissa människor klarar av livets motgångar utan att få ett sämre hälsotillstånd, medan andra människor inte undkommer motgångar med en god hälsa i behåll. Antonovskys salutogena modell (KASAM) menar att en människa i vissa fall till och med kan växa och vidareutvecklas ur de kriser som han eller hon genomgår. Enligt känslan av sammanhang (KASAM) är ingen person någonsin 100 % sjuk eller frisk, utan alla människor befinner sig hela tiden någonstans mellan sjuk och frisk. Graden av friskhet bestäms av **KASAM**, som i sin tur är uppbyggt av tre delar:

BEGRIPLIGT

Det som händer i världen, både inom och utanför individen, är begripligt, strukturerat och går att förutse.

HANTERBART

Hanterbarhet, vilket här innebär att de resurser som de händelser som sker i omgivningen kräver finns tillgängliga.

MENINGSFULLT

Meningsfullhet i livet, Är utmaningarna man ställs inför värda att engagera sig i?

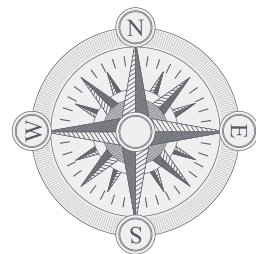


PROJEKTETS SYFTE

Huvudsakliga syftet med projektet är att skapa förståelse och medvetenhet till varandra. Barnen och ungdomarna lär sig se olikheter som något positivt och utvecklande. Involvera och aktivera barnen/ungdomarna med funktionsnedsättning tillsammans med ensamkommande/nyanlända barn/ungdomar samt svenskfödda barn att lära sig av processen och kunna påverka och utveckla arbetet. Med KASAM modellen som grund så hoppas vi kunna skapa ett arbetssätt och en dialog som ska stärka individerna och vi-känslan och som ska ligga till grund inom allt arbete i Caprifolen och Ifalls verksamhet. Skapa ett nätverk mellan olika kultur- och idrottsföreningar för att bygga ett hållbart samarbete över regiongränserna.

PROJEKTETS RESA

Några delmål och händelser under projektets gång



Februari 2018 sätts ett projektteam ihop som under två år ska jobba med projektet.

Sportlov 2018 är startskottet i projektet för målgruppen. Lära -känna- lekar med KASAM i åtanke. Hästen och musikalen introduceras.

Hösten 2018. Stöd och hjälp från FUB, Autism och Aspergs förbundet och LSS-verksamheten, för att utveckla större integration med funktionsnedsatta. Projekt blir mer erkänt, och det leder till föredrag på Antistigmakonferensen i Eslöv som hålls av Hjärnkoll Skåne.

Påsklov 2018. Målgruppen får prova på olika aktiviteter förknippade med musikalarbete. KASAM-föreläsning för målgrupp, föräldrar och ledare.

Sommar 2018 anordnas läger för målgruppen. Under lägret skapar, tränar och förbereds en musikal, som visas upp som avslut.

År 2 börjar och arbetet med musikalen fördjupas. Målgruppen ingår i olika arbetsgrupper efter intresse.

År 1 avslutas med olika sociala aktiviteter så som musikalfest, bad, disco samt inspirationsdag med musikalen Djungelboken.

Sommar 2019. Caprifolen visar smakprov på musikalen under Falsterbo Horse show.

3 November 2019. Caprifolens musikal Hupsy Daisy slår upp portarna på Helsingborg arena.

2020 År 2 avslutas med presentation om projektets resultat och utvärdering från Caprifolens medlemmar och ledare.

Hösten 2019 utvärderas KASAM, voltigen, hästen och ungdomsledarna, utifrån loggböckerna.

PROJEKTETS RESULTAT

Projektet har efter 2 år resulterat i att Caprifolens barn, ungdomar och tränare har fått vara med om ett integrerande/inkluderande projekt där:

- En viktig del fokuserades på att **alla** ska känna sig välkomna. Värdegrundsarbete genom användandet av KASAM. Förståelse av KASAM har legat till grund för att skapa ett klimat med en större inblick i varandras olikheter, där alla upptäcker att likheterna är mycket större än olikheterna. Alla gläds åt att vara delaktiga i en grupp, glädjen att uttrycka sig genom musik upplevs lika, att vara med hästarna är lika svårt eller lätt oavsett kultur eller funktionsvariation.
- Bibehålla ett öppet och integrerande/inkluderande klimat där integration blir sammanförande till en helhet, och inte olika gruppindelningar bildas. Integration behöver vara en dubbelriktad process som förutsätter växelverkan och samarbete. Under processen sker ändringar och inläring i båda riktningarna. Integration/inkludering är arbetet som för samman olika grupper.
- Arbetet med att skapa en gemensam och individuell drivkraft bland våra unga ledare och barn varit i stort fokus, för att alla ska känna sig delaktiga och viktiga. Vi försökte hitta en balans mellan utmaningar och lek.
- Ungdomstränarna i Caprifolen har fått möjlighet att gå djupare in i rollen som tränare. De har ingått i en diskussionsgrupp kontinuerligt tillsammans med projektteamet och utvärderat och gett feedback till varandras träningar och övningar. Det har varit en viktig del för integrationen att tränarna jobbat som ett team så att målgruppen nyanlända och personer med funktionsnedsättningar får en trygg miljö där allt blir begripligt och hanterbart.
- Vi har sett att träning och att hjälpa andra leder till ökad medvetenhet och större förståelse. När ungdomstränarna förklarar övningarna och varför man ska göra dem för andra så förklarar de det samtidigt för sig själva. Genom den upptäckten kunde de som var voltigörer på elitnivå känna att de även lärde sig själva mer av att vara hjälptränare tillsammans med målgruppen.

- I sin tur så blir den målgruppen förebilder för nya som kommer in och det har varit betydelsefullt för individerna.
- Ledare i Caprifolen har efter projektet fått upp ögonen för hur mycket barnen och ungdomarna själva kan hjälpa till.
- Stödet att använda en metod har varit viktigt för att processen ska löpa på.
- Vikten av att i början lägga ned tid på att förstå vad som avses med KASAM. "Sila" varje planering, upplägg och träning genom metodens honnörsord. Det underlättade väsentligt för målgruppen, och alla andra, att förstå och behålla entusiasmen för ett projekt vars final var 2 år framåt i tiden.
- KASAM visade sig vara ett verktyg som gagnade alla i föreningen. Alla medlemmar i föreningen inklusive deras anhöriga behöver ledorden begripligt, meningsfullt och hanterbart.





Efter två år finns det nu en annan förberedelse och tillvägagångssätt inför träningar och projekt. KASAM har fått fäste och genomslagkraft efter att projektteamet tillsammans med ungdomstränarna, ledarna, föräldrar och styrelse har använt sig av KASAM modellen och ställt sig frågan; Är det vi gör begripligt, hanterbart och meningsfullt för alla? Vi har märkt att KASAM-modellen är oerhört viktig. Känner barnen/ungdomarna (och föräldrarna) att de förstår varför vi gör någonting så är utfallet näst intill alltid bättre. De gånger som vi har stressat iväg med olika övningar och uppgifter och tappat grundtanken så kommer det protester från deltagare i projektet. Vi kan efter två år se några viktiga komponenter ur projekt som är viktiga för en lyckad integration bland grupperna.

KASAM

Säkerställa att verksamhetens olika aktiviteter kan mätas efter KASAMS tre områden (begripligt, hanterbart och meningsfullt). Att bryta ner varje enskild aktivitet efter KASAM modellen kommer resultera i klarhet.

HÄSTEN

För Caprifolen har hästen varit ett fantastiskt verktyg då den blir en naturlig mötesplats att samlas runt oavsett olikheter. Hästen utstrålar trygghet och individen döms inte av hästen. Med hästen kommunicerar vi med kroppsspråk. Om någon i målgruppen inte pratar eller om språk känns kämpigt så är det positivt med ett annat fokus och tillvägagångssätt.

GRUPPEN

I projektet har de ordinarie träningsgrupperna gått samman och bildat en gemensam projektgrupp. Att ibland splittra de ordinarie grupperna och istället arbeta som en helhet kan ge en otroligt positiv upplevelse. Det stärker vi-känsla och fokus skiftar från individualism till laganda. Olikheter i grupperna som tex ålderskillnad har vi kunnat se ge ett mer harmoniskt, och mindre tävlingsinriktat klimat

MUSIK

Både i voltigen och projektets musikal har musik varit i en viktig del. Musik i samband med hästar ger glädje och inspiration. Musiken är ett eget språk som förmedlar känslor och bygger gemenskap. Under voltigeträningen med målgruppen får varje individ välja den musik de gillar att göra sitt program till. Att låta målgruppen själv välja gör dem mer delaktiga vilket gör att det känns mer meningsfullt. Ledare tillsammans med utövare skapar koreografi som man vill ska komma från deltagaren i största möjliga mån. Det bästa är när målgruppen själv får skapa utan påverkan. För mycket koreografi hämmar utveckling och ofta när växelverkan sker så ser vi bästa resultat.

UNGDOMSLEDARE

Ungdomsledarna har varit en stor tillgång för projekt och integrationen. Optimala resultat kräver flera händer, ögon och fötter. Finns det fler som hjälper till och stöttar tränaren/ledaren så kan fler ur målgruppen delta och mindre väntan sker.

LEDSAGARE/PERSONLIG ASSISTENT/KONTAKTPERSON

Om verksamheten inte har möjlighet att inkludera ungdomsledare eller voltigörer för att stötta upp träningen kan hjälpen från målgruppens ledsagare/personlig assistent/kontaktperson ge samma effekt.

SAMMARBETESPARTNERS

Med ett nätverk och samarbete öppnas fler dörrar och vi som verksamhet behöver inte uppfinna hjulet igen. Det är lätt att varje verksamhet står själv och ser andra verksamheter som konkurrenser istället för medpartners mot samma mål - **Att ge unga en meningsfull fritid.**

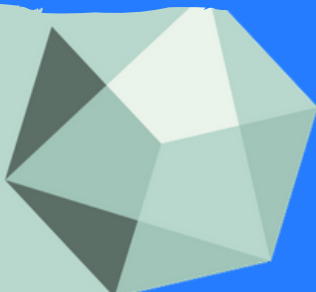
Caprifolen hade inte haft samma möjlighet utan dessa sammarbetspartners:

IFALL integration för alla
FUB SKÅNE och HALLAND
Autism och Aspergerförbundet
Ridsportförbundet
Svenska voltigekommittén

För mer information om projektet och ta del av hjälpmanual riktad till voltige och ridklubbar som vill starta verksamhet med målgruppen, finns på caprifolen.se



MED
STÖD
FRÅN



ALLMÄNNAN
ARVSFONDEN