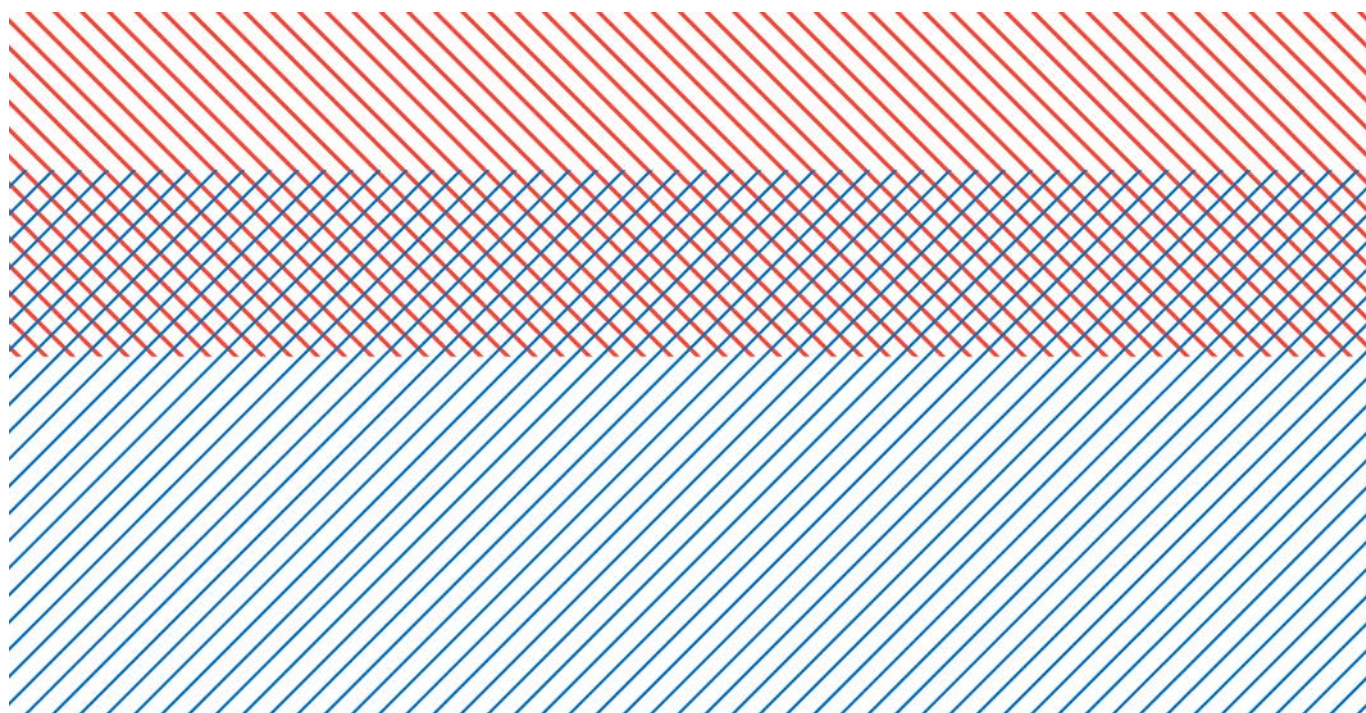


Notat

Back to Life

Evaluering af en peer-to-peer-baseret rehabiliteringsindsats til mennesker, hvis liv er drastisk ændret



Laura Emdal Navne

*Back to Life – Evaluering af en peer-to-peer-baseret
rehabiliteringsindsats til mennesker, hvis liv er drastisk ændret*

© VIVE og forfatteren, 2017

e-ISBN: 978-87-93626-12-6

Layout: 1508

Projekt: 11277

VIVE – Viden til Velfærd

Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd

Købmagergade 22, 1150 København K

www.vive.dk

VIVE blev etableret den 1. juli 2017 efter en fusion mellem KORA og SFI. Centeret er en uafhængig statslig institution, som skal levere viden, der bidrager til at udvikle velfærdssamfundet og den offentlige sektor. VIVE beskæftiger sig med de samme emneområder og typer af opgaver som de to hidtidige organisationer.

VIVEs publikationer kan frit citeres med tydelig kildeangivelse.

Forord

"The Back to Life Project" har siden 2010 drevet et rehabiliteringstilbud til mennesker, hvis liv er drastisk ændret som følge af en ulykke eller sygdom. Projektet har i perioden 2016-2018 modtaget finansiel støtte fra Det Obelske Familiefond mod et krav om ekstern evaluering af projektet.

VIVE har på opdrag af "The Back to Life Project" foretaget en evaluering af rehabiliteringstilbuddet. Evalueringen har haft til formål at dokumentere projektets indsatser og metoder, at dokumentere deltageres og samarbejdspartneres oplevede effekt af rehabiliteringsindsatsen samt at diskutere muligheder og betingelser for indsatsens udbredelse.

"The Back to Life Project" rammer en nerve i tiden. Ved at kombinere værdier som frivillighed, peer-støtte, ligestilling og helhedsvurdering af den enkeltes livssituation matcher Back to Life et aktuelt politisk fokus på inddragelse af civilsamfundet og potentiale i samskabelse og samarbejde. I denne evaluering giver VIVE et detaljeret kig ind i, hvorvidt og hvordan et sådant enkeltstående tiltag, der placerer sig i snitfladen, kan supplere eksisterende rehabiliteringstilbud. Evalueringen lægger desuden op til en diskussion af, hvordan projekter som Back to Life kan udbredes og opnå økonomisk bæredygtighed på lang sigt.

Evalueringen peger på, at projektet Back to Life organisatorisk set er kendetegnet ved at stå uden for det etablerede system, og at denne "satellit"-position synes at være kernen i initiativets succes og samtidig en afgørende forudsætning for eventuelle fremtidige tiltag, der ønsker at gøre "The Back to Life Project" øvelsen efter. For deltagerne ligger en væsentlig værdi i projektet og en afgørende motivationsfaktor for træningen netop i, at indsatsen er drevet af dedikerede og personligt engagerede medarbejdere og frivillige og fungerer uafhængigt af men i dialog med det offentlige system. I tråd hermed oplever projektets samarbejdspartnere, at projektets system-uafhængige position muliggør et unikt borgercentreret rehabiliteringsarbejde. Samtidig peger evalueringen på, at nogle af projektets udfordringer med fremtidig finansiering ligger i denne satellit-position. Hvordan finder initiativet langsigtet finansiering, samtidig med at det opretholder den uafhængige position? Er det afgørende, at projektet er uafhængigt af offentlige aktører eller private virksomheder, eller er det muligt at udbrede projektets kerneværdier til hele landet og eksempelvis lade stillingsbetegnelser i offentligt regi inspirere af projektets erfaringer med fx peer-to-peer baseret rehabilitering og ideen om en mere ligestillet relation mellem deltager og "træner"?

Vi vil gerne takke alle de deltagere og samarbejdspartnere, der med stor imødekommenhed har bidraget med deres erfaringer til denne evaluering. Vi vil også gerne takke medarbejderne i "The Back to Life Project" – Mikkel Salling Holmgaard og Matthias Ottesen – for deres store arbejde med at planlægge dataindsamlingen. Ud over forfatteren har en række personer på forskellige måder bidraget til denne evaluering: Iben M. Gjødsbøl, Pia Kürstein Kjellberg, Marie Brandhøj Wiuff og Lone Grøn. Evalueringen er finansieret af projektet selv gennem midler modtaget fra Det Obelske Familiefond. Nu er der kun tilbage at ønske læseren god læselyst.

Laura Emdal Navne
2017

Indhold

Sammenfatning	5
1 Formål og metode	6
1.1 Baggrund.....	6
1.2 Formål.....	6
1.3 Metode	6
1.4 Opsummering	8
2 Projekt Back to Life.....	10
2.1 Selvbiografisk iværksætter.....	10
2.2 Organisation.....	11
2.3 Værdier	13
2.4 Opsummering	14
3 Deltagernes rehabiliteringsforløb	15
3.1 Deltagere.....	15
3.2 De konkrete tilbud og deres indhold	16
4 Deltagernes oplevelser	28
4.1 Træningsdifferentiering	28
4.2 Enstrengt og flerstrengt koordinat.....	29
4.3 Den sociale motivationsfaktor	30
4.4 Projektets fremtid.....	32
4.5 Opsummering	32
5 Samarbejdspartnerne oplevelser	33
5.1 Det enkelte menneske i centrum	33
5.2 Rehabiliteringsalliancer på tværs.....	34
5.3 Det sociale og relationelle afsæt.....	35
5.4 Projektets fremtid.....	37
5.5 Opsummering	38
6 Konklusion.....	39
6.1 Oplevede effekter.....	39
6.2 Potentiale for udbredelse	41
Litteratur	43

Sammenfatning

Formålet med dette notat er at evaluere "The Back to Life Project", som tilbyder rehabiliteringstilbud til mennesker, hvis liv er drastisk ændret som følge af en ulykke eller sygdom. "The Back to Life Project" har eksisteret som et selvfinansieret træningsinitiativ siden 2010 og har i perioden 2016-2018 modtaget finansiel støtte fra Det Obelske Familiefond. Denne evaluering dokumenterer "The Back to Life Projects" indsatser og metoder; deltageres og samarbejdspartneres oplevede effekt af rehabiliteringsindsatsen og diskuterer muligheder og betingelser for indsatsens udbredelse.

Evalueringen er baseret på henholdsvis dokumentanalyse og kvalitative interview. Med henblik på at beskrive rehabiliteringsindsatsen og dens konkrete tilbud og indhold har VIVE foretaget en dokumentanalyse, besøgt projektet samt interviewet dets medarbejdere. For at belyse deltageres og samarbejdspartneres oplevede effekt af tilbuddet har VIVE i foråret 2017 interviewet 13 deltagere og 12 samarbejdspartnere ved hjælp af fokusgrupper og telefoninterview.

The Back to Life's rehabiliteringstilbud adskiller sig fra eksisterende tilbud ved at være selvbiografisk iværksætter, dvs. projektet tager afsæt i projektlederens personlige erfaringer med skade og rehabilitering og drives af hans ønske om at "agere den person, han aldrig selv mødte". Organisatorisk står projektet uden for det etablerede offentlige system og lader sig hverken begrænse af geografiske, arbejdstidsmæssige eller bureaukratiske forhold i sit arbejde med deltagerne. Værdimæssigt hviler projektet på grundprincipperne frivillighed, ligeværdighed, 360 graders afklaring, peer-support og oplevelsesrehabilitering. Troen på, at "psykisk overskud giver fysisk overskud", er bestemmende for, hvordan hver enkelt deltagers forløb tilrettelægges som en kombination af støtte til træning, relation eller koordination.

Utallige rapporter om patient- og borgeroplevelser har i de sidste årtier dokumenteret et næsten umætteligt behov for og ønske om at blive set og hørt (2-5). Netop oplevelsen af og overraskelsen over at blive mødt som menneske med en oprigtig interesse i at hjælpe på måder, der motiverer dig af Back to Life, går igen blandt alle de interviewede deltagere. Det personlige engagement, som deltagerne beskriver, at projektets frivillige lægger for dagen, er enormt. Deltagerne oplever i høj grad positive effekter såvel fysisk som mentalt af rehabiliteringsindsatsen. De opfatter projektets succes som personbåren. Samarbejdspartnerne oplever, at Back to Life er lykkedes med at skabe alliancer på tværs af sektorer ved i langt de fleste tilfælde at insistere på det konstruktive samarbejde med såvel offentlige som private aktører i arbejdet med at optimere den enkelte deltagers trænings- og trivselsmuligheder. De oplever, at projektet skubber de private og offentlige aktørers vante arbejdsgange i retning af tænke træning ind i deres tilbud til borgeren.

Evalueringen vurderer, at projekt Back to Life's organisatoriske uafhængighed af det etablerede system på én og samme tid er dets styrke og dets svaghed. Fleksibiliteten i hvert enkelt forløb er afgørende for at levere en indsats med det enkelte menneske i centrum. En udfordring i forhold til udbredelse af projektet er, at det modsiger projektets metoder og mål at lade sig sætte på formel i et færdigt koncept i en stram organisering. Omvendt er netop projektets sensitivitet og tilpasnings-evne i forholdet til den enkelte deltager sammen med fokus på opbygning af relationen helt centralt for projektets succes. Flere af de elementer, som vi beskriver i denne evaluering, lader sig gennemføre af andre frivillige med samme engagement og værdigrundlag. Det er netop disse værdier i arbejdet med rehabiliteringen, der kan tjene som inspiration for eller kan faciliteres i regi af offentlige velfærdsinstitutioner.

1 Formål og metode

1.1 Baggrund

Begreberne træning og rehabilitering indtager i dag en ganske særlig plads på den kommunalpolitiske scene. Fagpersoner og politikere taler om, at et såkaldt paradigmeskifte fra kompenserende hjælp til rehabiliterende eller trænende hjælp finder sted, måske mest tydeligt i den kommunale ældrepleje (1,2). "Koordination" er ligeledes et ord, vi dagligt støder på i den offentlige debat om, hvordan vi kan organisere vores social- og sundhedsvæsen mere hensigtsmæssigt og skabe mere sammenhæng på tværs af offentlige aktører som sygehus, kommune, egen læge og eventuelle private behandlingstilbud (3-7). I en rapport fra 2010 viste et brugerdrevet innovationsprojekt, at borgere i rehabilitering med henholdsvis hjerneskade, kroniske smerter og i ældreplejen oplever, at de dagligt bruger tid og kræfter på at koordinere socialrådgivere, læger, advokater, hjemmepleje og arbejdsplads mv., og at det er en stor belastning (8). Efterspørgslen efter 'relationel kontinuitet' er ligeledes stor. Relationel kontinuitet defineres af Martin et al. (9) ved, at borgeren ser de samme sundhedsprofessionelle, modtager samstemmende information, oplever brobygning mellem forskellige indsatser, og at professionelle foretager en helhedsvurdering af deres helbred (ibid:30).

Rehabiliteringstilbuddet "The Back to Life Project" har netop træning, koordination og relationer som omdrejningspunkt i arbejdet med at hjælpe mennesker tilbage til en overskuelig hverdag efter pludselig og drastisk skade eller sygdom.

1.2 Formål

På opdrag fra "The Back to Life Project" (herefter Back to Life) er formålet med denne evaluering at dokumentere den rehabiliteringsindsats, som Back to Life tilbyder mennesker, hvis livssituation er drastisk ændret som følge af sygdom eller skade. Evalueringen skal samtidig dokumentere deltagere og samarbejdspartneres erfaringer med Back to Life's indsats og diskuterer potentialet for projektets udbredelse.

1.3 Metode

Evalueringen er baseret på fem supplerende delanalyser:

Delanalyse 1. Projektet Back to Life (kapitel 2)

Delanalyse 2. Deltagernes rehabiliteringsforløb (kapitel 3)

Delanalyse 3. Deltagernes oplevelse af projektets indsats og effekt (kapitel 4)

Delanalyse 4. Samarbejdspartneres oplevelse af projektets indsats og effekt (kapitel 5)

Delanalyse 5. Konkluderende bemærkninger og diskussion af udbredelsespotentiale (kapitel 6).

I det følgende redegør vi for det metodiske grundlag for hver af disse delanalyser.

1.3.1 Projektet Back to Life

Som udgangspunkt for evalueringen har VIVE udarbejdet en kort beskrivelse af projektet baseret på skriftligt materiale udleveret af Back to Life, interview med deltagere og samarbejdspartnere samt

interview med de personer, der drev projektet på tidspunktet for dataindsamlingen, dvs. Mikkel Salting Holmgaard og Mathias Ottesen¹. I marts 2017 foretog VIVE desuden et besøgsinterview i Back to Life's lokaler i Aalborg, hvor vi gennemgik projektet mundtligt sammen med Mikkel Holmgaard. Under besøget fik VIVE indsigt i projektets dagligdag og mulighed for at hilse på flere af projektets deltagere, som i løbet af dagen kom forbi kontoret. Back to Life har haft evalueringsnotatet til gennemsyn og haft mulighed for at kvalificere og validere fremstillingen af projektet. Beskrivelsen af projektet præsenteres i kapitel 2 og danner afsæt for en senere diskussion af, hvordan projektets indsats adskiller sig fra, understøtter og supplerer eksisterende rehabiliteringstilbud.

Deltagernes rehabiliteringsforløb

For at kortlægge den indsats, som projektet leverer til deltagerne, har VIVE udarbejdet en kortfattet introduktion til de konkrete tilbud og deres indhold samt en skematisk oversigt over deltagernes rehabiliteringsforløb for 23 ud af i alt 50 mennesker. Oversigten gengiver en struktureret gennemgang af følgende komponenter:

- a. Den enkelte deltagers bagvedliggende problemstilling
- b. Den indsats projektet har leveret til deltageren
- c. Andre aktører, der har været involveret i deltagerens rehabiliteringsforløb
- d. Hvordan (og hvorvidt) det har været muligt for det pågældende menneske at genoprette et godt og velfungerende hverdagsliv
- e. Hvilken rolle projektet Back to Life har spillet i den forbindelse.

Deltagerne har givet tilsagn til, at Back to Life kunne udlevere informationer om deres sygdom og rehabiliteringsforløb til VIVE til brug for evalueringen. Flertallet af deltagerne har ønsket at stå frem med navn og personlige oplysninger, og derfor er kun få af deltagerne anonymiseret. Vi har valgt at efterkomme de individuelle ønsker om anonymisering eller ikke.

1.3.2 Deltagernes oplevelser

For at afdække deltagerne oplevede effekter har VIVE interviewet 13 af projektets deltagere (se Tabel 1.1). I marts og april 2017 afholdt VIVE et gruppeinterview i henholdsvis Aalborg og i København. For at sikre en større geografisk spredning i de interviewede deltagere supplerede VIVE med individuelle telefoninterview med deltagere andre steder i landet. I alt afholdt VIVE fem individuelle interview med deltagere, der var forhindret i at deltage i gruppeinterview. Tre interview blev foretaget over telefonen, og to blev gennemført under besøg på Back to Life's kontor i Aalborg. Alle individuelle interview var af cirka en halv times varighed, imens gruppeinterview var af cirka halvanden times varighed.

Projektet Back to Life har været ansvarligt for rekruttering af deltagere til interview og for den praktiske tilrettelæggelse. I dialog med VIVE har projektet søgt at opnå en så bred repræsentation af deltagere som muligt i forhold til kriterier som problemstilling, rehabiliteringsforløbenes varighed, køn, alder, arbejdsmarkedstilknytning m.m. VIVE vurderer, at de deltagere, der har sagt ja til at lade sig interviewe, både repræsenterer deltagere, der har fået det markant bedre fysisk og psykisk i løbet af deres rehabiliteringsforløb, og deltagere der fortsat har svære problemstillinger. Dog har frafaldne deltagere, trods adskillige henvendelser, ikke sagt ja til at deltage i interview i forbindelse med evalueringen, hvorfor vi har svært ved at belyse årsager til frafald. Temaer for interview med deltagerne har været:

¹ Mathias Ottesen var ansat på projektet fra 1. august 2016 til 1. marts 2017.

- a. Konkrete erfaringer med Back to Life's rehabiliteringsindsats
- b. Oplevelse af forskel i deltagerens hverdag og livskvalitet
- c. Sammenligning med øvrige rehabiliteringsindsatser, som deltageren har modtaget
- d. Projektets værdier og arbejdsmetoder, herunder motivation, peer-to-peer, oplevelsesrehabilitering
- e. Potentialet for udbredelse.

1.3.3 Samarbejdspartnernes oplevelser

For yderligere at kvalificere evalueringen af Back to Life og den forskel, som projektet eventuelt har gjort for mennesker med behov for rehabilitering, har VIVE afholdt telefoninterview med 12 forskellige samarbejdspartnere, herunder kommunale sagsbehandlere, kommunale kontaktpersoner/støttepersoner, forsikringsagenter, bankfunktionærer, advokater samt med de øvrige frivillige aktører, der har samarbejdet med Back to Life. De centrale samarbejdspartnere er primært blevet udpeget af Back to Life i dialog med VIVE og med opmærksomhed på at sikre en så bred repræsentation af projektets samarbejdspartnere som muligt. Det er i et stort omfang lykkedes at få et interview med repræsentanter fra samtlige "typer" samarbejdsrelationer, som projektet indgår i. Temaer for interview med Back to Life's samarbejdspartnere har været, hvordan disse oplever:

- a. muligheder og udfordringer i samarbejde med Back to Life omkring deltagerne
- b. projektets bidrag og supplement eller understøttelse af øvrige rehabiliteringsindsatser
- c. projektets mulighed for at gøre en forskel for deltagerne
- d. grænsefladerne mellem det frivillige og det offentlige/private
- e. lovgivningsmæssige udfordringer i samarbejdet
- f. potentialet og/eller forhindringer for Back to Life og lignende fremtidige indsatser.

1.3.4 Konklusion og diskussion af udbredelse

Med henblik på at diskutere, hvordan og hvorvidt projektet eller delelementer af projektet kan overføres til en anden kontekst eller inspirere andre kontekster, afsluttes evalueringen med en diskussion af udbredelsespotentialet. Back to Life har haft evalueringsnotatet til gennemsyn for faktuelle fejl og rettelser, men VIVE alene bærer ansvaret for analysens konklusioner.

1.4 Opsummering

Analysen er baseret på skriftligt materiale om og interview med deltagere og samarbejdspartnere i projektet Back to Life. Nedenfor giver vi et overblik over de interview, der er afholdt i forbindelse med projektet.

Tabel 1.1 Datagrundlag

Gruppeinterview		Individuelle interview		I alt
Deltagere	8 6 Jylland 2 København	5 1 Bornholm 1 København 1 Høje Tåstrup 2 Aalborg	13 (7 mænd og 6 kvinder)	
Samarbejdspartnere	5 3 frivillige fysioterapeuter 1 leder af svømmehal 1 pårørende	7 2 bankfuldmægtige 1 advokat 1 fagforening 1 forsikringsagent 1 kommunal socialrådgiver 1 Focus People (privat rekrutteringsbureau)	12 (4 mænd og 8 kvinder)	

Note: Tabellen angiver fordeling af interviewpersoner på køn, geografi, stilling samt interviewmetoder.

2 Projekt Back to Life

I dette kapitel præsenterer vi projektets ophav, organisation og værdigrundlag. Præsentationen tager afsæt i en dokumentanalyse af skriftligt materiale udleveret af Back to Life, i interview med deltagere og samarbejdspartnere, samt i interview med projektets daværende to medarbejdere: Mikkel Holmgaard og Mathias Ottesen.

2.1 Selvbiografisk iværksætter

”The Back to Life Project” startede som et frivilligt tiltag allerede i 2010 motiveret af initiativtager Mikkel Holmgaards personlige historie. I 2006 forsøgte Mikkel under en gymnasiefest at mægle i en konflikt, der endte i et knivstikkeri. Mikkel blev ramt i halsen og skadet så alvorligt, at han blev erklæret lam i hele venstre arm samt dele af skulder, nakke og bryst. Efter ulykken oplevede Mikkel at stå helt alene med en række udfordringer i mødet med en lang række aktører, der på forskellig vis var indblandet i hans situation: forsikringselskab, bank, advokat, arbejde, uddannelsesinstitution, netværk og familie.

I sin kamp for at vende tilbage til et almindeligt liv efter ulykken oplevede Mikkel det kommunale genoptræningsforløb – og støtten fra det offentlige system generelt – som begrænset, utilstrækkeligt og demotiverende for et succesfuldt rehabiliteringsforløb. Særligt oplevede Mikkel, at hans initiativ til at træne og kæmpe sig tilbage til studie og arbejde blev straffet i det offentlige system ved, at han blev frataget hjælp og træning. Også den økonomiske kompensation efter ulykken, oplevede Mikkel, lod meget tilbage at ønske, på trods af at han selv var motiveret for og tog ansvar for at vende tilbage til et normalt liv som velfungerende, arbejdende og dermed bidragende deltager i samfundet. Mikkel afbrød senere alt samarbejde med det kommunale system for at opsøge og finansiere sit eget genoptræningsforløb med fysioterapi. Gennem vedvarende træning genvandt Mikkel sin fysiske førlighed og ønskede på den baggrund at iværksætte et tilbud, der ændrer mulighederne for personer, der kommer i en lignende situation. Det er dette tilbud, vi kalder selvbiografisk iværksætter med henblik på at understrege, hvorved Back to Life’s indsats adskiller sig fra mange eksisterende rehabiliteringstilbud.

Psykisk overskud giver fysisk overskud

”Vi fjerner alt det, der er generende for deltagerne i deres hverdag, så de får overskud til at træne selv. Det vil sige, vi tager kontakt til advokat, forsikring, kommune og alt det andet, der belemrer dem og blokerer for, at de kan koncentrere sig om at træne og genvinde førlighed”.

Ved at agere ”den person, han aldrig selv mødte” for mennesker, hvis situation er drastisk forandret efter sygdom eller ulykke, arbejder Mikkel ud fra devisen om, at ”psykisk overskud giver fysisk overskud”. Med andre ord opererer projektet ud fra ideen om, at skræddersyede træningsforløb til det enkelte menneskes livssituation er afgørende for vellykket rehabilitering, men at mennesker kun kan få overskud til fysisk

træning, hvis de har mentalt overskud. Derfor har Back to Life som mål at træde ind og aflaste deltagerne i dette enorme koordinationsarbejde og enten agere bisidder og sparringspartner eller helt at overtage dialog med kommune, region, bank, advokat eller forsikringselskab.

Det begyndte med en social indignation

”Vi er her ikke, fordi det danske system er dårligt – det er godt. Men vi mener, det kan blive ekstraordinært godt. Velfærdssamfundet har aldrig været tænkt som ét, der skal gøre det hele, men ét, hvor man som familie og venner også kan gøre noget”.

Back to Life er med andre ord vokset ud af både en personlig erfaring med, hvor lidt der skal til for at gøre et rehabiliteringsforløb bedre og succesfuldt, og en social indignation over, at det etablerede system ikke inden for de nuværende, eksisterende rammer synes at kunne levere en tilstrækkelig indsats over for folk, hvis liv er drastisk ændret, og som arbejder motiveret for at vende tilbage til et normalt liv. Projektet øn-

sker at bidrage med en frivillig indsats til at gøre et allerede velfungerende velfærdssystem ekstraordinært godt. Back to Life placerer sig således som supplement til det eksisterende velfærdssystem ved at møde og støtte den skadesramtes konkrete og individuelle (genoptrænings)behov samt ved at agere koordinerende funktion til øvrige parter i en skade- eller rehabiliteringssag.

2.2 Organisation

Back to Life begyndte i 2010 som en frivillig rehabiliteringsindsats drevet af Mikkel Holmgaard alene. I 2013 blev projektet oprettet som CVR, og efter bevilling fra Det Obelske Familiefond i 2016 bliver Back to Life ApS registreret. Mikkel ønsker imidlertid ikke, at projektet bliver betragtet som en virksomhed, men derimod som ”et projekt med særinteresser”. I begyndelsen var Back to Life et decideret personligt enkeltmandsforetagende, idet projektet blev finansieret gennem Mikkels foredragsvirksomhed på bl.a. folkeskoler og gymnasier. Mikkel støttede i denne periode de tilskadekomne, der dengang var tilknyttet projektet, gennem sin egen privatøkonomi. I perioden 1. august 2016 til 1. januar 2018 har Mikkel opnået finansiel støtte til at drive projektet fra Det Obelske Familiefond, og bevillingen har gjort det muligt at lønne to medarbejdere på fuld tid i projektperioden. Derudover rejser Back to Life penge til rehabiliteringsoplevelser og træningsudstyr til deltagerne gennem indsamlinger af mindre donationer (fx 10 kr.) på sociale medier og over tjenesten MobilePay.

Frem til marts 2017 beskæftigede Back to Life to fuldtidsansatte: Mikkel Holmgaard og Mathias Ottesen samt en kommunikations- og mediestuderende praktikant. Mikkel er 30 år, har gennemført en gymnasial eksamen og en bachelor i Serviceøkonomi (Sportsmanagement og Event fra University College Nordjylland). Fra 2015 besluttede han – for at dedikere sine kræfter – sig til at udvikle en allerede blomstrende foredragsvirksomhed. Mathias, som også er 30 år gammel, er uddannet cand.scient.adm. og har tre års erhvervs erfaring fra socialpsykiatrien i Aalborg Kommune som udviklingskonsulent. Fra dette arbejde har Mathias konkrete erfaringer om, hvor de kommunale rehabiliteringsindsatser kommer til kort, og det var dette arbejde, der motiverede hans engagement i Back to Life. Pr. 1. marts 2017 blev Mathias opsagt som medarbejder i projektet, og de opgaver (primært administrative), som han varetog, blev efterfølgende overtaget af Mikkel selv, men planlægges genbesat af en ny projektleder snarest.

De indsatser og den støtte, som Back to Life leverer, er i høj grad baseret på en række frivillige aktører ud over Mikkel, der stiller sine kompetencer og faglighed om fysisk og psykisk rehabilitering til rådighed for projektets deltagere. De frivillige terapeuter arbejder fx som facilitatorer af vandtræningshold eller med individuel træning i hjemmet. I alt er ca. 35 frivillige medarbejdere tilknyttet Back to Life med forskellig faglig baggrund, og heraf er 20 frivillige enten fysioterapeuter eller ergoterapeuter, og herudover har fem personlige trænere arbejdet frivilligt for projektet. Projektet har modtaget ansøgninger fra op imod 200 frivillige, som har tilbudt deres hjælp, men projektet har bevidst

valgt at tilknytte et begrænset antal frivillige, der arbejder flere timer hver med henblik på at skabe kontinuitet for deltagerne og sikre de frivilliges oprigtige engagement i deltagerens træning. De frivillige udvælges omhyggeligt ud fra disse kriterier.

Herudover trækker projektets arbejde på et stort netværk af såvel offentlige som private samarbejdspartnere/aktører i kommuner, regioner, advokatfirmaer, banker og forsikringsselskaber. I arbejdet med at støtte deltagerne i at vende tilbage til en tålelig hverdag tilbyder Back to Life at gå i dialog med de aktører, der måtte være relevante for den skaderamte i den enkelte sag. Når mennesker bliver udsat for en ulykke eller en skade, udløser det ofte erstatningsefterspil, som involverer advokater, forsikringsselskaber og banker. Samtidig kræver sygdommeldinger eller tabt arbejdsevne også dialog med både kommune og arbejdsplads. Det er i dialog med disse aktører, at Back to Life tilbyder at være bisidder og aflaste deltagerne.

Geografisk er Back to Life udsprunget fra og centreret omkring Mikkels hjemby Aalborg. Indtil sommeren 2016 arbejdede Mikkel og Mathias hjemmefra. I juni opnåede Back to Life et lejemål i et større kontorfællesskab beliggende i Aalborg og råder nu over et kontor med to kontorpladser og adgang til et mødelokale. I sit tilbud om at indgå et samarbejde med en sygdomsramt eller tilskadekommen er Back to Life imidlertid ikke geografisk afgrænset. Meget af den fysiske træning foregår i Aalborg, men Mikkel bruger også en væsentlig del af sin tid på at køre rundt til deltagerne for at hjælpe dem med den fysiske træning eller agere koordinerende funktion og/eller psykisk støtte i deltagerens lokale miljø. Blandt andet er tiltaget *Vand Virker!* igangsat i såvel Aalborg (to gange om ugen), Odense og København (en gang om ugen). Derudover har Mikkel personligt besøgt ca. 25 andre byer med det formål at tilbyde individuelle deltagere vandtræning i deres hjemby, heriblandt: Hjørring, Frederikshavn, Nørresundby, Holstebro, Viborg, Hammel, Aarhus, Auning, Grindsted, Rønne, Randers, Ikast, Vejle, Ringsted, Emdrup, Holbæk og Esbjerg.

I organisatorisk forstand er projektet at sammenligne med en satellit. Ifølge Mikkel er det netop projektets force, at det står uden for det etablerede offentlige og geografisk organiserede system, fordi Back to Life dermed kan "operere uafhængigt af de eksisterende strukturer". Projektet hviler på at kunne fastholde organisatorisk, juridisk og økonomisk uafhængighed over for dets mange samarbejdspartnere. Formålet har været at kunne opretholde det særlige kendetegn: et tilbud om hjælp, rådgivning og støtte til rehabilitering, der er baseret på en individuel og fleksibel tilrettelæggelse af og tilgang til forløbet, som sidst, men ikke mindst, er uafhængig af det offentlige regi.

Arbejdets dagsform kræver, at medarbejderne og de frivillige stiller sig til rådighed og udviser en høj grad af fleksibilitet for at imødegå de individuelle behov, som deltagerne har for personlig støtte. Det er dog i særdeleshed Mikkel, der har den primære kontakt med deltagerne uden for planlagte træningstilbud og derfor ham, der lægger flest timer i arbejdet. Han nævner i et interview, at en arbejdsuge godt kan være på 100 timer, men at han ikke selv oplever, at det er voldsomt, fordi arbejdet er så fleksibelt, at han sagtens kan nå at have et liv ved siden af. Det er et spørgsmål om at vise deltagerne, at man er der og står til rådighed, at give dem sit telefonnummer, men det er faktisk de færreste, der benytter sig af det på skæve tidspunkter. Den aktuelle arbejdstid afspejler, at projektet møder enorm efterspørgsel, og at det ikke i længden er tilstrækkeligt med en enkelt medarbejder til at dække alle henvendelser.

Afslutningsvis er det værd at bemærke, at projektets organisatoriske satellit-position betyder, at Mikkel Holmgaard og projektet ikke har direkte juridisk ansvar for deltagerne, i og med at der ikke foreligger nogen kontrakt på samarbejdet eller udveksles penge. Alligevel henvender Mikkel sig gerne til deltagerens læger og sagsbehandlere, inden han fx tager dem med på skiture eller vandreture i forbindelse med oplevelsesrehabilitering – dette med henblik på at arbejde rehabiliterende i tæt dialog med andre fagpersoner omkring deltageren.

2.3 Værdier

I henhold til Back to Life's projektbeskrivelse og til interview med Mikkel Holmgaard og Matthias Ottesen hviler projektet først og fremmest på grundprincipperne frivillighed, ligeværdighed, 360 graders afklaring, peer-support og oplevelsesrehabilitering.

Back to Life's kombination af uafhængig status, frivillig indsats, 360 graders afklaring, ligevægtsprincippet og peer-støtte etablerer nogle særlige rammer for relationen mellem deltagere og trænere. **360 graders afklaring** handler om at foretage en helhedsvurdering af deltagerens livssituation og møde deltageren 'der, hvor han/hun er', om at få øje på kroppens gemte potentialer, om at finde alternative veje til træning og om at skræddersy forløb til den enkelte deltager. Med **ligevægtsprincippet** henvises til ønsket om at opnå en balance i relationen mellem deltager og træner i såvel magtforhold og indsats; dvs. at Back to Life's deltagere såvel som projektmedarbejdere og andre eventuelle samarbejdspartnere skal bidrage aktivt til et samarbejde om at få deltagerens liv tilbage på fode.

Ligevægtsprincippet

"Vi viser initiativrighed og velvillighed, og så oplever vi, at det også går den anden vej. Vi kan sætte krav. Vi arbejder med dem, der er målrettede, og motiverede med dem, der har en vis drivkraft, der kan slippes løs. Det betyder også, at vi kan stille modkrav".

Matthias Ottesen

Med andre ord er kongstanken i Back to Life, at en indsats, der yder mennesker betingelsesløs hjælp og stiller sig til rådighed for folk, også er i sin gode ret til at forvente en mere ligestillet relation med deltageren. Det er inden for disse rammer, at projektets arbejde adskiller sig markant fra det etablerede offentlige system, der hverken har beføjelse til at skelne imellem motiverede og ikke-motiverede borgere, eller i træningsøjemed sjældent – om nogensinde – kan opstille modkrav, som får betydning for de ydelser, den skaderamte tilbydes.

Projektet er ligeledes baseret på en **peer-support** tankegang, der foreskriver, at den person, som står for den praktiske hjælp (mentoren om man vil), er én, der selv har prøvet lignende forløb og dermed har personlige og levede erfaringer med rehabiliteringsforløb.

Peer-støtte defineres i international sammenhæng som "... offering and receiving help, based on shared understanding, respect and mutual empowerment between people in similar situations" (10). Gensidighed og erfaringsmæssig viden er de to bærende værdier i peer-støtte, hvorved den rehabiliterende indsats baseret på peer-støtte adskiller sig fra rehabilitering leveret af fagprofessionelle. Derudover er peer-støtte baseret på selvbestemmelse, medindflydelse og ligeværd. I teorien ligger der ofte en forestilling om høj grad af symmetri i peer-relationen. I praksis ser det ud til, at peer-to-peer-relationen kan have forskellige grader af symmetri. Ofte er den ene part lidt længere i sit forløb eller måske endda "på den anden side" af et rehabiliteringsforløb. Metoden har sit primære udspring i arbejdet med mental sundhed (11).

Peer-support

"Det giver os muligheden for at møde hver enkelt person 'i øjenhøjde', og at bruge egne erfaringer til at skabe håb og motivation. (...) Det handler om bare at skubbe lidt på nogle gange. Det, der gør en forskel, er, at der er nogen, der tør insistere på at handle fra dag til dag på det potentiale, der er".

Peer-support handler med andre ord grundlæggende om at lade til skadekomne mennesker møde andre tilskadekomne og hente motivation i dette "ligestillede" møde. I Back to Life foregår peer-support på flere niveauer. Mikkelt yder selv peer-støtte, fordi han træner med deltagerne ud fra egne erfaringer fra et vellykket, men meget vanskeligt rehabiliteringsforløb. Derudover trækker projektet på peer-support-tanken i holdtræningen, hvor deltagerne udveksler erfaringer med træningsøvelser, sygdomsoplevelser, med valg af sagsbehandlere, fysioterapeuter og meget mere.

Sidst, men ikke mindst, faciliterer projektet det, der kaldes **oplevelsesrehabilitering**, som er træning, der tager afsæt i oplevelser, som giver mening i den enkelte deltagers liv og situation. For Mikkelt Holmgaard handler oplevelsesrehabilitering om at give deltagerne succesoplevelser med at mærke, at de kan gennemføre de små eller større fysiske udfordringer, de drømmer om, men ikke tror på, at de kan gennemføre.

Oplevelsesrehabilitering

"Første gang jeg faldt på ski efter mit knivstik, fik jeg oplevelsen af, at min krop ikke er lavet af glas".

Mikkelt Holmgaard

2.4 Opsummering

Den rehabiliteringsindsats, som Back to Life tilbyder, har sit ophav i det, vi i evalueringen kalder selvbiografisk iværksætter. Projektets centrale medarbejder, Mikkelt Holmgaard, tager afsæt i personlige erfaringer med skade og rehabilitering og ønsker at "agere den person, han aldrig selv mødte" i sit forløb. Organisatorisk står projektet uden for det etablerede offentlige system og lader sig hverken begrænse af geografiske, arbejdstidsmæssige eller bureaukratiske forhold i sit arbejde med deltagerne. Værdimæssigt hviler projektet på grundprincipperne frivillighed, ligeværdighed, 360 graders afklaring, peer-support og oplevelsesrehabilitering. Troen på, at "psykisk overskud giver fysisk overskud" er bestemmende for, hvordan hver enkelt deltagers forløb tilrettelægges som en kombination af støtte til træning, relation eller koordination.

3 Deltagernes rehabiliteringsforløb

I dette kapitel giver vi et detaljeret indblik i de forskellige elementer, der indgår i de individuelle rehabiliteringsforløb og den mangfoldighed, som kendetegner disse forløb. Beskrivelserne af deltagerne rehabiliteringsforløb er baseret på information fra Back to Life med tilsagn fra deltagerne. For de 13 deltagere, som VIVE har interviewet, har det desuden været muligt at supplere oplysningerne fra Back to Life. I det følgende introducerer vi målgruppen for projektet, de konkrete tilbud og deres indhold. Dernæst går vi mere detaljeret ind i udvalgte deltagers forløb. Vi illustrerer yderligere forløbenes forskelligartethed ved hjælp af seks casebeskrivelser. Forløbenes fællestræk formidles herefter i en "forsimplet" skematisk oversigt.

3.1 Deltagere

I alt yder projektet i dag hjælp til ca. 50 deltagere, der er fysisk skadede efter trafikuheld, vold, operation eller hændeligt uheld, til enten fysisk træning eller koordinering af deres skadesag og/eller rehabiliteringsforløb. Deltagerne bor spredt rundt i hele landet: Nordjylland, Sønderjylland, Midtjylland, Nordsjælland, København, Bornholm og Fyn.

Hvor Back to Life oprindeligt havde unge mennesker i alderen 15-35 som målgruppe, inkluderer projektet nu deltagere med stor aldersmæssig spændvidde. Back to Life's primære træningstilbud, *Vand Virker!*, har tiltrukket deltagere på tværs af alder og køn. Som konsekvens heraf har Mikkel Holmgaard besluttet at udvide målgruppen ud fra en betragtning om ikke at lade biologisk alder afgøre, hvor stort et genoptræningspotentiale en deltager måtte have. Back to Lifes yngste deltager var bare 19 år gammel, da han begyndte at træne sammen med Back to Life. Den ældste deltager er over 90 år. Med hensyn til uddannelsesbaggrund og indkomst ser deltagerne ud til at repræsentere en bred variation.

Rekruttering til projektet er primært foregået via projektets medarbejders (især Mikkels) personlige netværk, de sociale medier, herunder Facebook. Ideen er, at ikke bare træningen, men også *kontakten* til Back to Life foregår på deltagerens præmisser. Ofte er det en pårørende, der kontakter projektet på deltagerens vegne.

Inden for det seneste år har forskellige samarbejdspartnere desuden henvist deltagere. Det gælder fx smerteklinikker, forsikringsselskaber og kommuner, som er begyndt at henvende sig til Back to Life i situationer, hvor de "ikke kan komme længere med en borger". Mikkel Holmgaard formulerer det sådan her:

"Jeg er blevet en 'go-to-guy', når det ser helt vildt ud"

"Ofte henvender kommunen sig i ren afmagt (...). Jeg er blevet en "go-to-guy", når det ser helt vildt ud, og ni ud af ti af vores deltagere er mennesker, som er opgivet af systemet, og det betyder også, at vi kommer alt for sent ind".

I lyset af dette har en af projektets klare målsætninger været at komme tidligere ind i deltagerne forløb. Ideelt set vil Back to Life gerne i kontakt med deltagerne – enten inden de udskrives eller i forbindelse med udskrivelse fra hospitalet.

Back to Life tager imod alle, der henvender sig, uanset problemstilling og alder, men i forlængelse af projektets ligeværdsprincip anses det for afgørende for indsatsens succes, at deltagerne er indstillet på selv at arbejde på at gøre fremskridt. Dette betyder også, at projektet, som nævnt i afsnit 2.3, forbeholder sig ret til at stille krav til deltagernes engagement og i yderste instans muligheden for at afbryde samarbejdet med en deltager, hvis Back to Life vurderer, at deltageren ikke indfrier dette. I projektperioden har Back to Life afbrudt samarbejdet med én deltager med denne begrundelse, og to deltagere har selv trukket sig fra projektet. Back to Life har efterfølgende taget regelmæssig kontakt til disse tre tidligere deltagere for at følge op på deres trivsel. VIVE har forgæves forsøgt at få en interviewaftale i stand med de frafaldne deltagere og har derfor ikke indsigt i deltagernes oplevelse af frafaldet.

3.2 De konkrete tilbud og deres indhold

Der er ikke skyggen af standardiseret træningspakke i projekt Back to Life. Tværtimod, fortæller deltagerne i interview med VIVEs medarbejdere, modtager de hjælp og støtte på vidt forskellige måder. Det skyldes bl.a. projektets filosofi om individuelt tilrettelagte rehabiliteringsforløb. Hvert enkelt forløb tilrettelægges, så det matcher den enkelte deltagers konkrete udfordringer, bopæl og smerteniveau. Det varierer, hvor meget kontakt der er med hver af deltagerne. Nogle deltagere har telefon- eller Facebookkontakt med Back to Life fem til syv gange om ugen; andre har meget lidt kontakt med Back to Life – eventuelt kun en enkelt snak om, hvordan deltageren kan håndtere kontakten til et forsikringsselskab eller lignende. Med andre ord er Back to Life's indsats varierende i omfang, intensitet og indhold. I dette afsnit giver vi nogle eksempler på, men ikke en udtømmende liste over, de metoder, træningsaktiviteter, relationer og koordinationsopgaver, som projektet tilbyder deltagerne som led i deres individuelle rehabiliteringsforløb.

3.2.1 Forløbet: Det første møde og etablering af en relation

Forløbet i Back to Life kan bedst beskrives som en gradvis etablering af relationer og ligefrem venskaber. Projektet har et tydeligt og måske også kontroversielt socialt element: Mikkel og de andre frivillige skaber et miljø for træning, hvor det er det sociale element, der motiverer, og hvor fysisk træning og mental trivsel tænkes som uafhængige størrelser. Derfor tænkes træning igennem social interaktion. For nogen består træning i at ro kajak, for andre i at fiske, at vandre, styrketræne, cykle, varmtvandstræning og meget mere.

Ligeledes handler det første møde med deltageren grundlæggende om at etablere kontakt og afstemme forventninger til forløbet, deltagerens behov og motivation for træning. Mikkel tager helst hjem til deltagerne. I en travl hverdag har første møde med en ny deltager også fundet sted under en køretur, hvor livshistorier er blevet udvekslet på forsædet. I enkelte tilfælde, hvor behovet var akut og den geografiske afstand for stor, har Mikkel benyttet sig af Skype som første møde. Men det klare formål med at komme ud til folk ved det første møde er at høre deltagerens historie og etablere en tillidsrelation.

På første møde forsøger Mikkel at afgøre, hvad det er, der er mest presserende for deltageren lige nu og her. Nogle har brug for meget træning, for andre er det største problem, at kæresten er ved at gå fra dem osv. Et første møde kan handle om at tage ud og spise kage og få en fornemmelse af, hvad der fylder og optager deltagerens tanker og eventuelt stjæler overskuddet til at træne.

Ifølge projektbeskrivelsen følger projektet deltagerne i 18 måneder, men i praksis varierer forløbene meget. Formålet med at eksplisitere denne tidsafgrænsning har været at bryde med det offentlige

idé om, at man kun er i systemet i et år. I projektet kan man være med, så længe det giver mening for deltageren, om det så er kortere eller længere tid end et år.

3.2.2 Træning

Træningsaktiviteterne spænder fra individuel kajakroning over vandreture til varmtvandstræning og skiture på hold. Nedenfor gennemgår vi aktiviteter, som udgør de træningskoncepter, projektet har udviklet, og i kapitel 4 går vi i detaljer med de forskelligartede træningstiltag, som hver enkelt deltager har fået tilbudt.

Back to Life har udviklet holdtræningskonceptet "*Vand Virker!*" som et tilbud om frivilligt baseret fysioterapeutisk træning i varmtvandsbassin til mennesker, der er kommet til skade. Konceptet er, at deltagerne selv køber en almindelig badebillet til en lokal svømmehal. Her træner unge og ældre, mænd og kvinder sammen på et hold og udveksler erfaringer under supervision og sparring fra frivillige fysioterapeuter. Tiltaget kører regelmæssigt i Haraldslund Vand- og Kulturhus i Aalborg to gange om ugen² og i Odense og København én gang om ugen. I Aalborg samles deltagerne i svømmehallens café efter træningen. Derudover har Mikkel besøgt mere end 25 andre danske byer med individuel vandtræning til deltagere.

"*Let's Go*" er et deltagerdrevet simpelt træningstiltag, hvor deltagerne via projektets Facebookside aftaler at mødes og gå ture sammen. Mikkel Holmgaard har dog i begyndelsen taget initiativ til disse ture og har også selv deltaget i nogle af gåturene.

Race Running er et træningstilbud til deltagere med dårlig gang og balance. Træningen foregår på en cykelbane i Aalborg, hvor deltagerne cykler på en pedalløs cykel assisteret af Mikkel.

SUP Paddle Board surfing og *gokart* har været det seneste træningsinitiativ, som Back to Life har tilbudt deltagere.

3.2.3 Relation

Som beskrevet i afsnit 2.4 er kernen i Back to Life's rehabiliteringstilbud i høj grad den personlige relation eller relationel kontinuitet (9). Ifølge Mikkel Holmgaard er det afgørende for deltagernes motivation for at kæmpe for at vende tilbage til et normalt liv, at de oplever, at der er mennesker omkring dem, der tror på, at det kan lykkes, og støtter dem i og holder dem op på de mål, de sætter sig. Ud over den relation, der etableres mellem Mikkel og deltagerne og mellem de frivillige terapeuter og deltagerne, trækker projektet også på metoden "oplevelsesrehabilitering", hvis formål er at styrke deltagernes motivation for at træne igennem leg og opbygning af relationer. Oplevelsesrehabilitering er træning, der tager afsæt i den enkelte deltagers drømme og mål om fx at komme til at danse ballet igen, cykle, købe ind med sin rollator, ro i kajak eller løbe med sin datter i løbevogn til vuggestuen. Konkrete eksempler på oplevelsesrehabiliteringstiltag er vandre- og skiture, som Back to Life har planlagt og gennemført sammen med nogle af projektets deltagere både før og under projektperioden. Til september 2017 planlægger projektet desuden en gruppetur til Spanien, hvor varmtvandstræning er i fokus for at imødesee de deltagere, der ikke kunne deltage på ski- eller vandreture, fx kørestolsbrugere. Projektet har hjulpet deltagere med at delfinansiere disse holdoplevelsesture.

² Hver onsdag fra kl. 7-9 (løbende ankomst) og hver lørdag kl. 8.30-10 (sammen).

3.2.4 Koordination

Back to Life's koordinerende roller i relation til deltagerne omfatter bl.a.:

- Håndtering af bank, advokat og forsikringsselskab efter behov
- Kontakt med kommune og region, fx ved overgang fra rehabilitering på sygehus til kommunal rehabilitering
- Dialog med familie, venner, arbejdsplads og uddannelsessted.

Samtlige koordinationsopgaver varetages af Mikkel Holmgaard.

3.2.5 Deltagercases: Variationen i rehabiliteringsforløb

I det følgende viser vi variationen i rehabiliteringsforløbene ved at gå i detaljer med udvalgte deltagercases. Hensigten er desuden at give læseren et mere fyldestgørende indtryk af, hvordan Back to Life's indsats adskiller sig fra og supplerer eksisterende rehabiliteringstilbud.

Den første case fortæller historien om, hvordan projektets første deltager efter en hjerneblødning langsomt, men stødt og med støtte fra Back to Life, trænede sig tilbage til det liv, han i dag har i Aarhus, hvor han bor sammen med sin kæreste og studerer jura.

Troels, 20 år – Esbjerg

Efter en spontan hjerneblødning som 15-årig fulgte et langt genoptræningsforløb på Regionshospitalet Hammel Neurocenter, som fik Troels op af kørestolen. Men han havde fortsat nedsat funktion (lamelse) i hele højre side. Siden blev Troels erklæret rask; hans tilbud om genoptræning frafaldt, og han gennemførte sin studentereksamen. Troels følte dog langt fra, at hans genoptræningspotentiale var nået, og han fik kontakt til Back to Life gennem en af Mikkels venner. Mikkel kørte til Esbjerg og mødte den dengang 19-årige dreng i et motionscenter, hvor de diskuterede træning. Troels fik af læger og fysioterapeuter besked på at træne de dele af kroppen, der virkede. Men Mikkel rådede ham omvendt til netop at træne de dele, der ikke virkede for at minde kroppen, om at den kan. I dette råd trak Mikkel på egne erfaringer fra sit genoptræningsforløb. Under Mikkel og Troels første møde resulterede en træningsøvelse med hulahopring og det dårlige ben i, at Troels gik ti skridt helt uden hjælp. Troels vil altid have en fysisk begrænsning. Han har svært ved at gå og bruge højre arm, men i dag cykler han, vandrer og står på ski. For nogle år siden inviterede Mikkel og hans frivillige fysioterapeutmakker, som også hedder Mikkel, Troels til at gå Caminoen sammen med dem som et træningsmål. Sammen gennemførte de turen finansieret gennem mikro-donationer via Facebook. Der er igennem de sidste fire år opstået et tæt venskab mellem Mikkel og Troels. I dag træner Troels med en af sine studiekammerater, der også er kommet til skade, og giver erfaringerne fra Back to Life videre.

Troels' historie illustrerer, at Back to Life's indsats begynder med en ukuelig tro på deltagerens bedring – nogle gange uagtet, hvordan oddsene måtte se ud, også fra eventuelle andre fagpersoner omkring deltageren. I Troels' forløb kom Back to Life først sent ind, men har ifølge Troels alligevel været med til at flytte ham væsentligt i hans fysiske formåen. Samtidig viser Troels' case, at rehabiliteringen sker gennem en kombination af ihærdigt træningsarbejde og opbygningen af en relation. Historien viser desuden, hvordan træning og motivation for træning tænkes igennem leg og oplevelser.

I Tennas forløb har Back to Life's indsats bestået af en kombination af sparring til træning, intensivt relationsarbejde og koordination i forhold til den kommunale hjemmepleje og Tennas øvrige netværk.

Tenna, 50 år – Billund

Tenna fik Guillain Barré³ i 2015 og var indlagt på intensiv afdeling i 70 dage, hvor hun bl.a. spiste ved hjælp af en sonde. Det er gået meget langsomt fremad. Hun har efterfølgende været indlagt på Vejle Sygehus, Odense Universitetshospital, Ringe Sygehus, Svendborg Sygehus, Regionshospitalet Hammel Neurocenter og Grindsted Sygehus. Hun fik kontakt til Mikkel via Facebook. Imens Tenna boede på sygehuset i Grindsted, mødte Mikkel op hver tirsdag og lavede vandtræning med hende. Også Tennas datter og veninde tog hende med i svømmehallen hver uge, men uden at vide hvad de skulle gøre træningsmæssigt. Tenna og Mikkel har desuden kørt gokart sammen. I dag træner Tenna desuden at rejse sig op ved egen hjælp.

Back to Life kommer sent ind i Tennas forløb, ca. ¾ år efter, at hun blev ramt af sygdommen. Back to Life har bl.a. arrangeret, at den ene af de to personlige hjælpere, som kommunen har bevilliget Tenna (efter den såkaldte BPA-ordning⁴) er en uddannet fysioterapeut. Fysioterapeuten kommer tirsdag, onsdag og torsdag i stedet for hjemmeplejen. Kommunen betaler hende almindelig hjælperløb, mens Back to Life betaler differencen op til fysioterapiløn. Siden denne ordning trådte i kraft, er Billund Kommune gået med til at delfinansiere fysioterapeutens timer.

Tennas historie demonstrerer, at Back to Life's indsats tilpasses den enkelte deltagers behov og lader sig ikke begrænse af geografi. Mikkel rykker ud til deltageren dér, hvor deltageren er og har brug for hjælp. Dernæst viser historien, at Back to Life's indsats involverer alle aktører omkring deltageren ud fra en helhedstanke. Hvis pårørende træner med deltageren, så ser Back to Life deres indsats som én, der skal understøtte – og ved behov supplere – den træning, der allerede finder sted. Derfor går Back to Life også gerne i dialog og samarbejder tæt med pårørende om træning af deltageren. Sidst, men ikke mindst, viser Tennas historie, at Back to Life's arbejde supplerer og udvikler eksisterende rehabiliteringstilbud. Projektet tænker i alternative løsninger og etablerer alliancer med såvel kommunale som frivillige samarbejdspartnere. I Tennas tilfælde foreslår projektet konkret, at deltagerens hjemkommune ansætter en fysioterapeut som personlig hjælper i stedet for hjemmeplejen. Da kommunen ikke har mulighed for at finansiere de meromkostninger, der er forbundet hermed, har Back to Life dækket dem. Grundtanken i denne case er, at hjælp i hverdagen bør tænkes som træning. Casen illustrerer endvidere Back to Life's kompromisløshed i forhold til at få ting til at ske omkring deltageren – uagtet omkostningerne. Med henblik på den langsigtede økonomiske bæredygtighed har Back to Life i projektperioden været i dialog med hjemkommunen om, hvorvidt tiltaget kunne finansieres i kommunalt regi. Dette har medført, at kommunen er gået med til at betale halvdelen af det ekstra tillæg til fysioterapeuten og til at forlænge træningsperioden fra de oprindelige 6 måneder til 18 måneder. I kølvandet på Tennas case har flere kommuner fået øje på potentialet i den særlige ordning. For eksempel har Frederikshavn Kommune henvendt sig med interesse for at høre mere om Back to Life's erfaringer med at arbejde trænende med deltagere med Guillain Barré syndrom⁵.

Back to Life kom tidligt ind i Kristians forløb, og han er for nylig vendt tilbage til sit arbejde efter fire måneders intensiv træning i regi af både det offentlige og Back to Life.

³ Guillain Barré syndrom er en akut opstået nervebetændelse, som starter med at ramme musklerne i fødder og underben for siden at inddrage muskler i lår, hofte, krop og mindre hyppigt arme.

⁴ BPA-ordning: Borgerstyret Personlig Assistance (BPA). En hjælperordning til borgere over 18 år med et betydeligt varigt fysisk og/eller psykisk handicap og brug for hjælp i hverdagen. Ordningen gives efter Lov om social service § 96. Den tager udgangspunkt i borgerens ønsker og behov, så vedkommende kan fastholde eller opbygge et selvstændigt liv med egne hjælpere i forhold til arbejde, uddannelse, fritidsliv og familieliv.

⁵ Hidtil har Back to Life haft fire deltagere med Guillain Barré syndrom.

Kristian, 32 år – København

Kristian kom til skade i en klatreulykke på Bornholm, hvor han fik knust sit ene ben. Back to Life blev inviteret tidligt ind i forløbet af en af Kristians venner, der kendte Mikkel Holmgaard. Back to Life støttede Kristians genoptræning ved at tilbyde ham ekstra fysioterapi ved to frivillige fysioterapeuter i hjemmet to gange om ugen. Derudover deltog Kristian i vandtræningsholdet Vand Virker! i København. Han var hurtigt tilbage i fuldtidsarbejde. For nylig henvendte Kristian sig igen til Back to Life, fordi han oplevede nogle psykiske eftervirkninger og reaktioner efter ulykken, som projektet har støttet ham i at håndtere gennem samtaler. Det er i sådanne situationer, at Mikkel Holmgaard trækker på sine egne oplevelser fra tiden efter hans ulykke og de mange eftervirkninger – fysiske såvel som psykologiske – i arbejdet med at hjælpe andre tilbage til en hverdag.

Kristians historie er en succeshistorie om en ung mand, der efter en svær ulykke kommer hurtigt tilbage i fysisk form og i arbejde. Historien viser, at Back to Life har spillet en lille, men tilsyneladende effektiv rolle i Kristians forløb. Projektet har tilbudt en kombination af intensiv fysioterapeutisk træning i hjemmet (ved frivillige) og psykosocial støtte. Mikkel har primært stillet sine personlige erfaringer med de psykosociale eftervirkninger af en ulykke til rådighed og en åben invitation til kontakt efter behov.

Jonas' rehabiliteringsforløb har bestået af såvel oplevelsesrehabilitering, koordination i form af støtte til dialog med arbejdspladsen om tilbagevenden til arbejde samt psykosocial støtte.

Jonas, 21 år – Rønne

Jonas er en ung fyr, som Back to Life kom i kontakt med gennem deres sociale netværk. Jonas kom til skade i oktober 2016 på en sprængningsøvelse i militæret, hvor han mistede fire fingre på den ene hånd og en finger på den anden. Back to Life har besøgt ham flere gange på Bornholm, hvor de har tilbragt tid sammen, hygget, talt om Jonas' situation og har informeret ham og familien om hans muligheder for genoptræning, advokatbistand og forsikringssag. Back to Life har støttet Jonas i dialogen med hans arbejdsplads. Han er tilbage i sin fuldtidsstilling fire måneder efter ulykken. Back to Life forudser, at der vil opstå krisereaktioner oven på ulykken, hvor de skal hjælpe ham, og hvor det er godt, at han har nogen at tale med. Jonas henvender sig også ad hoc til Back to Life, når han er i tvivl om noget eller har brug for at tale om noget. Jonas har deltaget i projektets oplevelsesrehabiliteringstiltag – skitur til Norge i marts 2017.

Jonas' historie udgør et eksempel på, hvordan en tidlig indsats over for en ung tilskadekommet deltager ser ud til at have god effekt. For andre deltagere har forløbene været meget længerevarende og involveret en bred vifte af intensive træningstiltag. Det gælder fx for Dorthe, der også har fået hjælp til såvel træning, relation som koordination.

Dorthe, 41 år – Vesthimmerlands Kommune

Dorthe var udsat for en arbejdsskade i 2008, da et barn i kørestol kom til at køre hen over hendes ankel og kappede en nerve over. Herefter fulgte et langt genoptræningsforløb og en periode i kørestol. Tiden var præget af, at såvel læger, fysioterapeuter som kommune gav udtryk for tvivl om, hvorvidt hun ville komme ud af kørestolen igen og om hendes arbejdsevne. Alle aktører advarede hende mod at træne for meget. Af kommunen fik hun udleveret en rollator og en stå-støttestol. Dorthe kunne ikke løbe uden at vælte på grund af dårlig balance, men hun insisterede selv på at træne videre og kontaktede Back to Life. Under sin sygemelding insisterede Dorthe på at arbejde, men var nede på 15 timer. Hun blev fyret og fik en depression, men genoptog træningen sammen med Back to Life, som også deltog i dialogen med læger, arbejdsplads, forsikring og advokat. Dorthe og Mikkel Holmgaard har hyppig kontakt pr. telefon og Facebook/mail.

Ved at træne gang og løb i varmt vand på tilbuddet *Vand virker!* har Dorthe gradvist genvundet sin gangfunktion. Herudover har hun trænet "Race running" sammen med Mikkel. I dag kan hun gå på land og løbe i vand. I 2014 fik hun igen arbejde på en institution for multihandikappede, hvor hun i dag er ansat i en 30-timers stilling. I marts 2017 deltog Dorthe i projektets skitur til Norge.

I Dorthes forløb har Back to Life leveret mange forskelligartede koordinations- og træningsindsatser kontinuerligt over flere år, men med varierende intensitet, alt efter hvornår der har været behov for det. Overordnet har Back to Life støttet Dorthe i at genvinde funktionsevnen og i at fastholde en tilknytning til arbejdsmarkedet. Back to Life har siddet med i møder med Dorthes arbejdsplads, når gradvis tilbagevenden skulle drøftes. Fysisk træning har været helt afgørende for Dorthes bedring, og hun har både benyttet projektets varmtvandstræningstilbud og individuel træning med Mikkel Holmgaard. Senest har Dorthe også deltaget i oplevelsesrehabilitering, hvor hun erfarede, at hun kunne stå på ski igen.

Med Mortens historie sættes på spidsen, i hvilken udstrækning Back to Life's tilbud skræddersyes til den enkelte deltager. Samtidig understreger Mortens forløb betydningen af det relationelle arbejde i Back to Life's indsats.

Morten

Morten var inden for en årrække udsat for to voldsomme overfald. Hans tænder blev ødelagt, og han har levet med kronisk hovedpine og kvalme i mere end 10 år. Da han kontaktede Back to Life, var det første skridt ikke at tænke i genoptræning, fordi der var lang vej. Morten havde PTSD, en depression og social angst. Men Mikkel oplevede, at "der var en kriger gemt derinde". Morten drømte om en kajak, men han havde på ingen måde råd. Back to Life donerede en kajak. Morten drømte om at komme tilbage i arbejde. Back to Life tog ham med på besøg på hans gamle arbejdsplads, hvor han afprøvede sin gamle funktion i tre timer for at vække en motivation for genoptræning. Efter mere end 10 år på offentlig forsørgelse er Morten endelig blevet godkendt til førtidspension, men det er på ingen måde hans endemål. Back to Life har startet en indsamling til nye tænder og har hjulpet ham med gældssaner og overblik over privatøkonomien, for at han kunne koncentrere sig om at blive frisk igen for sin families skyld. Morten har inden for de sidste to år fået en lille datter sammen med sin kæreste. I dag løber han sin datter til dagpleje i løbevogn hver morgen.

Mortens historie illustrerer, at tilbuddet favner bredt i forhold til deltagernes problemstillinger og behov. I forløbet har opbygningen af relationen mellem Morten og Mikkel Holmgaard været afgørende for, at Morten langsomt har fået mentalt overskud til at træne. Derudover viser Mortens historie,

ligesom Tennas, at Back to Life arbejder målrettet mod og går langt i arbejdet for at realisere træningsmuligheder omkring den enkelte deltager. Back to Life igangsætter og realiserer en indsamling til en tandoperation, overbeviser en kajakklub om at donere en kajak og arrangerer et besøg på hans gamle arbejdsplads. Herved demonstrerer Back to Life, at der ikke på forhånd kan sættes rammer og grænser for, hvori det rehabiliterende arbejde består, eller hvilke opgaver eller tilbud den enkelte kan få. Tværtimod viser Mortens historie, at projektets metode til rehabilitering går igennem viljen til at få ting til at ske for deltageren – drevet af en tro på, at deltageren vil få det bedre.

3.2.6 Skematisk oversigt: Tværgående analyse af rehabiliteringsforløb

Evalueringen har haft til formål at undersøge, hvilke konkrete indsatser Back to Life har leveret, hvordan og hvorvidt det har været muligt for deltagerne at genoptage en velfungerende hverdag, samt hvilken rolle Back to Life eventuelt har spillet i den forbindelse. Tabel 3.1 præsenterer en skematisk oversigt over 23 af de 50 deltageres problemstillinger, de indsatser, de har modtaget fra Back to Life, de forskellige aktører, der har spillet en rolle i deres samlede rehabiliteringsforløb, samt den forskel Back to Life vurderer, at projektet har gjort for dem.

Deltagernes problemstillinger fordeler sig således, at 15 af 23 deltagere har været udsat for en pludselig skade eller ulykke, mens otte deltagere fx er blevet ramt af en spontant opstået hjerneblødning eller længevarende sygdom som Guillain Barré. Forløbenes længde varierer meget. For nogle går problemstillingen helt tilbage til 2004, imens andre først kom til skade i 2016. Dette spænd vidner også om, at Back to Life's indsats kommer ind på meget forskellige tidspunkter i deltagernes forløb. Vi har, ud fra Back to Life's anvisninger, markeret dette med henholdsvis sen indsats (n=14) og tidlig indsats (n=9). I nogle tilfælde kommer Back to Life ind i deltagerens forløb på et tidspunkt, hvor alle andre aktører har opgivet at hjælpe borgeren. I andre tilfælde kommer projektet ind umiddelbart efter skaden er sket, fx i forbindelse med udskrivning fra sygehus, og her har Back to Life haft mulighed for at støtte op om deltagerens genoptræningsforløb i tæt dialog med fx den kommunale eller regionale genoptræning.

Som det fremgår af Tabel 3.1 har vi identificeret tre overordnede kategorier af indsatser: træning, koordination og (psyko)social indsats. Et stort flertal af deltagere har modtaget en eller anden form for træning i projektet, mens enkelte kun har fået hjælp til koordinationsopgaver. Mange deltagere har modtaget alle tre former for indsats, hvilket afspejler den helhedstankegang, som projektet hviler på, nemlig at man skal have mentalt overskud for at få overskud til fysisk træning.

Specifikt viser oversigten, at 19 ud af 23 deltagere har fået hjælp til træning, mens 17 ud af 23 deltagere har fået hjælp til koordination. De deltagere, der har trænet på tiltaget *Vand Virker!*, fremhæver i interview det sociale element i projektet som den vigtigste motivationsfaktor i træningen. De fleste deltagere har eller har haft tre eller flere andre aktører ind over deres rehabiliteringsforløb, og her er kommune og region de hyppigste aktører. Derudover har mange været i kontakt med advokat og forsikringselskab i forbindelse med deres skade, og i kontakten til disse har Back to Life ofte deltaget.

I relation til arbejdsmarkedstilknytning viser oversigten, at otte af deltagerne er i arbejde, ni er uden arbejde og på en eller anden form for overførselsindkomst, herunder revalidering, førtidspension eller andet. Tre deltagere er under uddannelse, og én deltager er i arbejdsprøvning. De sidste to deltageres tilknytning til arbejdsmarkedet er uoplyst. Til spørgsmålet om, hvordan og hvorvidt det er lykkedes deltagerne at genoprette et velfungerende hverdagsliv, vurderer Back to Life, at dette er tilfældet for 19 ud af de 23 deltagere. Af interview med deltagerne fremgår det, at en stor forskel, som projektet synes at have gjort i flere af deltagernes forløb – ud over mærkbar fysisk forbedring

– handler om det sociale element. For nogle handler det om den mentale opbakning og tro på deltagerens bedring og fremskridt; for andre om hjælpen til at skabe ro i hverdagen omkring økonomi, arbejdssituation og relation til det offentlige for at få overskud til at træne. For mange af de interviewede har varmtvandstræningen medført forbedret fysisk funktionsevne og velvære. Det vender vi tilbage til i kapitel 4.

Tabel 3.1 Skematisk oversigt over deltagernes rehabiliteringsforløb

Deltager	Problemstilling	Projektets indsats	Andre aktører	Ny hverdag	Forskel
Tim, 28 år – Aalborg <i>Sen indsats</i>	2014 Trafikuheld, svære skellet- og organskader.	Koordinering Støtte i dialog med bank og advokat om erstatningssag. Træning: <i>'Vand Virker'</i> . Dialog med fysioterapeuter med henblik på at koordinere hans træning.	Kommune Advokat Bank Forsikring Fagforening	Tilbage i hårdt fysisk arbejde. Stærkt nedsat medicinforbrug, organer i bedring, husejer, kæreste, løbetræner så småt igen.	Proaktiv indsats. Koordinerende funktion.
Anonym, 62 år – Aalborg <i>Tidlig indsats</i>	2015 Arbejdsulykke, skadet fod og skinneben. Senere alvorlig knæskade.	Koordination Støtte til valg af advokat, dialog med bank og forsikring. Træning: <i>Vand Virker!</i> Frivillig fysioterapeut genoptrænede ham under indlæggelse og efter udskrivelse.	Sygehus Kommune Region Advokat Bank Forsikring Sportsfysioterapeut Arbejdsplads	Har det rigtig godt. Følgeskader næsten væk. Fodled fungerer næsten optimalt. Deltager i vandreture op ad Mount Fuji i Japan. Blev endda knæskadet ved et hjemmeheld i forløbet – denne skade er trænet væk. Opsagt fra arbejde pga. alder og nedsat arbejdsevne.	Træning har afhjulpet knæproblemer. <i>Vand Virker!</i> har gjort ham i stand til at gå igen. Socialt element i træning. Ro omkring livssituation har givet "deltageren" overskud til at træne.
Glenn, 22 år – Ringsted <i>Sen indsats</i>	2013 Trafikuheld, svær hjerne-skade.	Træning Hjemmebesøg, rådgivning af Glens mor i træningsøvelser. Vandtræning med Glenn og hans mor. Back to Life har deltaget i hans træningspas på Neuroform i Høje Taastrup.	Kommune BPA-ordning Madtræning Pårørende	Store fremskridt de sidste 6 måneder. Styrket benmuskulatur, bedre kommunikationsevne, øget træningsindsats. Mere 'kontakt', mindre træt og opgivende.	De pårørendes genoptræningsindsats har gjort den store forskel. Back to Life har bidraget med ideer, kontakt og deltagelse i træningspas. Skabt oplevelse af enhed mellem pårørende, Neuroform, hjernetræning og Back to Life. Glenn + familie deltager på genoptræningslejr i Spanien til september.
Kristian, 32 år – København <i>Tidlig indsats</i>	2015 Klatreulykke, skadet fod og skinneben.	Træning Hjemmetræning 1 x ugentligt i 6 måneder med frivillige fysioterapeuter. <i>Vand Virker!</i> (København). Psykosocialt Håndtering af psykiske følgetanker efter ulykken.	Sygehus Kommune Kiropraktor Forsikring	Hurtigt tilbage i fuldtidsjob. Kan gå og cykle langt allerede.	Hjælp til genoptræning. Tro på at han kunne komme tilbage til normal tilstand.
Tonni, 26 år – Slagelse <i>Tidlig indsats</i>	2015 Faldulykke, skade på rygsøjle og hjerne. Lam fra livet og ned.	Koordinering Besøg på hans genoptræningssted i Hornbæk. Hjælp til hjemflytning, dialog med bank og advokat i erstatningssag.	Sygehus Kommune Advokat Bank	Langsomme fremskridt. Tonni har selv fortsat sin træning uden alt for meget hjælp fra projektet efter den indledende hjælp. Han har netop opnået standfunktion.	Back to Life hjalp med at skabe ro omkring arbejdsituationen og dermed overskud til at træne og overveje sin nye livssituation. Derudover bidrog projektet med nye måder at træne på og dét at give ham troen på, at der stadigvæk var mange muligheder i livet.
Marit, 48 år – Aalborg <i>Sen indsats</i>	2015 Trafikuheld, knust knæ og skadet ankel.	Koordinering Dialog med arbejdsplads og kommune. Træning <i>Vand Virker!</i> og genoptræning efter knæoperation. Frivillig fysioterapeut rådgiver om træningsøvelser i det lokale fitnesscenter.	Arbejdsplads Kommune Sygehus	Psykiske eftervirkninger og problematisk sammenspil mellem arbejdsplads og kommune. Ønsker at genoptage fuldtidsarbejde til efteråret.	Socialt element. Motivationsmæssigt et godt match i starten. Marit var ustopkelig i sin træningsindsats, men psykiske eftervirkninger har nedsat hendes motivation. Har oplevet pres fra myndigheder og arbejdsplads. Back to Life yder psykosocial støtte for at skabe ro og øge chancen for at komme helt tilbage til en hverdag og et arbejdsliv.

Deltager	Problemstilling	Projektets indsats	Andre aktører	Ny hverdag	Forskel
Kenneth, 36 år – Aalborg <i>Sen indsats</i>	2014 Arbejdsulykke, rygska- de. Smerter.	Koordination Back to Life har støttet dialogen med forsik- ringsselskab og valg af advokat. Træning Back to Life træner ham i vand og assisterer ham i daglig smertehåndtering.	Forsikring Advokat Kommunal træ- ning	Store fysiske fremskridt, som Ken- neth ikke selv oplever. Uro i kroppen efter skade. Træ- ning har givet mere ro, men fortsat periodevis tilbagefald smertemæs- sig. I arbejdsprøvning.	Back to Life støtter ved at have et overblik over hans livssituation generelt. Han bruger især det sociale element og er der også for de andre deltagere. Løbende psykosocial sparring i forbindelse med hans uro og angst. Kenneth deltager på genoptræningslejr i Spanien til september.
Karen, 60 år – Aalborg <i>Tidlig indsats</i>	2016 Hjerneblødning, halv-sided lammelse.	Træning <i>Vand Virker!</i> og "Let's Go". Back to Life overtog træningen, efter syge- husets tilbud ophørte.	Sygehus Monte- bello	Efter få måneder i Back to Life kan hun gå lange ture og klare hård træning. Meget motiveret.	Enorm drivkraft, brug for ekstra træning. Har påvirket hendes humør og givet overskud. Hun er stolt af sine resultater. Karen deltager på genoptræningslejr i Spanien til sep- tember.
Leif, 65 år – Aalborg <i>Tidlig Indsats</i>	2015, Betændelse i akillesse- nerne.	Træning <i>Vand Virker!</i> Skitur til Norge.	Arbejdsplads Diverse speciali- ster	Spiller tennis igen. Går 10-15 km på sit arbejde dagligt. Ønsker at arbejde mange år endnu.	Back to Life har givet Leif et socialt element i et ellers ensomt forløb. Leif har bidraget til Back to Life med sin energi og sit sociale engagement. Leif har endvidere sammen med projektet prøvet kræf- ter med skiløb, langrend og bjergbestigning.
Jonas, 21 år – Rønne <i>Tidlig indsats</i>	2016 Arbejdsskade, spræng- ningsulykke. Begge hæn- der skadet.	Koordination Dialog med arbejdsplads, bank, retslig råd- givning. Besøg i hjemmet. Træning Skitur til Norge. Planlagt fisketur.	Sygehus Kommune Bank Forsikring Arbejdsplads	Tilbage i fuldtidsarbejde i omdefi- neret stilling.	Timing af tilbagevenden til arbejdsplads. Troen på, at det er muligt at genoptage ski, fiskeri m.m. Back to Life forudsår, at Jonas vil få brug for hjælp til at håndtere psykiske eftervirkninger, men lige nu er pro- jektet på sidelinjen i en kammeratlig rolle.
Mads, 50 år – Herning <i>Sen indsats</i>	2015 Faldulykke, ene ben am- puteret. Nedsat funktion i fingre.	Koordination Støtte psykisk og socialt. Besøg i hjemmet.	Region Kommune	Han har fået mere lyst til at kæmpe for sig selv. Førtidspensio- nist.	Planlagt træning: et mindre byggeprojekt i hans hjem, træne gang, på jagt inden året er omme. Ønsker at træne på <i>Vand Virker!</i>
Bent, 63 år – Frederikshavn <i>Sen indsats</i>	2015 Guillain Barré syndrom.	Koordination Back to Life har fulgt ham under indlæggelse og i genoptræning. De agerer rådgiver for alle parter omkring Bent; familien, kommu- nen og de genoptræningssteder, han sendes til.	Sygehus Kommune Genoptrænings- klinik	Uvist hvor godt han kan få det. Store udfordringer i hverdagen.	Proaktiv indsats: træder til, når kommunen slipper. Back to Life har faciliteret den interne kommunikation mellem aktører omkring Bent. Back to Life arbejder desuden med Bents motivation og vedholdenhed. Back to Life har hjulpet Bent til at flytte hjem og investere yderligere i træning.
Mand, 64 år – Støvring, <i>Tidlig indsats</i> ANONYM	2016 Ulykke i hjemmet, bræk- ket hofte.	Koordination Dialog med forsikring, advokat m.m. Træning <i>Vand Virker!</i> Genoptræning mellem to operationer, øvel- ser. Socialt Aktiv på projektets Facebookside.	Sygehus Kommune Forsikring Advokat	Kan gå igen og kan komme op i en lastbil igen (tidl. lastbilchauffør). Er begyndt at arbejde igen, hvor han ofte hjælper i sønnens virk- somhed.	Back to Life bidrager med en positiv og opmuntrende tilgang til træning. Det sociale element virker motiverende.

Deltager	Problemstilling	Projektets indsats	Andre aktører	Ny hverdag	Forskel
Dorthe, 41 år – Vesthimmerland Sen indsats	2008 Arbejdsskade, nerveskade i ankel, afhængig af kørestol. 2016 Bilulykke, depression.	Koordination Dialog med læge, kommune, forsikring, advokat. Træning <i>Vand Virker!</i> og "Race running" Hjemmetræning ved frivillige fysioterapeuter. Skitur til Norge. Socialt Hyppig telefonkontakt.	Kommune Advokat Arbejdsplads Egen læge	Kan løbe igen. Højnet livskvalitet. Kan stå på et ben og holde balancen i vandet. Uafhængig af kørestol og kan endda gå i stilletter igen. Tilbage i arbejde i 2014 og arbejder nu fuldtid + udfører frivilligt arbejde.	Det sociale element i træningen <i>Vand virker</i> . Omsorgen for hinanden.
Julie, 23 år – Aalborg Sen indsats	Siden 2004 Kroniske smerter i hofte. Skred i røknoglerne.	Træning <i>Vand Virker!</i> Skitur til Norge. Socialt Aktiv på projektets Facebookside.	Kommune Privat fysioterapi	Kan stå på ski, bestige et bjerg og køre på rulleskøjter. Under lang videregående uddannelse (medicin).	Det sociale element. Peer-support: møde andre med smerter. Mulighed for ekstra træning. Oplevelsesrehabilitering virker motiverende.
Matilde, 35 år – Aalborg Tidlig indsats	2016 To ødelagte blodkar i hjernen og mangel på blodforsyning til bestemte områder.	Koordination Sparring om relation til systemet. Træning <i>Vand Virker!</i> og mange andre træningsformer. Socialt Aktiv på projektets Facebookside.	Neuro-rehabilitering Kommune Bostøtte	Har lært at gå på tå frem for på flad fod. Bedre koordination i hele kroppen. Har opnået stor livsglæde igen. Er vendt tilbage til fysioterapeutstudiet. Hun er tidligere professionel danser, og hun er vendt tilbage til at danse.	Det sociale element. Noget at stå op til. Tryghed. Alderssvarende/individuel ambitionsniveau: fuldt funktionsniveau.
Troels, 23 år – Aarhus Sen indsats	2010 Spontan hjerneblødning. Lam i højre side.	Træning Genoptræning. Cykling. Skitur Norge. Vandretur i Nordspanien.	Sygehus Hammel Neurocenter	Forbedret gang og aktivitetsniveau. Gik Caminoen sammen med Back to Life. Cykler, svømme, træner og vandrer meget. Under lang videregående uddannelse (erhvervsjura).	Det sociale element. Venskab. Mod på livet. Tro på, at han kan få en almindelig hverdag.
Tenna, 50 år – Billund Sen indsats	2015 Guillain Barré syndrom. Har siddet i kørestol siden 2015.	Træning Konvertering af PBA-timer til fysioterapi/træningstimer. <i>Vand Virker!</i> Gokart. Koordination: Dialog med kommune om aktiverings- eller beskæftigelsesafprøvning. Socialt Daglig telefonkontakt.	Sygehus Vejle fjord Hammel Neurocenter Kommune Pårørende Focus People	Kan gå og svømme langt i vand. Back to Life søger i samarbejde med Focus People kommunen om en fast bevilling til fysioterapeuten. Tenna har endda kørt gokart igen og skal til at starte i arbejdsprøvning. Tenna kan i dag bruge hele overkroppen igen, og funktionen i hænderne er på vej. Hun kan også rejse sig op.	Det sociale element. Venskab. En del af familien! Back to Life oplever, at det i denne sag er lykkedes at få sat mennesket i centrum. Tenna deltager sammen med sin datter på genoptræningslejr i Spanien.
Jeannette, 28 år – Åbybro Sen indsats	2011 Faldulykke, piskesmæld, håndledsskade, dårlig balance.	Koordinering: Dialog med læger på hospitalet og med kommunen. Træning: Personlig træner, dosering af energi. Skitur til Norge.	Kommune Personlig træner Arbejdsplads Bank	Tilbage i arbejde 12 timer pr. uge. Spiller badminton og står på rulleskøjter. Stod på ski i Norge og besteg et bjerg.	Peer-støtte. Back to Life har forklaret kommunen hendes behov for selv at styre forløbet, hvilket er altafgørende for den type menneske, hun er.

Deltager	Problemstilling	Projektets indsats	Andre aktører	Ny hverdag	Forskel
Morten, 32 år – Nordsjælland Sen indsats	2006 og 2010 Overfaldet. Skadede tænder, kæbe, hjerne- skade. Kronisk hovedpine og kvalme. PTSD. Social angst.	Koordination: Dialog med advokat og kom- mune, fundraising til nye tænder og til en kaj- jak. Overblik over økonomi. Træning: Roning, løb. Socialt: Daglige telefonsamtaler og ven- skab.	Sygehus Kommune Tandlæge Forsikring Advokat	Godkendt til førtidspension, men motiveret for at vende tilbage til ar- bejde. Ror kajak. Løber med løbevogn med datter til børnehave. Gennemførte 100 km vandring på Hærvejen i social rolle. Han har været ude og arbejde en dag på sin gamle arbejdsplads sammen med projektet.	Motivation til at komme tilbage til livet. Besøg på den gamle arbejdsplads, prøvede kræfter med gamle arbejdsopgaver og så muligheder for at komme tilbage, hvis han trænede.
Frafald					
Kathrine, 29 år – København/ Odense Tidlig indsats	2014 Trafikuheld, hjertestop, hjerneblødning, mange skeletskader, lam i ansigt- tet.	Koordinering Dialog og rådgivning om potentielle udfor- dringer. Støtte i overgang fra sygehus til kommunal genoptræning.	Sygehus Kommune	Hjulpel tilbage i arbejde på deltid. Blev leder af <i>Vand Virker!</i> i Køben- havn. Kriseramt. Medicinering.	Back to Life indgød deltageren håb om bedring. Stillede sig menneskeligt til rådighed. Stillede krav til deltagerens egen indsats. I januar 2016 afbrød Katrine samarbejdet. Back to Life har siden regelmæssigt fulgt op på deltagere- rens trivsel.
Anonym, 34 år – Hornslet Sen indsats	2014 Guillain Barré syndrom.	Koordination Dialog med kommune. Træning Frivillig fysioterapeut-træning i vand.	Hammel Neuro- center Kommune	Blev udskrevet til eget hjem, kryk- kefri. Kunne gå (både i vand og på land) og svømme på det dybe samt køre bil.	Back to Life afbrød forbindelsen, da deltageren blev in- volveret i lovovertrædelser. Siden har Back to Life regelmæssigt fulgt op på delta- gerens trivsel.
Kvinde, 33 år – Sjælland Hjulpel, ikke af- sluttet. Sen indsats	2011 og 2016 Irriteret tyktarm, en rygli- delse og knæskade efter motorcykelulykke i 2016.	Koordinering Besøg i hjemmet. Dialog med fagfolk. Praktisk hjælp, fx transport. Træning Ændret træning. Besteget Himmelbjerget.	Kommune Diverse speciali- ster	Efter 2 måneders træning fik hun øget bevægelighed i knæet og markant nedsat smerte i ryggen. Svømmer og cykler igen.	Back to Life forsøger at forhindre, at deltageren over- træner. Ændring af træningsmodus og art er en afgørende for- skel for denne deltagers fremskridt. Deltageren trækker sig og samarbejdet ophører. Back to Life har siden regelmæssigt fulgt op på deltagere- rens trivsel.

4 Deltagernes oplevelser

I dette kapitel præsenterer vi deltagernes oplevelser baseret på 13 interview.

Overordnet oplever alle de interviewede deltagere, at Back to Life har gjort en stor forskel i forhold til deres fysiske og/eller mentale trivsel, og at denne forskel især knytter sig til Mikkel Holmgaards og de frivillige terapeuters usædvanlige engagement i dem og deres liv – oplevelsen af, at et andet, men fremmed menneske, stiller sig selv frivilligt og ubetinget til rådighed for at hjælpe.

Træning, koordination og relation er de tre temaer, der fylder mest hos de 23 interviewede deltagere. For hver deltager er der forskel på, hvilke af de tre elementer der har fyldt mest og har betydet den største forskel for deres oplevelse af bedring. Nedenfor analyserer vi deltageroplevelserne inden for hver af de tre hovedtemaer og afrunder kapitlet med et kort afsnit om deltagernes syn på projektets fremtid, mulighederne for at udbrede projektet, og de udfordringer de eventuelt ser i projekt Back to Life.

4.1 Træningsdifferentiering

”Jeg synes, det her projekt går efter, hvad det enkelte menneske skal kunne, og hvad det gerne vil, i modsætning til hvad minimum er”

”Det er hele retorikken omkring træning... måden de taler til mig på og hele opbakningen. Hvis de kan se, at en øvelse virker, så skubber de hele tiden på for at få et bedre resultat. De griber det enkelte menneske, hvor det er, og hjælper dem derhen, hvor de vil. Jeg går efter fuld førlighed. Jeg har en aftale med Mikkel om, at når jeg kan stå på tåspids igen, så skal han lære at danse ballet. Jeg har for mange år siden danset ballet. I mit hoved er det en god pejling af, hvornår jeg er tilbage igen. Mit mål og min drøm er at komme tilbage på fysioterapeutstudiet”.

Flere af deltagerne i Back to Life har oplevet at blive afsluttet fra et kommunalt rehabiliteringsforløb med henvisning til en standard målestok for, hvornår de havde genvundet deres optimale fysiske funktionsniveau – før de selv følte, at de havde nået deres fulde genoptræningspotentiale. Mange oplevede kort sagt, at den kommunale genoptræning var uambitiøs på deres vegne. Back to Life bliver af deltagerne italesat som en modpol til denne træningsposition. Afhængig af den konkrete deltagers situation har Back to Life som oftest udbygget og understøttet, men i få tilfælde modsagt, træningsråd fra læger og fysioterapeuter fra kommunale genoptræningssteder.

Eftersom mange af projektets deltagere er under 35 år, har ønskerne om at genopnå evnen til at gå løbe, cykle, stå på ski osv. været mange, og deltagerne har da også generelt oplevet, at deres ønske er blevet taget alvorligt og forsøgt imødegået af projekt Back to Life. Enkelte deltagere har oplevet, hvordan god dialog mellem deres kommunale sagsbehandler og Back to Life har resulteret i, at kommunen i regi af Back to Life har bevilliget fri til en træningsrelateret skiferie. Denne dialog er et eksempel på, hvordan Back to Life forsøger at samarbejde med snarere end at modarbejde det offentlige rehabiliteringstilbud. Det vender vi tilbage til i afsnittet om samarbejdsparternes oplevelser.

”Vandtræning har højnet min livskvalitet”

”Det har højnet min livskvalitet helt enormt. I løbet af 6-7 måneder kan jeg pludselig stå på ét ben og holde balancen i vandet. Der er sket helt vildt meget. Jeg tør også meget mere. Fysioterapeuten står med råd og vejledning. Hver gang de kan se, at jeg har rykket mig, får jeg en ny øvelse og får at vide, hvad jeg kan gøre derhjemme”.

Dorthe

Alle deltagere, der har medvirket i tilbuddet *Vand Virker!*, er meget begejstrede. Det er særligt det sociale element, der virker motiverende, forklarer de. Selve træningen har også hjulpet mange af dem til at forbedre deres funktionsniveau væsentligt, vurderer deltagerne selv. Den store aldersspredning og kønsfordeling har vist sig at have positiv indvirkning på den sociale dynamik på projektets holdtræning, og det, oplever både deltagere og trænere, smitter af på motivationen for at træne. Deltagere på de øvrige tiltag såsom ”Race Running”, ”Let’s Go” og de mere holdorganiserede oplevelsesture som ski- og vandreture er også meget begejstrede for disse former for træning. De oplever, at disse træningstilbud både tager afsæt i deres særlige træningsbehov (balance, muskeltræning mv.) og deres drømme om at vende tilbage til specifikke sportsgrene eller aktiviteter, de har kunnet før i livet såsom at cykle, løbe, stå på ski, danse ballet osv.

4.2 Enstrenget og flerstrengt koordination

Deltagerne oplever, at Back to Life aflaster ved at tage del i eller – i få tilfælde – helt at overtage kontakter til det offentlige, advokat, læge, forsikring eller bank. Flere deltagere har været glade for Back to Life’s hjælp som sparringspartner eller bisidder i samtaler med kommunale sagsbehandlere, arbejdsgiver, advokat eller forsikringsselskab. Det er langt fra alle deltagere, der har benyttet sig af tilbuddet om hjælp til at koordinere alle disse aktører, og det varierer, i hvilket omfang og hvor detaljeret Back to Life har været involveret i koordinationsarbejdet omkring en deltager. I nogle tilfælde har Back to Life’s koordinationsarbejde været enstrenget, hvor de har udgjort en sparringspartner i dialog med én enkelt aktør. Det gælder fx i konkrete forsikringssager om erstatning, i samtaler med lægen eller i forberedelse af en sådan, og i dialog med den kommunale genoptræning. I andre tilfælde har Back to Life haft en altomfattende koordinationsopgave med at aflaste og støtte deltagere i samtlige kontakter til det offentlige, bank, advokat og forsikringssager. For eksempel har Back to Life hjulpet en deltager med at lægge en plan for privatforbrug, en plan for at komme i arbejde og en plan for at få gjort de ting, han satte sig for i hverdagen, såsom at få vasket tøj og købt ind. Det er denne detaljeorienterede tilgang, vi i evalueringen kalder flerstrengt koordination.

Et andet eksempel på flerstrengt koordination gælder de deltagere, som har langvarige forløb bag sig, hvor Back to Life kommer sent ind i forløbet og derfor har mange års kontakt til kommunen bag sig. Nogle af disse deltagere har udviklet et anspændt forhold til offentlige aktører. Her har nogle deltagere oplevet det som en stor lettelse at tage Mikkel Holmgaard med til møder i kommunen, fx ved rehabiliteringsmøder om vurdering af ret til førtidspension.

”Det, der er lækkert ved Mikkel, det er, at han tager over”

”Mikkel ved, at man kæmper med 100 andre ting. De [sagsbehandlerne] kører én rundt i manegen, det er svært at forstå deres systemer for et normalt menneske. Jeg kæmper nok med at skulle være en god kæreste og en god far for mit barn. Det vigtigste for mig er at være glad”.

Back to Life’s tilgang til koordinationsopgaven synes med andre ord at være en helhedsorienteret tilgang til deltagerens trivsel, hvor det handler om at reducere mængden af hverdagsbekymringer omkring deltageren for at skabe overskud til træning, uanset om det kræver et enstrenget eller en flerstrenget koordinationsarbejde.

Et andet vigtigt koordinationsarbejde synes i deltagerens øjne at være den måde, som Back to Life sætter deltagerne i kontakt med hinanden indbyrdes. Det handler næste afsnit om.

4.3 Den sociale motivationsfaktor

Næsten alle de interviewede deltagere understreger det sociale element i Back to Life som den måske vigtigste motivationsfaktor og som det, der for alvor har gjort en forskel for dem i deres rehabiliteringsforløb. Ud over den venskabsrelation til Mikkel Holmgaard og de andre frivillige, som *alle* de interviewede deltagere oplevede, fandt deltagerne også stor glæde i det sociale fællesskab, der opstod deltagerne imellem både via fælles vandtræning (*Vand Virker!*) onsdage og lørdage og via den fælles Facebookside, hvor de kunne heppe på hinandens træning, minde hinanden om at komme til træning og arrangere at mødes og gå en tur eller spise sammen.

”Venskab med Mikkel modvirker tristhed”

Fællesskab på *Vand Virker!* har den samme effekt for flere af deltagerne, som oplever, at træningen giver dem noget at stå op til om morgenen – en følelsesmæssig støtte. Deltagere på *Vand Virker!* oplever, at det er fællesskabet og de søde, opmuntrende hilsner via de sociale medier: ”Kommer du?”, ”Hvor bliver du af?”, der holder dem til ilden med træningen.

”Det er gruppepresset, der gør det”

Efter et kort møde med Mikkel Holmgaard vil de fleste mennesker, uanset om de er projektledere i VIVE, socialrådgivere i en kommune, bankmænd i Aalborg eller deltagere med fysiske skader, der kræver genoptræning, opleve, at her er et karismatisk, energisk væsen med en høj grad af nærvær i samtalen – og et menneske, som snakker helt utroligt meget. En mand, som har viet sit liv til at hjælpe andre mennesker, og som knokler på for at lykkes med det.

”Mikkel banker på, og hvis du er genert, så snakker han bare mere”

I evalueringen har vi forsøgt at spørge ind til deltagerens oplevelse af, hvorvidt og hvordan det lykkes Mikkel at lytte til den enkelte deltagers historie, at give plads til andre måder at være i rummet på, og ikke mindst hans evne til at aflæse mennesker omkring ham. I tråd hermed har vi undersøgt, hvordan det stærke sociale element, som projektet synes at bygge på, stiller krav, som ikke alle deltagere kan honorere. Vi rejser spørgsmålet: Hvordan opleves tilbuddet, hvis man ikke er socialt anlagt og åben?

Vi finder, at nogle af oplevelsesrehabiliteringstiltagene – såsom en fælles skitur til Norge – på den ene side stillede krav til deltagerens åbenhed og ønske om at dele deres historier med hinanden. En deltager fortæller sådan her:

”Fælles for alle var, at de var åbne”

”Fælles skitur til Norge krævede fx, at man var åben over for at dele sin historie med fremmede mennesker”.

På den anden side udtrykker alle deltagerne, at Mikkel Holmgaard, som tiden går, afstemmer sit eget væsen i forhold til den enkelte deltagers temperament, og at nogle har oplevet, at selvom de normalt ikke bryder sig om at være alt for sociale, så rykker den måde, som Mikkel stiller sig selv og sin hjælp til rådighed, ved nogle af deres egne grænser. Det lærer vi bl.a. i et interview med en deltager, der igennem to år har haft daglig kontakt med Mikkel, mens han har kæmpet med svære fysiske traumer, med kroniske smerter, kronisk kvalme, depression og angst (PTSD). Denne deltager havde på grund af mangeårig angst og depression ikke kunnet holde ud at være sammen med andre mennesker og slet ikke intimitet. Da han mødte Mikkel første gang, var han lidt tilbageholdende over for hans invitation til kram og meget direkte sociale facon:

”Mikkel havde mange planer i starten, og jeg følte mig helt bombarderet, men så justerede Mikkel ind, så jeg kunne følge med”

”Det var svært at være sammen med Mikkel i starten, han er en stor person, der godt kan lide at kramme folk, og det havde min psyke svært ved at klare i starten. Mikkel havde mange planer i starten, og jeg følte mig helt bombarderet, men så justerede Mikkel ind, så jeg kunne følge med. Nu er Mikkel meget opmærksom på mig, hvor jeg er og på, hvilke situationer jeg ikke bryder mig om. Samtidig prøver han at udfordre mig lidt, skubbe lidt til mig og lære mig, at min indre verden ikke er så farlig. Mikkel har hjertet med i alt hvad han gør”.

Med andre ord peger evalueringen på, at Mikkel lykkes med at etablere relationer til deltagerne på vidt forskellige måder og betingelser.

Projektet bruger i særdeleshed de sociale medier til at følge med i deltagerens liv og træningsdag. Blandt andet bruger Mikkel Facebook til dagligt at opmuntre deltagerne til træning, rose deres indsatser og rådgive om træningsintensitet og øvelser. Mange deltagere fremhæver den ukuelige tro på deres bedring, som Back to Life udviser som en afgørende motivationsfaktor – en opbyggelig opbakning. Projektet virker altså også via de sociale medier og de fællesskaber, der etableres de forskellige deltagere imellem. De udveksler også træningserfaringer og tips, både når de mødes fysisk og via de sociale medier.

4.4 Projektets fremtid

Behovet for den rehabiliteringsindsats, som Back to Life leverer til sine deltagere, er vokset hurtigt i projektperioden. Antallet af deltagere er fordoblet, og dermed er efterspørgslen så stor, at arbejdsindsatsen også vokser sig for stor i længden. Det bemærker deltagerne. De har generelt svært ved at pege på udfordringer og begrænsninger i projektet, men enkelte nævner, at én udfordring kunne være, hvis succesen bliver for stor, fx hvis deltagerkapaciteten overstiger Mikkel Holmgaards kapacitet.

Generelt reagerer deltagerne på spørgsmålet om muligheden for at udbrede projektet med svaret: "Der er kun én Mikkel". Deltagernes oplevelse understreger, at projektet i høj grad er drevet af et stærkt personligt engagement. De nævner muligheden for at ansætte flere som Mikkel. Mikkels ambition om at se og høre alle deltagerne individuelt kan være svær at vedblive med at leve op til, hvis deltagerantallet bliver for stort. Med formuleringer som: "Mikkels største problem er, at han sjældent tænker på sig selv", sætter deltagerne ord på deres fælles bekymring for Mikkels trivsel på længere sigt – i lyset af hvor meget tid og hvor mange kræfter han bruger på at hjælpe andre. Deltagernes bekymring peger på behovet for at ansætte flere peer-to-peer-medarbejdere i lignende funktioner som Mikkels og med tilsvarende dedikeret tilgang til arbejdet.

Af afsnit 4.3 fremgik det, at Back to Life arbejder med peer-to-peer-tanken på flere niveauer. Først og fremmest deler Mikkel Holmgaard selv levede erfaringer med mange af deltagerne i kraft en den ulykke og det rehabiliteringsforløb, han selv har gennemlevet. Dernæst bringer projektet deltagerne sammen i gruppetræning og på gruppeture (oplevelsesrehabilitering), hvor en anden form for peer-to-peer-fællesskab opstår, nemlig det deltagerne imellem. På *Vand Virker!*-holdene har nogle af deltagerne allerede dannet venskaber og træningserfaringsfællesskaber. Sidst, men ikke mindst, nævner såvel Mikkel Holmgaard selv som nogle af deltagerne muligheden for, at deltagerne selv med tiden kan oplæres til at yde peer-to-peer-støtte til andre. Enkelte er allerede i gang. For eksempel træner deltageren Troels sammen med en medstuderende, som også har været udsat for en skade for nylig. I træningen trækker Troels på den måde at træne og tænke træning på, som han har lært igennem Back to Life. Mikkel Holmgaard er meget bevidst om behovet for at udvide antallet af peer-trænere og har fokus på dette i sit arbejde med nogle af deltagerne.

4.5 Opsummering

De 13 interviewede deltagere i projekt Back to Life oplever i høj grad en positiv effekt af rehabiliteringsindsatsen. De fortæller, hvordan især det sociale element har spillet en stor rolle i deres bedring, men flere fremhæver også, at de oplever forbedret funktionsevne som følge af den intensive træning. Efterspørgslen på Back to Life's rehabiliteringsindsats synes enorm og entusiasmen blandt de interviewede deltagere ligeså. Adspurgt om eventuelle udfordringer ved projektet og om udbredelsespotentiallet fremhæver alle deltagere, at projektet – i dets nuværende form og bemanding – i høj grad er personbåret, og at en stor del af succesen ligger i disse personers dedikerede og ikke mindst frivillige indsats.

5 Samarbejdspartnerernes oplevelser

I dette kapitel præsenterer vi Back to Life's samarbejdspartneres oplevelser af projektets indsats og den forskel, de oplever, at arbejdet har gjort for deltagerne. Analysen er baseret på telefoninterview med 12 forskellige samarbejdspartnere, herunder en kommunal socialrådgiver, formanden for Danske Fysioterapeuter, en forsikringsagent, bankfunktionærer og en advokat.

Samarbejdspartnerne er generelt meget positivt stemt og har tiltro på baggrund af foreløbige, men få erfaringer, og forhåbninger til at Back to Life's tilbud i fremtiden kan udgøre et vigtigt supplement til eksisterende rehabiliteringstilbud. Det drejer sig ifølge de interviewede samarbejdspartnere i særdeleshed om projektets evne til 1) at sætte det enkelte menneske i centrum, 2) at etablere rehabiliteringsalliancer på tværs, 3) at arbejde med afsæt i det sociale og relationelle element og 4) om projektets organisatoriske uafhængighed. Vi lader disse fire temaer strukturere afsnittet og præsenterer undervejs uddrag fra interview med samarbejdspartnerne. Afslutningsvis diskuterer vi kort projektets fremtid med afsæt i samarbejdspartneres synspunkter og refleksioner.

5.1 Det enkelte menneske i centrum

En pointe på tværs af samarbejdspartnerne er, at Back to Life repræsenterer et efterspurgt nytænkende tiltag og alternativ til det etablerede system, som – ulig hvad alle taler om, men sjældent lykkes med – sætter det enkelte menneske i centrum. Yderligere fremhæver samarbejdspartnerne, at projektet lykkes med at motivere mennesker til at træne gennem at vise dem nærvæd og opmærksomhed og ved at skabe en relation baseret på humor, ligeværd og omsorg. Begejstringen for Back to Life's tilbud understreges af Tina Lambrecht, formand for Foreningen af Danske Fysioterapeuter, som mener, at projekt Back to Life repræsenterer en unik model for, hvordan man kan hjælpe mennesker, der ellers bliver tabt i og af systemet.

Hun fremhæver, at det særlige ved Back to Life er, at de møder det enkelte menneske og imødeser lige præcis dette menneskes behov; følger dem og hjælper dem i de dele af deres liv, som de har det svært med – uanset hvad det måtte være.

”Det interessante er at man finder ud af, hvad er det lige præcis, det her menneske har brug for, og så følger de vedkommende i træning, i samtaler med kommuner og meget mere ... Projektet har indset, at det er ikke én ting, men mange ting. Der bliver det unikt, det de kan. I princippet burde andre også kunne gøre det her.

De møder lige præcis dét menneske, der står foran dem og ser, hvad det menneske har brug for... det kan systemet ikke leve op til”.

Tina Lambrecht, formand for Foreningen af Danske Fysioterapeuter

Spørgsmålet rejser sig om, hvordan arbejdet med at sætte det enkelte menneske i centrum harmonerer med projektets anden målsætning om at skabe *alliancer* mellem det frivillige og velfærdsinstitutionerne med henblik på vellykket rehabilitering for den enkelte deltager. I hvilken grad det lykkes projektet at indfri dette mål, handler næste afsnit om.

5.2 Rehabiliteringsalliancer på tværs

Om end de interviewede samarbejdspartnere har haft korte og relativt få møder eller begrænset berøring med Back to Life, udtrykker alle på nær én, at Back to Life har været en konstruktiv sparingspartner omkring borgerne. Det er med andre ord samarbejdspartnerens umiddelbare oplevelse, at projektet er lykkedes med at etablere positive alliancer på tværs af såvel offentlige som private aktører og på tværs af sektorer.

Som eksemplet med Tennes rehabiliteringsforløb viste, arbejder Back to Life for at skabe de bedste betingelser for den enkelte deltagers træningsmuligheder. Nogle gange indebærer dette arbejde en dialog med deltagerens hjemkommune om alternative veje til træning. I en anden deltagers case, hvor Glenn er svært hjerneskadet og har brug for hjælp til stort set alt, har hjemkommunen tilbudt at udlåne specialudstyr til ham med henblik på, at han kan deltage i Back to Life's træningstur til Spanien i september 2017. Vi har interviewet en kommunal samarbejdspartner (ikke fra Glens sag) for at høre, hvordan denne oplever dialogen, når Back to Life agerer bisidder.

I den konkrete deltagersag har Back to Life samarbejdet med en kommunal sagsbehandler. Deltageren har været i et etårigt ressourceafklaringsforløb i kommunen og har ved få møder med kommunen brugt Mikkel Holmgaard som bisidder, bl.a. ved et møde, hvor deltageren anmodede sin sagsbehandler om mulighed for at deltage i Back to Life's oplevelsesrehabiliteringstiltag: skitur til Norge i marts 2017. I samtalen med deltagerens socialrådgiver fremlagde Mikkel træningsformålet med skituren, og sagsbehandleren fortæller, at hun oplevede, at samtalen indgød hende (og kommunen) tillid til, at turen kunne gøre en forskel i borgerens rehabiliteringsforløb. Hun forklarer, at borgere generelt i et sådant ressourceafklaringsforløb har ret til fem ugers ferie, men at hun besluttede at imødekomme, at dette var en trænings- og rehabiliteringsindsats for borgeren og derfor bevilligede skituren som "ikke-ferie". Socialrådgiveren bad til gengæld Back to Life om dokumentation for skiturens program og formål samt en skriftlig status efter endt skitur om borgerens trivsel fysisk og mentalt. Begge dele blev overholdt.

"Vi valgte at se skituren som en investering i borgeren".

Kommunal socialrådgiver

Den kommunale sagsbehandler vurderer overordnet, at samarbejdet med Back to Life har været rigtig godt. Det har været præget af, at Back to Life har udvist åbenhed og respekt over for både borgerens behov og grænser og samtidig har haft blik for kommunens muligheder. Retrospektivt oplever socialrådgiveren, at det netop har været godt givet ud, da borgeren vendte tilbage med en fantastisk oplevelse og fornyet mod og overskud, fortæller hun. Socialrådgiveren så sagen som en mulighed for at afprøve, hvad Back to Life kunne tilbyde kommunens borgere – også i fremtiden. Kommunen har endnu ikke stor erfaring med at samarbejde med frivillige, men vil ikke afvise, at de, hvis de fortsat oplever positiv dialog og udbytte ved at samarbejde med Mikkel om borgerne, i fremtiden kunne finde på at anbefale projektet til deres borgere. Men det forudsætter et lidt større og bredere kendskab til projektet, understreger sagsbehandleren.

Det fremgår af interview med de øvrige samarbejdspartnere, at Back to Life i høj grad er lykkedes med at skabe alliancer på tværs af sektorer ved at insistere på det konstruktive og imødekommende

samarbejde med offentlige og private aktører omkring deltageren. Ifølge samarbejdspartnerne synes målet for Back to Life vedvarende at være at optimere den enkelte deltagers trænings- og trivselsmuligheder.

En enkelt samarbejdspartner med tilknytning til forsikringsverdenen oplever, at en udfordring i samarbejdet med Back to Life netop har handlet om mødet mellem "en ildsjæl med individets behov for øje" og "en institutionaliseret aktør" underlagt standardiserede krav om kvalitet og forretningsgange. Samme samarbejdspartner understreger, at gensidig og løbende forventningsafstemning med afsæt i parternes betingelser og rammevilkår også fremadrettet er afgørende for det gode samarbejde mellem den frivillige aktør og den private sektor.

En udfordring i samarbejdet mellem fagforeninger og frivillige projekter kan ifølge formanden for Danske fysioterapeuter være en fagpolitisk modstand fra medlemmerne mod, at "frivilligt arbejde" stjæler arbejde fra eller undergraver lønnede ansættelser af fysioterapeuter. Tina Lambrecht deler dog ikke selv denne bekymring, da hun omvendt mener, at potentialet i samarbejdet med de frivillige og det udbytte, hun kan se, det giver borgerne, klart opvejer denne barriere. I samarbejdet med Billund Kommune omkring Tennas case fører Back to Life's arbejde til ansættelse af en fysioterapeut.

Interview med samarbejdspartnerne giver os generelt indtryk af, at Back to Life's relation til såvel private som offentlige aktører primært har handlet om og haft til formål at advokere for mere træningsmindede løsninger i bred forstand. Det viser interviewet med den kommunale socialrådgiver ovenfor, og det viser Tennas case, hvor dialogen med kommunen handler om at gentænke den kommunale personlige assistentordning i en trænende retning. Det samme viser Mortens case, hvor besøg på hans gamle arbejdsplads havde til formål at motivere ham til at træne hen mod at komme i arbejde igen. Projektet har ligeledes arbejdet udviklingsorienteret i samarbejdet med forsikrings- og bankvirksomheder og har fx lagt op til et samarbejde med forsikringsvirksomheder om at udvikle skræddersyede forsikringsrehabiliteringspakker til tilskadekomne. Et sådant samarbejde er dog ikke realiseret endnu. I samarbejdet med enkelte bankvirksomheder har Back to Life indgået i dialog om bankers rolle i at turde investere i tilskadekomnes fremtid og dermed løbe en vis risiko mod at vise tillid til, at en helhedsorienteret træningsindsats, der både sætter ind med psykosocial støtte og fysisk træning, kan gøre en tilsyneladende "dårlig" betaler til en "god" betaler. Mere om det i næste afsnit.

5.3 Det sociale og relationelle afsæt

Uagtet, at projektet har den enkelte deltager i centrum, viser evalueringen, at fællesskaber ser ud til at være en forudsætning, der går forud for alt andet. Det sociale og relationelle element, som deltagerne peger på som en afgørende motivationsfaktor for træningsvedholdenhed, vinder også genklang blandt flere af de samarbejdspartnerne vi har talt med. For eksempel observerer lederen af Ålborg Vand- og Kulturhus som huser tilbuddet Vand Virker!, at det tiltrækker mange forskellige mennesker, som ikke normalt ville komme til vantræning fordi holdet er sammensat på tværs af alder og køn og danner grobund for et socialt fællesskab.

"Badeassistenten er blevet en del af holdet, og han er ellers ikke lige typen, der ville opsøge genoptræning. Han ville snarere være blevet hjemme i sofaen med en varmepude".

Leder af Haraldslund Vand- og Kulturhus i Aalborg

Han oplever, at deltagerne samles efter træningen i svømmehallens caféområde og drikker kaffe og vender verdenssituationen. Tilbuddet er for ham at se et socialt trækplaster.

"Hold med blandede køn og alder er de bedste – det giver meget mere dynamik, humor og jargon".

Leder af Haraldslund Vand- og Kulturhus i Aalborg

Back to Life's relationsarbejde bliver også fremhævet i et interview med to bankassistenter, der har arbejdet sammen med Back to Life omkring enkelte af deres kunder. Men hvilken rolle kan en bank spille i et rehabiliteringsforløb? Det er ikke usædvanligt, at Back to Life rådgiver deltagere i banksager. Det kan fx være i tilfælde, hvor en deltager afventer en uafklaret forsikrings sag med mulig erstatningsudbetaling, eller det kan være en deltager, der har fået udbetalt erstatning og skal placere midlerne.

De banksatte fremhæver, at deres arbejde også handler om at sætte sig ind i den enkelte persons situation. De forklarer, at de som banksatte nogle gange står over for en kunde, som umiddelbart ikke ser attraktiv ud fra bankens perspektiv, men opvejes af personens iver for at kæmpe. Med et blik for mennesket bagved og historien bag de tal, der figurerer i bankbogen, skal man nogle gange tro på folk. Der er altid en historie bag nogle tal. Banken bruger meget krudt på at kigge bag personen og så se tallene i anden række. Det er i dette arbejde, at banken værdsætter dialogen med Back to Life, som består i, at Mikkel Holmgaard somme tider deltager i en kundesamtale i banken.

"Hvis Mikkel er inde over en kundes forløb, har vi tiltro til, at han vurderer potentialet og til, at han kan rykke vedkommende i en positiv retning".

"Mikkel er med til at skabe relationen mellem klient og bank. Hvis han har tillid til en deltager, så betyder det noget for os".

Bankrådgiver

Samarbejdet kan også dreje sig om kunder, der har haft vanskeligheder med at styre deres privatøkonomi i forbindelse med, at deres hverdag er omvæltet på grund af pludselig skade eller ulykke.

"For eksempel havde vi en kunde, der ikke kunne overskue sin økonomiske situation fra uge til uge. I dag hører vi ikke fra personen. Back to Life hjalp ham med at overskue hverdagen, med at kunne stå op om morgenen. Før var det en forfærdelig oplevelse, hver gang der kom en regning ind af døren, fordi det væltede kontoen. Back to Life har været inde over for at give ham et overskud i hverdagen og et overblik over økonomien. Han har rykket sig meget inden for det sidste år".

Bankassistent

Af ovenstående citat fremgår det, at projektets fokus på helheden omkring borgerens trivsel bliver definerende for, hvilke typer af opgaver det koordinerende arbejde indebærer. I dette tilfælde består

en del af den rehabiliterende indsats i at hjælpe deltageren med at detaljestyre hverdagen – igen ud fra devisen om, at det først er, når deltageren har et mentalt overskud, at han eller hun har overskud til at kaste sig over sin fysiske træning.

5.4 Projektets fremtid

På spørgsmålet om, hvordan projektet fremadrettet kan organiseres og eventuelt udbredes, peger flere af samarbejdspartnerne på det særlige potentiale i projektets uafhængige position og fraværet af bureaukratiske processer i sammenligning med det etablerede system.

”Det er i det uformelle, at styrken ligger”.

Svømmehalsleder

Lederen af Haraldslund Vand- og Kulturhus i Aalborg forklarer, at den største forskel på svømmehallens samarbejde med kommunale rehabiliteringstilbud og Back to Life’s *Vand Virker!* er, at *Vand Virker!* foregår uden nedskrevne aftaler og via uformel henvendelse. Han kalder det ”Pay and Play”. Det kræver ikke det store organiseringsarbejde fra svømmehallen, og for deltagere er det et langt mere fleksibelt tilbud end de faste rehabiliteringshold, der som oftest også er for ældre og er kønsopdelte. Den eneste rolle, som svømmehallen har, er at stille livredder til rådighed, sådan som de altid gør for alle svømmehallens gæster. Med andre ord peger lederen af Vand- og Kulturhuset på, at et potentiale for udbredelse består i, at Back to Life’s rehabiliteringsindsats kræver et minimum af organisering og er udpræget lavteknologisk.

Formanden for Foreningen af Danske Fysioterapeuter fremhæver et andet potentiale ved projektets uafhængige position af det offentlige – et potentiale, som muligvis også rummer visse udfordringer. Hun peger på, at det er i kraft af det frivillige og personlige engagement, at Back to Life udgør et supplement og en efterspurgt overbygning i forhold til eksisterende rehabiliteringstilbud.

”Det særlige er, at når mennesker mødes af frivillige, som vil hjælpe, bidrager det med noget, som det offentlige aldrig vil kunne levere, nemlig oplevelsen af, at et andet menneske stiller sin hjælp til rådighed for dig. Det udgør en ganske særlig motivationsfaktor, og der er brug for den både for de frivillige, som derved selv oplever, at de bidrager til et fællesskab og til samfundet, men især også for deltagerne, der oplever den oprigtighed i engagementet, det frivillige arbejde signalerer.

Projektet rummer en grad af frihed, som velfærdssamfundet har brug for som modpol til det bureaukratiske offentlige system, som er begrænset af rammesætninger som ressourcer, kassetænkning og regler og retningslinjer”.

Tina Lambrecht, formand for Foreningen af Danske Fysioterapeuter

Fra bankmedarbejdernes perspektiv er det ligeledes afgørende, at projektet fortsat er uafhængigt, men mere i finansiell forstand, og at projektet bevarer sin frie form, dvs. ikke skal presses ned i en standardiseret skabelon for et generisk tilbud.

Man må ikke putte det i et koncept

"Man må aldrig gå ind i det her med en økonomisk gevinst for øje. Det er svært at kombinere en stor økonomisk gevinst med at hjælpe andre".

Bankmedarbejder

Med andre ord hersker der – ikke kun blandt deltagerne, men også blandt samarbejdspartnerne – en forestilling om, at hjælp, der ydes frivilligt, er mere autentisk og motiverende end den hjælp, der ydes i regi af det offentlige. Her karakteriseres den hjælp, som det offentlige tilbyder, ikke bare som bureaukratisk, men som det autentiskes modpol. En mulig fare ved denne fejring af friheden i den frivillige indsats kan dog blive, at arbejdsbyrden i det frivillige arbejde overses, underkendes eller tages for givet. En anden mulig fare er, at velfærdssamfundets institutioner og Back to Life opstilles som hinandens modpoler snarere end som samarbejdspartnere. Set fra projektets perspektiv og den oprindelige målsætning er netop *alliancen* mellem det frivillige og velfærdsinstitutionerne afgørende for vellykket rehabilitering for den enkelte deltager.

Formanden for Danske Fysioterapeuter foreslår en fremtidig model, hvor Back to Life vedbliver med at være en uafhængig græsrodsbevægelse, men at der oprettes centre rundt omkring i landet, hvor der fx er en fundraiser ansat til at skaffe midler til det fortsatte arbejde. Afgørende er også at få tilknyttet en person med kendskab til organisering og struktur. Inspiration kunne eventuelt hentes i Poul Nyrup Rasmussens "Headspace"-centre, der er et rådgivningstilbud til børn og unge, som kan henvende sig med små og store problemer. Tilbuddet er et initiativ under Det Sociale Netværk og er støttet af såvel satspuljemidler som private fonde. Centrene er placeret flere steder i landet, se (www.headspace.dk).

5.5 Opsummering

Interview med samarbejdspartnerne peger på, at Back to Life er lykkedes med at skabe alliancer på tværs af sektorer ved i langt de fleste tilfælde at insistere på det konstruktive samarbejde med såvel offentlige som private aktører i arbejdet med at optimere den enkelte deltagers trænings- og trivselsmuligheder. Med undtagelse af en enkelt samarbejdspartner udtaler alle de interviewede samarbejdspartnere, at projektet lykkes med at imødekomme det offentliges og privates virkelighed (regler og rammer), alt imens projektet afprøver mulighederne for at tænke i træning i enhver given sammenhæng, at rykke ved mulighederne herfor og gøre dem endnu mere "rehabiliteringsmindede".

6 Konklusion

6.1 Oplevede effekter

Evalueringen viser, at de interviewede deltagere oplever stor effekt af Back to Life's indsats. I særdeleshed oplever deltagerne, at indsatsen har bidraget positivt til at give deres hverdag indhold og mening og har styrket deres motivation for at træne væsentligt mere, end de tidligere har gjort. Mange deltagere oplever desuden, at den træning, de har modtaget, har forbedret deres fysiske funktionsniveau. Specifikt oplever nogle deltagere at have opnået markant bedre gangfunktion eller bedre balance, mens andre oplever at have fået mere mod på hverdagens udfordringer generelt. Deltagerne oplever at få et individuelt tilpasset tilbud, der hænger uløseligt sammen med den sociale indsats, som Mikkel Holmgaard yder. Oplevelsen af, at et andet menneske stiller sig fuldt og helt til rådighed og tilbyder sin hjælp på en måde, der passer til deltagerens aktuelle behov, virker motiverende.

I evalueringen har vi søgt svar på, hvordan såvel deltagere som samarbejdspartnere oplever, at projekt Back to Life's indsats adskiller sig fra, understøtter og supplerer eksisterende rehabiliterings-tilbud til målgruppen. Nedenfor samler vi op på de særlige kendetegn, som evalueringen peger på, karakteriserer projektet – nemlig at det er enestående, engageret, differentieret og kompromisløst.

Enestående

Ordet enestående kendetegner i mere end én forstand den indsats, som projekt Back to Life har leveret siden 2010. Indsatsen er enestående af natur: det ukuelige personlige engagement, projektlederen lægger i hver enkel deltagers liv i kombination med værdierne peer-support, ligevægtsprincippet og 360 gradervurderingen er i sig selv enestående. Vi finder ikke en rehabiliteringsindsats, der fuldstændig matcher denne. Derudover er indsatsens arbejdskraft enestående i og med, at projektleder Mikkel Holmgaard står alene med hovedparten af arbejdet. Det første fremhæver samtlige deltagere og samarbejdspartnere som en stor fordel og afgørende for, at projektet lykkes med at skabe en forskel for deltagerens livssituation. Det andet fremhæves af alle parter som både heroisk og uholdbart i længden. Det enestående element bliver således på én gang projektets styrke og sårbarhed og må nødvendigvis gentænkes med henblik på fremtidige indsatser. Projektet må absolut bestå af mere end én ildsjæl og gerne inkludere minimum en medarbejder mere, som har indsigt i og erfaring med samarbejde med offentlige og private aktører. En mulig løsning på denne udfordring er, som nævnt, at udbrede Back to Life og ansætte flere dedikerede peer-to-peer-trænere.

Engageret

Det er det utrættelige, ubetingede personlige engagement, som Back to Life leverer, der motiverer deltagerne til at komme videre med deres træning og deres liv. Alle deltagere fremhæver Mikkel Holmgaards unikke engagement som afgørende for projektets succes. Back to Life adskiller sig således i både deltageres og samarbejdspartneres øjne fra eksisterende kommunale rehabiliteringstilbud ved at nedbryde de sædvanlige skel mellem offentligt og privat regi, mellem professionel og personlig tilgang til rehabilitering. Deltagerne har oplevet en uforbeholden, oprigtig og insisterende interesse for dem og deres liv. Dog er der en helt klar forskel i relationen ved, at hjælpen kun går den ene vej, mens venskaberne går begge veje.

Utallige undersøgelser om patient- og borgeroplevelser har i de sidste årtier dokumenteret et næsten umætteligt behov for og ønske om at blive set og hørt samt for relationel kontinuitet (8,9). Netop oplevelsen af og overraskelsen over at blive mødt som menneske med en oprigtig interesse i at

hjælpe dig på måder, der motiverer dig af Back to Life, går igen blandt alle de interviewede deltagere. Det personlige engagement, som deltagerne beskriver, at projektets frivillige lægger for dagen, er enormt. Mikkel Holmgaard har stået til rådighed for deltagerne på alle timer af døgnet og har kørt Danmark tyndt for at træne individuelt med deltagere i Billund, København, Aalborg, på Bornholm, på Fyn og i Nordsjælland. Derudover har mange deltagere haft næsten daglig kontakt med Back to Life via Facebook.

Som evalueringen har vist, er relationen mellem deltager og træner karakteriseret ved venskab og adskiller sig derved fra og bryder derved med eksisterende grænser mellem privatliv og arbejdsliv. Samtidig udfordrer tiltaget klassiske forestillinger om roller og ansvar i relationen mellem klient og professionel.

Er det personlige engagement problematisk? Mangler projektet den mere konventionelle professionelle distance? Eller er det personlige engagement et kærkomment alternativ til eksisterende rehabiliteringstilbud – eller nøglen til projektets succes, som ved udbredelse og videreudvikling har potentiale til at bryde med tabuer i offentlige ansættelsesforhold? Når man lytter til deltagernes og samarbejdspartnerenes erfaringer, kunne det godt se sådan ud. Kan man forestille sig en fremtidig stillingsbetegnelse i regionalt eller kommunalt regi, der bryder med klassiske forbud om personlige relationer mellem borger og professionel og i højere grad bygger på ligeværdighedsprincippet (muligheden for at stille krav til deltagerens egen indsats) og på peer-støtte, hvor den ansattes professionalitet både kan bero på et erfaringsfundament og et uddannelsesfundament?

Differentieret

Evalueringen har igennem casebeskrivelser af udvalgte deltagerforløb demonstreret, at Back to Life leverer en individuelt skræddersyet rehabiliteringsindsats til hver enkelt deltager. I lyset af dette og af, at mange af de interviewede deltagere fremhæver, at deres genoptræningspotentiale blev undervurderet i kommunalt eller regionalt regi, men blev mødt i Back to Life, begyndte vi at opfatte Back to Life's tilbud som et eksempel på "træningsdifferentiering".

Vi kender det fra diskurser om undervisningsdifferentiering i den danske folkeskole, men med projektet Back to Life flytter begrebet kontekst fra uddannelsesområdet til rehabiliteringsområdet. Back to Life henvender sig helt overordnet til de mennesker, der har brug for enten ekstra træningstid eller intensitet, end det offentlige regi kan tilbyde, eller projektet henvender sig til de mennesker, der har brug for træning af en helt anden art end den, der tilbydes inden for det offentlige. Back to Life tilbyder en træningsindsats, der tager afsæt i den enkeltes træningsbehov. Hvis en deltager har brug for daglig telefonkontakt, så er det det, som Back to Life yder. Hvis en deltager har brug for nye tænder eller ro i sindet til at overkomme posttraumatisk stress og klare hverdagen med ansvaret for et lille barn, så rejser Back to Life midlerne til en kajak og til en tandoperation ved at trække på netværk og iværksætte indsamlinger via de sociale medier. Hvis en deltager er selvkørende og lynhurtigt tilbage i arbejde efter en sprængningsulykke, så holder Back to Life sig afventende i kullissen og står til rådighed, hvis der skulle komme psykiske eftervirkninger.

Samtidig er en central pointe i denne evaluering, at Back to Life's tilbud *både* er skræddersyet til den enkelte og tager afsæt i træning gennem relationer, dvs. projektet har individet i fællesskabet i centrum snarere end frit svævende, enkeltstående individer. Det viser sig yderligere ved, at Back to Life's arbejde foregår i tæt samarbejde med et givent netværk omkring deltageren.

Kompromisløst

I sin egenskab af delvis frivillig indsats, der yder mennesker betingelsesløs hjælp og stiller sig til rådighed for folk, opfatter Back to Life sig som i sin gode ret til at forvente en mere ligestillet relation

med deltageren. Som nævnt ovenfor som en borger-til-borger-relation frem for en klient-professionel-relation. På dette punkt adskiller projektets arbejde sig markant fra det etablerede offentlige system, der hverken har beføjelse til at skelne mellem motiverede og ikke-motiverede borgere, og/eller i træningsøjemed sjældent – om nogensinde – kan opstille modkrav, som får betydning for de ydelser, den skaderamte bliver tilbudt.

Med det særlige personlige engagement, med tanken om ligeværd, og med princippet om, at indsatsen skal gå begge veje, kan projektets tilbud også karakteriseres som kompromisløst.

6.2 Potentiale for udbredelse

Evalueringen viser, at projekt Back to Life's organisatoriske uafhængighed af det etablerede system på én og samme tid er dets styrke og dets svaghed. Hvordan finder initiativet langsigtet fodfæste og finansiering, samtidig med at det opretholder sin uafhængige position? Er det muligt at udbrede projektets kerneværdier til hele landet og fx lade stillingsbetegnelser i offentligt regi inspirere af projektets erfaringer med fx peer-to-peer-baseret rehabilitering til mennesker, der rammes af skade eller ulykke?

Når fleksibiliteten i og friheden til at sammensætte hvert enkelt forløb individuelt er afgørende, bliver den sædvanlige udbredelsesøvelse, der hedder at sætte projektet på formel eller ind i et færdigt koncept, som lader sig kopiere i samtlige landets kommuner eller regioner, en udfordring. Omvendt er netop projektets sensitivitet og tilpasningsevne i forholdet til den enkelte deltager kombineret med opbygning af relationer oplagte eksempler på, hvordan eksisterende rehabiliteringstilbud kan lade sig inspirere af Back to Life's arbejde. Det personlige engagement, der lægges for dagen, har vakt begejstring blandt deltagere og samarbejdspartnere. Kombinationen af træning, relation og koordination synes meget virksom i forhold til træningsmotivation.

Historisk set har det frivillige sociale arbejde bidraget til udviklingen af velfærdsarbejdet i Danmark i kraft af sin primært komplementære position (12). I dag peger civilsamfundsforskere på en tendens til tættere frivillige-offentlige samarbejder, der stræber efter at skabe "merværdi" gennem samarbejde, alt imens de arbejder adskilt inden for hvert sit system (12). Kunne man forestille sig, at offentlige tilbud om rehabilitering i højere grad kunne tage afsæt i etableringen af relation, i oplevelser og i leg, som Back to Life viser, har en god effekt? Kunne man, i tråd hermed, lade sig inspirere af ideen om at indgå i en ligeværdig relation, deltager og træner i mellem? Denne ligeværdstanke er tæt knyttet til peer-support arbejdet og bryder på mange måder med eksisterende tabuer omkring overskridelse af private og professionelle grænser. Den åbner for muligheden for at stille krav til deltagernes motivation og egen indsats. Samtidig åbner peer-to-peer-modellen for en diskussion af "professionalisme" kombineret med erfaringsbaseret viden, som vi i dag ser anvendt i psykiatrien, bl.a. DEFACTUM, hvor man allerede er begyndt at ansætte medarbejdere, der selv har erfaring med psykisk sygdom.

Kunne man forestille sig, at de offentlige velfærdsinstitutioner i højere grad kunne facilitere et sådant peer-to-peer-arbejde inden for rehabilitering af mennesker, hvis liv er drastisk ændret efter fysisk skade eller ulykke?

Evalueringen har vist, at Back to Life udgør et efterspurgt og rost supplement til det offentlige, og som lykkes med kombinationen af koordination på tværs og træning, der har den enkeltes behov i centrum og ser fysisk og mentalt helbred som uløselige størrelser. Samtidig peger evalueringen på, at arbejdet med fordel kan fordeles på flere ansatte i en lignende funktion som den, Mikkel Holmgaard i dag stort set varetager alene. Flere af de elementer, som vi har beskrevet i denne evaluering,

lader sig gennemføre af andre frivillige eller ansatte medarbejdere med samme engagement og samme værdigrundlag. Dog viser Back to Life's erfaringer også, at arbejdet ikke lader sig løse helt uden finansiering.

Litteratur

- (1) Kjellberg PK. Træning som hjælp: tidlige projekterfaringer fra Odense Kommune. København: KORA; 2012.
- (2) Kjellberg PK, Hauge-Helgestad A, Madsen MH, Rasmussen SR. Kortlægning af kommunernes erfaringer med rehabilitering på ældreområdet. København: Socialstyrelsen; 2013.
- (3) Buch MS. Forløbskoordination for patienter med kronisk sygdom: erfaringer fra Region Syd-danmarks modelprojekt om udvikling af forløbskoordination på kronikerområdet. København: DSI; 2013.
- (4) Buch MS, Petersen A. Model for koordinerende indsatsplaner og tilhørende koordinatorkun-der: evaluering af et samarbejdsprojekt mellem Region Hovedstadens Psykiatri og Køben-havns Kommune. Køben-havn: KORA; 2017.
- (5) Kjellberg PK, Graff L. Sygeplejerskernes rolle i rehabilitering i ældreplejen. København: KORA; 2017.
- (6) Rudkjøbing A. Towards Coordinated Care: Governance in a Fragmented Healthcare System. PhD thesis. København: Faculty of Health and Medical Sciences, University of Copenhagen; 2014.
- (7) Martin HM. Er der styr på mig? Sammenhængende patientforløb fra patientens perspektiv. København: Dansk Sundhedsinstitut; 2010.
- (8) Wiuff MB, Navne LE, Olesen E. Rehabilitering på borgernes præmisser. Empiriske beskrivelser til brug for innovativ udvikling af rehabilitering på borgernes præmisser. København: DSI; 2010.
- (9) Martin HM, Rahbek A.E., Borst L. Patientoplevelser i KOL- og Type 2-diabetesforløb. Delun-dersøgelse i evaluering af forløbsprogrammernes implementering i Region Hovedstaden. Kø-benhavn: KORA; 2013.
- (10) Mead S, Hilton D, Curtis L. Peer support: A theoretical perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 2001;25(2):134-141.
- (11) Korsbek L, Petersen L. Peerstøtte i de etablerede psykiatriske og psykosociale indsatser. Hvad siger litteraturen om effekten? *Tidsskrift for Psykisk Helsearbeid* 2016;13(4):288-305.
- (12) Lundgaard Andersen L, Hygum Espersen H. Samskabelse og samproduktion: et effektivise-ringsredskab eller en demokratisering af velfærdsløsninger? *Social politik* 2017;2017(2):17-21.

**VIDEN I
VELFÆRD**

DET NATIONALE FORSKNINGS-
OG ANALYSECENTER FOR VELFÆRD