

Golf som Terapi (GsT) - et tilbakeblikk

Olav Marcussen, Oslo, 30. september 2017

Utgangspunktet

Golfsenteret i Gamle Myrens Verksted på Sandaker var stedet det hele begynte. Senteret sto ferdig i 1990 og ble raskt et populært sted for golfspillere som ønsket å ha et treningstilbud om vinteren. Også nybegynnere kom til via mange kurs som ble tilrettelagt, ikke minst for bedrifter.

En episode hvor en sterkt deprimert slagpasient fant tilbake til golfen samt daglig besøk av en rullestolbruker, ga støtet til at det på høstparten i 2002 ble tatt kontakt med Norges Funksjonshemmedes Idrettsforbund. Forespørselen gjaldt om det kunne være av interesse med en målrettet introduksjon til golfsporten. Responsen var positiv og sammen med Norges Golfforbund ble det arrangert en åpen dag i april 2003.

Selv med et areal på nærmere 5000 m² og en tilkalt reservestyrke på trener-siden, ble oppmøtet nesten i største laget. Mer enn 150 personer stilte opp med et støtteapparat i tillegg. Det ble en meget hektisk dag, men ikke minst støtte-apparatet ga klart uttrykk for at dette burde gjentas.

I 2004 ble det en ny introduksjonsrunde, men denne gangen konsentrert om deltagere med psykiske lidelser, herunder også rusmisbrukere. Også denne gang var deltagelsen overveldende. Sammen med vår samarbeidspartner overlege på Lillestrømklinikken og spesialist i psykiatri Leif Roar Falkum, ble det enighet om å utarbeide kriterier for et golfopplegg for denne gruppen mennesker.

Falkum som selv relativt nylig hadde startet opp med golf, var ganske klar på at ved å vekke interessen for golf hos personer med psykiske lidelser, ville man oppnå at de kommer seg ut, at de får økt fysisk aktivitet, mestring, sosial tilknytning til et idrettsmiljø, og ved dette også en bedre fysisk og psykisk helse. Forutsetningene for å kunne få til et vellykket prosjekt for disse personene syntes således å være til stede.

Den videre utvikling

Det ble nedsatt en prosjektgruppe i Golfsenteret bestående av representanter fra NGF, sykehus, kommuner, skoler og psykiatriske institusjoner. Etter en del møtevirksomhet kom man fram til visse nøkkelfaktorer som burde være til stede før en igangsetting. De viktigste var:

- Rekrutteringen skal gå gjennom behandlingsinstitusjoner som selv må velge ut de deltagerne som kan være aktuelle.



- Det blir viktig å søke kontakt med golfklubber som har tilknyttede tilbud med innendørstrening på golfsimulatorer om vinteren.
- Golfopplegget skal være basert på et helårstilbud med trening en gang i uken slik at deltagerne har noe fast å gå til/glede seg til hele året.
- Gruppene bør bestå av 6 til 10 deltagere og hver institusjon må stille med en eller to ledsagere.
- Det er viktig til å begynne med å satse på profesjonelle trenere som har de egenskaper som skal til for å ta imot deltagere med psykiske lidelser.
- Man ville i første omgang konsentrere seg om å sende invitasjoner til psykiatriske behandlingsmiljøer i Oslo, Akershus og på Romerike.

Økonomisk støtte ble i første omgang innhentet fra Rådet for psykisk helse og Stiftelsen for helse og rehabilitering. Opplegget skulle være kostnadsfritt for deltagerne, men man håpet etter hvert på bidrag fra de deltagende institusjonene når man forhåpentligvis ble klar over de positive resultatene.

Perioden 2005 til 2010

Den første gruppen med 8 deltagere (brukere) ble i 2005 rekruttert fra en dag-institusjon i Årnes på Romerike, og golfopplæringen fant sted på Hvam videregående skoles golfbane. På skolen har man også et innendørs simulatorsenter. Fram til 2010 rekrutterte man deltagere stort sett fra Oslo og Akershus, men i første rekke fra kommuner på Romerike. Av totalt 13 kommuner på Romerike har etter hvert 11 av disse hatt eller har grupper med i opplegget til GsT. Nærmere 300 deltagere hadde vært med siden oppstarten, 75% hadde klart kravene til grønt kort og over 50% var blitt medlemmer i en golfklubb.

Den meget positive utviklingen for deltagerne frem til 2010 gjorde sitt til at de deltagende institusjonene og kommunene etter hvert selv bidro med i størrelsesorden 50 % av gruppekostnadene på årsbasis. I dag beløper totalkostnadene pr. gruppe seg til mellom kr. 30 000 og kr. 40 000 pr. år. En vesentlig årsak til at man etter hvert fikk årskostnadene ned til dette nivå, var ikke minst at golfklubbene rekrutterte seniormedlemmer - på ubetalt basis - på trenersiden. Seniormedlemmene har dessuten i stor grad også bidratt til at deltagerne på mange steder føler seg som en del av klubben, og er blitt godt integrert i et helt nytt miljø.

Finansiering og utviklingen videre

Den viktige begynnerfasen ble som nevnt i stor grad finansiert av Rådet for psykisk helse og Stiftelsen for helse og rehabilitering. I 2009 kom Gjensidige-stiftelsen med på laget, i 2011 fulgte Kjell Inge Røkke og kone via deres private selskap The Resource



Group AS, og i 2013 ble også Sparebankstiftelsen DNB med som storsponsor. Til sammen har sistnevnte tre sponsorene gitt nærmere kr. 6,5 mill. av totalt kr. 9,3 mill. som GsT har mottatt fra forskjellig hold. (Dette pr. utgangen av september 2017.)

I 2014 kunne GsT via en bevilgning fra Gjensidigestiftelsen ta et langt skritt videre. Det ble i perioden 2014 til 2016 etablert 12 nye grupper fra Bodø i nord til Sarpsborg og Fredrikstad i sør. Alle gruppene er finansiert over en 2-års periode under forutsetning av at de deltagende institusjoner og golfklubber skal arbeide aktivt for en påfølgende lokal finansiering som kan bringe driften videre. Pr. utgangen av 2017 er 2-års perioden for 8 av gruppene utløpt og alle så nær som en drives videre. For de resterende 4 ser det også lyst ut for videre drift med lokale midler.

To store gaver fra Sparebankstiftelsen i 2015 og 2016 har gjort GsT i stand til å tenke noe mer langsiktig enn tidligere. Det innebærer at steder hvor vi ser at golfprosjektet blir godt mottatt og fulgt opp, har GsT muligheter for å være med på å sikre en 5-års oppfølgingsperiode. Foreløpig er 3 golfmiljøer blitt tilgodesett, mens ytterligere 5 står for tur.

Mot slutten av 2015 fikk GsT en bevilgning fra Extrastiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse for at det skulle lages en kvalitetssikringsrapport om det arbeidet som har pågått siden 2005. Professor i psykiatri Alv A. Dahl påtok seg oppgaven, og rapporten som ble fremlagt i desember 2016 er å finne som et vedlegg til GsTs hjemmeside www.golfsomterapi.no. Rapporten er klart positiv fra alle aktørers side, dvs. fra deltagere, golfklubber og deltagende institusjoner.

Med 22 grupper i drift på landsbasis og et ønske fra ytterligere golfmiljøer om å få delta, blir det vanskelig å tenke seg en fortsatt frivillighet på alle plan. Det er gledelig å kunne konstatere at de gode resultatene har resultert i at kommunale bidrag nå utgjør et solid fundament i GsT-sammenheng.

Det arbeides nå for at 12 års frivillig og vellykket drift skal innebære at det i offentlige budsjetter settes av et stort nok beløp til å sikre den videre eksistensen av Golf som Terapi.

De som står bak GsT-prosjektet er psykiater Leif Roar Falkum, statsautorisert revisor Jacob Berger, tidligere rektor på Hvam videregående skole Iver Husum og siviløkonomene Kjell O. Kran (styreleder), Tor Aanestad og Olav Marcussen (daglig leder).

Alle er med på frivillig og ulønnet basis.



Foreningen «Golf som Terapi»



Rapport om erfaringer med "Golf som Terapi"-prosjektet

Illustrasjon av Enkeltforfatteren gjennom Kjetil for psykisk helse 2019



Da venner døde, fant Kjetil ut at det var på tide å kutte ut narkotika. Han begynte å spille golf. Nå utdanner Kjetil seg til golf trener, og livet har tatt en ny vending. Det lakoniske svaret på hvor han hadde vært hvis han ikke var blitt fanget opp av golfen er: hjemme alene, eller seks fot under. Dette er utdrag fra en to-siders artikkel i Aftenposten om prosjektet Golf som Terapi.



Faggruppe golfhistorie.

Underlag er hentet fra enkeltforfattere, NGFs arkiv, direkte fra klubbene og klubbenes websider.