

Golf kan være så mye mer enn en hobby. På Atlungstad GK får innsatte sjansen til å lære seg nye ferdigheter til jobblivet – og lære seg å spille golf.



En mulligan i livet

Når man skreller alt annet bort, handler golf om å rette opp i feilene sine. For de som har gjort litt mange av dem underveis i livet, kan golfen hjelpe dem tilbake.

TEKST: Nicolai Landmark // FOTO: Aleksander Mile Osen og Nicolai Landmark



Pass på at du ikke ruller golftrallen opp på green nå da, sier Rune Olsen. Han er fengselsbetjent ved Ilseng fengsel på Hamar. Men ikke en helt vanlig en. De siste årene har han hver uke tatt med seg en håndfull innsatte til Atlungstad Golfklubb for å jobbe som banemannskap og lære dem golf.

Da vi møter Olsen, en høstdag i september, har han med seg en innsatt. Det er andre gang han er på en golfbane. Første gang var dagen i forveien hvor han blant annet klipet ustelt rough på «back nine». Nå får han se fruktene av eget arbeid med egne øyne.

– Sikt litt til høyre for hullet, og rull ballen bort, instruerer fengselsbetjent Olsen når duoen har kommet seg opp på green.

Han har jobbet i kriminalomsorgen i nesten 20 år, og vært golfer siden 90-tallet.

De siste årene har golfen tatt større del av hverdagen. For hans del er å kombinere jobb og hobby selvfølgelig en bonus, men det er ikke det som driver ham.

– Siden jeg begynte i kriminalomsorgen er dette den jobben jeg føler er mest meningsfull. Her kan jeg utgjøre en forskjell, og hjelpe noen tilbake til samfunnet som «vanlige» borgere, forteller han.

For det er det som er formålet. Å bruke golf som redskap for å rehabilitere innsatte.

FAST JOBB SOM FRI MANN. I praksis er det en gruppe med innsatte som inkluderes i banemannskapet til Atlungstad fire dager i uken. Den femte dagen får de spille selv, om de ønsker.



Olsen mener det er fint å spille i arbeidstiden, men det er muligheten til å utgjøre en forskjell for de innsatte som er driveren hans i prosjektet.

Rune Olsen (til høyre) lærer en innsatt de uskrevne reglene i golf, som å ikke rulle trallen opp på tee og holde farten oppe. Dagen i forveien sto de begge og kantklippet roughen på dette hullet.

Hver morgen klokken 08.00 kjører minibusen den 15 minutter lange kjøreturen på tvers av byen for å komme til golfbanen. Antallet varierer, men fengselsbetjent Rune Olsen er alltid med. Han fungerer som bindeleddet mellom golfklubben og de innsatte.

– Selv om jeg er «på vakt» her ute, tar jeg alltid i et tak. Det er ikke som på film hvor jeg står ved siden av og ser gutta jobbe, forteller han.

Da prosjektet startet i 2023, så han for seg at noen få ville gripe muligheten til å komme seg ut av fengselsmurene og jobbe i frisk luft under soningen.

Nå, to år senere, har det gått over all forventning. Til sammen har rundt 20 innsatte benyttet seg av tilbudet og brettet opp ermene på Atlungstad.

– Dette er tungt arbeid, men det føles godt. Jeg er ute, får bevege meg, og lærer noe nytt hver dag. Det er mye bedre enn å sitte inne hele dagen og tenke på hva jeg kunne ha gjort annerledes, sier en av de innsatte som ønsker å være/forbli anonym.

Det er som regel de med mellomlange soninger på noen måneder, med ikke-voldelige dommer, som får muligheten til å delta.

Ifølge Olsen opplever de innsatte mestring i arbeidshverdagen og setter pris på muligheten til å gjøre noe fysisk. Og det gir resultater.

Flere deltakere har gått ut av fengselsportene som frie mennesker med greenkeeperjobb i andre enden.

– Det er vel tre tidligere innsatte som har fått seg jobber i golfklubber siden de

slapp ut, sier Olsen.

– Det så jeg overhodet ikke for meg.

VINN-VINN. En av initiativtakerne bak prosjektet er daglig leder hos Atlungstad, Pål-Jan Stokke. Han har vært innom noe makent tidligere, da han som leder i hockeyklubben Storhamar introduserte et lignende prosjekt.

Da han overtok roret på Atlungstad ønsket han å gjennomføre noe likt. Sammen med blant annet organisasjonen «Ett slag av gangen» har de fått det til.

– Det kommer fra et ønske om å gjøre en forskjell. Så er det en god bonus at det hjelper oss også, sier Stokke.

I sesong tilfører de fem innsatte i banemannskapet, som får hovedansvar for noen steder på banen. Oppgavene kan bestå av

I løpet av prosjektets korte levetid har over 20 innsatte jobbet på Atlungstad. Tre av dem har gått ut av fengselsportene med arbeidskontrakt hos en golfbane i hånden. Det var over all forventning.



resåing på utslagssteder og oppslått torv, vedlikehold av drivingrangen og kantklipping.

– De steller også rundt klubbhuset, slik at det ser fint ut.

Det frigir tid og kapasitet til resten av banemannskapet til å fokusere på spilleflatene som fairwayer og greener. Da blir disse løftet opp enda et hakk – til glede for medlemmer og greenfee-spillere.

– Som klubb tjener vi masse på det. Vi kan levere et godt tilbud utad, samtidig som at vi

bidrar med noe godt til noen som trenger en sjanse til.

– Det er en vinn-vinn-situasjon.

Samtidig anbefaler han andre golfklubber om å gjøre noe lignende.

– Om du ser på kartet rundt deg, er det aldri langt til nærmeste fengsel, hinter han.

MER ENN BARE SPORT. Den frivillige organisasjonen «Golf som Terapi» bruker også golfens ro, struktur og mestringsfølelse for å

hjelpe psykisk syke og rusavhengige tilbake på rett spor.

Golf som Terapi ble startet for 20 år siden og hjelper nå personer med psykiske lidelser og rusutfordringer tilbake til skolebenken eller tilbake til arbeidslivet.

– Vi innså at golf ikke bare er en sport, men en måte å gi folk en følelse av mestring, glede og sosial tilknytning, sier daglig leder Olav Marcussen.

Han forteller om hvordan prosjektet ble til.



«Det kommer fra et ønske om å gjøre en forskjell. Så er det en god bonus at det hjelper oss også.»

PÅL-JAN STOKKE, ATLUNGSTAD GOLFKLUBB

– En golfvenn av meg slet med tung depresjon etter at han hadde fått slag som gjorde ham lam i den ene siden. Etter en lang, uvirksom periode fikk vi ham i trening igjen og da var det som han våknet på nytt. Han klarte etter hvert å svinge kølla, og den videre utviklingen ble en stor inspirasjon for oss.

FIRE UKER PÅ NI HULL. Golf som terapi samarbeider nå med en rekke kommuner, behandlingsinstitusjoner og golfklubber. Gjennom prosjektet får rusavhengige og psykisk syke tilbud om å være med på golf-treninger og sosiale sammenkomster.

– Golf har en unik evne til å utfordre en persons mentale styrke. Man må lære seg å håndtere motgang, kontrollere følelsene sine og finne ro. Dette er viktige ferdigheter som våre pasienter også kan overføre til andre deler av livet.

Det sier Rune Hoff fra Tyrili-stiftelsen.

Tyrili driver langtidsdøgnbehandling for rusavhengighet og benytter seg av tilbudet

til Golf som Terapi.

Ifølge Hoff avslører golf mye om en persons sinn, konsentrasjon og tålmodighet.

– Det er som vi pleier å si – det vi ser i løpet av ni hull på en golfbane, tar det tre-fire uker å komme frem til bak lukkede dører på behandlingsrommet.

Han forteller at man lett kan se hvordan en person oppfører seg, hvordan man prater med folk, hvor man mestrer ting. Og ikke minst, hvordan man reagerer når man ikke får til ting.

– Da kan vi ta tak i det på terapirommet. «Hva skjedde på golfunden i dag? Jeg så du mista det helt?». Derfor ble golf raskt en verdifull del av behandlingen vår, utdyper han.

UVENTET VENNSKAP. I dag bruker Tyrili tilbudet på seks av sine behandlingssteder. Golf som Terapi har 18 grupper hos ti forskjellige golfklubber rundt i landet.

Gjennom hele reisen har deltakerne blitt møtt med åpne armer og respekt. Mange av dem blir overrasket.



På Losby GK får personer med rusutfordringer prøve seg på en annen type terapi. Behandlerne hos Tyrili-stiftelsen opplever at golf kan fremskynde prosessen med flere uker.



«Golf har en unik evne til å utfordre en persons mentale styrke. Man må lære seg å håndtere motgang, kontrollere følelsene sine og finne ro.»

RUNE HOFF, TYRILI-STIFTELSEN

– Flere av dem er ikke vant til det. Ofte går de med huet ned og bærer mye skam og dårlig samvittighet for at livet har blitt som det har blitt.

– I tillegg er det litt fordommer mot golf. De lurer på hvordan de skal passe inn med golferne. Når de da opplever vennlighet og inkludering. Ja, da blir de overrasket, forteller Rune Hoff.

Spesielt en gruppe i golfklubbene skal ha mye av æren for dette, og det er seniorgolferne. Som også har stått noen av de mest unike vennskapene.

– Seniorgolfere tar ofte imot gutta våre veldig fint. Går sammen med dem på banen for å hjelpe dem inn i klubbmiljøet og sånn.

I noen av klubbene er det seniorgruppene som gjennomfører treningene for rusmisbru-

kerne. Begge parter nyter godt av tilbudet.

– «Det spør om ikke dette er like god terapi for oss, som det er for brukerne», sa en av seniorene i Stavanger til oss for noen år siden, legger Marcussen.

Gjennom tilbudene har tusenvis av mennesker som har slitt med rusavhengighet og psykiske lidelser funnet en arena for mestring i golfen som de tidligere ikke hadde.

For på golfbanen, som i livet, handler det om å minimere feil. Et godt slag kan sette tonen for hele runden, men en feil kan like raskt dra deg ned.

Likevel finnes det alltid en ny sjanse. Et nytt slag, en nytt hull, en ny runde. Eller en ny mulligan

