

Det handlingsduelige menneske i den usædvanlige krop: En case med hjerneskadede kursister

Helle Ahrends & Kurt Curth

Specialundervisningscentret Egedammen, Hillerød

Publicerad på Internet,

www.idrottsforum.org/articles/ahrends_curth/ahrends_curth0700912.html

(ISSN 1652-7224), 2007-09-12

Copyright © Helle Ahrends & Kurt Curth 2007. All rights reserved. Except for the quotation of short passages for the purposes of criticism and review, no part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the author.

Den mänskliga kroppen är förvisso en märklig sak. I de flesta situationer är vi knappt medvetna om den – den bara hänger med, så att säga, på allt vi vill göra, utan att vi behöver kommendera enskilda kroppsdelar, eller helheten, att göra det ena eller det andra, att vrida sig hit eller dit, att lyfta en arm eller flytta ett ben. Kroppen lever sitt eget liv, agerar intuitivt, helt i samklang med våra intentioner och med den materiella omgivningen. Denna kroppens framträdelseform kan kallas den habituella kroppen. Men så kan något hända oss. Plötsligt blir kroppen en väldigt påtaglig del av vårt liv. Den blir nästan ett objekt för oss, ett hinder, när det inte längre vill agera oreflekterat och i organisk samklang med våra önskningar och avsikter. Kroppen står i vägen, den blir dysfunktionell. En sådan situation kan till exempel uppstå till följd av en hjärnskada, kanske på grund av en olycka.

Helle Ahrends och Kurt Curth är idrottslärare vid Egedammen, ett undervisningscenter för människor med speciella behov, i Hillerød i Danmark. På en värdegrund som sammanfattas med orden ”udvikling, respekt, engagement, humor, faglighed” erbjuder man särskild undervisning och rådgivning till unga och vuxna med fysiska och/eller psykiska handikapp. Ahrends och Curth arbetar med människor med förvärvad hjärnskada, och specifikt med idrottsrelaterad terapi och träning för sådana människor. Deras artikel på idrottsforum.org spårar de teoretiska grunderna för valet att sätta kroppen i centrum för terapeutisk behandling av personer med förvärvad hjärnskada; man har gått vidare från den syn på kroppen som objekt som kännetecknar traditionell naturvetenskaplig kroppssyn. Istället tas Maurice Merleau-Ponty och dennes koppling av människans existens till kroppen som utgångspunkt för verksamheten. Vi får i artikeln följa Lis, som ådrog sig en hjärnskada för fem år sedan. Berättelsen om hennes kamp för att åter kunna spela en aktiv roll i samhällslivet blir navet i författarnas försök att beskriva idrottens potential i just denna sortens läroprocesser.

Vaner i handling

Denne artikel handler om nødvendigheden af en personlig bevidsthed om kropslige handlinger og handlemønstre hos mennesker med en erhvervet hjerneskade. Om hvordan vanebaserede kropslige handlinger kan virke begrænsende for handledueligheden, men også kan være grundlag for forandring hos et menneske, hvor de kognitive forudsætninger er ændret på en måde, der gør, at hun ikke længere intuitivt kan handle i såvel kendte som ukendte eller ændrede situationer.

Den gennemgående person i denne artikel er Lis, en af kursisterne på et idrætskursus for personer med erhvervet hjerneskade på Specialundervisningscentret Egedammen 2005. Nogle af Lis' erfaringer fra dette kursus vil være omdrejningspunktet i vores forsøg på at beskrive idrættens muligheder i den læreproces, der har til formål at fremme kursisternes muligheder for aktiv deltagelse i samfundslivet.

Undervisningen kan, set ud fra et idrætsmæssigt syn forstås som en træning, der foregår i fællesskab med ligestillede. Træningen lægger op til kampen. Kampen foregår i dagligdagen og alene, i den nære omverden, i familien, blandt venner mm. Det er i kampen, det ses, om træningen er effektiv.

Lejrpladsen ligger for enden af søen. Det er første morgen på friluftsturen til Sverige, og alle har lige spist morgenmad på de flade klipper helt ned til vandet. Lis har gået rundt for sig selv på pladsen i et stykke tid. Pludselig vender hun sig resolut om og kommer hen til os. Hun siger stille: "Jeg vil egentlig så gerne vaske mig og børste tænder, men jeg ved ikke rigtig, hvordan jeg skal gøre det" (Sverige august 2005).

Det vil for langt de fleste mennesker forekomme som en meget lille opgave at handle i ovenstående situation. "Man skal jo bare...". Men for Lis er det ikke sådan. Hun har, siden hun pådrog sig en hjerneskade for fem år siden, ikke magtet at handle i uvante situationer eller bryde fastlagte handlemønstre.

At blive ramt af en hjerneskade har for langt de fleste mennesker nærmest uoverskuelige konsekvenser for såvel den ramte som dennes nærmeste omverden. Uoverskueligheden handler i første omgang om, hvad den hjerneskadede pludselig ikke længere kan af såvel praktiske som intellektuelle opgaver. Man kan måske ikke længere bestride det job, man har haft i mange år, og som har været en del af ens identitet. Man har svært ved at planlægge, svært ved at forstå, hvad det er, man ikke længere kan og sidst, men ikke mindst svært ved at acceptere disse forhold. Det kan være uoverskueligt at få hverdagen til at hænge sammen, uoverskueligt at forestille sig fremtiden, uoverskueligt at få venner og familie til at forstå, hvordan tingene nu hænger sammen – ja livet kan simpelthen være grundlæggende uoverskueligt. Vi vil i første omgang se på, hvordan man kan forklare problemerne, for dernæst at se på hvilke enestående potentiale idrætten har at tilbyde til opbygning af nye vaner.

At være handlingsduelig

Det, som Lis og mange i en tilsvarende situation ønsker, er at være, hvad Mogens Pahuus (1989 p.119) beskriver som *handlingsduelig*. Ofte giver personer med en erhvervet hjerne-skade udtryk for, at de føler, de ikke længere er i stand til at handle hensigtsmæssigt.

At kunne handle er vel i al sin enkelthed det, det drejer sig om – i forhold til en given situation og i forhold med mennesker. Men her hører det enkle så også op. Hvad er det, der gør, at vi kan handle? Hvad er det, der gør, at vi i situationer føler os handlingslammede.

Hvad skal der til for at kunne *handle*, at være handlings-*duelig*, at *føle* sig handlingsduelig og føle, at *omgivelserne* synes, at man er handlingsduelig?

Rytme i handlingen

De udfører dansetrinene stående overfor hinanden. Han har let ved at holde takten. Hendes ansigt viser glæde, hun kan holde samme takt. De begynder at arbejde med stavene. Hendes krop bliver anspændt. Hun koncentrerer sig om få staven frem på første takt. Hun holder staven op, så han kan slå takten på den. Det lykkes og igen viser hendes krop glæde og virker afspændt. Pludselig siger han: "Du bruger det forkerte ben". Hun stopper brat. Han forklarer, at hun skal have venstre ben fremme på første takt. De forsøger igen. Efter flere forsøg lykkes det at få det rigtige ben frem. De følger igen samme takt, men hendes bevægelser er blevet mekaniske og ansigtet lukket.
(Egedammen 2004)

Vi har i flere sammenhæng benyttet os af begrebet *rytme* til at forklare følgevirkningerne efter en hjerneskade: Han mangler rytme i gangen, hendes rytme er slået i stykker, hun bryder rytmen i samtalen.

Både i daglig tale og i mange pædagogiske og psykologiske teorier bliver rytmebegrebet brugt til at forklare ikke bare musikalske fænomener, men også alle mulige menneskelige handlinger, adfærd, følelsesmæssige reaktionsmønstre m.m. Det er rytmen (spænding/afspænding, betoning/ubetoning), der giver sammenhæng, skaber forening mellem adskilte dele.

Rytmen er ikke kun på det indre plan, men er også det, der forbinder det indre med omverden. Det er forudsætningen for livsudfoldelse og for dialogen med omverdenen, som Claus Bøje (2002) formulerer det.

Der er rytme i selve kommunikationen – skiftene samtaleparterne imellem – og i den hastighed, hvormed kommunikationen finder sted. Bliver de rytmiske normer ikke overholdt, har de sociale elementer meget ringe kår. Lis oplever ofte, at "det ikke bare fungerer". Hun misforstår andres hensigter, kommer for sent med sine indslag m.m. Når hun i den ovenstående sceniske beskrivelse bliver rettet, kommer irritationen ikke kun p.g.a. selve episoden, men også af hele tiden at opleve, at rytmen bliver brudt. Ofte sker disse brud p.g.a. små uoverensstemmelser. Hun oplever en følelse af ikke at handle som tænkt og stopper op. Pahuus (1989) har udtalt, at det grundlæggende ved at være menneske er at stå i en levende udveksling med andre, og at det kun kan lade sig gøre, hvis vi er selvforglemmende. Det

forudsætter, at man stoler på sin egen handlingsduelighed og derfor bare handler med hjælp fra det rytmiske i situationen og en krop, der udfører bevægelserne.

Kroppen i handlingen

Lis og de andre har, inden de starter på Idrætskurset været i gennem et langt behandlingsforløb. I det etablerede sundhedssystem bliver kroppen oftest betragtet ud fra et traditionelt naturvidenskabeligt syn – i en biologisk og fysiologisk forståelsesramme, hvor kroppen opfattes som en objektiv krop, der forsøges repareret i lighed med andre maskiner med det formål, at den skal blive som før. Så, når man taler om, at kroppen ikke fungerer efter en hjerneskade, tænker man ofte på fysiske dysfunktioner, så som lammelser i arme eller ben, men Lis' problemer med kroppen kan ikke ses eller beskrives alene ud fra en fysiologisk forståelsesramme.

Oprindelig er bevidstheden ikke ”jeg tænker at” men ”jeg kan”. (Merleau-Ponty, 1994, p. 91)

Maurice Merleau-Ponty knytter menneskets eksistens til kroppen. Han udtrykker, at man *er* sin krop, og at vi hverken kan opleve os selv eller verden uden kroppen og derved eksistere som handlende og reflekterende mennesker uden denne. Det er denne opfattelse af den fænomenale krop, der er vores udgangspunkt i undervisningen.

Der er ikke tale om, at kroppen viser sig på en og samme måde i enhver situation. Kroppen har mange *fremtrædelsesformer* (Hangaard Rasmussen, 1996) eller *kropsdimensioner* (Leder, 1990; Duesund, 2001).

Vi arbejder ud fra disse teorier med tre kropsfremtrædelser.

Den habituelle krop er kendetegnet ved, at den er borte fra bevidstheden ved almindelig handlen, og at den står i dialog med verden. Hvis man foretager en vant bevægelse, behøver man ikke at tænke over den, man gør det bare – kroppen hjælper os så at sige igennem hverdagen.

Merleau-Ponty viser en enhed mellem krop og bevidsthed, der er udtryk for en væren-i-verden, der går af sig selv, fordi vi indgår i et dagligt miljø, hvor vores liv er kendetegnet ved bestemte rytmer eller vaner (Thøgersen, 2004, p.108). Vanen udtrykker en viden, der ligger gemt i kroppen, som gør, at kroppen så at sige behersker situationen. Ifølge Merleau-Ponty har alle handlinger et aspekt af vaner.

De fleste af vores handlinger foregår altså prærefleksivt. Vi reagerer spontant og intuitivt. I de fleste situationer undrer vi os ikke over dette fænomen. Først i det øjeblik, hvor handlingen ikke bare fungerer, stopper vi op, reflekterer over situationen, og undrer os over, hvorfor det ikke bare lykkes. Det kan føre til, at man ikke tør handle af skræk for ikke at slå til. For Lis sker dette ofte, hvilket medfører, at hun oplever sin krop som dysfremtrædende.

Den dysfremtrædende krop er kendetegnet ved, at kroppen viser sig for os, fordi den er i vejen for vore handlinger og ønsker. Lis oplever ofte situationer, hvor kroppen ikke reagerer vanemæssigt i forholdet til verden, og at selv helt almindelige hverdagssituationer kræ-

ver refleksion. I beskrivelse af dansen oplever Lis sin krop som dysfremtrædende, og hun bliver derfor usikker på forholdet mellem krop og verden. Rytmen brydes. Merleau-Ponty udtrykker, at de kropslige aflejringer aldrig forsvinder. Kroppen har derfor mange handle-dispositioner aflejret fra tiden inden hjerneskaden, men skaden har medført, at mange af disse ikke fungerer i mødet med verden. Dialektikken mellem omverden og personen kan udtrykkes ved, at enhver forandring af kroppen fører til en forandring af vores oplevelse af verden. Duesund (2001, p. 57) skriver, at fra omverdenens opmærksomhed får den funkti-onshæmmede ikke fri. Lis giver udtryk for, at hun længe ikke har magtet at ekspressivt.

Den ekspressive krop er kendetegnet ved, at man er i stand til at variere sin handlemåde i forhold til tænkte situationer, at man har frihed til at overskride sig selv som fastlagt størrelse. Vores kursister giver udtryk for, at de har svært ved at forestille sig en tænkt situa-tion. De kan ikke forestille sig, hvorledes de kan nå frem til en virtuel forestilling og kan ikke handle på den. Hvis de kommer ud for noget uventet, har de svært ved at variere deres handling. Hjerneskaden har bevirket, at det kropslige forhold til verden er ændret.

Vaner og refleksion i handlingen

At være handlingsduelig forudsætter, at du kan fremtræde med den habituelle og ekspres-sive krop og undgå oplevelsen af at have en dysfremtrædende krop. Vi har derfor i un-dervisningen valgt at fokusere på at træne i og bevidstgøre om de muligheder, der ligger i samspillet mellem at handle vanemæssigt og handle ud fra refleksion.

Vi har i gennem mange år benyttet os af idræt som middel i læreprocessen. Læring er en aktiv proces. At handle i stedet for at blive behandlet, hvor den enkelte er aktivt handlende på såvel det bevidste som det ubevidste plan og fysisk såvel som kognitiv. Læring i denne sammenhæng er både at kalde tabte funktioner tilbage, at lære nye strategier og at turde kaste sig ind i et nyt og ukendt område.

På det idrætslige plan har Bøje beskrevet rytmen som den bærende dimension i udfol-delsen. Han beskriver fire kvaliteter i idrætten, der tilsammen bør være omdrejningspunkt for aktivitetens indhold og udformning: Rytmen refererer til processen i aktiviteten og er afgørende for at kampen, legen, dansen og fordybelsen kommer i spil. Det forudsætter, at processen prioriteres højere end resultatet. Vi har i undervisningen arbejdet en del med ryt-mebegrebet både rent fysisk og på et teoretisk plan. At opnå en forståelse for rytmen som et grundlæggende element i enhver livsudfoldelse kan være af stor betydning for den enkeltes mulighed for at forstå egen andel i såvel mellemmenneskelige relationer som egen mulig-hed for handlen.

Til det formål benytter vi os af teoretikerne Shaun Gallagher og Michel Polanyi, som begge har bidraget til en nuancering af, hvordan forholdet mellem vaner og refleksion udspiller sig. De anser begge kroppen som udgangspunkt for al handling og mener, at fær-digheder udføres med en større eller mindre indblanding fra bevidstheden. En handling, der foregår som en vane, sker ifølge Gallagher som en handling via kropsskemaet, mens Polanyi taler om tavs viden. Hvis handlingen foregår ved inddragelse af bevidstheden, taler Gallagher om handling via kropsbilledet, mens Polanyi beskriver, hvorledes refleksion kan forstærke enkeltdele. For begge er konklusionen, at de mindst ressourcekrævende hand-

linger er dem, der foregår uden bevidst refleksion på baggrund af vanen. Refleksionen kan bruges til at ændre en uhensigtsmæssig handling, hvad vi alle har brug for, men især den hjerneskadede, der oplever, at vanen så at sige ikke slår til. Hjerneskaden har, ifølge kursisternes egne udtalelser bevirket, at de daglige handlinger ikke fungerer som før. De oplever ofte situationer, hvor de ikke er i stand til at handle hensigtsmæssigt alene ud fra kropsskemaet eller den tavse viden. Dette er for os centralt, og vi mener, at refleksionen altid vil indtræde i større eller mindre grad, når der kommer noget i vejen. Det er derfor vigtigt, at vi bevidst arbejder pædagogisk med forholdet mellem vaner og refleksion for herved at kunne bruge refleksionen til at gøre handlingerne mere hensigtsmæssige.

Vi arbejder med, hvordan vi via oplevelser kan skabe bevidsthed om vores handlinger, og hvordan vi gennem refleksion over disse handlinger kan få strategier, der gør det muligt at blive handlingsduelig trods en usædvanlig krop. Som et teoretisk udgangspunkt har vi fundet Donald A. Schöns teori om den reflekterende praktiker anvendelig. Han beskæftiger sig netop med refleksionens rolle i handle- og læreprocessen.

Det, der gør Schön interessant for vores pædagogiske praksis, er hans beskrivelse af, hvorledes refleksion kan udføres *over* eller *i* handling, da det for kursisterne er interessant at vide, om deres viden-i-handling er ændret således, at det besværliggør deres refleksion. Dette betyder, at handlingerne, kursisterne udfører, kan være svære at sprogliggøre for dem selv. Her er Schöns begreb om praktikum vigtig. Praktikum indebærer baggrundslæring, der ofte finder sted uden bevidst opmærksomhed (Schön, 2000). Det at arbejde i et praktikum betyder, at vi selv kan skabe rammerne omkring træningen og derved få mulighed for at fokusere på refleksionen både som drivkraft og mål. Herved kan vi sammen lære at reflektere over handlingerne. I denne proces benytter vi os af coaching som metode. (Stelter 2002)

Lis har oplevet store orienteringsproblemer efter hjerneskaden. Dette har bevirket, at hun på mange måder har isoleret sig. Hun har fx ikke turdet tage alene ud at handle af skræk for at blive væk. Det har mindsket hendes handleduelighed, hvorfor hun har ønsket at træne denne funktion.

Jeg går meget op i, inden jeg går ind til en post, at finde ud af, hvor jeg er, så jeg kun går ind og tilbage igen, og så finder jeg ud af, hvad vej jeg skal. En strategi for at komme tilbage til udgangspunktet. Hvad vej kom jeg fra? Altså: ind, så rundt og så tilbage. (Coachingsamtale med Lis)

Gennem træning har Lis lært nogle strategier, som hun bruger i kampen. Hun fortæller, hvorledes hun bruger de lærte strategier til at klare orienteringsproblemer i hverdagen:

Jamen jeg går tilbage igen. Ligesom med mine sko jeg må tilbage dertil, hvor jeg har mistet dem. Det er sådan jeg har fundet ud af at komme videre – at gå tilbage til udgangspunktet. (Coachingsamtale med Lis)

Den usædvanlige krop som handlingsduelig

Vi sidder med en temmelig sikker formodning om, at Lis på baggrund af undervisningens form har ændret forholdet mellem eget kropsskema og kropsbillede og oplever, at hun nu kan handle konstruktivt via kropsskemaet. Hun oplever, hvordan hun nu selv magter at handle og løse et problem, hun ikke troede, hun kunne klare. Vel at mærke et problem, som hun samtidig ved, ikke ville have voldt det mindste besvær før hjerneskaden. Hun reflekterer over det, hun nu har inkorporeret i kropsskemaet, hvorved hendes kropsbillede ændres.

Hun stoler på sin habituelle krop og magter at handle virtuelt og bruge den ekspressive krop og kaster sig ud i en situation, der er atypisk for hendes dysfremtrædende krop. Hun oplever sig selv som handlingsduelig.

Jeg lærer nok bedst ved at være ude i de omgivelser, hvor det – hvor man så gør tingene. Jeg skal se det for mig, for at jeg ligesom kan få det ind.

Jeg skal ud og opleve tingene, og prøve det på mig egen krop før jeg kan vide om det, føle om det hjælper mig – fornemme det. Jeg ved ikke om det er det rigtige ord, men jeg bruger meget sådan ”fornemmer” på tingene, hvordan gør jeg det her? (Coachingsamtale med Lis)

At erfare og bruge fremgangsmåder, der virker problemløsende i hverdagen, er ikke noget, man kan få forklaret eller læse sig til. Det er en kombination af refleksion og praktiske oplevelser i forskellige situationer. Vi mener, at kursustilbudet med udgangspunkt i idræt har givet nogle muligheder for at skabe rammer, hvor vi gennem coaching har kunnet bevidstgøre kursisterne om forholdet mellem vaner og refleksion og give den enkelte mulighed for at arbejde med viden-i-handling, refleksion-i-handling og refleksion-over-handling (Schön, 2000). For at denne bevidstgørelse kan bruges i hverdagen skal disse oplevelser kropsliggøres. En proces der kræver, at den enkelte er i stand til at fortsætte arbejdet udenfor Idrætskursets rammer, hvilket kan være den største kamp.

Gennem idrætten har vi arbejdet med oplevelse og handling. Vores handlinger tager altid udgangspunkt i vores vaner. Ved bevidst at reflektere over handlingerne har vi skabt grundlaget for, at den enkelte kan få til vane at reflektere og dermed få en reflekterende krop, der er grundlaget for at blive et handlingsdueligt menneske. Det giver Lis strategier, der sætter hende i stand til at være handlingsduelig i livets kamp.

Litteratur

Ahrendts H. & Curth K. (2006). Idræt som middel i læreprocesser in Kissow, A-M. & Therkildsen B.

(Eds) *Kroppen som deltager – idræt og bevægelse i rehabiliteringen*. Roskilde: Handicapidrættens Videnscenter. 92-107

Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A Social Critique of the judgment of Taste*. Cambridge: Harvard University Press

Bøje, C. (2002). Idrættens kvaliteter p. 7-15 in *KVAN*

Duesund, L. (2001). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag

Gallagher, S. (2002). Født med en krop in Roessler, K. K. m.fl. (Eds.) *Krop og læring*. Århus: Klim. 11-53

Leder, D. (1990). *The Absent Body*. Chicago: The University of Chicago Press

Merleau-Ponty, M. (1994) (3. oplag 2000). *Kroppens fænomenologi*. Frederiksberg: Det lille forlag.

- Pahuus, M. (1989). *Philosophia, Mennesket og dets udtryksformer*. Universitetet i Århus: Institut for filosofi.
- Polanyi, M. (2000). *Den tause dimensjonen*. Oslo: Spartacus forlag.
- Rasmussen, T. H. (1996). *Kroppens filosof*, København: Semi-forlaget.
- Stelter, R. (2002). *Coaching, læring og udvikling*. København: Psykologisk forlag
- Schön, D. A. (2000). Udvikling af ekspertise gennem refleksion-i-handling in Illeris, K. (Eds) *Tekster om læring*. Roskilde: Roskilde Universitetsforlag
- Thøgersen, U. (2004). *Krop og fænomenologi*. Århus: Systeme Academic.