



LARS LEGEMESTER & HANDILEG

Maja Ahler

2013:12

MOVEMENTS



Lars Legemester & HandiLeg

Maja Ahler

Lars Legemester & HandiLeg

Maja Ahler

Center for Handicap og Bevægelsesfremme,
Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Udgivet 2013

ISBN 978-87-92646-92-7

Serie: Movements, 2013:12

Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Colourbox

Forsidelayout: UniSats

Opsætning: Lone Bolwig

Tryk: Print & Sign, Odense

Indhold

Indledning	5
Fremgangsmåde	6
Hvordan legen bevægede sig fra Gerlev til Filadelfia	8
Fra legeparkens natur	8
... til institutionens hverdag	10
Hvordan legen bevægede sig fra idé til krop og kultur	12
Fra Lars Legemester	12
... til Stifinderne	14
Og Stjernen	17
Og ind i bevægelseskulturerne	20
Afslutning	23
Referencer	24
Bilag	25
Bilag 1: Gerlev Legepark.....	25
Bilag 2: Interviewvejledning	29
Bilag 3: Interviewguide	31
Bilag 4: Uddrag fra ansøgning til TrygFonden	32
Bilag 5: Uddrag fra evalueringsrapport til TrygFonden.....	37

Indledning

Ifølge Lars Hazelton fra Gerlev Legepark er der ikke grund til at stille spørgsmål ved et projekt som HandiLeg. Han oplever, at mennesker, der af forskellige grunde har varig nedsat fysisk og psykisk funktionsevne, ofte overses, når det gælder sundhedsfremmende initiativer. Det hænger sammen med, at det er en udpræget holdning i samfundet, at sundhed er den enkeltes ansvar, næsten uanset de individuelle forudsætninger og evner.

Der kan dog være forskellige årsager til, at mennesker har brug for støtte til at træffe de valg, der gavner sundheden og øger livsglæden. Forskellige former for handicap, autisme, hjerneskade, epilepsi eller psykiatriske problemstillinger kan forhindre mennesker i at træffe valg ud fra de samme vilkår som den resterende befolkningsgruppe. At tage ansvar for eget liv og at vælge "det sunde liv" kan derfor være vanskeligt.

Voksne med nedsat funktionsevne og særligt den ældre del af gruppen har ofte ikke mulighed for at få hjælp og vejledning fra forældre eller andre pårørende. De er derfor ofte meget afhængige af, hvordan det professionelle netværk omkring dem støtter dem i at træffe valg, der gavner deres sundhed og øger livsglæden.

Projektet HandiLeg rettede sig både mod de funktionsbegrænsede brugere og personalet, som dagligt havde kontakt med brugergruppen. Intentionen var at arbejde med institutionens bevægelseskultur i forhold til at udvikle og videreudvikle bevægelsesformerne. Ved at kombinere leg og bevægelse var sigtet at opnå en anerkendende og inkluderende kultur for bevægelse, som brugerne, med støtte fra personalet, kunne opretholde og videreudvikle. Derfor var tanken også at personalet skulle deltage i aktiviteterne, sammen med brugerne, for derigennem at få fælles oplevelser af, hvordan legen gav nye muligheder for samvær, bevægelse og livsglæde.

Lars har ikke kun et varmt hjerte for de udsatte og andre glemte grupper. Han er også det der nok bedst kan kaldes en ægte legemester. Han er mester og specialist i at lege, han mestrer legens mange forskellige former og nuanceringer, han tager initiativ til og sætter rammerne for leg i kontekster, hvor den næsten er forsvundet. Når Lars Legemester leger med, er han en inspirerende læremester, der giver mulighed for, at legen opstår eller genopstår med sin glæde og livslyst.

Ideen om hvordan leg kunne tilføre mening til fysisk aktivitet og bevægelse for brugerne af Aktivitets- og Værkstedscenteret ved Den selvejende institution Filadelfia i Dianalund opstod næsten ved et tilfælde, men Legemester Lars medvirkede i høj grad til, at ideerne kunne realiseres til praksis. Der var mange praktiske og formelle forberedelser, før HandiLeg blev til virkelighed. Undervejs opstod der forhindringer, som krævede handlekraft og vedholdenhed. Ved fælles hjælp blev udfordringerne overvundet, og HandiLeg udviklede sig fra blot at være et projektorienteret koncept til at være en permanent del af kulturen.

Begge brugergrupper fra Filadelfia, som deltog i Projekt HandiLeg, hører strukturelt set under Værkstedscenteret og er § 104 Aktivitets- og samværstilbud.

Fremgangsmåde

Der er flere interessante tilgangsvinkler til HandiLeg, både i forhold til projektets proces, implementering af konceptet og den efterfølgende fastholdelse. Den økonomiske bevhæng kunne dreje sig om at finde besparelsesmuligheder ved fx at undersøge, i hvor høj grad HandiLeg gjorde brugerne af Filadelfias Aktivitets- og Værkstedscener mere selvhjulpne. På et ledelsesmæssigt eller organisatorisk plan kunne incitamentet være at belyse de faglige eller personalemæssige udfordringer, der havde forbindelse til projektet. Det kunne være en socialpædagogisk interesse i de gjorte erfaringer med inklusion af brugere i forhold til deltagelsen i projektet. Eller det kunne være en anledning til at undersøge forskellige sundhedsmæssige gevinster blandt brugerne og personalet før, under og efter projektets afvikling.

De ovenstående eksempler på hvilke motiver, der kan ligge bag en interesse for et projekt som HandiLeg, er alle relevante, men i denne sammenhæng tillægges de ingen særlig betydning. Havde undersøgelsen haft en økonomisk interesse, var der risiko for at personalet ville føle, de skulle være påpasselige med hvad og hvordan de formulerede sig. De samme restriktioner ville have gjort sig gældende, hvis perspektivet havde været ledelsesmæssigt. En pædagogisk vinkel havde krævet deltagelse i selve projektførelsen, viden om hverdag, faglig kyndighed og forståelse for de enkelte brugeres evner og muligheder for at ytre sig og give udtryk for ønsker, behov og forestillinger. Den sundhedsmæssige interesse kunne have været udgangspunktet, eftersom det indgik som en del af argumentationen i ansøgningen om fondsmidler. En undersøgelse af de gængse sundhedsparametre ville imidlertid forde kendskab til status før, under og efter projektet. Samtidig ville det også kræve en større redegørelse for, hvordan sundhedsopfattelsen var blandt brugerne.

Den væsentligste årsag til, at ingen af de nævnte indfaldsvinkler i særlig grad inddrages i undersøgelsen, er den mere eller mindre objektiverende tilgang til de væsentligste forhold i projektet: Brugere, Lars Legemester og legen. Det væsentlige i denne sammenhæng er at få indsigt i, hvordan Lars opfatter leg, ud fra den betragtning at det havde betydning for den medindflydelse, han havde på HandiLeg, samt for hvordan han dermed bidrog til, at projektet blev meningsfuldt for både brugerne og personalet.

Rapportens indsigter bygger på fortællinger fra Lars, personalet og brugerne om, hvordan HandiLeg begyndte, hvordan det forløb og hvordan det fungerer nu. Indholdet suppleres af fondsansøgning og evalueringsrapporten til TrygFonden i bilag. Langt størstedelen af de praktiske informationer var tilgængelige via internettet og fra diverse projektbeskrivelser og evalueringsrapporter. De mange fortællinger fra Lars, brugerne og personalet skulle derimod sammenstykes for første gang. Geografien, logistikken, hverdagen og forskellige eller begrænsede forudsætninger for at deltage i kvalitative undersøgelser krævede nye ideer til empirisk indsamling. Løsning blev alternative interviewformer, som var tilpasset de forskellige kontekster og således, at de gennemførte "interviews" blev meningsfulde for alle parter.

Fortællingerne fra Lars om, hvordan han havde oplevet HandiLeg, kom i flere forskellige versioner. Store dele af projektbeskrivelsen og de efterfølgende afrapporteringer var formuleret af Lars, og dermed var de, udover den officielle og formelle tilgang, også præget af hans egne idéer og personlige overbevisninger.

De forestillinger, Lars havde gjort sig om projektet inden dets opstart, og de refleksioner, han havde gjort undervejs og efterfølgende, kom løbende til udtryk i researchforløbet.

Størstedelen af indsigten i, hvordan Lars forholdte sig til HandiLeg, kom gennem interview-lignende dialoger. Nogle var telefoniske, fordi afstanden var stor og tiden knap, andre var mailkorrespondancer, der tillod tid og refleksion til besvarelse. Få gange var der reelle møder med det formål at koordinere researchforløbet eller diskutere og filosofere over ideen bag det og bag HandiLeg.

Personalets rolle i projektet var på en måde dobbelt. De havde hjælpende funktioner for brugerne, både i forhold til at vejlede og guide dem, men også helt praktisk kunne det handle om at skubbe en kørestol. Samtidig var det også en del af projektets intention at udvikle legen som et pædagogisk redskab, som personalet kunne bruge i hverdagen. Derfor var det også vigtigt, at personalets historier blev en del af fortællingen om HandiLeg.

Hverdagen var ofte fyldt med opgaver og aktiviteter, og ved at interviewe personalet gennem mails blev de mindst muligt bebyrdet, idet de kunne besvare spørgsmålene, når de havde tid til det. De der kunne svare gjorde det, og når det ikke var muligt, blev interviewene i stedet gennemført i en mere samtalepræget form ud fra de i forvejen stillede spørgsmål, men nu hen over kaffe og madpakker i personalets pauser. Muligheden for at differentiere og modificere gjorde det muligt for personalet at fortælle om forløbet og deres oplevelser af det.

Der var store individuelle forskelle på, hvordan brugernes psykiske handicap eller udviklingshæmning påvirkede dem og kom til udtryk. Derfor var det vigtigt, at interviewformen gav plads til individuelle hensyn. Samtidigt var det nødvendigt med en vis generalisering for at få struktur på interviewsituationen. Brugernes diagnoser var ikke afgørende, selv om deres mentale og psykiske situation havde stor betydning for selve gennemførelsen af interviewene.

I samarbejde med Lars blev vurderingen, at det ville være umuligt og meningsløst for brugerne, hvis interviewene blev gennemført i en semistruktureret form. Gruppeinterviews var en fordel i denne sammenhæng, fordi de interviewede kunne have fordel af at høre og blive inspirerede af hinandens fortællinger. Med en relativt stram skabelon for interviewet fungerede Lars og det medvirkende personale som "oversættere" for brugerne. Var spørgsmålene for abstrakte, eller hvis de havde svært ved at finde ordene, var det muligt for Lars og personalet, fordi de havde været med til HandiLeg sammen med brugerne, at komme med konkrete eksempler og vise billeder der vækkede minder om oplevelserne. For at verificere oplevelserne og brugernes udtalelser gennemgik Lars beskrivelserne efterfølgende og supplerede, i det omfang det gav mening, med hans oplevelse af situationerne.

Der var i første omgang ikke planlagt observation af eller deltagelse i HandiLeg som en del af researchen, men det var en væsentlig dimension ved hele projektet. Derfor var det meget godt, at situationen udviklede sig sådan, at det blev muligt at få den subjektive oplevelse med. Det første gruppeinterview foregik hos Stifinder-gruppen, og det var dér, situationen i første gang udviklede sig til også at inkludere lidt leg. På egen krop oplevede og erfarede jeg, hvordan HandiLeg bevægede mig og brugerne, hvordan det var en kombination af fysisk aktive kroppe og emotioner, der smeltede sammen i et fællesskab mellem mennesker. Opmuntret af legeoplevelsen fra Stifinderne blev det aftalt, at både Lars og jeg skulle deltage i fredagens HandiLeg på Stjernen inden gruppeinterviewet. For Lars var det, ligesom hos Stifinderne, en genoplevelse af HandiLeg, mens det for mig var en subjektiv oplevelse af brugerne, personalet og Lars i en fælles leg.

Hvordan legen bevægede sig fra Gerlev til Filadelfia

Det var flere måneder siden Lars Legemester fra Gerlev Legepark havde været på besøg hos Stifinderne på Filadelfias Aktivitets- og Værkstedcenter. Alligevel blev Jane ved med at fortælle om legen ”Bjergtroldens Ærter”. Personalet havde aldrig før oplevet, at hun kunne være optaget af noget så længe, eller at hun på den måde fortalte om sine oplevelser. Det var kendetegnende for Janes adfærd, at hun havde en forsigtig tilgang til verden, hvor både krop- og talesproget indikerede en vekslen mellem at være genert og nervøs. I nogen grad mindede hun om en sommerfugl med dens flygtige og sky natur.

Personalet oplevede, at brugerne reagerede på de relationer der opstod mellem dem selv og legen, mellem dem og Lars og internt i gruppen. Der skete noget særegent med Jane, men også mange af de andre brugere forandrede sig, og det føltes, som om legen bredte sig ud fra den konkrete legesituation til hverdagen. Hvordan brugerne udviklede sig individuelt og som gruppe var uventet og i høj grad positivt, og det gjorde stort indtryk på personalet.

I personalegruppen hos Stifinderne var det ikke nyt at leg indgik i hverdagens pædagogiske og strukturerede aktiviteter. I praksis var legen en form for værktøj, og personalet valgte bestemte lege, som var hensigtsmæssige i forhold til fx at udvikle og fremme brugernes sproglige, kropslige og sociale kompetencer.

Det der var nyt og anderledes for brugerne i Stifindergruppen var derimod den måde, hvorpå de havde leget sammen med Lars. Den ene legedag havde på flere måder været mere givende end forudset, og de positive effekter sås ikke kun i relation til selve legen. Det havde været en inspirerende og motiverende oplevelse at lege, syntes en del af personalet, og de ønskede at successen blev gentaget. Yderligere fik de den idé, at andre bruger- og personalegrupper fra Aktivitets- og Værkstedcenteret også skulle have mulighed for at møde og lege med Lars Legemester.

Beretningen om, hvordan legen havde haft mærkbar indflydelse på Jane, var for Lars en ny indsigt i den meningsfuldhed, han igennem mange år havde forbundet med både den professionelle og sin egen personlige interesse for legen og legens deltagere. Så da Filadelfia inviterede ham til igen at lege med brugerne og personalet, var han oprigtigt motiveret og glad.

Fra legeparkens natur

Lars ville gerne være med til at bringe mere leg ind i de fysisk og psykisk handicappedes hverdag, og sådan startede et samarbejdsforløb mellem Gerlev Legepark og Filadelfia. Projektet kaldte de HandiLeg. På flere måder kunne selve projektet og forløbet omkring det betragtes som originalt. Tanken var, at det konkrete projekt blot skulle være en begyndelse. Efter projektforløbet var ønsket, at HandiLeg skulle fortsætte som en aktivitet, der hele tiden kunne videreudvikles af brugerne og personalet, så det passede til dem og den praktiske hverdag på Filadelfia. Fra tidligere havde Lars oplevet, hvor vigtigt det kunne være for projekter at have ”lygtemænd- og qvinder”¹, men han vidste også, at ideer ikke blev til praksis alene på grund af de gode intentioner og fortællinger om leg. Ved at engagere netop Lars i projektet var der mulighed for assistance fra mere end blot Legemesteren med ekspertise og erfaring.

Forbindelsen mellem Lars Legemester og Gerlev Legepark mindede om relationen mellem løven og junglen. Det var nok muligt at flytte Lars ud af Legeparken, men det var umuligt

1 Lars egen betegnelse for ildsjælene der var med til at fastholde drømmen.

at tage Legeparken ud af Legemesterens verden. Samtidig med at Lars gik ind i projektet, var der også opbakning og støtte fra Gerlev Legepark, og i kraft af Legeparken bidrog også Gerlev Idrætshøjskole og Center for Idræt, Sundhed og Civilsamfund (CISC) fra Syddansk Universitet. De mange års ansættelse i Legeparken havde haft stor indflydelse på Lars og hans opfattelser af leg, ligesom han også havde haft stor medindflydelse på Legeparkens legeskultur og værdisætning.

Legeparkens engagement i forskellige projekter var ikke nødvendigvis ensbetydende med en klarlagt bagvedliggende strategi, men deltagelsen var altid afstemt i forhold til fællesværdierne og det meningsgrundlag, som også Lars delte.

”De gamle lege udgør (...) et skatkammer, for fysisk bevægelse. Som tema i idrætspædagogikken findes der næppe et mere alsidigt materiale. Uanset alder, fysiske forudsætninger, køn og færdigheder i en gruppe, vil man kunne sammensætte et engagerende program med passende udfordringer. Der er derfor ikke blot kulturhistoriske, men bestemt også idrætspædagogiske grunde til at arbejde med de gamle lege (...).”²

For Lars handlede det at være Legemester i høj grad om at vække lysten til leg og bevægelse, og det var derfor afgørende for ham, at der blev skelnet mellem hvorvidt der foregik undervisning eller instruktion. Han anså det for en misforståelse, når planlægning af legearrangementer tog udgangspunkt i undervisning i leg, fordi legen i hans optik ikke kun skete gennem samtale og verbaliseringer. Legen var begejstring og kropslighed og lysten til leg blev vækket gennem instruktion og inspiration, fordi helheden i leg ikke kan forklares med ord, men kræver erfaringer.

”Det ledende princip i formidlingen er aktivering [...] ud fra den teori, at indlæring og bevægelse er uadskillelige. Man lærer med kroppen, og for at forstå en leg er det nødvendigt at lege den.”³

Gerlevs legeværdier tilsluttede Lars sig, når han som Legemester førte an i legene og dermed støttede og motiverede de legende. Han oplevede, hvordan legen påvirkede deltagerne, så de turde sætte sig selv på spil og overskride egne grænser. Det var vigtigt for Legemesteren at det i legene ikke handlede om at vinde for vindingens skyld, men at sejren var en del af legeprocessen. Der var intet krav til de legende om at skulle præstere eller producere, og reglerne for deltagelse var aldrig mere faste, end at de kunne tilpasses den givne legesituation eller deltagergruppen.

Sammenhængen mellem de emotionelle og fysiske bevægelser i leg viste sig ofte at have betydning for den meningsfuldhed, deltagerne oplevede i leg. Netop følelsen af, at legen havde mening, var afgørende for, om legen blev betragtet som en planlagt begivenhed, eller om den blev en del af deltagerens eksisterende kultur.

2 Bilag 1

3 Bilag 1

... til institutionens hverdag

De pædagoger fra Stifinder-gruppen, der havde fået ideen om et legeprojekt efter at have deltaget i den første legedag med Lars Legemester, vidste, hvor afgørende det var for den videre proces, at der var opbakning fra ledelsen og kollegaerne. Ellers ville det aldrig kunne lade sig gøre, at HandiLeg blev en del af hverdagen. Det var derfor særligt væsentligt med beslutningen om, at HandiLeg skulle være

*”et ligeværdigt partnerskab mellem Institutionen Filadelfia, Værksted- og aktivitetscenteret, og Gerlev Idrætshøjskole / Center for Leg og Bevægelseskultur”*⁴.

Projektfællesskabet mellem de to institutioner var bestyrkende i forhold til at fastslå overfor kollegaerne, hvordan projektet kunne få indflydelse og betydning for andre. Gerlev Legepark og Lars Legemester havde stor erfaring med, hvordan legeprojekter kunne iværksættes og struktureres, og i tæt samarbejde med ledelsen på Filadelfia fik han ansvaret for at styre projektet.

Det var også vigtigt, at det pædagogisk-didaktiske forløb var et samarbejde, og institutionerne vedtog derfor et fælles grundlag for udviklingsprocessen. Underviserne fra Legeparken kom med mere konkrete udspil til selve forløbet. Der var gode intentioner, og idéerne begyndte at tage form, så det blev tid til at realisere dem. En ansøgning om økonomisk støtte blev sendt til TrygFonden ud fra intentionen om at gennemføre projektet på 1 ½ år, således at HandiLeg kunne forandres fra at være en god idé til at blive en realitet.

Mens TrygFonden vurderede ansøgningen, blev der arbejdet ihærdigt på at få den anden del af finansieringen igennem, idet Filadelfia også selv skulle sætte HandiLeg på dagsordenen og prioritere sin egen strukturelle og økonomiske budgettering. Afgørelsen på ansøgningen om fondsmidler var desværre et afslag, men det betød ikke, at personalet eller Lars bare uden videre opgav projektet. Med et halvt års forsinkelse, dukkede der pludseligt en ny afgørelse op fra TrygFonden. Pengene var bevilliget til HandiLeg, og dermed var det tid til at igangsætte den mere konkrete og praktiske del af planlægningen.

Ledelsen på Filadelfia gav hurtigt grønt lys til at projektet skulle igangsættes. Men det var samtidig nødvendigt at beslutningen også blev godkendt af MED-udvalget⁵ på Filadelfia, fordi en stor del af egenfinansieringen skulle findes ved, at der blev foretaget økonomiske ændringer i forhold til personalets kursusbudget, afspadseringer og nogle generelle ressourceomlægninger. Godt hjulpet af en flot projektpræsentation fra Gerlev blev der vakt stor begejstring for HandiLeg. Forhåbningen var, at projektet ikke kun ville gavne brugerne, men at det også kunne være godt for arbejdskulturen med øget arbejdsglæde og styrket fællesskab.

Opstarten på HandiLeg karambolerede uheldigvis med omfattende nedskæringer og fyringer på Filadelfia, og det blev en udfordring at vække kollegaernes begejstring for projektet. Personalet oplevede at Lars Legemester i begyndelsen ydede en særlig indsats. Han udviste stor forståelse for hele personalegruppens situation, og samtidig gjorde han sig store bestræbelser for at projektet ikke skulle forsvinde midt i krisen.

Ifølge Lars handlede det om at give personalet den opfattelse, at HandiLeg var et fælles projekt, som ikke medførte en ekstra arbejdsbelastning, men en aktivitet der var til gavn for alle involverede parter. Derfor blev det gjort meget tydeligt, at ledelsen så vel som TrygFon-

4 Bilag 4

5 MED står for medindflydelse, medbestemmelse og medansvar

den troede på de gode intentionerne bag HandiLeg. Samtidig var det opfattelsen, at projektet også havde specialpædagogisk relevans.

Kombinationen af viden om en ekstern interesse for projektet og Lars' evne til at tilpasse strukturen til den nye situation fik indflydelse på personalets attitude. Den skepsis og modstand, som personalet havde med oplevelsen af ikke at kunne se det meningsfulde ved HandiLeg, forsvandt. I stedet blev det den positive indstilling og vilje til at gennemføre projektet der dominerede i personalegruppen.

Det var heller ikke uden forbehold, at HandiLeg blev introduceret for brugerne. Den skepsis, der havde været blandt personalet over at skulle deltage i et projekt med leg, gav flere af brugerne også udtryk for. Men der var forskel på grupperne. Det var i højere grad holdningen blandt Stjernens brugere, der var de ældste af de to grupper⁶, at det var underligt og en smule upassende for voksne at skulle lege. Efter deres opfattelse var det at lege kun noget børn gjorde.

"Leg" var ikke noget vi gjorde, fordi begrebet leg er svært at bruge overfor gruppen. De forbinder det med noget barnligt, som de ikke ønsker at deltage i."

Stjernens personale måtte derfor i første omgang gøre det klart, at de bagvedliggende overvejelser for tilrettelæggelsen af HandiLeg var bestræbelser for at tilpasse legene, så de passede til de forskellige grupper. I forhold til brugerne fra Stifinderne var der ikke det samme behov for at motivere til leg, da forskellige lege allerede var en del af hverdagens aktiviteter. Det udfordrende ved HandiLeg handlede i Stifindergruppen i højere grad om, at konteksten og legene var nye og ukendte.

"Hos os i Stifinderne er hverdagen meget struktureret, men i de rammer der bliver sat er der rig mulighed for at have medindflydelse på indholdet og føle ejerskab af sit arbejde."

Som en del af forarbejdet havde det altså været nødvendigt at tage højde for, at der var forskel på brugergruppernes alder, idet den ene gruppe allerede havde en form for legekultur, mens den anden gruppe havde svært ved at identificere sig med legen. Yderligere var det vigtigt, at projektet blev planlagt på en måde, så det var muligt at tage specielle hensyn i forhold til brugernes individuelle kompetencer og evner, samtidigt med der var en fælles pædagogisk holdning til, at brugernes diagnoser ikke skulle være med til at definere dem eller begrænse dem. Men for at mange af brugerne kunne deltage og føle sig inkluderet og involveret, var det altså vigtigt, der blev taget højde for, hvordan deres fysiske og psykiske handicap påvirkede dem.

Brugerne på Filadelfia er meget forskellige, og der var stor variation i forhold til deres kognitive og fysiske funktionsniveau. Det overordnede fællestræk ved brugerne fra Stifinderne og Stjernen var, at deres primære handicap var relateret til hjernens funktion. Diagnoserne strakte sig fra udviklingshæmning, herunder Downs syndrom, over autisme og hjerneskerader til fysiske handicap. Men der var også brugere, der ikke havde en konkret diagnose.

Relativt mange af Stjernens brugere var fysisk handicappede og for nogle af dem i en sådan grad, at det at tage på tur var noget kompliceret. Beslutningen om at afholde HandiLeg

6 Brugerne fra Stjernen er mellem 40- 85 år og i Stifindergruppen er brugerne mellem 20-45 år

i hallen på Filadelfia betød derfor, at det var nødvendigt at arrangere særlig transport til de brugere, fordi de ellers ikke havde mulighed for at deltage.

Udfordringerne ved de fysiske handicap kom også til at have betydning for valget af lege, ligesom forestillingen om, hvordan HandiLeg kunne foregå udenfor i sommerperioden, krævede, at der blev tænkt i alternative løsninger. I denne sammenhæng satte personalet deres lid til Legemesterens evne til at skabe kontinuitet i legene og sammenhold i projektet. Der var også en del af brugerne, som havde svært ved at være i tæt kontakt med andre mennesker, og for dem krævede det en ekstra indsats at skulle deltage i fælles aktiviteter. For en stor del af de psykisk handicappede var det særligt vigtigt med personalets støtte og opbakning, og en god personalenormering var afgørende for, hvilke oplevelser brugerne havde med HandiLeg. De tre besparelsesrunder, der var under projektførelsen, kom både til at handle om personalets frygt for at miste job og kollegaer, og den utryghed det kunne være for brugerne at miste opbakning.

Hvordan legen bevægede sig fra idé til krop og kultur

De formelle og officielle bagtanker med HandiLeg var at styrke sundheden, kompetencerne og livsglæden hos de fysisk og psykisk handicappede på Filadelfia. Personalet delte intentionerne om at øge livskvaliteten for brugerne, og derfor ønskede de at integrere HandiLeg i brugernes og deres egen bevægelseskultur. Lars var enig i, at sundhedseffekterne også var en vigtig del af projektets formål, men for ham var projektet meget mere end det fysiologisk målbare.

Fra Lars Legemester

Flere af de forhold, der dannede værdigrundlag for Gerlev Legepark, var for Lars også medvirkende til, at han betragtede HandiLeg som meningsfuldt. Opfattelsen af legen som et skatkammer var ideen om, hvordan brugerne og personalet skulle lege blot for legens skyld. Det var tanken om, hvordan de i legen kunne løsrive sig fra hverdagens faste strukturer og få oplevelsen af et positivt fællesskab. Forhåbningen var, at mere leg kunne styrke sundheden og øge velværet, fordi legens bevægelser kunne være en meningsfuld indgang til mere fysisk aktivitet primært for brugerne og sekundært blandt personalet.

Leg var det bærende i projektet, og legemesterens holdning var, at det havde væsentlig betydning for projektet, at der var en anerkendelse af, hvordan leg var meningsfuld og havde værdi i sig selv. Det handlede om at sætte sig ind i og respektere, hvad der gav mening for de legende, ligesom det samtidig var vigtigt for Lars, at legens deltagere blev individuelt anerkendt. Det var uden betydning, hvor de kom fra, hvor gamle de var, eller hvilke fysiske og psykiske forudsætninger de havde for at deltage i legen, for Legemesteren inviterede alle med i legen.

Især de fysisk og psykisk handicappede havde en særlig plads i hjertet på Lars, og hans oprigtige og varme interesse fik utvivlsomt stor betydning for det professionelle og personlige engagement, han lagde i projektet. Lars kendte til arbejdet med handicappede, og allerede før han blev legemester, havde han i forskellige sammenhænge beskæftiget sig med denne gruppe.

Således havde han gjort sig flere erfaringer gennem sit mangeårige arbejde i Legeparken, hvor han ofte havde været legemester for besøgende med forskellige former for handicap, eller han havde været den ansvarlige for at bringe legen ud til dem. Dermed vidste, han hvilke problemstillinger der var forbundet med at planlægge og gennemføre projekter for denne målgruppe, og han havde på mange måder oplevet, hvordan det kunne være vanskeligt for brugerne at deltage i aktiviteterne.

HandiLeg var også tænkt som et pædagogisk redskab, der kunne medvirke til at udvikle og styrke brugernes individuelle kompetencer og fællesskabet mellem dem.

Desværre bemærkede Lars også, at det ikke altid kun var brugernes handicap, der var en forhindring for dem, og han erfarede i særlig grad, hvordan især den ældre generation af de handicappede blev begrænset af de givne omstændigheder. Der var mange forskellige udefrakommende forhold, der kunne have indvirkning på mulighederne. Ofte var økonomien et væsentligt aspekt, da det påvirkede de personalemæssige forhold, som havde stor betydning for hvad der rent praktisk kunne lade sig gøre for brugergruppen.

Lars fremhævede dermed, hvordan det var kompliceret at arbejde med denne gruppe mennesker, fordi de netop var så afhængige af at få hjælp. Det problematiske var ikke at planlægge aktiviteter for brugergruppen. Udfordringen var selve praksis. Der var mange individuelle hensyn at tage højde for, og det betød en relativt høj risiko for, at der opstod uventede eller u hensigtsmæssige situationer, og hvis personalet ikke følte, der var ressourcer til at håndtere sådanne episoder, så meldte de fra af frygt for at det kunne gå galt. På den måde blev de handicappede ind imellem mere hæmmede af deres hjælpere og personalet end af deres egentlige handicap. Derfor var Lars også forberedt på, at der kunne være mange forskellige udfordringer forbundet med HandiLeg.

"I begyndelsen blev projektet hilst velkommen af en del af personalet og ledelsen, andre var mere forbeholdne overfor leg som fysisk aktivitet, udtrykt som "voksne mennesker leger ikke".⁷

Heldigvis var Lars Legemester af hele sit hjerte, og han vidste det blot var et spørgsmål om, at deltagerne skulle opleve legen og få en fornemmelse af HandiLeg. Erfaringerne havde nemlig vist ham, at selv om deltagerne i første omgang kunne have en afværgende holdning overfor det at skulle lege, så blev det i langt de fleste tilfælde netop i kraft af legen, at de deltagende blev i stand til at glemme de fysiske, psykiske, sociale og kollegiale forhold, de umiddelbart betragtede som begrænsende.

Legemesteren interesserede sig for, hvordan der skete noget i legen. Der opstod et fællesskab mellem de legende på trods af deltagernes forskelligheder, og selvom de deltog i legen på forskelligt grundlag. Der var en oplevelse af at legen havde væsentlig værdi blot i sig selv, samtidig var det meningsfuldt for brugerne at deltage i den som aktivitet, og for personalet blev den et velegnet redskab i praksis.

"Den vigtigste lære i projektet er, at et handicap ikke gør en forskel på, om et menneske kan være med til leg og samvær. Hvis der er en vilje hos mennesket selv og især hos den

7 Bilag 5

*handicappedes hjælpere (personale eller familie) til at overkomme de praktiske problemer, så er aktiv leg en oplagt mulighed for at opsøge fysisk motion og livsglæde.”*⁸

... til Stifinderne

Så var Lars her igen. Legemesteren var tilbage på Filadelfia dog uden HandiLeg. Hvordan andre gæster bliver modtaget hos Stifinderne er uvist, men Lars blev modtaget med store hjertelige smil, åbne arme og glade tilråb. Han var ventet, og det var tydeligt, at det var et glædeligt gensyn for både Lars, brugerne og personalet. Efter at være blevet budt velkommen, og Lars havde fået knus af alle brugerne, satte vi os med kaffe, the og saftvand i husets køkken. Tre mænd fra gruppen havde givet udtryk for, at de gerne ville fortælle om HandiLeg, og to pædagoger deltog også for at støtte dem i deres fortællinger. De andre fra Stifinder-gruppen havde besluttet sig for at gå en tur i det dejlige solskin, og der blev lidt mere roligt i huset, således at mændene kunne koncentrere sig om at fortælle.

Velvidende at det kunne være kompliceret at anvende selv en relativt fleksibel og semi-struktureret interviewguide, var den alligevel udarbejdet og kunne dermed fungere som en form for ramme om samtalen. For at give brugerne de bedste forudsætninger for at fortælle om deres oplevelser, blev det arrangeret sådan, at både Lars og pædagogerne var med i samtalen. Tanken var at de kunne kompensere for eventuelle sproglige begrænsninger og udfordringer, som brugerne måtte have.

HandiLeg havde været en fælles aktivitet, og dermed kunne Lars og pædagogerne hjælpe brugernes fortællinger på vej ved at henvise til konkrete eksempler og de billeder, Lars havde med. Samtidig kunne de uddybe og nuancere brugernes fortællinger, så de blev tydeligere for udenforstående. Der var ingen grund til at præsentere Lars, men det var vigtigt at de vidste, hvorfor vi var her. Med en kort præsentation fik de at vide, at jeg arbejdede på Syddansk Universitet i Odense, og at grunden til jeg var her var, at jeg havde interesse i at høre om HandiLeg. Sammen med Lars og pædagogerne ville jeg gerne, at de kunne fortælle om HandiLeg, både hvordan det havde været dengang Lars var med, og hvordan det var nu.

Informationen om, at jeg kom fra et universitet, fik straks den ene af mændene til at spørge, hvad jeg vidste om deres diagnoser. Pædagogerne afbrød og mindede om, at det væsentlige ikke var, hvad man fejlede, men hvem man var. Han accepterede beskeden og gentog lidt for sig selv, at han var den han var, og vi var dem vi nu engang var.

”Kan I huske den første gang, I skulle have HandiLeg? Første gang I mødte Lars?”

Mændene reagerede lidt forvirret. De svarede ikke på spørgsmålet, og jeg forstod hvad Lars mente, da han i bilen på vej hertil pointerede, at abstraktionsniveauet for brugerne nok ville være anderledes, end det jeg var vant til. Derfor prøvede Lars at gentage spørgsmålet med en anden ordlyd, og mændene svarede, at de godt kunne huske hallen og Lars, men hvorvidt de refererede til begyndelsen og oplevelsen af første gang var uvist.

”Kan I fortælle om HandiLeg, sådan som det var dengang Lars var med? Altså, kan I fortælle, hvordan I gjorde, når der var HandiLeg?”

”Først skulle vi varme op, for at kroppen ligesom kunne blive varm og klar.” Manden strakte

8 Bilag 5

lidt prøvende armene op i vejret og bøjede dem, så tog han sig tænksomt til hagen og spurgte ud i luften til, hvordan han nu bedst kunne forklare det, så jeg kunne danne mig et billede af, hvordan det havde været. En af pædagogerne spurgte, om han ville vise det. Han rejste sig fra stolen og gik ud på gulvet hvor der var plads til at demonstrere den opvarmning, de havde lavet til HandiLeg. Han marcherede frem og tilbage på den sparsomme gulvplads. Han bøjede og strakte sig, satte sig på hug, strakte armene ud til siderne og lige frem. Lars spurgte om han også kunne huske hvad de sang, det kunne han for hurtigt citerede han noget af teksten, der hørte med til øvelserne. Da han var færdig, satte han sig igen på stolen.

”Kan I huske nogle af legene fra HandiLeg? Og var der nogle af dem, I helst ville lege?”

Lidt hjulpet på vej af pædagogerne nævnte mændene efter tur forskellige lege, de umiddelbart huskede. *”Toiletleg. Ja det var godt nok en sjov leg.”* Manden kunne næsten ikke lade være med at grine, da han nævnte legen. Han forsøgte igen at beskrive den med billeder, men det virkede bedre for ham, at han demonstrerede hvordan toilet-legen fungerede.

Den ene af mændene kommunikerede ved hjælp af tegn-til-tale, og en pædagog oversatte det han sagde. Inden han fortalte, hvilke lege han huskede fra HandiLeg, spurgte han forundret, hvorfor Lars og jeg hverken havde mikrofon eller kamera med, når vi skulle interviewe dem. Han havde forventet, det ville være ligesom i X-factor på tv, og han synes ikke vi gjorde det på den helt rigtige måde. Forklaringen var at tv-udstyr var dyrt og at det ikke var meningen de skulle i tv.

Lettere skuffet accepterede han forklaringen og fortalte i stedet om de forskellige lege, han huskede fra HandiLeg. Han nævnte også, hvilke lege han syntes bedst om. *”Alle mine kyllinger kom hjem og Tyren i det røde hav. Dem kan jeg godt li”*

”Var der nogen lege, I ikke havde lyst til? Lege der var svære, kedelige eller lidt farlige?”

Ingen af mændene svarede på spørgsmålet, og det virkede heller ikke, som om det vækkede særlige minder hos dem, at Lars fortalte om to episoder, hvor flere fra Stifinder-gruppen havde reageret modstræbende og ængsteligt på legene.

”Hvordan var det at lege med Lars? Synes I, han var med i legen?”

”Ja han var med i legen, og han var da meget god til at lege, ham Lars.” Manden der svarede kunne ikke lade være med at smile spøgefuldt samtidigt. Han kiggede på Lars, der smilte stort tilbage, og så kunne han ikke lade være med at grine. Det smittede og de andre mænd begyndte også at grine højt. Deres reaktioner viste, at de fandt det lidt fjollet at tale om at være god til at lege, men samtidig udtrykte deres kropssprog at morskaben var forbundet med den legende naturlighed, de følte der var i relationen mellem dem og Lars Legemester.

”Var det anderledes at lege sammen med Lars end nu, hvor det kun er pædagogerne?”

Igen var spørgsmålet for abstrakt, og mændene så ud, som om de havde svært ved at forstå, hvad der helt konkret blev spurgt til. Med et forsimplet og meget mere konkret spørgsmål var det nemmere for mændene at svare. *”Ja, de er nu også meget gode til at lave det der Handi-Leg.”*

Siden Stifinderne selv overtog opgaven med HandiLeg, fortalte pædagogerne, at der var videreudviklet en del på konceptet. I stedet for at der kun var HandiLeg en gang ugentligt,

var det udvidet, så der blev leget både onsdag og fredag. I begyndelsen af projektet havde det mest været Lars, der introducerede nye lege, men i løbet af projektet blev der lagt op til, at brugerne selv kom med forslag til hvilke lege og hvordan de skulle leges.

I dag var det yderst sjældent, at personalet behøvede komme med forslag, for brugerne gav selv udtryk for, hvilke lege de havde lyst til at lege. Pædagogernes opfattelse var, at det var mere naturligt og meningsfuldt for brugerne at bevæge sig i legen end i mange af de andre bevægelsestilbud, der havde været afprøvet. Det virkede også som om brugerne, både individuelt og som samlet gruppe, havde lyst til at fortsætte med HandiLeg, og de tog ejerskab i forhold til, hvordan HandiLeg skulle foregå.

”Hvad med HandiLeg nu? Er det anderledes eller det samme, selvom Lars ikke er med?”

”Det er da meget sjovt. Altså vi griner i hvertfald meget, når vi har HandiLeg.”

”Jeg kan godt li’ det, og pigerne kan også godt li’ det, når der er gang i den.”

”Hvis I selv bestemte, skulle Lars så komme tilbage og være med til HandiLeg igen?”

”20 14 Lars, 20 14! Jeg ønsker, at Lars kommer tilbage og laver HandiLeg snart. Måske i 2014”

Selvom brugerne ofte kom med forslag til, hvordan legene kunne udvikles og varieres, fortalte pædagogerne, at HandiLeg var blevet en smule ensformigt uden Lars, fordi brugerne foreslog de samme lege fra gang til gang. Udviklingen var, ud fra pædagogernes synspunkt, både meget positiv og en smule uhensigtsmæssig. Oplevelsen var, at den udviklende proces, brugerne havde gennemgået under HandiLeg, lettere stagnerede, når de selv skulle stå for legen, fordi de ikke i samme grad selv søgte udfordringerne og grænserne for deres kompetencer.

Da Lars var med til HandiLeg, havde han som Legemester været med til at opmuntre og motivere alle til at prøve nye ting. Den støtte og inspiration, som det havde været at være sammen med Lars, gav personalet udtryk for, at både de og brugerne savnede. Der var ingen tvivl om at projektet HandiLeg og Lars Legemester fra Gerlev havde bragt mange gode ting til brugerne og personalet på Filadelfia. Alle gav udtryk for, at HandiLeg fungerede rigtig godt, og at det var blevet en vigtig del af hverdagen, men de ønskede også at Lars vendte tilbage for at lege med dem igen.

De andre fra Stifindergruppen vendte tilbage fra deres gåtur, og køkkenet blev fyldt med glade mennesker. Vi fortalte kort de andre, hvad vi havde talt om i forbindelse med HandiLeg, og det blev nævnt, at Janes fortælling om Bjergtroidens ærter havde inspireret os til at komme tilbage.

Personalet fortalte da, hvordan de oplevede, at Janes udvikling var fortsat også efter selve projektets afslutning, og hun var blevet bedre til at skelne mellem hverdagens virkelighed og legens univers. Tidligere trak Jane sig, når hun følte sig skræmt, men i HandiLeg var hun nu i stand til at lege selv de farlige lege. Da Jane blev spurgt, om hun kunne lide HandiLeg, selvom det ind imellem var farligt, svarede hun med et forsigtigt smil ”Ja, for vi leger bare”. Lige da hun har sagt det, flakker hendes blik, og hun søger øjenkontakt med pædagogen for enden af bordet, da hun siger ”Vi leger jo bare?”. Pædagogen smiler og nikker bekræftende.

Vi gjorde klar til afsked, men da en af pædagogerne nævnte, at de den anden dag var kommet i tanke om en leg, de gerne ville prøve igen, men at de havde glemt teksten, foreslog Lars

at vi sammen legede den igen. Med hinanden i hænderne dannede vi en rundkreds i husets fællesrum, og Lars begyndte på sanglegen. De huskede den. I løbet af få strofer sang brugerne og personalet fra Stifinderne med for fuld udblæsning, og bølgebevægelserne fra legen bredte sig fra armene til hele kroppen og blev til store smil på alles læber.

Og Stjernen

Det begyndte næsten som det havde gjort, dengang det var Lars, der en gang om ugen bragte legen og HandiLeg ind i Stjernen. Og alligevel var det så langt fra, hvordan den oprindeligt havde været. Det var ikke en onsdag, sådan som det var startet, i dag var det en fredag, og der foregik ingen andre aktiviteter i huset. HandiLeg var ikke længere en aktivitet, som alle brugerne nødvendigvis skulle deltage i, men det var et tilbud til dem, der havde lyst. Og i stedet for at Lars Legemester fra Gerlev satte gang i legene, var det personalets opgave.

Vi ankom til Stjernen samtidig med, at den sidste praktiske besked var givet, og de første af brugerne var så småt begyndt at trække ind i det tilstødende rum for at gøre klar til HandiLeg. De andre dage i ugen fungerede lokalet som lysstøberi, og der måtte flyttes lidt på borde og stole, så der kunne være plads til alle brugerne, deres kørestole og rollatorer, personalet og sivkisten med forskelligt udstyr. Det krævede både vejledning og praktisk koordination fra personalets side at få brugerne opstillet, men efter et par minutter var der samling på alle.

Rundkredsen bestod af en broget flok mennesker. Der var en mand så svært fysisk handicappet, at han var bundet til kørestolen, hvor han fik tilført sondemad kontinuerligt, han havde intet sprog og var fuldstændigt afhængig af personalet. Men fra personalet fremgik det, at han var med til HandiLeg stort set hver fredag. Der var en ældre kvinde i kørestol, som snakkede og kommenterede hver en detalje, der foregik omkring hende, og allerede inden selve aktiviteterne kom i gang, trampede hendes danseglade fødder taktfast i fodpedalerne. En anden kvinde gik med målrettede skridt ud af cirklen og ud af lokalet. Efter kort tid kom hun tilbage med et tilfreds smil på læberne og en sort hat på hovedet. Hun kendte de allerede planlagte lege og havde som sædvanligt medbragt egen hat.

Det var altid den samme kvinde fra personalegruppen, der stod for HandiLeg. Hun bød alle velkommen, og da hun præsenterede os uden nærmere beskrivelse, var det som dagens gæster, og vi trådte på skift et skridt ind i cirklen, så alle kunne se os. Alt var klart, og HandiLeg kunne begynde. Den store kiste var fyldt med forskellige hatte, og alle, både brugere og personale, valgte en hat, der symboliserede det land de valgte, at de ville komme fra i sanglegen ”Hatteleg”. Tonen blev slået an, og på skift trådte alle fra kredsen ind i midten og blev dermed hovedperson i sanglegen. De fleste af brugerne havde brug for en eller anden form for assistance fra personalet, en hånd at støtte sig til, vejledning til hvordan de kunne gøre, eller helt praktisk at nogen skubbede deres kørestol.

Efterhånden som de første par stykker havde været inde i cirklen, og stemmerne var varmet godt op, spredte der sig en glæde og gejst blandt deltagerne. Der blev trampet mere taktfast med fødderne, sangen steg i styrke, armbevægelserne der fulgte med luftkysene blev længere, og der blev både nejjet og bukket dybt. Tre af brugerne levede sig ind i sangen og havde næsten en optræden, når de var sangens hovedperson, imens blev smilene hos de andre i kredsen til glade grin.

Vanen tro blev ”Hattelegen” efterfulgt af en omgang ”Buggi Wuggi”. Stemmerne og kropene var allerede godt varme, og der blev lagt fuld energi i sanglegen. Der var flere kreative

forslag til, hvilke kropsdele vi skulle række frem og tilbage og ryste inde i rundkredsen, og på kryds og tværs dansede alle lystig svingom. Personalet takkede for dansen, og de mange farverige hatte blev returneret til den store kiste. Med smil på læberne bevægede Stjernens brugere sig tilbage til stuen, hvor kaffen og de lune frisksmurte krydderboller ventede dem. Imens der blev drukket kaffe og spist gav en kvindelig bruger et vældigt show med sang og koreografi til vindingsangen fra det seneste melodi grand prix-show.

Ved et bord lidt i afstand til brugerne satte vi os og ventede på at de tre kvinder som havde indvilliget i at tale med os, var færdige med at optræde og snakke. Lars havde sin computer med, så han, på samme måde som hos Stifinderne, kunne finde billeder af det, brugerne fortalte om, og dermed være med til at understøtte og uddybe deres fortællinger om, hvordan de oplevede HandiLeg. Ingen af de tre kvinder virkede umiddelbart til at være sprogligt begrænsede, og da der ikke var nogen fra, personalegruppen som deltog i samtalen, håbede jeg, at de alligevel, med støtte fra Lars og billederne, ville fortælle om deres oplevelser.

Den pædagog, der havde overtaget ansvaret for HandiLeg og været med til, at det fortsat var en del af aktivitetstilbuddet på Stjernen, havde efter dagens aktiviteter kort fortalt om udfordringerne i projektet. Dengang Lars stadigvæk var en del af HandiLeg, havde der været en del strukturelle udfordringer for personalets som komplicerede projektet. De praktiske udfordringer var løst ved at flytte aktiviteten til Stjernens egne lokaler, og det fungerede fortsat.

”Kan I fortælle hvordan det var, da HandiLeg begyndte, altså hvordan I synes det var første gang, I havde HandiLeg sammen med Lars?”

”Ja.” Kvinden kiggede hverken på mig eller Lars, da hun svarede. I stedet var hun dybt koncentreret om det strikketøj, hun havde mellem hænderne. Det var svært at vurdere om hun var uinteressert i samtalen, i HandiLeg generelt eller om hun måske bare var en smule usikker og genert. ”Jeg kan godt huske noget af det første, men jeg ved ikke, om det lige præcis er den første gang, jeg kan huske.”

Det er fremmed for kvinderne med et sådant spørgsmål, og deres ansigtsmimik og kropssprog mindede om det, jeg så hos mændene fra Stifinderne. Det var svært for dem at forholde sig til og forstå spørgsmålet, når det ikke var konkret. De udtrykte, at det var uden betydning for deres oplevelser, om det de fortalte havde været en del af den første eller den fjerde gang de havde HandiLeg.

” Er der nogle lege, I særligt husker fra HandiLeg?”

”Den der leg med hattene, vi lige har leget i dag. Og så var der sådan en leg, hvor vi stod sådan i en slags cirkel, og så der var et eller andet inde i midten” For at hjælpe kvinden til at huske, hvilken leg det var hun refererede til, spurgte Lars ind til nogle forskellige elementer fra legen, og sammen kommer de frem til, at den leg hun huskede var ”Slå munk”. Hendes ansigt lyste op, idet hun genkaldte sig legens navn, og hendes smil blev større, da Lars fandt nogle billeder på computeren, hvor hun selv var med i legen. Da hun blev bedt om at fortælle lidt mere om, hvordan legen foregik, skiftede hendes sindsstemning fra glad til irriteret over, at det hun havde fortalt og beskrevet ikke var blevet forstået. Forklaringen på forespørgslen var, at jeg ikke havde deltaget i HandiLeg og derfor ikke kendte til, hvordan alle de forskellige lege var.

”Var der nogle af legene, som I bedst kunne lide, eller som I helst ville lege?”

”Jeg kan godt lide den der leg med hattene, hvor man skal vælge en hat og så bestemme, hvor man vil komme fra. Man kan vælge forskellige steder, men jeg kommer tit til at vælge det samme. Jeg ved ikke hvorfor, men det gør jeg”

”Det var godt, når vi lavede lege udenfor på græsset. Det kunne jeg godt li’.”

Kvinden med strikketøjet reagerede hverken på spørgsmålene eller på de andres svar, men de to kvinder smilte begge, da de udendørs lege blev nævnt. Fra Lars fremgik det, at de udendørs lege både havde været forskellige former for fangeleg og spil-lege. Der var en græsplæne lige i nærheden af hallen, og i begyndelsen af projektet, og mens det var forår havde de ofte flyttet legeaktiviteterne udenfor.

”Var der lege, som I ikke havde så megen lyst til? Måske en leg I måske synes var kedelig, svær eller lidt farlig?”

”Den der leg med bolden, som kom flyvende. Den kunne jeg ikke så godt li’. Det var ikke sjovt, fordi man nemt kunne få bolden i hovedet, og man viste aldrig, hvornår det ville ske.”

Kvinden der fortalte, hvordan hun ikke brød sig om at lege ”Tæppe-kast”, spurgte efter at have svaret, hvorfor jeg egentligt vil vide hvilke lege, hun ikke kan lide. Det undrede hende, at det også var interessant for os at høre om de oplevelser fra HandiLeg, der ikke havde været så sjove. Samtidig tilkendegav hun, at det var rart at det var tilladt at fortælle om det, hun havde oplevet som en dårlig leg. Ingen af de to andre kunne komme på nogle lege, de synes var dårlige, og Lars havde heller ikke oplevet, at brugerne reagerede negativt på legene under HandiLeg.

”Kan I fortælle hvordan I har HandiLeg nu, hvor Lars ikke længere er med?”

”Det er de samme ting, vi laver hver gang. For det meste har vi den med hattene først, og så slutter vi af med ”Buggi-wuggi.”

”Vi er ikke ude mere, som vi var det før. Vi er heller ikke sammen med de andre ovre fra Stifinderne. Det var ellers sjovt at have HandiLeg sammen med dem, og dengang skete der lidt mere.”

Det var vigtigt for kvinderne at pointere, at de ikke var utilfredse med den måde HandiLeg fungerede på, og de kunne godt lide de lege, de lavede om fredagen. Samtidig fornemmede jeg, at de tre kvinder savnede muligheden for at lave nogle større og måske mere krævende lege, hvor der også indgik mere bevægelse.

”Når I har HandiLeg, hvordan synes I så det er?”

”Jeg synes det er sjovt nok. Jeg kunne nu også godt tænke mig, at vi kunne komme ud og prøve det der med cirklen igen eller.. hvad hedder det nu? Golf? Nej, Krolf! Det var altså også sjovt når der sådan skete lidt mere.”

”Jeg vil gerne være med til HandiLeg. Det synes jeg er sjovt.”

De fysiske forudsætninger for Stjernens brugere var af varierende karakter. Under HandiLeg blev der, dengang Lars var med, taget hensyn til forskellene ved at legene var tilrettelagt, så de ikke afhang af, at deltagerne skulle være en samlet eller homogen gruppe. I stedet fungerede legene ved den enkeltes deltagelse. Det Lars beskrev og som billederne viste var, hvordan tanken havde været, at brugerne kunne være med i den samme leg, men at de mere deltog parallelt.

”Hvordan synes I det er at have HandiLeg nu? Er det anderledes eller det samme, som dengang Lars var med?”

”Der er ikke så mange nye lege. Det er meget de samme, og det er kun her indenfor og ikke udenfor, som det nogen gange var før.”

”Hvis I selv måtte bestemme, ville I så gerne have mere HandiLeg? Og skulle det være sammen med Lars?”

”Ja, Lars måtte gerne komme tilbage, og så kunne det være både som nu og udenfor, hvor der kunne ske lidt mere.” Sammenlignet med de andre brugere fra Stjernen, var de tre kvinder gode til at udtrykke sig, og i deres fortællinger gav de udtryk for, at de ville ønske, der var flere fysisk aktive lege, når de havde HandiLeg. Da Legemesteren bragte HandiLeg til Stjernen, var den økonomiske tilstand væsentligt anderledes, og personalesituationen mere fordelagtig, hvilket tillod mere fleksibilitet i forhold til at tage hensyn til de individuelle udfordringer, der hæmmede brugerdeltagelsen. Det var et fælles ønske fra brugere og personalet, at de igen kunne få så gode fysiske og personalemæssige muligheder, fordi det kunne være med til, at HandiLeg blev en større del af hverdagen og give bedre mulighed for at udvikle konceptet.

Og ind i bevægelseskulturerne

Ved at forbinde de forskellige opfattelser af leg, som Lars, brugerne og personalet gav udtryk for i forbindelse med HandiLeg, med filosofisk-teoretiske legebetragtninger opnås indsigt i, hvordan leg har forskellig meningsfuldhed.

Det fremgik tydeligt i fortællingerne fra Lars, personalet og brugerne, hvordan HandiLeg næsten var blevet en selvfølgelig del af hverdagen, og selvom det var med forskellige begrundelser, gav både brugerne og personalet udtryk for, at de fandt stor værdi i at fastholde HandiLeg.

Det var på ingen måde en selvfølge, at HandiLeg fortsat eksisterede hos Stifinderne og Stjernen, heller ikke selvom det havde været et punkt i den officielle ansøgning og et stort ønske for Legemesteren. Tidligere erfaringer havde vist Lars, at det var nødvendigt for alle medvirkende i legeprojektet, at de opfattede leg som meningsfuldt, hvis legen skulle bevæge sig fra blot at være en begivenhed til at blive en værdifuld del af hverdagen.

Grundene til, og forudsætninger for, at brugerne og personalet deltog i HandiLeg var forskellige, og derfor var der ikke konsensus mellem oplevelserne af, hvordan legen gav mening. I relation til HandiLeg var der i Lars' fortælling et spændingsfelt mellem hans oplevelse af, hvordan legen var et særligt univers, og opfattelsen af, hvordan legen også var funktionel og tjente et formål. Differencerne mellem brugernes og personalets legeforståelser viste sig også at være af væsensforskellig karakter.

På Filadelfia var det sådan, at hverdagene primært var tilrettelagt af personalet fordi brugerne ikke selv formåede at gøre det, men der var stor grad af brugerindflydelse på, hvilke aktiviteter der blev tilbudt, og alle bestemte selv, hvilke aktiviteter de ønskede at deltage i. Personalets opgave var at tilskynde brugernes til at deltage i forskellige aktiviteter og motivere dem til øget aktivitetsniveau.

Selvom brugerne var den primære målgruppe i HandiLeg, var det alligevel nødvendigt, at projektet i første omgang gav mening for personalet. Hvis ikke personalet fandt projektet meningsfuldt, ville de ikke være motiveret for at medvirke, og dermed ville de ikke kunne

motivere brugerne til at deltage. Den tendens, der er både i almen og forskningsmæssig sammenhæng, til at forbinde leg med barndommen, mærkede Lars også som den fremherskende holdning blandt personalet. Han vidste, det var afgørende at få personalet til at se ud over betragtningen af leg som barnlig. Hvis personalet opfattede leg som hensigtsløst, ville meningen med HandiLeg forsvinde. Personalet måtte altså selv være motiverede for projektet for at motivere brugerne.

Den professionelle funktion

Både Lars og personalet var bekendte med den stigende interesse, der havde været for legens formålstjenlighed, og som de seneste årtier havde spredt sig til andre felter end det pædagogiske og psykologiske felt (Lederne, 2013).

Den pædagogiske tanke om funktionel leg bygger på forestillingen om, at der via legen foregår en form for træning, hvor individuelle og sociale evner bliver modnet og styrket i forhold til at begå sig i hverdagens virkelighed og seriøsitet (Huizinga, 1950; Sutton-Smith, 2008). I denne sammenhæng opfattede personalet leg som et egnet redskab til opnåelse af formål, der havde betydning udenfor legen selv (Goethe Institut, 2007; Eichberg, 2001).

HandiLeg var et godt eksempel på, at legen også kan være for voksne, og selvom leg ikke kun hører til i barndommen, peger Sutton-Smith på, hvordan legens opdragende proces starter i relationen mellem barnet og forældrene. Den socialisering der foregår i legen, oplever vi tidligt, og det medvirker til at fremme en generel kulturel erfaring, som fortsætter livet igennem. Personalet oplevede, at brugernes kulturelle og sociale forståelse fortsatte med at udvikle sig, og tanken var, at legen rummede et særligt positivt potentiale for at påvirke processen. Den pædagogiske intention var således primært at styrke brugernes kompetencer til at begå sig bedre fremover, og legen benyttedes i den sammenhæng som motivation til det delvist disciplinerende formål (Steinsholt, 2002).

Personalets tilgang til legen viste, at det ikke kun er i relation til børn, at leg kan være et hensigtsmæssigt middel, men at der også i voksenpædagogiske sammenhænge kan iværksættes projekter med leg som et funktionelt og meningsfuldt arbejdsredskab. Personalets professionelle opfattelse af leg som funktionel og formålsorienteret var ikke en forkastelse af, hvordan brugerne oplevede, at legen var et særligt univers, idet deres betragtning tog udgangspunkt i oplevelsen af leg som noget naturligt og iboende mennesket.

Anvendelsen af leg i praksis handlede både for personalet og Lars om, hvordan det var muligt at arbejde i det naturlige univers og ikke begrænse eller modarbejde det. Tanken var, at hensigten lettere blev opnået, og at det var med et mere positivt resultat når processen var en leg, fordi legen var med til at give aktiviteten værdi og mening (Hansen, 2000). Jørn Møller (2001) har en væsentlig pointe i sin opfordring ”*Opgaven bliver så at bestemme betydningen af fænomenet leg som led i den menneskelige eksistens*”.

Personalet måtte først selv opleve, at HandiLeg kunne have betydning, før de kunne støtte og motivere brugerne i legen, også selvom de i anden omgang tilskrev legen en anden betydning end den umiddelbare meningsfuldhed, brugerne oplevede ved deres deltagelse i legen.

Den særlige betydning

Langt de fleste finder det vanskeligt at udtrykke, hvordan de oplever at legen er meningsfuld, og for handicappede med verbale begrænsninger er det særligt svært. At få kendskab til, hvor-

dan brugerne oplevede legen, var derfor en kombination af erfaringerne fra den fælles leg og samtalerne omkring HandiLeg. Det var tydeligt for Lars, hvordan brugerne under HandiLeg blev opslugt af legens særlige univers, og at de i legen udviste en anderledes opførsel, end den personalet så i hverdagen.

Tolkningen af det, de udtrykte i relation til HandiLeg, forstærkede opfattelsen af, at de oplevede legen som virkelig, men dog forskellig fra hverdagens virkelighed.

Den måde brugerne skelnede mellem legen og det der var ikke-leg indikerede, at de opfattede legen som værdifuld og seriøs. Forestillingen om legens særlighed, der mærkes hos brugerne, minder om Huizingas idé om at visse væsenstræk bidrager til legens konstruktion og om, hvordan tegnene er en del af legens kerne (Huizinga, 1950). Hver for sig kan tegnene ikke definere legen, men sammensat viste de et mere helhedsorienteret billede, som antydede legens grænser. ”*Han [Huizinga] lægger strøg på strøg, til vi skimter et billede af legen i et kulturelt landskab*” (Steinsholt, 2002). Ud fra den forestilling kunne leg kendes som frie handlinger, der tog form afsides hverdagens ufrihed.

Brugernes medvirken i HandiLeg var i begyndelsen ikke helt valgfri, men Lars oplevede alligevel, at deres engagerede deltagelse i legene var frivillig og spontan. Legens handlinger blev taget seriøst, uden at være ”alvorligt ment”, og brugerne krævede ikke, at legen havde en specifik nyttig hensigt med krav om faktuelle mål. Afgrænsningen i tid og rum lod legens univers udvikle sig efter de gældende regler, og via forklædninger kunne brugerne adskille sig fra hverdagens realiteter. Med HandiLeg opstod et hemmeligt univers, og her lagde legen beslag på de legende.

Uden at underkende betydningen af hverdagen værdisatte brugerne legen med dens unikke status, og for dem var den en meningsfuld del af selve livet specielt i kraft af de kvaliteter i legen, der tillod dem at tilsidesætte fornuften og logikken. ”*Any thinking person can see at a glance that play is a thing on its own, even if his language possesses no general concept to express it*” (Huizinga, 1950). Den måde, hvorpå brugerne var motiveret af legens interne forhold, viser sig i deres oplevelser af hvordan konkrete genstande, ting og sociale handlinger havde en anderledes betydning i HandiLeg, set i forhold til hvordan de opfattede dem i hverdagen.

Med tanken om at leg er et særligt univers, kan det være svært fuldstændigt at erkende leg ud fra dens egne logikker, da legens betydning er subjektiv forankret. Men Lars delte legeoplevelserne med brugerne og havde derfor, delvist, kendskab til legens virkelighed og erfarede, hvordan det sociale viste sig, når brugerne skabte en form for orden i aktiviteterne, samtidig med de fandt sammenhæng mellem legens univers og hverdagens realiteter.

Den emotionelle dualitet, som adskilte brugernes oplevelser af at være legende eller ikke-legende, var dog ikke det væsentligste ved HandiLeg ud fra et Gerlev-perspektiv. For Lars Legemester var det mest betydningsfulde, at de legende fik oplevelser af forandring og måske en anderledes følelse af ”selv”. En oplevelse af, at være ”*more fulfilled, perhaps more accomplished*” (Sutton-Smith, 1950).

Afslutning

Særligt kendetegnende ved Lars Legemester er hans opfattelse af, hvordan der er flere og væsensforskellige oplevelser af leg. Efter hans overbevisning er leg ikke mere eller mindre virkelig end hverdagen, men den er noget andet, og leg er ikke altid forbundet med den samme form for meningsfuldhed. Han har oplevet, hvordan menneskers tilgang til leg er forskellig, og hvordan meningsfuldheden i leg dermed også kan have varierende karakter. Men Lars Legemester har også erfaring med, hvordan de forskelligheder, der er forbundet med leg, kan forenes.

En vigtig del af hans Legemesterrolle kom dermed til at handle om, hvordan han kunne være med til at igangsætte, gennemføre og fastholde leg, der gav mening for de legende, uanset hvordan de legende ellers oplevede at være motiveret for at deltage i legen. I relation til HandiLeg betød det, at legen både skulle rumme brugernes opfattelse af, hvordan leg var et meningsfuldt univers, og den betragtning at leg for personalet i høj grad var et funktionelt arbejdsredskab, der gav mening i relation til deres profession.

Referencer

- Cameron, L. & Murphy, J. (2006). Obtaining consent to participate in research: The issues involved in including people with a range of learning and communication disabilities. *British Journal of Learning Disabilities*. Vol. 35, p.113- 120
- Eichberg, H. (2001). Thinking contradictions. Towards a methodology of configurational analysis. I: K. Dietrich (ed.) (2001) *How Societies Create Movement Culture and Sport*. (p. 10-32). København: Institut of Exercise and Sport Science
- Gates, B. & Waight, M. (2007). Reflections on conducting focus groups with people with learning disabilities: Theoretical and practical issues. *Journal of Research in Nursing*. Vol. 12, p. 111-126
- Goethe Institut (2007, April). *Workers at play – an interview with Professor Gebauer*. Lokaliseret d. 12.11.2012 på: <http://www.goethe.de/ges/soz/dos/arb/alw/en2207181.htm>
- Hansen, M. (2000). Krop og læring. *Uddannelse*, Nr. 6
- Huizinga, J. (1950). *Homo Ludens, a study of the play element in culture*. London: Roy Publishers
- Jakobsen, T.M & Center for Ligebehandling af Handicappede (2010). *Erfaringer med at stemme III. Blandt mennesker med udviklingshæmning*.
- Lederne (2012). *Leg de gode ideer frem*. Lokaliseret d. 10.02.2012 på: <http://www.lederne.dk/magasinet/magasiner/2012/nr1februarmarts2012/legdegodeideerfrem.htm>
- Lloyd, V., Gatherer, A. & Kalsy, S. (2006). Conducting Qualitative Interview Research With People With Expressive Language Difficulties. *Qualitative Health Research*, Vol. 16(10) p. 1386-1404
- Møller, J. (2001). Nærvær – forsøg på en nem definition af leg. I: J. Hansen & T. Skovgaard (2002). *Idrætshistorisk Årbog 2001 – Sportens væsen og uvæsen*”. (s. 141-156) Odense: Syddansk Universitetsforlag.
- Steinsholt, K. (2002). *Let som en leg?* Århus: Klim
- Sutton-Smith, B. (2008). Play Theory. *American Journal of Play*, Vol. 1(1), p.82-125

Bilag

Bilag 1: Gerlev Legepark

Historie

Det, der i dag hedder Gerlev Legepark, blev i sin tid etableret under navnet Idræthistorisk Værksted (IHV). Organisationen har eksisteret siden 1983, de første ti år fortrinsvis som forsknings- og udviklingsmiljø tilknyttet Idrætsforsk, der senere kom til at hedde Institut for Forskning i Idræt og Folkelig Oplysning (IFO), og som i dag hedder Center for Idræt, Sundhed og Civilsamfund (CISC), der er organiseret under Syddansk Universitet og Gerlev Idræthøjskole.

I 1993 etableredes IHV som selvejende institution med følgende formål:

- at forske i og gøre forsøg med før-sportslige idrætsformer og deres samspil med de natur- og kulturgivne forudsætninger
- at formidle viden om fortidens idrætter, lege og spil og derigennem stimulere debatten om nutidens og fremtidens idrætter

Indsamling, forskning, forsøg og formidling

Gerlev Legepark har siden 1983 indsamlet, registreret og systematiseret gamle idrætslege til en database, der for tiden rummer over 1000 forskellige legevarianter. En stor del er beskrevet i Jørn Møllers bøger: ”Gamle Idrætslege i Danmark Bind 1-4”. Det er en national legesamling og samtidig en grundbog i formidlingen af de gamle lege, idet fremstillingen forener en historisk og pædagogisk synsvinkel. Gerlev Legepark forestår løbende forskning og forsøg med legene i form af kildestudier og rekonstruktion af regler, redskaber, rammer, symboler osv. med henblik på at skabe viden om de gamle lege og spil og erfaring i at formidle denne viden.

De gamle lege og idrætter udgør en kulturel arv, som det er vigtigt at kende og bevare, men de er også et skatkammer, for fysisk bevægelse. Som tema i idrætspædagogikken findes der næppe et mere alsidigt materiale. Uanset alder, fysiske forudsætninger, køn og færdigheder i en gruppe, vil man kunne sammensætte et engagerende program med passende udfordringer. Der er derfor ikke blot kulturhistoriske, men bestemt også idrætspædagogiske grunde til at arbejde med de gamle lege og idrætter og rette dem mod skoler, institutioner og foreninger.

Gerlev Legepark forestår undervisnings-, skole- og kursustjeneste og har afholdt hundredvis af kurser for lærere og pædagoger. Medarbejderne giver foredrag, driver konsulenttjeneste og varetager store projektopgaver i samarbejde med forskellige partnere.

Ud over de ansatte i Gerlev Legepark støttes denne formidling af ”Legebanden”, som er et netværk af tidligere kursister, der alle har modtaget undervisning i formidling af gamle idrætslege og spil. Legebanden deltager hvert år i diverse kulturelle arrangementer, stævner og festivaler over hele landet og udbreder gennem denne virksomhed kendskabet til gamle lege til titusindvis af mennesker.

Gerlev Legepark:

I 1999 fik Gerlev Idrætshøjskole med åbningen af den 3 ha. store Gerlev Legepark egne arealer og kunne føje følgende til målsætningen:

- at styrke legen som væsentlig dimension i tilværelsen
- at sikre den kulturarv, som de gamle idrætslege og spil rummer.
- at imødekomme et voksende behov for udendørs udfoldelse for hele familien under former, der økonomiserer med naturens reaktive ressourcer.
- at skabe en fornyelse af park- og legepladstraditionen.

Legeparken har hver sæson besøg af grupper som folkeskoleklasser, efterskoler, seminarier, idrætsforeninger og klubber, ungdoms- og aftenskoler samt kommuner, organisations- og foreningsbestyrelser. Den har et bredt klientel af pædagoger, studerende, lærere, idrætsledere, instruktører og udenlandske studiegrupper, der ønsker information og viden om de gamle idrætslege og spil. Herudover henvender den sig til grupper med særlige behov, herunder ældre, flygtninge, indvandrere og handicappede. Publikum er - ud over de nævnte - danske og udenlandske turister, familier samt grupper af medarbejdere fra større eller mindre arbejdspladser.

Gerlev Legepark tilbyder på nuværende tidspunkt over 130 forskellige lege og spil, som publikum har adgang til. Legene er med få ord beskrevet på illustrerede tavler i parken og desuden i hæftet ”Euroleg - 121 gamle lege og spil fra Idræthistorisk Værkstedets internationale legepark”.

Gerlev Legepark arbejder til stadighed med udvikling af nye legeinstallationer i parken. Dels dukker der til stadighed lege og spil op af glemselen, og dels udvikles der nye metoder til at formidle denne kulturarv på. I dette arbejde har Gerlev Legepark tæt kontakt med en række europæiske institutioner og interesseorganisationer.

Pædagogik og formidling

Det ledende princip i formidlingen er aktivering. Gennem aktivering af publikum, gæster og kursister, formidles kendskab til legene ud fra den teori, at indlæring og bevægelse er uadskillelige. Man lærer med kroppen, og for at forstå en leg er det nødvendigt at lege den.

Derved mener vi, at der skabes erfaringer og grundlag for en forståelse af idrætslivets og kropskulturens historiske foranderlighed, tidligere tiders normer, strukturer og stilarter på bevægelsesområdet, samt deres sammenhæng med en tidsalders øvrige kulturformer. Intentionen er, at publikum både skal have en god oplevelse, lære legene at kende, have lyst til at lege dem igen på hjemmebane og samtidig bruge kendskabet til og værdierne i den gamle legekultur som et redskab til at diskutere nutidens idrætter og planlægge fremtidens.

Aktivering af publikum sikres gennem instruktion, vejledning, guidede ture, skilte ved alle legeinstallationer, undervisning, foredrag, diskussioner og salg af bøger og kompendier. Personalet er trænet, således at alle medarbejdere har et indgående kendskab til de gamle idrætslege og spil, og de fleste har desuden en idrætsuddannelse eller en læreruddannelse.

Internationalt samarbejde

Gerlev Legepark har altid været tæt knyttet til internationale samarbejdspartnere. Vi samarbejder løbende med Institut for Idræt på universitetet i Leuven i Belgien, som er førende i henseende til traditionelle lege, og hvorfra man har oprettet Vlaamse Volkssportsmuseum og Vlaamse Volkssports Centrale, som er en søsterorganisation til Gerlev Legepark, dog med langt mindre kursusvirksomhed.

Gerlev Legepark har gennem en halv snes år deltaget regelmæssigt i Keltiske Kulturfestival'er i Bretagne, hvor gamle lege og spil fra Europa indgår som et vigtigt element. Hertil kommer deltagelse i en lang række enkeltstående festival'er rundt om i Europa. Centeret har således optrådt med aktivering med traditionelle lege i Belgien, Finland, Frankrig, Norge, Portugal, Skotland, Spanien, Sverige og Tyskland. Medarbejdere fra Gerlev Legepark har deltaget løbende med oplæg ved relevante konferencer og seminarer rundt om i Europa.

Meningsgrundlag og værdier

Gerlev Legepark har løbende en meget bred vifte af aktiviteter i gang. Der ligger ikke nødvendigvis en klar strategi bag alt det vi laver, men vores aktiviteter er altid afstemt i forhold til vores fælles meningsgrundlag og vores fem grundlæggende værdier.

Meningsgrundlag

Vi vækker lysten til det legende og glæden ved bevægelse. Leg er værdibærende og har været et vigtigt element i alle kulturer til alle tider. Det er i legen, i den undersøgende, afgrænsede, formålsløse og uafhængige parallel til virkeligheden, at mennesker kan finde sig selv. Legen er et nødvendigt frirum, man opsluges af og tager alvorligt. Et rum, hvor fejl er tilladt, alle er vindere og alle kan være med på lige fod.

Mennesket i bevægelse

Mennesker er skabt til at være i bevægelse. Bevægelse er forbundet med velvære, samvær og motorisk udvikling. Fysisk aktiv leg bevæger også - man bliver bevæget, glad og overstadig. Legen får også folk til at bevæge sig rent mentalt - i forhold til sig selv og andre. Leg sætter hele mennesket i bevægelse.

Udforske og vove

Narrefiguren er et centralt element i vores historie og er også synlig i vores logo. Narren tør afdække det skjulte under dække af leg og fjollerier. Den fysisk aktive leg er på samme måde grænseoverskridende - legen giver plads for, at man kan vove sig selv for et øjeblik. Rammerne omkring legen skaber den nødvendige nærhed og et trygt rum for at udforske og vove.

Enkelthed

Reglerne og grundstrukturerne i de fysisk aktive lege er enkle. Det skal være simpelt at organisere en leg, så man kan koncentrere sig om at lege. Vi formidler legen så enkelt som muligt til alle vores brugere, så alle kan tage den til sig og gøre den til sin egen. Vi viser, at det er enkelt at gøre leg og bevægelse til en naturlig del af alles hverdag.

Bæredygtig kultur

Formidlingen af fysisk aktiv leg skal forankre sig i en blivende bevægelseskultur på arbejdspladser, i institutioner, på skoler og i den enkeltes livsverden. Legekulturen skal kunne overleve enkeltpersoner og projekter.

Kompetencer

Formidling

En af vores absolutte kernekompetencer er at formidle, eller animere, fysisk aktiv leg. Vores faste undervisere har alle mange års erfaring med at arbejde med legen i praksis - vise, hvordan legene skal leges, sætte legen igang og indgå som aktiv, animerende deltager. Vi har som en af vores grundværdier, at det skal være enkelt at deltage i de fysisk aktive lege. Derfor skal formidlingen også være enkel. Alle de yngre legeinstruktører vi knytter til Centeret, gennemgår en grundig uddannelse i at formidle legene, så vi er sikre på, at alle vores gæster får en sjov og positiv oplevelse, hvad enten de er på kursus, teambuilding eller deltager i et legearrangement i Gerlev Legepark.

Udvikling

Vi har erfaring for, at fysisk aktiv leg og bevægelse kan indgå som redskab i rigtig mange forskellige udviklingssammenhænge. Både når indsatsområdet er sundhed, motorisk udvikling, integration, teamudvikling, sociale problemer og meget andet, er leg et meget virkningsfuldt værktøj at benytte. Det har givet os en rigtig god erfaring i at indgå i udviklingsprojekter, med mange forskellige samarbejdspartnere.

Projektledelse

Vores mangeårige projekterfaring gør os også til meget stabile og kompetente projektledere. Vi fundraiser, projekterer og styrer projekter fra idéudviklingsfasen til implementering. I projektsammenhænge arbejder vi gerne sammen med forskellige eksterne samarbejdspartnere, eksempelvis kommuner, regioner, institutioner og virksomheder.

Bilag 2: Interviewvejledning

Interview med psykisk handicappede og udviklingshæmmede⁹

Der bør altid ligge nøje overvejelser bag et interview, uanset hvem der interviewes. Når de interviewede er psykisk handicappede eller udviklingshæmmede kræver det alligevel at der tages særligt højde for de individuelle forhold og udfordringer som interviewpersonerne måtte have. Langt de fleste udviklingshæmmede og psykisk handicappede har brug for støtte fra familien og det daglige institutionspersonale og henvendelser må derfor også involvere kontakt til de relevante støttepersonerne. I de situationer hvor det er nødvendigt at inkludere støttepersoner i selve interviewet kan det påvirke de interviewede til bevidst eller ubevidst at behage hjælperen. Derfor er det vigtigt at det gøres meget klart, at det er der er interessant er interviewpersonens egne ord og oplevelser, og at der ikke er noget der er forkert.

Interviewform

Der gennemføres to gruppeinterviews med tre brugere fra hhv. Stifinderne og Stjernen. Den interviewansvarlige stiller de planlagte spørgsmål og Lars omformulerer eller uddyber dem når det er nødvendigt. Har brugerne behov for personalets støtte, deltager de også i interviewet. Baggrunden for den valgte interviewform er at HandiLeg var noget de alle deltog i og når de hører de andre svare og fortælle kan det være lettere at huske situationerne og finde ordene.

Interviewene gennemføres med en semistruktureret guide der tillader at spørgsmål uddybes eller omformuleres, hvis det lader til, at brugerne har behov for det. Lægger spørgsmålet op til be- eller afkræftelse, skal svaret uddybes ved at den interviewansvarlige spørger ind til hvorfor.

Interviewguide¹⁰

Følgende refleksioner ligger bag fremgangen for interviewet:

- Så vidt muligt relaterer spørgsmålene sig til personer og begivenheder, som brugerne kender til. Genkendeligheden gør det lettere for brugerne at forholde sig til emnet og det mindsker eventuel utryghed over situationen.
- Det samlede interview og de enkelte spørgsmål er så konkrete som muligt. Det simple gør det forståeligt for brugeren hvad det er de skal svare på.
- Primært er spørgsmålene formuleret som åbne spørgsmål, og er de delvist lukkede suppleres de af inspirerende svarmuligheder. Lars har en vigtig rolle i forhold til at eksemplificere og uddybe de nævnte episoder og ved at vise billeder fra situationerne kan brugerne bedre orientere sig i samtalen.
- Spørgsmålene forholder sig kun til et emne/problemstilling ad gangen.

9 Cameron & Murphy, 2006; Gates & Waight, 2007; Jakobsen & Center for Ligebehandling af Handicappede 2010; Lloyd, Gatherer & Kalsy, 2006

10 Se Bilag: Interviewguide

Informationsmøder

Det er ofte anbefalet at der afholdes et informationsmøde forud for interviewet. Hvis interviewpersonerne har behov for det deltager også pårørende eller personalet i mødet. Da emnet HandiLeg ikke betragtes som et følsomt emne, syntes det unødvendigt at afholde et sådant møde. I stedet informerede personlet på Filadelfia deltagerne om hensigten bag undersøgelsen, og dette blev gentaget indledningsvist i interviewsituationen. Af samme årsag indhentes der heller ikke informeret samtykke fra brugerne selv eller eventuelle værger.

Lokalitet

Interviewene gennemføres i brugernes vante omgivelser, dvs. lokaler på Filadelfia som de kender og befinder sig godt i. Personalet beslutter hvilke lokaler da de kender både brugerne, lokalerne og hverdagen bedst. Hos Stifinderne vælges køkkenet som er aflukket, og dermed mindstes forstyrrelserne fra de andre brugere. I Stjernen benyttes et bord i fællesrummet. Her er ikke roligt, men brugerne er i et kendt lokale og de er omgivet af kendte mennesker og personalet hvis de skulle føle sig utrygge eller have behov for at forlade interviewet.

Anonymitet

Selvom emnet ikke betragtes som følsomt bliver brugernes navne anonymiseret. Der er dog udtalelser og kendetegn som vil gøre det muligt at identificere de enkelte brugere, men dette vurderes ikke som fortrolighedsstridigt.

Støttepersoner

Begge interviewgrupperne kender Lars fra HandiLeg og de forbinder ham positivt med projektet. Det er derfor naturligt og udslagsgivende at det er Lars der har den primære funktion i interviewet som ”oversætter” og inspirator i forhold til brugernes erindringer. Hvorvidt personalet deltager i interviewet afhænger af om brugerne i grupperne har brug for støtte. I Stifinder-gruppen er det nødvendigt med personalebeteiligung da en af brugerne taler vha. ”tegn-til-tale” og for at give de to andre bedre mulighed for at udtrykke sig deltager to pædagoger. Der deltager ikke personale fra Stjernen.

Tidsramme

Interviewet er ikke fastsat tidsmæssigt da der gives plads til at brugerne får tid til at fortælle det de gerne vil fortælle. Den umiddelbare forventning er at interviewene varer omkring en time, men det vægtes højt at brugerne ikke føler sig presset til at skynde sig. Der skal være tid nok til at de kommer i tanke om det de vil fortælle.

Billeder

Det kan være god hjælp for psykisk handicappede og udviklingshæmmede at kigge på billeder af det interviewet omhandler fordi det hjælper dem med at huske. Lars medbringer billeder fra dengang han selv var en del af HandiLeg og under interviewet er der mulighed for at brugerne ser på billederne og de små filmklip for at kunne erindre hvordan det var.

Bilag 3: Interviewguide

Kan du fortælle mig om HandiLeg (dengang Lars var med)?

- Kan du huske hvordan I gjorde når I havde HandiLeg?
 - o Fx Hvilke lege kan du huske?
- Kan du huske hvordan du synes det var første gang I skulle lege?
 - o Hvordan var det for dig når du vidste I skulle have HandiLeg?
 - Glædede du dig til det eller ville du ikke være med?
 - o Var der nogle af legene som du helst ville lege?
 - Var det nogle lege som var sjovest? Spændende?
 - o Var der nogle af legene som du ikke havde lyst til at lege?
 - Var det lege der var svære? Kedelige? Farlige?
- Kan du huske hvordan det var at lege med Lars?
 - o Er Lars ligesom de andre på Filadelfia?
 - Hvordan er han ens? Eller forskellig?
 - o Synes du Lars var med i legene når I havde HandiLeg?
 - Hvordan var Lars med? Eller ikke med?

Kan du fortælle mig om HandiLeg (i dag, uden Lars)?

- Hvordan leger I nu om onsdagen?
 - o Hvad for nogle lege kan du huske I leger nu?
- Hvordan har du det når du ved I skal have HandiLeg?
 - o Bliver du glad? Vred? Ked af det?
- Når I har HandiLeg hvordan synes du så det er?
 - o Sjovt? Farligt? Svært? Spændende?
- Hvordan synes du det er at lege når Lars ikke er med?
 - o Anderledes? Eller det samme som før?
- Hvis du bestemte vil du så lege sammen med Lars eller uden?
 - o Hvordan er det godt at lege med Lars?
 - o Hvordan er det godt at lege uden Lars?

Bilag 4: Uddrag fra ansøgning til TrygFonden

Nærmere beskrivelse af projektet i hverdagsprog. Projektet handler om...

HandiLeg

Mennesker, der af forskellige årsager, har en varig nedsat funktionsevne, fysisk og/eller psykisk, er ofte en overset gruppe, når der lanceres sundhedsfremmende tiltag. Mennesker med autisme, hjerneskader, epilepsi eller psykiatriske problemer har ofte ikke samme muligheder for at vælge "det sunde liv" på samme vilkår som normalt fungerende. Projektet arbejder ud fra det brede sundhedsbegreb og vil undersøge, hvordan fysisk aktive lege kan styrke trivsel og livsglæden hos denne målgruppe.

Projektets fokus er at udvikle et pædagogisk grundlag, for at arbejde med sundhedsfremme for mennesker med varig nedsat funktionsevne, i forhold til fysisk aktivitet, socialt velvære, livskvalitet og mestring. Det overordnede formål bliver hermed, at udvikle og afprøve og dokumentere metoder, der har generel værdi for alle institutioner, der arbejder med målgruppen.

Udviklingsforløbet tager afsæt i en institution, der til dagligt tilbyder aktiviteter til målgruppen: Aktivitets- og Værkstedscenteret på Filadelfia. Aktivitets- og værkstedscenteret er som selvstændig afdeling, et socialt specialtilbud til voksne under servicelovens § 103 g 104.

Projektet vil arbejde med institutionens bevægelseskultur og udvikle en integreret måde at være sammen på omkring leg og bevægelse. En legende kultur, der er anerkendende og inkluderende, og som visse af brugerne selv kan understøtte og videreudvikle.

Mennesker med varig nedsat funktionsevne, som bor i eget hjem eller på institution, har som voksne mennesker i princippet selv ansvaret for deres liv, men har brug for støtte til at træffe valg som styrker deres sundhed og livsglæde. Forældre og andre pårørende til målgruppen er ofte ikke længere til stede, hvorfor det i høj grad er det professionelle netværk omkring målgruppen som har indflydelse på de valg, der træffes. Dette projekt har derfor primært et sigte på målgruppen og sekundært på personalet. Personalet deltager i projektets aktiviteter med målgruppen, så man sammen oplever legens muligheder.

I projektet vil man for første gang forsøge med en målrettet og langvarig indsats at få fysisk aktiv leg ind i målgruppens og dens personales hverdag. Projektet sætter fokus på målgruppens muligheder for, med en legende vinkel, at vælge det sunde liv til. Målgruppen har prøvet idræt, træning og terapi, men fysisk aktiv leg er nyt. Legen vælges fordi gængse sundhedsparametre som kondital, BMI, muskelstyrke m.v. ikke er i fokus og ikke giver mening hos målgruppen. Derimod er fællesskab, humor og deltagelse noget som øger livsglæden og kan gøre det lettere at vælge det sunde liv, på trods af de begrænsninger som den enkeltes handicap sætter.

Datoer: Angiv på hvilken dato projektet slutter. 01-09-2012

Uddybende beskrivelse. De vigtigste aktiviteter i projektet.

Fysisk aktive lege har udgangspunkt i krop, bevægelse og menneskeligt fællesskab. Efter simple regler, ofte med en fantasifuld vinkel og med enkle redskaber leger man sammen. I legen indgår ud over motorik og fysisk udfordring på mange niveauer, musikalitet i bred forstand og sproglige elementer er med i form af rytme, sang og remser.

Det specielle ved fysisk aktive fælleslege som aktivitet er, at legens grundstruktur ikke tilpasses målgruppen. Den måde legene formidles og udføres på, tilpasses naturligvis målgruppens formåen, men det er stadig den samme leg, som andre typer af målgrupper leger. Man kan ikke være bedre til at lege en leg end andre. Legene er dermed ikke specielt konstrueret til målgruppen, idet mennesker med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne kan lege på samme præmisser som alle andre, og for den sags skyld sammen med andre. Man deltager på ligeværdige vilkår og i legen mødes alle i øjenhøjde med hinanden

Projektet søger konkret at skabe en legekultur, der bygger på en række legestrukturer, der hver især og til sammen, understøtter elementerne i den samlede sundhedsfremmeindsats. Strukturerne har som grundlag den legende tilgang til bevægelse, og de virker gennem større fælleslege, mindre fange-, gemme- og farligt besøgslege, fysisk og motorisk udfordrende lege og egentlige fysisk aktive spil.

De store sociale fælleslege har til alle tider favnet en bred gruppe og har inklusionen af alle som forudsætning. Et eksempel: gruppen står i en rundkreds, og den enkeltes deltagelse er afhængig af mod og udfarenhed: hvem tør man se i øjnene og efterfølgende bytte plads med? Ingen kommer først eller sidst, og derfor kan man ikke være bedre eller dårligere til legen, end de andre deltagere.

Legen hedder Kispus, og underviserne fra Gerlev har været igennem flere tusinde omgange af denne leg. Erfaringen er, at alle målgrupper synes, denne leg er sjov, og alle kan deltage uanset formåen. Legen i sig selv giver rum til at indgå på forskellige måder, og samtidig opstår en tydelig følelse af, at deltagerne er en del af noget sammen - hver enkelt er en del af et fællesskab i legen.

Projektet har også som fokusområde, at tænke de fysiske rammer ind i institutionernes omstilling til en legende kultur. Alle institutioner har fysiske rammer, som rummer mulighed for fysisk aktivitet tilrettet brugerne. Det er et spørgsmål om at kunne se dem og udnytte dem. I stedet for at fokusere på manglende idrætsanlæg og udstyr, skal man ændre på praksis, så pædagogikken i højere grad udnytter de rammer som institutionen allerede har, for at skabe fysisk aktivitet gennem leg. En del af dagene med formidling vil derfor have karakter af forsøg, hvor der eksperimenteres med de forskellige fysiske rammer, som ligger i institutionen og dens nærområde - både udendørs og indendørs, alt efter forhold og årstid. For at sikre en blivende effekt, vil dette ske i tæt samarbejde med brugerne, personalet og institutionens ledelse.

Mål: Projektet vil udvikle og forankre en række pædagogiske redskaber og metoder, der understøtter en fysisk aktiv og fælles legekultur i de institutioner, der er involverede i projektet. Metoderne beskrives og dokumenteres, så erfaringerne kan implementeres i andre institutioner.

Projektet igangsætter udviklingen og personalet uddannes til at fortsætte og fastholde denne legekultur efter projektperiodens udløb.

Processen kan struktureres i følgende delelementer:

1. Oplevelse af legekulturen, 2. Kompetenceudvikling og implementering, 3. Forankring af kulturen i dagligdagen, 4. Fælles event og 5. Dokumentation

Delmål 1: Oplevelsesorienteret (februar – maj: 2011). I første fase gennemføres over en periode på 12 uger, en række legearrangementer i de deltagende afdelinger på Aktivitets- og Værkstedscenteret på institutionen Filadelfia, hvor både brugere og personale deltager. Hensigten er at give alle involverede den umiddelbare oplevelse af at lege sammen.

Delmål 2: Kompetenceudvikling og implementering inkl. 2 kursusdage for personalet (september – januar: 20 uger 2011/12). I den fase, der løber over 20 uger, uddannes det pædagogiske personale på de deltagende afdelinger på Aktivitets- og Værkstedscenteret på institution Filadelfia i, hvordan de kan bruge legen som redskab i dagligdagen. Forløbet er en kombination af teori og praksis, hvor personalet får konkret erfaring i at arbejde med legene i forhold til brugerne. De løbende erfaringer indarbejdes i den videre proces, der dermed får en meget dynamisk karakter.

Der arbejdes målrettet med de forskellige lege i forhold til målgruppen, og der reflekteres løbende over muligheder og begrænsninger. Gradvist overtager det pædagogiske personale mere og mere af styringen, med underviseren fra Gerlev som vejleder. Hver undervisningsgang rundes af med evaluering og feedback.

Delmål 3: Forankring i dagligdagen via vejledning (Februar – Maj: 20 uger 2012). I denne 3. fase, der løber over 20 uger, arbejder vi med at integrere legen som en pædagogisk praksis i hverdagen. Personalet udvælger selv forskellige pædagogiske cases, hvor det kan være oplagt, spændende og/eller udfordrende at bruge legen som redskab.

I denne fase optræder underviserne fra Gerlev udelukkende som vejledere i de situationer, hvor legen inddrages forsøgsvist. Det aftales på forhånd, hvad man ønsker at prøve af og hvornår, og underviseren vejleder så omkring planlægning og vil være til stede under legen. Efter hver gang samles der op på, hvordan det er gået og hvad man skal være opmærksom på fremadrettet.

Delmål 4: Legeevent med vejledning (Juni: 2 uger 2012) Denne event er tænkt som et afsluttende projekt i projektet. Det er et eksperiment, der går ud på, at de deltagende afdelinger på Værkstedscenteret Filadelfia, med pædagogisk personale såvel som brugere, planlægger og afholder en fælles legefestival for målgruppen.

Festivalen giver mulighed for vise, hvad der er kommet ud af projektet, og brugerne kan få oplevelsen af, selv at optræde som instruktør, og sætte en leg i gang.

Delmål 5: Dokumentation. På baggrund af den løbende erfaringsopsamling udarbejdes der et inspirationskatalog, der i tekst og billede formidler de metoder videre, der har vist sig frugtbare i forhold til målgruppen. Der vil være eksempler på lege, på organisering af aktiviteterne i dagligdagen, samt vigtige fokuspunkter i forhold til at implementere og fastholde kulturen i organisationen.

Organisering: Ansvarsfordeling internt/eksternt i forhold til projektet.

Projektet bliver til i et ligeværdigt partnerskab mellem Institutionen Filadelfia, Værksteds- og aktivitetscenteret, og Gerlev Idrætshøjskole / Center for Leg og Bevægelseskultur.

Projektstyringen varetages af projektleder fra Gerlev i tæt samarbejde med ledelsen på Filadelfia. Den faglige udviklingsproces varetages af undervisere fra Gerlev i samspil med det pædagogiske personale på Filadelfia. Gerlev er som projektejere ansvarlige for opsamling og formidling af dokumentationsmateriale.

Succeskriterier: De forventede resultater på kort og langt sigt.

En anderledes fysisk legende kultur skal til slut være en naturlig del af hverdagen for alle involverede parter. Kulturelle forandringer af denne kaliber forudsætter en pædagogisk, strategisk og meget langsigtet indsats for, at det lykkes og forankrer sig. Derfor er projektet bygget op om de beskrevne faser, med tid til oplevelse, implementering, refleksion, tilegnelse og en endelig integrering i den pædagogiske praksis og brugernes selvforståelse, så de sammen kan understøtte og videreudvikle den fælles skabte lege-kultur.

Projektindsatsen forventes at føre til en mærkbar og målbar forbedring af deltagerne sundhed, set i forhold til graden af fysisk aktivitet i hverdagen, socialt velvære, livskvalitet og mestring.

Projektet vil søge at sikre, at fysisk aktiv leg bliver en del af hverdagen for alle brugerne af institutionen. Det forventes, at vi kan se en udvikling i det generelle fysiske aktivitetsniveau, med de positive følgeefferter det vil have.

Fysisk aktiv leg i hverdagen vil kunne bidrage til at styrke fællesskaber og etablere stærke sociale bånd brugerne imellem og mellem brugere og pædagoger. Det at grine sammen og udfordre sig selv og hinanden i legen, skaber en social tryghed og giver deltagerne følelsen af øget socialt velvære.

En del af deltagerne forventes at opleve det, at de mestrer noget. Alle er potentielle mestre i leg. For nogle vil oplevelsen af mestring formentlig ikke nå ud over legens rum, men for andre kan oplevelsen smitte af på andre aspekter af deres tilværelse og på andre arenaer i deres livsverden.

Livskvalitet, forstået sådan, at der er noget, der giver os følelse af glæde i livet, er stærkt fremherskende i legen. Mange vil sige, at være fysisk aktivt legende er livskvalitet i sig selv. Det er derfor en forventning, at deltagerne vil opleve en øget livskvalitet som følge af deres deltagelse i udviklingen af en aktiv legekultur.

Herudover er det et overordnet vigtig succeskriterie, at projektet får dokumenteret den metodeudvikling, der finder sted i forløbet, så andre lignende institutioner kan have glæde af erfaringerne.

Fastholdelse af effekt

Mulighederne for at effekten fastholdes efter projektets afslutning.

En effekt af projektet vil også være, at det pædagogiske personale samlet set tilegner sig og mestrer grundlæggende og specifikke kompetencer i forhold til at kunne skabe rammerne for en fysisk aktiv legekultur, og er i stand til at kunne fastholde den efter projektets afslutning.

Det forventes, at brugen af fysisk aktive lege er en naturlig del af institutionen Filadelfias pædagogiske værktøjskasse og at alle nye medarbejdere integreres i kulturen, så det ikke kun

er de få ildsjæle, der er bærere og formidlere af den nye legekultur.

Effektmåling i forhold til målgrupper: Hvordan måles effekten i projektet?

For at måle på den forventede effekt, søger vi at operationalisere en række ”bløde” parametre, der er relateret til brugernes adfærd. Adfærdsændringer på baggrund af parametrene måles via observation fra personalets side, der er vant til at omgås deltagerne til dagligt.

Undervejs i forløbet holdes der løbende evalueringsskønmøder, hvor parametrene vil være udgangspunkt for diskussion og refleksion blandt deltagerne, og parametrene vil danne grundlag for den endelige erfaringsopsamling og dokumentation til slut i projektet.

Brugerrelaterede parametre: Kontaktbarheden til sprogløse brugere udvides – målt i tid. Det kan være alt fra at kontakten mellem bruger/pædagog går fra få minutter til flere minutter og til at den såkaldte ”arousal”-proces øges i tid.

- Indgå i en flowtilstand – målt i tid (fra X til længere tid, dette med afsæt i individuelle brugerforudsætninger).
- At brugere selv begynder at efterspørge aktiviteter – enten verbalt eller via tegn-til-tale.
- Styrkelse af kognitive og fysisk/motoriske funktioner - alt sammen målbare parametre. (kognitive funktioner= opmærksomhed, koncentration, forarbejdningstempo, visuel funktion, styringsfunktioner og sprogfunktion).
- Styrkelse af det ekspressive sprog – herunder krops- verbal- og parasprog (parasprog er det sprog, der ligger parallelt med det verbale, f.eks. gestik, mimik, intonation, prosodiske elementer, toneleje m.v.).
- Engagement og deltagelseslyst (glæde, smil, vilje, lyst, kommunikation m.v.).
- Styrkelse af samarbejdsevne – både i forhold til pædagoger og til andre brugere.
- Vedholdenhed (dvs., at brugeren viser tegn på lyst til at øge specifikke områder indenfor de stillede udfordringer – eksempelvis at blive bedre, end de var tidligere).

Bilag 5: Uddrag fra evalueringsrapport til TrygFonden

Hvad handler projektet om

Mennesker, der af forskellige årsager har en varig nedsat funktionsevne fysisk og/eller psykisk, er ofte en overset gruppe, når der lanceres sundhedsfremmende tiltag. Mennesker med autisme, hjerneskader, epilepsi eller psykiatriske problemer har ofte ikke samme muligheder for at vælge ”det sunde liv” på samme vilkår som normalt fungerende. Projektet arbejder ud fra det brede sundhedsbegreb og vil undersøge, hvordan fysisk aktive lege kan styrke trivsel og livsglæden hos denne målgruppe.

Projektet vil arbejde med institutionens bevægelseskultur og udvikle en integreret måde at være sammen på omkring leg og bevægelse. En legende kultur, der er anerkendende og inkluderende, og som visse af brugerne selv kan understøtte og videreudvikle.

Mennesker med varig nedsat funktionsevne, som bor i eget hjem eller på institution, har som voksne mennesker i princippet selv ansvaret for deres liv, men har brug for støtte til at træffe valg, som styrker deres sundhed og livsglæde. Forældre og andre pårørende til målgruppen er ofte ikke længere til stede, hvorfor det i høj grad er det professionelle netværk omkring målgruppen som har indflydelse på de valg, der træffes. Dette projekt har derfor primært et sigte på målgruppen og sekundært på personalet. Personalet deltager i projektets aktiviteter med målgruppen, så man sammen oplever legens muligheder.

Målet med projektet

Projektets fokus er at udvikle et pædagogisk grundlag, for at arbejde med sundhedsfremme for mennesker med varig nedsat funktionsevne, i forhold til fysisk aktivitet, socialt velvære, livskvalitet og mestring. Det overordnede formål bliver hermed, at udvikle og afprøve og dokumentere metoder, der har generel værdi for alle institutioner, der arbejder med målgruppen.

Udviklingsforløbet tager afsæt i en institution, der til dagligt tilbyder aktiviteter til målgruppen: Aktivitets- og Værkstedscenteret på Filadelfia. Aktivitets- og Værkstedscenteret er som selvstændig afdeling, et socialt specialtilbud til voksne under servicelovens § 103 g 104.

I projektet vil man for første gang forsøge sig med en målrettet og langvarig indsats for at få fysisk aktiv leg ind i målgruppens og dens personales hverdag.

Projektet sætter fokus på målgruppens muligheder for, med en legende vinkel, at vælge det sunde liv til. Målgruppen har prøvet idræt, træning og terapi, men fysisk aktiv leg er nyt. Legen vælges fordi gængse sundhedsparametre som kondital, BMI, muskelstyrke m.v. ikke er i fokus og ikke giver mening for målgruppen. Derimod er fællesskab, humor og deltagelse noget, som øger livsglæden og kan gøre det lettere at vælge det sunde liv, på trods af de begrænsninger som den enkeltes handicap sætter.

Målgruppe

Brugerne var mellem 60-80 år og havde følgende handicap: Autismen, udviklingshæmmede, epilepsi, psykiatriske problemstillinger, senhjerneskade, fysisk handicappede, flere havde flere handicaps. Brugerne boede i egen bolig, beskyttet bolig eller på institution.

Hvorfor succes

Ideen om, at netop fysisk aktiv leg kunne være en god indgang til at skabe mere livsglæde og bevægelse hos den brede målgruppe, har vist sig at være rigtig. HandiLeg var noget som brugerne så frem til med glæde og deltog i. Det var positivt med det lange forløb på 1½ år. Det skabte tryghed hos brugerne og gradvist udviklede legene sig sammen med kropsbevidstheden og de sociale funktioner hos brugerne. Flere brugere kunne ved projektets afslutning selv stå for at formidle lege, med let pædagogisk støtte.

Et andet mål var at få personalet til om at se, at HandiLeg var et positivt og virksomt pædagogisk værktøj, som de selv kunne lære at bruge. Her var det lange tidsforløb væsentligt for, at HandiLeg blev en succes. På Værkstedcenteret på epilepsihospitalet Filadelfia, hvor projektet forløb, var man gennem tre runder med fyringer og trusler om lukninger. Alligevel formåede projekt HandiLeg gennem sine 1½ år igen og igen at markere sig som en positiv metode, som brugerne satte stor pris på, så personalet gradvist tog HandiLeg til sig.

HandiLeg forsætter nu, efter projektets praktiske afslutning d. 31. august 2012, på to af de ”tungeste” afdelinger ved personalet og brugernes egen hjælp.

Når man skal ændre på vaner og holdninger tager det tid. Da HandiLeg begyndte var holdningen hos en del brugere og især personaler ”Vi leger ikke!”. Efter 1½ år er holdningen vendt til: ”HandiLeg - det er lige os! - en sjov måde at få bevægelse og samvær på”.

Vurder effekt for målgruppen

Brugerne som alle har handicap relateret til hjernen, men ellers er i meget forskellige livssituationer, er ikke ens. Gennem HandiLeg har de oplevet en ny måde at være sammen på, som styrker venskaber og socialt sammenhold, flere oplevede at lege sammen med brugere fra andre afdelinger.

Samtidig er brugerne blevet udfordret i kropslige aktiviteter. Flere brugere har udviklet en bedre fornemmelse af deres krop; muskeltonus, opdage sin bagside, balance, kaste/gribe bolde, tryghed ved at komme op i puls og mærke hjertet banke eller indgå i tæt kropskontakt med andre gennem leg. Flere tåler nu berøring som ved fangeleg eller kan give kropslig modstand ved lege, hvor man prøver kræfter med hinanden. HandiLeg har vist en ny måde man kan være socialt sammen på, mens man får motion og ler sammen. HandiLeg har været præget af stor livsglæde og humor.

Positive effekter

Først og fremmest ved at tale med brugerne, høre og ikke mindst se (flere brugere har kun lidt verbalt sprog) på brugernes reaktioner på HandiLeg; stor glæde, engagement og positive forventninger, brugerne spurgte til HandiLeg og gav udtryk for elementer fra legen i andre sammenhænge.

Pædagoger og andet personale har fortalt projektlederen om meget positive reaktioner fra brugerne, ligesom personalet noterede, at brugerne bedre, kunne indgå i sociale sammenhænge, talte mere med hinanden og var gladere resten af dagen. Kropsligt set havde brugerne gennem projektets 1½ år fået øget deres kropsbevidsthed og bevægelighed.

Projektlederen har taget foto/video af HandiLeg ved flere lejligheder. Også her kan man se, hvordan brugerne engagerer sig i aktiviteterne.

Projektet sluttede med en Store Legedag på Filadelfia, hvor flere brugere formidlede en el-

ler flere lege med pædagogisk støtte til de øvrige deltagere. Samtidig kunne flere brugere mod slutningen af projektet klart give udtryk for, hvilke lege de gerne ville lege, de begyndte at deltage i planlægningen af næste gang, der var HandiLeg. Alt dette tolkes som, at HandiLeg fortsat har en positiv betydning i brugernes liv.

Personalet har valgt at forsætte HandiLeg som tilbud, efter at projektet er stoppet.

Sideeffekter

Projektlederen vurderer, at personalet har haft glæde af HandiLeg. I begyndelsen blev projektet hilst velkommen af en del af personalet og ledelsen, andre var mere forbeholdende overfor leg som fysisk aktivitet, udtrykt som ”voksne mennesker leger ikke”.

Her ud over var der mange personaler, som var usikre over for at skulle være med til leg eller var negative overfor det. De så som endnu en arbejdsopgave. Projektets 1½ år var en hård tid for medarbejderne på Filadelfia med besparelser, fyringer og usikkerhed om fremtiden.

Her holdt de mange medarbejdere, som var projektet positivt stemt og som havde været med til at udvikle ideen bag ansøgningen til Trygfonden, fast i deres engagement i projektet, og sammen med projektlederen og ikke mindst brugernes tydelige glæde ved HandiLeg begyndte modstanden at svinde væk.

Hertil hjalp de planlagte kursusdage for personalet også en del på forståelsen af ideen bag HandiLeg. På disse kurser prøvede personalet også legen på egen krop uden brugerne, og pludselig var det hele lidt lettere at forstå. Efter kurserne begyndte næsten alt personalet at støtte HandiLeg.

Hermed har en vigtig sideeffekt været udviklingen af personalets holdninger.

Vigtigste erfaring i projektet

Den vigtigste lære i projektet er, at et handicap ikke gør en forskel på, om og hvorvidt et menneske kan være med til leg og samvær. Hvis der er en vilje hos mennesket selv og især hos den handicappedes hjælpere (personale eller familie) til at overkomme de praktiske problemer, så er aktiv leg en oplagt mulighed for at opsøge fysisk motion og livsglæde. Legene kan også danne bro mellem flere målgrupper, det er de samme lege ”raske” og handicappede kan lege, hvis man ellers lige afhjælper de praktiske forhold. Hermed kan man få fælles oplevelser på tværs af og på trods af handicap eller ej.

Flere personaler var skeptiske overfor legen – ”voksne leger ikke!”. Her overbeviste brugernes glæde og engagement efterhånden de fleste. Legen ses nu som en naturlig aktivitet på linje med andre. Let at sætte i gang, sjov at være med i, en let og social samværsform.

Serien MOVEMENTS

Se de tidligere udgivelser i rapportserien på CISC's hjemmeside: www.sdu.dk/cisc

- 2013:11 Bjarne Ibsen, Malene Thøgersen og Klaus Levinsen: Kontinuitet og forandring i foreningslivet: Analyser af foreningslivets udbredelse, sammensætning og karakteristika i 00'erne.
- 2013:9 Peter Mindegaard, Bjarne Ibsen, Anne-Merete Kissow og Jan Sau Johansen: Brugerundersøgelse af undervisning i varmtvandsbassin.
- 2013:8 Sigrid Alison Rytz, Lars Elbæk og Bjarne Ibsen: Matematik- og læsetræning i en fodboldklub: evaluering af Projekt Helhed i B 1909.
- 2013:7 Jens Høyer-Kruse og Bjarne Ibsen: Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling'
- 2013:6 Michael Fehsenfeld, Peter Mindegaard og Bjarne Ibsen: YOUR GAM3: Gadeidræt i udsatte boligområder.
- 2013:5 Jan Toftegaard Støckel: Fysisk aktivitet i skolefritidsordninger: En analyse af institutionsstrukturer og kulturer under forandring.
- 2013:4 Kurt Lüders og Ejgil Jespersen: Idrætsdeltagelse blandt unge voksne med sindslidelser.
- 2013:3 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ – Bevægelse i lokalområdet: Samlet evaluering af otte kommunale anlægsprojekter til fremme af rekreativ fysisk aktivitet.
- 2013:2 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering af Anbragte Børn i Bevægelse.
- 2013:1 Bjarne Ibsen, Malene Thøgersen og Lau Tofft-Jørgensen: Fritidsfaciliteterne i Fredensborg Kommune.
- 2012:17 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Naturparken Mellem Bakkedrag og Dalstrøg - Evaluering af en omdannet græsmark ved boligbebyggelse i Sønderborg.
- 2012:16 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: En Voldsom Omvej - Evaluering af en omdannet støjvold i Solrød.
- 2012:15 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Pixlpark - En Digital Legeplads - Evaluering af en omdannet plads i en ny bydel i Roskilde.
- 2012:14 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Et bevægelseksperimentarium - Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland.
- 2012:13 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Sidesporet - Evaluering af en omdannet asfaltplads ved Nørre Aaby station.
- 2012:12 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Opfordring til udfordring - Evaluering af omdannede restarealer i Kolding Bycentrum.
- 2012:11 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Byens Arena - Evaluering af en omdannet parkeringsplads ved boligbebyggelse i Høje Gladsaxe.
- 2012:10 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Dronningens Bastion - Evaluering af en omdannet bastion på et historisk voldanlæg i Fredericia.
- 2012:9 Thomas Skovgaard, Kurt Lüders, Jesper von Seelen, Mette Munk Jensen, Bjarne Ibsen, Casper Due Nielsen og Tobias Marling: Svømning i den danske folkeskole.
- 2012:8 Bjarne Ibsen, Venka Simovska og Henrik M. Larsen: Tilgængelighed til og deltagelse i idræt blandt børn og unge på Vesterbro: Evaluering af DGI-byens børne- og ungeprojekt Go-Active.

- 2012:7 Bjarne Ibsen ... et al.: Idrættens outsiders - Inklusion eller eksklusion af vanskeligt stillede børn og unge i idræt: Evaluering af puljen til idræt for vanskeligt stillede børn og unge.
- 2012:6 Jan Arvidsen, Karen Dalgaard Pedersen og Søren Andkjær: Rum og rammer for Aktivt Udeliv: Et litteraturstudie om naturlige omgivelseres betydning for Aktivt Udeliv.
- 2012:5 Bjarne Ibsen: Human Resource Management for Volunteers in Sports Organisations in Europe.
- 2012:4 Charlotte Skau Pawlowski og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ - Bevægelse i lokalområdet: Kvalitativ analyse af den kommunale planlægnings- og implementeringsproces forbundet med projektet.
- 2012:3 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af projekt Grib Chancen.
- 2012:2 Louise Bæk Nielsen og Bjarne Ibsen: Idrætsdeltagelse og idrætsfaciliteter i Vordingborg Kommune.
- 2012:1 Thomas Gjelstrup Bredahl: Slutevaluering af Greve Kommunes metodeudviklingsprojekt "MultiMinen" - For 6-8 årige børn med overvægt.
- 2011:6 Peter Lund Kristensen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben': Den kvantitative del - Vejle Kommune.
- 2011:5 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af 'Bevæg dig sund og glad: Et projekt i Esbjerg Kommune for overvægtige børn og deres familier.
- 2011:4 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering vedrørende projekt Idrætszen.
- 2011:3 Bjarne Ibsen og Louise Bæk Nielsen: Idræt og idrætsfaciliteter på Bornholm.
- 2011:2 Jakob Haahr og Søren Andkjær (red.): Muligheder og begrænsninger for friluftsliv: Konferencerapport - artikler og abstracts.
- 2011:1 Ejgil Jespersen: Evaluering af Krop og Kontor forsøgsprojekter.
- 2010:7 Pernille Andreassen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben' - Vejle Kommune.
- 2010:6 Forskningsenheden for 'Bevægelse, Idræt og Samfund' (BIS): Forskningsprofil og udviklingsplaner for 2010-2014.
- 2010:5 Bjarne Ibsen, Anne Mette Walmar Hansen og Eva Vennekilde: Ændringer i kommunal idrætspolitik efter kommunalreformen.
- 2010:4 Karsten Østerlund: Gå i Gang: Slutevaluering.
- 2010:3 Lise Specht Petersen: Rum for idræt og leg på Vesterbro.
- 2010:2 Bjarne Ibsen og Carsten Hvid Larsen: Aktivitet eller idrætspolitisk arbejde? Frivilligt arbejde i DGI Vestsjælland og DGI Nordsjælland.
- 2010:1 Bjarne Ibsen, Jan Toftegaard Støckel og Charlotte Klinker: Børn og fysisk aktivitet på Vesterbro.
- 2009:7 Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen: København – en by i bevægelse: evaluering af Københavns Kommunes motionsstrategi.
- 2009:6 Ole Lund: Evaluering af projekt 'Sund Cirkel'.
- 2009:5 Carsten Hvid Larsen og Bjarne Ibsen: Frivilligt arbejde i Gigtforeningen.
- 2009:4 Ole Lund: Sund indskoling – evaluering af sundhedsfremmende indsatser i SFO og indskoling i Frederikshavn Kommune.
- 2009:3 Kirsten Kaya Roessler: Gruppesamtaler som psykologisk behandling af kroniske smerter: erfaringer fra projektet "Tilbage til arbejdet".
- 2009:2 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Kolding By 2008.
- 2009:1 Ole Lund: Rend og Hop – Vi si'r stop: et sundhedsprojekts bestræbelser på at skabe bedre betingelser for det sunde liv i Varde Kommune.
- 2008:10 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Roskilde By.
- 2008:9 Per Jørgensen: Idrætspolitik i Gentofte Kommune gennem 100 år.

- 2008:8 Jens Høyer-Kruse, Malene Thøgersen, Jan Toftegaard Støckel og Bjarne Ibsen: Offentlige-frivillige partnerskaber omkring børn og fysisk aktivitet.
- 2008:7 Pernille Vibe Rasmussen: Foreninger og integration: Undersøgelse af foreningers vilkår for integrationsarbejde i Københavns Kommune.
- 2008:6 Thomas Gjelstrup Bredahl: Ekstern evaluering af Motion på Recept i Frederiksberg Kommune: September 2007.
- 2008:5 Thomas Gjelstrup Bredahl: Evaluering af Motion på Recept i Nordjylland 2007.
- 2008:4 Jens Troelsen, Kirsten Kaya Roessler, Gert Nielsen og Mette Toftager: De bolignære områders betydning for sundhed: hvordan indvirker bolignære områder på sundheden? – og hvordan kan udformningen gøres bedre?
- 2008:3 Ole Lund og Pernille Andreassen: Gå i gang: evalueringsrapport.
- 2008:2 Jan Toftegaard Støckel (red.): Parallel leg eller integreret leg? – partnerskaber om børn, leg og bevægelse.
- 2008:1 Pernille Vibe Rasmussen og Kirsten Kaya Roessler: Stofmisbrug og fysisk aktivitet: Evaluering af ”Krop og læring – Mere styr på eget liv”.
- 2007:1 Bjarne Ibsen: Børns idrætsdeltagelse i Københavns Kommune 2007.