

Artikel i KvaN nr. 62, marts 2002, tema: Kampen, legen og dansen

Kroppens muligheder og de kropumulige!

af Gudrun Gjesing

Det kan opleves som noget af en provokation at opfordre en børneergoterapeut – uddannet i et hierarkisk, naturvidenskabeligt orienteret behandlersystem – til at skrive i et blad med temaet: ”Kampen, legen og dansen”. Det er ikke begreber, der traditionelt benyttes i dette system, og en ordination som: ”styrkelse af barnets kompetence inden for kamp, leg og dans” er næppe tilskudsberettiget fra Sygesikringen!

Jeg er blevet meget påvirket af at have været ansat som børneergoterapeut inden for det specialpædagogiske arbejdsfelt i Folkeskolen næsten hele mit arbejdsliv. Derudover er jeg også påvirket gennem den frivillige idræt, hvor fænomenerne *kampen, legen og dansen* er ved at dukke op i debatten. Så mit bidrag til temanummeret er skrevet på baggrund af mit praktiske arbejde med børn, der er motorisk usikre og/eller urolige.

Artiklen handler om, hvordan man i dag kan forstå og beskrive udviklingen af sansning og bevægelse, om motorik som både mål og middel i udviklingen. Endvidere om børn der er motorisk usikre og/eller urolige, om hvordan de kan opleve deres kroppe som ’forstyrrende’, såvel i faglig indlæring, som i idræt, frikvarterer og i fritiden. Hvordan dette kan hæmme deres generelle trivsel, udvikling og læring. Derefter om, hvordan børn med forstyrrende kroppe bør og kan støttes, for at forhindre, at de – i mere end én forstand – risikerer at blive *kropumulige!*

Naturlig, kulturelig, dynamisk udvikling af sansning og bevægelse

”I tilfælde af uoverensstemmelse mellem kortet og terrænet, bør man følge terrænet” er et gammelt norsk råd til fjeldvandrere. Enhver der har vandret efter kort ved, at det er et godt råd. Så det har jeg valgt at følge, også når det gjaldt ’kortet’ over motorisk udvikling. ”Praksis er ikke underordnet teorien, men den er ofte dens forløber”, skriver Liv Duesund

Hvorfor ikke bare fortsat kalde det 'normal motorisk udvikling'? - det er da meget nemmere end denne knudrede overskrift! Det er fordi man ikke mere kan opfatte den motoriske udvikling som nogle statiske milepæle, børn erobrer i en bestemt rækkefølge til en nogenlunde fastlagt tid: rulle, krybe, kravle, stå gå, hoppe, løbe...sådan er det bare! For er det bare sådan - altid? De fleste af os kender eksempler fra hverdagen på, at remsen ikke passer, men alligevel er milepælsteorien svær at få aflivet.

Sansning er invitation til handling

Børn begynder ikke at rulle, bare fordi de er blevet seks måneder. En logisk forudsætning for at børn ruller er blandt andet, at de lægges ned på et fast underlag, og ikke sidder på Mors ryg eller i en autostol! Børn der ofte ligger på et fast underlag vil lære sig at rulle, fordi de herigennem opnår noget: måske for at komme væk fra noget ubehageligt, men mest for at få tilfredsstillt deres nysgerrighed og kunne opleve noget lystbetonet eller behageligt. Det er sansestimuli fra kroppen selv eller fra omgivelserne, der motiverer til bevægelse. ”Gennem sansning sluses kroppen ud i verden og verden ind i kroppen” siger Liv Duesund. Spædbørn griber først den nære omverden med øjnene, og nysgerrighed får dem til også at gribe ud i verden med hånden – for at begribe verden. Men snart rækker en armlængde ikke til at tilfredsstille den naturlige nysgerrighed, og vil potteplanten ikke komme til barnet, så må barnet komme til potteplanten. Nysgerrighed motiverer børn til at lære sig at rulle ud i verden for at trække omverdenen inden for rækkevidde og dermed få tilfredsstillt nysgerrighed og lære noget. Her er motorik eller bevægelsen et midlet til at kunne gribe ind i verdens gang og få oplevelser. Men motorik er både et middel og et mål for såvel børn som for voksne. Tænk bare på, hvordan et veltilpas og nysgerrigt barn bevæger sig omkring og leger, eksperimenterer og nyder selve det at bevæge sig.

Naturlig og kulturel

Mine to sønner kravlede eksempelvis ikke før de gik. Det kan jeg måske give en god forklaring på: for hvordan er det at skulle lære sig at kravle om vinteren i sparkedragt på et parketgulv? Eller med bare knæ om sommeren på et kokostæppe? Det var de omgivelser, vi tilbød vores drenge. Men nysgerrige var de jo begge! Så den ene valgte at rejse sig og vakle afsted på parketgulvet i sine bløde, skridsikre ruskindssko, mens den anden valgte at gå 'bjørnegang' (knyttede hænder, op på tæer og måsen i vejret, så så lidt som muligt at kroppen rørte det kradsende kokostæppe). Øvelse gør mester, og da de begyndte at have styr på at gå, kunne de også kravle, når situationen gjorde, at

det var mest hensigtsmæssigt for dem. Selvfølgelig kan der også være andre forklaringer på det end vores gulvbelægninger – det set afhænger jo som bekendt af øjnene, der ser!

Men det gi'r stof til refleksion. Det gør det også at rejse ud i verden og se og opleve, hvordan børn i andre kulturer har helt andre bevægelsesmæssige forudsætninger og muligheder omkring sig. Mange steder i verden bliver børn jo båret på ryggen af deres mor det meste af dagen de første år. De bliver ikke lagt ned for at de kan lære at udvikle sig, som der står i bøgerne om 'milepælsteorien', fordi det ikke er 'normalt' i deres kultur at gøre det. Alligevel lærer de børn også at gå og får et varieret bevægerepertoire. Men deres bevægestil er måske lidt anderledes end vor – tænk blot på hvordan kinesere går stort set uden rotation i rygsøjlen à la Charlie Chaplin, eller hvordan afrikanere roterer om både kroppens længde- og tværakse under gang. Og modsat mange af os travle vesterlændinge har såvel kinesere som afrikanere for det meste kroppens lodlinje inden for kroppens understøttelsesflade ved gang.

Det har fået mig til at formulere to sætninger, der til sammen rummer essensen af, hvordan jeg i dag opfatter motorisk udvikling og læring:

Den motoriske handlekæde inkluderer blandt andet evnen til at organisere sanseindtryk (perception), tænke i den motoriske idé og planlægge (kognition) samt sikre udførelsen af såvel kendte som ukendte bevægemønstre (praksis) på den for den enkelte person mest hensigtsmæssige måde i forhold til den aktuelle situation (konteksten). Eller at tilegne sig en øget mangfoldighed af programmeringsregler / handlestrategier for at mestre sin krop fleksibelt i en foranderlig verden.

”Bevægelse er en proces og et produkt. Bevægelsen må have sammenhæng med en defineret opgave. Bevægelsens struktur formes af opgaven, af individet og af omgivelserne i et dynamisk samspil” skriver Schjetlein & Mossige.

Bevægelsesudvikling er altså en dynamisk proces, afhængig af mange faktorer, eksempelvis kropslige forudsætninger, personlighed, de udfordringer man møder i omgivelserne i den kultur – såvel bevægekultur som etnisk kultur - man vokser op i.

Facitlisten over normale/korrekte bevægelser er altså ophævet!

”At forklare kroppen ville indebære at reducere dens mangetydighed til entydighed”, skriver Liv Duesund. Det medfører, at vi også må se og tænke anderledes, når vi vil vurdere og beskrive ’motorik’ hos børn med formodede motoriske vanskeligheder. Vi kan ikke mere blot måle og beskrive børns kropslige kompetencer og vanskeligheder i kvantitative skemaer med ’kan / kan ikke’, med aldersangivelse for motorisk udvikling i måneder og om ’milepælene’ er nået og forløbet normalt. Vi må vurdere og beskrive kvalitativt, hvordan børn løser motoriske opgaver, deres personlige stil, den kontekst det foregår i og hvordan de reagerer, når en opgave bliver (for) svær. Det bliver da også vigtigt at kunne vurdere og beskrive, hvor i denne handlekæde vi tror ’problemet’ er, når et barn er motorisk usikkert. Og måske er det slet ikke *inden i* barnet, problemet skal findes, men snarere i de opgaver barnet stilles over for og den kontekst, det foregår i. **Se eksempel 1.**

Børn der er motorisk usikre og/eller urolige

Når man taler om børn, der er motorisk usikre og/eller urolige bevæger vi os ind eller ud i en gråzone, for der er ingen entydige definitioner på, hvad det vil sige at være motorisk usikker og/eller urolig. Nogle af børnene har lettere problemer på kropsniveau, og det kan ofte medføre vanskeligheder i hverdagslivet i aktiviteter og i sociale relationer. Nogle børn kaldes motorisk usikre, fordi de mangler bevægelseserfaring, andre er generelt lidt senere i deres udvikling, atter andre er usikre generelt. Nogle børn kaldes motorisk urolige, fordi de har ’sodavand i kroppen’ eller ’pindsvineskind i bukserne’, eller fordi de har problemer med at fokusere og fastholde opmærksomheden om en stillet opgave.

Usikker motorik kan således i nogle tilfælde tolkes som børns nonverbale signal om, at de ikke trives. Motorik er et af børns mange sprog!

Fænomenerne *kampen, legen og dansen* giver mig også helt andre associationer, når jeg tænker på kropumulige unger!

Kampen

Mange kropumulige unger får kamp til stregen hver dag – hverdagen er ofte en evig, sej kamp! Eksempelvis om at få tøjet korrekt på hurtigt nok, ikke vælte glasset eller grise med maden, altid

blive bemærket negativt, skældt ud eller blive valgt til sidst i idræt. Vi ved godt, at det i idræt og sport ikke er alle der kan vinde, og et vigtigt mål for træneren er at lære såvel børn som voksne at blive en god nummer to eller en god taber. Men mange kropsumulige unger bliver næsten altid tabere i holdsport og anden disciplinorienteret idræt. Ikke underligt, at de kan reagere med enten at trække sig fra aktiviteterne eller dominere og ødelægge det for de andre.

Legen

Læring kan gå som en leg i idræt og sport, hvis børn er krops-duelige, og de får passende udfordringer. Men kropsumulige unger får ikke altid udfordringer, der passer til deres forudsætninger. De kan få svært ved legen med kammerater, såvel i såkaldt fri leg i frikvarter og i fritiden som i organiseret leg og spil i idræt og sport. De har måske svært ved at forstå deres rolle i rollelegen, så de henvises til at være flagstangen eller hunden. De kan måske ikke overskue reglerne i regellegen eller spillet, så de bliver 'skyld i' at holdet taber. Så bliver de måske målmand, linjevogter og til sidst måske fast på udskiftningsbænken. Det er jo ikke ligefrem det, der styrker selvværdet.

Dansen

Kropsumulige ungers liv er ofte en dans på roser med masser af torne. De kan - i mere end én forstand opleves tunge at danse med. De bliver let sat bagud af dansen, fordi de ikke kan klare eksempelvis tempoet, timingen, instruktionen, de rumlige relationer eller den nære fysiske kontakt med de øvrige i dansen.

Ikke underligt, at disse børn kan miste lysten til legen, til at lære noget og måske endda til livet.

Det har kropsumulige unger brug for

De har brug for at blive mødt med forståelse og indføling fra deres omgivelser. Det giver dem mulighed for at kunne opleve bevægeglæde, få lyst til gennem leg at eksperimentere og øve kropsligt og lyst og mulighed for at deltage i det sociale fællesskab med andre børn.

Jeg vil i det følgende komme ind på tre væsentlige forhold, kropsumulige unger derudover har brug for. De kan have behov for, at man

- • kompenserer for nogle af deres praktiske vanskeligheder i hverdagen
- • sikrer mulighed for, at børnene selv med lyst kan eksperimentere og øve kropsligt

- • tilbyder nogle af børnene specifik træning i en periode ved en kyndig pædagog, lærer eller terapeut.

Kompensere

I forhold til en kropumulig unge betyder at kompensere, at man fjerner noget fra omgivelserne, der hæmmer dets udfoldelsesmuligheder og tilføjer noget, der stimulerer dets udfoldelsesmuligheder. Det kan i forbindelse med omklædning være at 'fjerne' små knapper og snøreband, flyttes væk fra det mest befolkede hjørne af omklædningsrummet og undgå den knappe tid derude. Tilsvarende 'tilføje' joggingdragt, velcrobånd, det rolige hjørne og få lidt ekstra tid til omklædning og andre 'staldfiduser'. Dette kan hindre, at barnet opfinder undskyldninger som at ha' glemt gymnastiktøj, ha' ondt i maven, ha' fodvorter med videre for at undgå at skulle være med. **Se eksempel 2.**

Nogle kropumulige unger bør fritages for idræt i skolen, hvis indholdet af timerne eksempelvis er meget disciplinorienteret, og de derfor vil få nederlag og ødelagt selvværdet yderligere. De børn bør i stedet tilbydes en mere bevægelsesorienteret idræt eller motorisk træning ved en kyndig lærer eller terapeut.

Eksperimentere og øve

"Har vi et legende forhold til at lære nyt, får vi også et mere afslappet forhold til, at noget ikke lykkes, eller til at vi rammer ved siden af. For vi betragter da ethvert produkt som et udkast, noget ufærdigt, som vi kan gøre bedre på baggrund af det, vi lærer ved at fejle. Man mislykkes ikke, førend man holder op med at prøve" skriver Kissow & Pallesen. De voksne skal tænke på, at de gennem leg og spil kan give de kropumulige unger lyst og idéer til, hvad og hvordan de selv kan øve og eksperimentere kropsligt. For når følelserne også sættes i spil, kan læring gå som en leg for alle! **Se eksempel 3.**

Træne

I mange år har motoriklærere, terapeuter og andet godtfolk i bedste mening trænet reflekser væk, trænet bevægemønstre som rulle, krybe og kravle til, trænet ekstra med at stimulere basale sansesystemer ved at snurre og gyngte, trænet specifikke færdigheder i særlige rum, trænet bevægedetaljer løsrevet fra den funktionelle sammenhæng med videre.

Hvis børn ikke oplever sig som objekter for en korrigerende indsats, skader sådan træning og behandling næppe. Men en træning, der tager sit udgangspunkt i barnets egen motivation, positive kropserfaringer, lyst til at lære med videre – det er noget der tænder følelsernes blitzlys i barnet, og gør træning til den rene leg! Man skal nemlig kunne *være* mens man *lærer* – ikke bare se frem til at det bliver overstået! Det handler her om, at motoriklæreren eller terapeuten er kyndig, kan analysere barnets forudsætninger og aktivitetens krav og muligheder, så aktiviteten hentes fra barnets nærmeste udviklingszone. Det er således såvel en videnskab som en kunst at være en kyndig motoriklærer eller terapeut!

Illustrationer: Margareta Nordqvist (kun i den trykte udgave)

Litteratur:

- • **Duesund, Liv:** *Kropp, kunnskap og selvopfatning*, Universitetsforlaget, Oslo, 1995
- • **Kissow, Anne-Merete & Pallesen, Hanne:** *Mennesket i bevægelse*, FADL's forlag, 1995
- • **Schjetlein, Eva E. & Mossige, Hanne:** *Fra menneskekryp til gående barn*, Universitetsforlaget, Oslo, 1997
- • **Eeg, Jette, red.:** *Urolige børn, kap. : Kropumulige unger*, Gudrun Gjesing, Kommuneinformation, 1998
- • **Stelter, Reinhard Stelter:** *Med kroppen i centrum*, Dansk psykologisk Forlag, 1999
- • **Gjesing, Gudrun:** *Kropumulige unger – kroppen som basis for trivsel, udvikling og læring*, Institut for Idræt, Kbh.s Universitet, 1999
- • **Hansen, Mogens & Poul Erik Pagaard, red.:** *Specialundervisningshåndbogen, kap.: Børn, der er motorisk usikre*, Gudrun Gjesing, Munksgaard, 1999

Gudrun Gjesing (f. 1949), børneergoterapeut, svømmelærer og handicapsvømmeinstruktør samt freelance underviser og skribent. Arbejdet med børn i 25 år på Pædagogisk-Psykologisk Rådgivning og i svømmehallen. Har gennem årene skrevet om nysgerrige børn i bevægelse, naturlig kulturelig dynamisk bevægeudvikling, børn der er motorisk usikre, kropumulige unger, vandaktivitet m.m.

Se videre på: <http://www.gjesing-haderslev.dk>

-

Eksempel 1: (tegning 1 af børn, der spiller bold i vand - kun i den trykte udgave !) + nedenstående tekst ved siden af:

Analyse af nogle forudsætninger for at lære at gribe en bold:

motivation – lyst - forstå hensigt og instruktion - oplagre information - fokusere opmærksomhed - fastholde opmærksomhed - identificere og fiksere bolden med blikket - opleve sin krop i rummet og i forhold til den, der vil kaste bolden – danne idé eller forstillingsbillede af handlingen, fx vedr. afstand, timing og balance – sammenligne aktuelle handling med lignende aktuelt lagrede handlestrategier – tilpasse forestillingsbillede til aktuelle situation – vælge handlestrategi – opfatte kastet – koordinere øjne og hænder – regulere kropsbalancen – koordinere og kontrollere muskelsamarbejdet – bearbejde de informationer, hjernen når at modtage undervejs – stoppe bevægelsen igen – bearbejde erfaringerne af aktuelle handling – drage konklusion og evt. ændre strategi – lagre den nye forbedrede handlestrategi i hukommelsen, så næste forsøg bliver et bedre forsøg, i stedet for en dårlig gentagelse.

Eksempel 2: (tegning 2 af barn, der knapper sin skjorte - kun i den trykte udgave !) + nedenstående tekst ved siden af:

Lasse er ved at knappe sin skjorte efter en svømmetime. Du kan allerede nu se, at skjorten vil blive knappet skævt. Men Lasse opdager det først, når han mangler en knap til det nederste knaphul – og så bliver han stjernetosset!

Hvis nu én eller anden havde lært ham, at han altid skal starte nedefra, når han knapper sin skjorte, så havde Lasse ikke haft dét problem.

Eksempel 3: (tegning 3 af et barn, der spiller badminton - kun i den trykte udgave !) + nedenstående tekst ved siden af:

Mikael kan på kropsniveau beskrives som en dreng med motoriske kontrolvanskeligheder, et begrænset bevægerepertoire - domineret af en asymmetrisk tonisk halsreaktion med en strittende arm, usikker balance, dårlig understøttelsesflade m.m.. Så han kan da ikke klare aktiviteten badminton!

Én eller anden har forstået at flytte fokus fra kropsniveau til aktivitetsniveau, og 'problemet' bliver nu i stedet, at badmintonbolde er for hurtige. Hvis man fjerner badmintonbolden og tilføjer en ballon, så kan Mikael spille badminton – og det bliver den rene leg for ham at udvide sit bevægerepertoire i forhold til at spille badminton.