

# Idræt, handicap og social deltagelse

*Er man aktiv i idrætslivet, er man det sandsynligvis også i andre sammenhænge, viser resultaterne fra et ph.d.-studie. Idrætten kan være med til at give et afgørende skub, der gør, at mennesker med handicap opsøger andre sociale fællesskaber*



ANNE-MERETE KISSOW

exam.scient.idræt, fysioterapeut, cand.pæd.pæd, ph.d. Har arbejdet som fysioterapeut på rehabiliteringsområdet og i psykiatrien. Var fra 1983-2001 underviser i fysioterapi og bevægelsesfaget på fysioterapeutuddannelsen i Holstebro og har udviklet "Tilpasset Idræt og Bevægelse" som fagområde i uddannelsen. Er aktuelt ansat som konsulent og forsker i Handicapidrættens Videnscenter og underviser og vejleder i Tilpasset Idræt og Bevægelse på Institut for Idræt, Syddansk Universitet. Har publiceret artikler, såvel i fagtidsskrifter som i videnskabelige tidsskrifter, både nationalt og internationalt. Er medforfatter og redaktør på flere fagbøger, og har bidraget til flere antologier.

ak@handivid.dk

**PERSONER MED HANDICAP**, som regelmæssigt er idrætsaktive, er i højere grad beskæftiget på arbejdsmarkedet, udfører mere frivilligt arbejde, deltager oftere i fritidsundervisning og er mere aktive i organisationsarbejde end de, der ikke er idrætsaktive. Det er konklusionen på en statistisk undersøgelse, jeg har foretaget i forbindelse med mit ph.d.-studie<sup>(1)</sup>. Der blev udført telefoninterviews af 922 mennesker med forskellige former for funktionsnedsættelse, og det fremgår, at 57,3 % af dem dyrker idræt eller anden fysisk aktivitet uden for hjemmet én eller flere gange om ugen. Blandt dem er der signifikant flere, der er i job, udfører frivilligt arbejde, deltager i fritidsundervisning og er aktive i organisationsarbejde sammenlignet med de 43,7 %, der ikke er regelmæssigt idrætsaktive.

I sig selv fortæller det ikke, om det er det at være idrætsaktiv, der fører til et generelt mere

aktivt liv. Men det giver belæg for at hævde, at personer med handicap, der er aktive på ét område i hverdagslivet, med stor sandsynlighed også er aktive deltagere i flere andre sammenhænge.

Det er interessant viden, da vi fra anden forskning ved, at mennesker med handicap deltager i markant mindre grad end den gennemsnitlige befolkning på alle områder, der kendetegner et almindeligt hverdagsliv i Danmark<sup>(2,3,4)</sup>. For eksempel er de i langt højere grad uden for arbejdsmarkedet og står langt oftere uden for foreningsliv og fritidstilbud end mennesker uden funktionshæmning. Det skyldes for en stor del barrierer i samfundet, som vanskelige adgangsforhold og negative holdninger til handicap i omgivelserne. Det anslås, at mere end 20 procent af den danske befolkning har en form for funktionsnedsættelse<sup>(5)</sup>, så det er en betragtelig

del af befolkningen, der ikke er en del af de almindelige fællesskaber og dermed heller ikke får mulighed for at bruge deres evner i fællesskabets sag.

Min undersøgelse giver imidlertid anledning til at antage, at det kan lade sig gøre at få skabt en god deltagelsesspiral. Det ser ud til, at hvis man kommer i gang med at være aktiv i ét af hverdagslivets fællesskaber, er det et godt afsæt til også at blive kompetent deltager i andre sammenhænge.

## Idrætsfællesskaber som indgang til et aktivt liv?

Min interesse kredser om, hvorvidt idræt og bevægelsesaktivitet har noget særligt at byde på som en arena, hvor mennesker med handicap kommer på sporet af det at være deltager i sociale fællesskaber. Derfor har jeg i et kvalitativt studie undersøgt spørgsmålet:



FOTO CLAUS SJØLIN

Hvilken betydning har idrætsdeltagelse i forhold til det øvrige hverdagsliv for mennesker med fysisk handicap? Kan man tage erfaringer fra deltagelse i idræt med og udvikle dem yderligere, når man bevæger sig ind i andre sammenhænge?

Jeg har fulgt syv voksne idrætsaktive personer med fysisk funktionsnedsættelse i forskellige kontekster i deres hverdag for at observere, hvordan de bruger deres færdigheder og kompetencer på tværs af disse kontekster. Desuden har jeg i et narrativt, livshistorisk interview bedt dem fortælle om deres liv med idræt. Spørgsmålet er især interessant i forhold til rehabiliteringsopgaven, hvor vi som fagpersoner har til opgave at støtte personen til at få et selvstændigt og meningsfuldt liv ud fra de forudsætninger, han/hun har <sup>(6)</sup>. I undersøgelsen er jeg optaget af aktivitet og deltagelse, den måde man som person bruger sine færdigheder i forhold til omgivelserne og i samfundets fællesskaber. Jeg beskæftiger mig i den forbindelse ikke med den fysiologiske betydning af idrætsaktiviteter.

#### Deltagelse som begreb og praksis

Det er her på sin plads at præcisere, at jeg i denne kontekst definerer begrebet "deltagelse" med udgangspunkt i kritisk psykologi <sup>(6)</sup>, hvor det forudsættes, at subjektet altid er involveret i social praksis. Men nesket deltager hele tiden i verden og er med til at genskabe eller forandre den. Man kan altså ikke være "ikke-deltagende", og deltagelse præger den enkeltes praksis og psykiske processer. Deltagelse forstås som *menneskelig handling*, der finder sted under bestemte *betingelser* sammen med andre i en *social praksis* i forhold til en *fælles sag* <sup>(7)</sup>.

Den enkelte kan imidlertid være deltagende i forskelligt omfang. Man kan være såkaldt perifer deltager <sup>(8)</sup>, hvor man helt legitimt er aktiv i nogle processer, men mere iagttagende og 'på vej' i andre processer. Eller man kan være fuldgyldig deltagende, hvor man med sine aktuelle kompetencer til fulde udfylder en defineret rolle i forhold til den fælles sag. Ofte er der tale om, at man, efterhånden som man udvikler sine færdigheder, også bevæger sig fra perifer til fuld deltagelse. I hvilket omfang man er deltager, beror imidlertid både på en subjektiv og en objektiv vurdering. Både



etats deltagelse har betydning i forhold til deltagelse i de forskellige hverdagsliv. Derfor er det vigtigt at undersøge, hvordan deltagelse kan forstås i forskellige sammenhænge. Projektet undersøgte, hvordan deltagelse kan forstås i forskellige sammenhænge.

vurdere, om personen er fuldgyldig deltager og bruger sine aktuelle færdigheder optimalt i forhold til den fælles sag.

Hvordan fuldgyldig deltagelse kan tage sig ud i en idrætslig kontekst, illustreres af en af mine observationer i studiet.

*Brian sidder dybt i båden, tager fat i snorene og får sejlene på plads. Et øjeblik efter er han på vej ud forbi molen, ud på fjorden. Vi indhenter ham i ledsagebåden, midt ude i sejlrenden. "Nu er du helt alene", råber jeg. "Ja, og det er dejligt", råber han med eftertryk og et stort smil. Han har medvind, og der er god fart på. Han sejler i siksak og cirkler, viser, at han har styr på vind og sejl. Her har han ikke brug for hjælper. "Jeg skal ud i fjorden", råber han. "Jeg har lang vej endnu". "Nu skal du ikke sejle for langt ud", råber coachen. "Hvorfor ikke? Det er da derfor jeg er kommet", svarer Brian kækt og sætter sejlet op i vinden".*

Brian er 44 år og født som spastiker. På grund af ataksi og dårlig balance går han meget usikkert. Over længere afstande kører han elektrisk scooter, og han har personlig hjælper til de fleste af sine daglige gøremål. Men båden er indrettet, så han kan sejle den uden hjælp og give de andre sejlere i klubben kamp til strengen. Han er en dygtig sejler, siger de, og både Brian og de andre oplever, at han bruger og udvikler sine idrætslige færdigheder optimalt, som man forventer af et godt klubmedlem.

### Deltager aktivt i mange sammenhænge

Ud over at Brian er aktiv idrætsudøver, deltager han også i mange andre sammenhænge. Han har job tre dage om ugen, han er bestyrelsesmedlem i den lokale handicaporganisation, aktiv i spastikerforeningen, er medlem af spejderbevægelsen og går til vandgymnastik og træning et par gange om ugen. Og selv er han ikke i tvivl: Idrætten har givet ham forudsætninger og mod på at være aktiv på andre områder i hverdagslivet. "Det startede i børnehaven", fortæller han. Der syntes de, at han skulle lære at svømme via Halliwick-systemet, og siden blev han aktiv i den lokale svømmeklub for børn med handicap. Det er efter hans opfattelse grunden til, at han lærte at holde balancen og gå, og at han er nået så langt, som han er i dag.

I forhold til sejlsporten er Brian ikke i tvivl

om, hvad der har givet ham det afgørende skub, nemlig lærer, der så hans muligheder og troede på hans evner.

"Jeg lærte at sejle på højskolen", fortæller Brian. "Det var vidunderligt, at jeg kunne være alene i en båd og styre den selv. Man kunne jo godt se lidt på riggen og pille lidt ved roret. Men læreren sagde: "Du er søn af en skipper, du må sgu lære at sejle!" Så skubbede han til båden, så jeg røg derudad. Og så måtte jeg jo prøve mig frem og hive lidt i snorene. Der gik ikke så lang tid, så havde jeg faktisk fundet ud af, hvordan man skulle sejle en mini-12er. Der var jo en motorbåd ved siden af, som kiggede lidt efter mig. Jeg har sejlet hver sommer lige siden".

Sideløbende med det har Brian meldt sig på banen i organisationsarbejde og sat gang i en længere proces, der har resulteret i, at han nu arbejder på deltid som kranfører på den lokale forbrændingsanstalt.

Også Jørgen formulerer klart, hvad hans erfaringer fra idrætslivet betyder.

"Meget af det, jeg har lært gennem idrætten ved både at arbejde med det i praksis og også organisatorisk, det bruger jeg da også i mit arbejde. Helt klart. Man samler noget op, som man kan bruge andre steder. Man skal bare omskrive det lidt. Og idrætten har nogle grundlæggende værdier, som er gode at have med sig i mange ting, fra sundhed og trivsel, og at man passer lidt på sin krop og alle de ting, til at man styrker sin personlige psyke ved det".

Jørgen er 44 år og spiller kørestolsrugby. Da han var 17 år, fik han en rygmarvsskade og blev lam i benene ved et trafikuheld. Han arbejder nu som trafikinformator og underviser skoleelever i trafiksikkerhed på baggrund af sin egen historie.

Det ser altså ud til, at deltagerne i min undersøgelse er i stand til at transformere erfaringer og færdigheder fra deres idrætsdeltagelse og udvikle dem yderligere, når de bevæger sig ind i andre sammenhænge i deres hverdagsliv.

### Idrætsaktivitet som udstillingsvindue

En forudsætning for, at man med et fysisk handicap bliver inviteret ind i fællesskabet, er imidlertid, at man bliver set af andre som én, der kan noget. I almindelighed føler mennesker med fysisk funktionsnedsættelse sig

ignoreret eller betragtet som personer, andre mennesker ikke ønsker at søge kontakt med, hævder Murphy<sup>(6)</sup>. Det gælder også for personerne i mit studie. Men når de viser sig i deres idræt, oplever de, at de bliver synlige for andre på en positiv måde. Den opmærksomhed fra andre mennesker, som de kunne ønske sig, men som de generelt ikke opnår i hverdagen, oplever de i idrætten, når omgivelsernes fokus er rettet mod det særlige, de kan. Aktiviteten fungerer så at sige som et udstillingsvindue.

Michael er blevet paraplegiker ved en ulykke på motocross-banen. Nu dyrker han håndcykling på højt niveau og er formand for Dansk Håndcykelforbundet. Han fortæller: "Jeg bliver opfattet på en anden måde, når jeg kommer i min cykel frem for i min kørestol. Der er det ikke handicappet, der kommer i første række. Det er cyklen, de spørger til først. Det er en meget tydelig forskel. Lige meget, hvor man kommer hen, så er der ikke mange, der henvender sig til én, hvis man kommer i kørestol. De vender den anden vej, eller hvad de nu gør".

Omgivelsernes usikkerhed og akavethed over for handicap afvæbnes ved, at personen træder frem som et aktivt menneske, som man kan have noget til fælles med. Den barriere for deltagelse, som "usynligheden" udgør, svækkes, og der opstår en åbenhed hos andre, som giver personen mulighed for at bevæge sig ind i en ny social kontekst og bruge sine kompetencer og færdigheder dér, f.eks. at bevæge sig fra at være idrætsudøver over i organisationsarbejde eller ind på arbejdsmarkedet.

### Passende støtte fra omgivelserne

Idrætsudøvere med handicap samler altså erfaringer og færdigheder, de kan bruge i hverdagslivet. Andre mennesker bliver opmærksomme på deres færdigheder og kommer ud over deres usikkerhed ved at stå over for en person, der er anderledes. Men hvis mennesker med handicap skal kunne deltage fuldt og bidrage kvalificeret til fællesskabet, er det afgørende, at de bliver inviteret med i fællesskabet og får de rette betingelser, så de kan bidrage med det, de kan. Fysisk tilgængelighed og særligt tilrettelagte forhold er selvsagt en forudsætning. Hvis Jørgen skal kunne fungere på arbejdspladsen, skal han kunne komme omkring i sin kørestol. Og

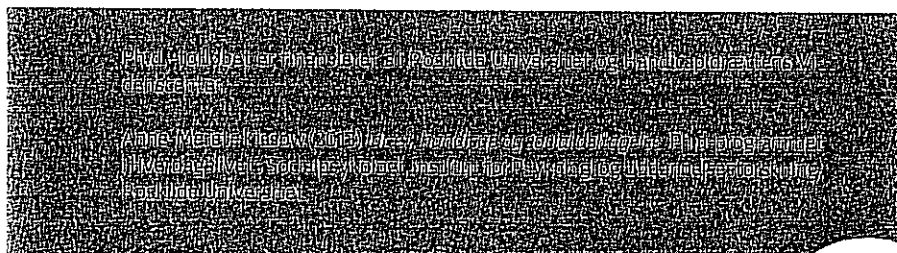
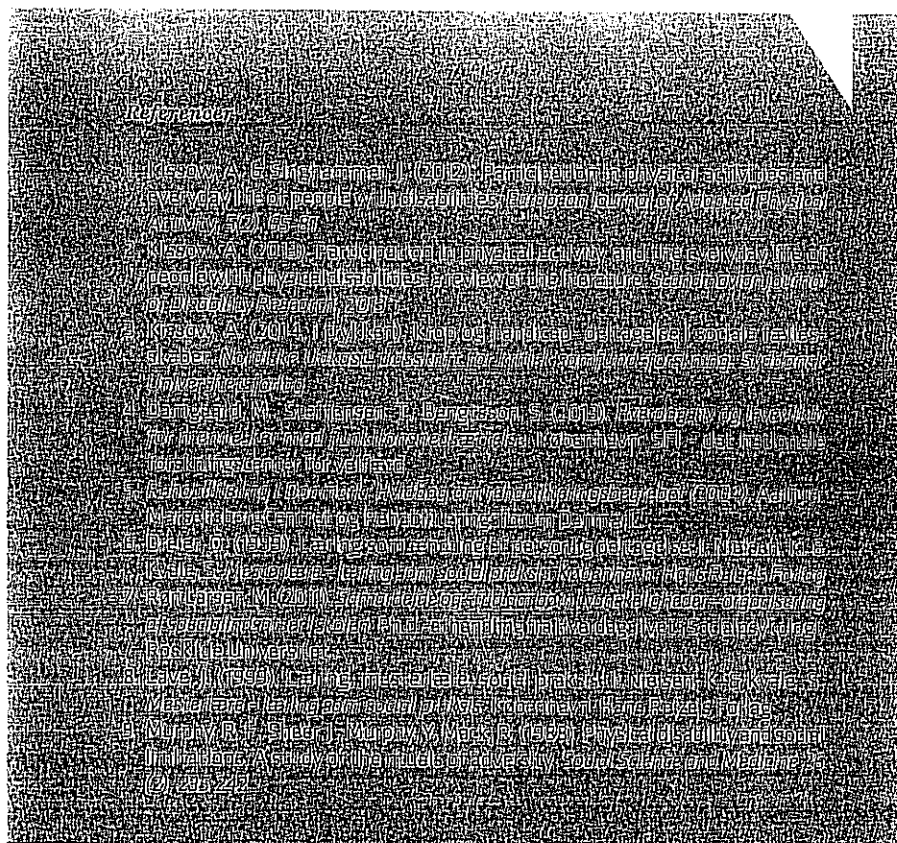
hvis Brian skal kunne sejle sin båd, skal den indrettes, så han kan styre de, selv med sin ataksi. Men han skal også hjælpes ned i båden, og her er det de andre i fællesskabet, der træder til med passende støtte, for at han kan blive den gode sejler. Hvordan det kan se ud, viser min observation af de forberedelser, der er, inden han kan sejle ud i båden:

*Brian kommer gående i sin karakteristiske spastiske gangart hen ad havnekajen sammen med sin hjælper. Han har en rød heldragt på. Det er som om, han skal arbejde koncentreret for at fange balancen i hvert eneste skridt. Han vinker smilende, da han får øje på en flok, der står på broen og venter på at komme i bådene. Brian sætter sig tungt på en bænk, og hans hjælper henter en redningsvest. Hun hjælper ham i vesten og gør klar til at sætte ham op i en lifl. Sammen med en anden sætter hun liflens sejl omkring Brian, gør det fast og hejster ham langsomt ned i den røde mini-12er, som kun har plads til én person.*

Både i interviews og observationer peger mit studie på, hvordan informanterne oplever fællesskaber, der vil dem som deltagere, fordi de tror på, at de kan noget. Der har idrætten givet dem et godt afsæt, men det samme sker på arbejdspladsen og i andre aktiviteter, de deltager i. Mennesker omkring dem støtter dem til at deltage ved at tilrettelægge forholdene, så de kan bruge deres kompetencer bedst muligt.

Man kan som bekendt ikke sige noget generelt om verden ud fra et kvalitativt studie. Men kan vise perspektiver på det generelle i menneskers liv. Mit studie peger på, at det er passende støtte fra omgivelserne og særligt tilrettelagte forhold, der løfter mennesker med handicap til at blive aktive deltagere i samfundets fællesskaber. Det er sociale fællesskaber, der gør handling mulig. Den sidste pointe giver anledning til at overveje den måde, vi i samfundet organiserer sociale indsatser og rehabilitering. Almindeligvis forestiller vi os, at vi kan stille mennesker med handicap lige med andre ved at give kompenserende ydelser til den enkelte og på den måde give dem et afsæt for at udvikle deres deltagelse. I praksis falder den filosofi ikke overbevisende ud. Som fysioterapeuter ser vi mange eksempler på, at individuel kompensa-

tion alene, f.eks. i form af hjælpemidler, ikke nødvendigvis øger menneskers deltagelse. Spørgsmålet er, om det ville skabe bedre muligheder for, at mennesker med handicap kan deltage fuldgældigt i samfundet, hvis støtte, rettigheder og social- og sundhedspolitisk opmærksomhed blev givet til sociale fællesskaber, f.eks. arbejdspladser, uddannelsessteder og foreninger, hvor man lægger vægt på rummelighed og gør en dyd af forskellighed. Fællesskaber, hvor mennesker med handicap faktisk befinder sig. ●



Læs Anne-Merete Kissows ph.d.-afhandling på [fysio.dk/jafo/Afhandlinger/Phd/](http://fysio.dk/jafo/Afhandlinger/Phd/)

