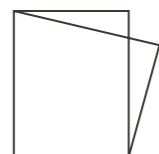


Sygdom og sundhed i en uregerlig hverdag – sensorisk feltarbejde blandt mennesker diagnosticeret med skizofreni

(Ph.d.-forsvar: juni 2017)

Ane Moltke, ekstern lektor, Center for Sundhedsfremme, Institut for Mennesker og Teknologi, Roskilde Universitet



Fra livsstil til livsmuligheder

Den sociale ulighed i sundhed stiger fortsat, hvilket er et faktum, der senest er slået fast med *Den Nationale Sundhedsprofil 2017*. Spørgsmålet om, hvorledes uligheden i sundhed modvirkes, er derfor stadig et højaktuelt emne. Min ph.d.-afhandling, som jeg vil omtale i det følgende, omhandler netop dette spørgsmål. På baggrund af et etnografisk feltarbejde blandt mennesker, der deltog i en intensiv livsstilsintervention, konkluderer jeg, at fremtidige sundhedsindsatser bør fokusere på at skabe lighed i livsmuligheder frem for at fokusere på at ændre livsstil.

Tre perspektiver med særlig relevans

Ph.d.-studiet omhandlede deltagererfaringer fra en livsstilsindsats rettet mod mennesker diagnosticeret med skizofreni. I det følgende vil jeg omtale tre af

afhandlingens perspektiver med særlig relevans for professionsuddannelserne. For det første bidrager afhandlingen med ny viden om psykosociale problemers vidtrækkende betydning for hverdagslivet. Vel og mærke viden om hvorledes disse problemer erfares af de mennesker, der lever et liv med en alvorlig psykiatrisk diagnose. For det andet formidler afhandlingen viden og refleksioner, der kan være konstruktive opmærksomhedspunkter for professionelle, der tilrettelægger og udfører sundhedsfremmende indsatser blandt mennesker, der er socialt udsat. For det tredje bidrager afhandlingen med metodologiske refleksioner og konkrete metoder, der kan anvendes af studerende og professionelle, der søger viden om menneskers hverdagsliv, hvad enten disse mennesker er klienter, patienter, brugere eller borgere.

Metoder og formål

I afhandlingen undersøger jeg, hvilke erfaringer mennesker med en skizofrenidiagnose gør sig gennem deres deltagelse i en livsstilsintervention.

Jeg foretog en dybtgående kvalitativ undersøgelse af hverdagslivet blandt deltagere i livsstilsinterventionen CHANGE. CHANGE var et randomiseret studie, der indgik i et stort anlagt forskningsprojekt (Speyer 2017). Baggrunden for forskningsprojektet var en markant ulighed i sundhed blandt mennesker, der er diagnosticeret med skizofreni, der i gennemsnit lever 15-20 år kortere end befolkningen som helhed (Nordentoft et al. 2015). Kerneindsatsen i CHANGE bestod af et tæt og individuelt tilpasset samarbejde mellem en livsstilscoach og en interventionsdeltager i denne persons hjemlige omgivelser. Indsatsen anvendte opsøgende og motiverende metoder og forløb gennem et år (Speyer 2017).

Mit ph.d.-projekt havde til formål at skabe forståelse for indholdet i og betydningen af det hverdagsliv, som livsstilscoachene intervererede i. Gennem etnografisk feltarbejde i seks CHANGE-deltageres hverdag kom jeg helt tæt på de pågældendes levede mikro-univers. Gennem hverdagslivsteori fik jeg en forståelse af hverdagen som andet og mere end individuelle liv. Jeg fik forståelse af helheder og sammenhænge mellem forskellige sfærer og niveauer i hverdagen som fx sublim og atmosfære i informanternes hjem og kulturelle normer omkring psykisk sygdom. Feltarbejdet fandt sted under selve CHANGE-interventionen og nogle måneder efter dens afslutning. Jeg

deltog i flest mulige af hverdagens gøremål. Sammen med informanterne drak jeg kaffe og lyttede til musik i deres stuer, jeg deltog i aktiviteter og samtaler i CHANGE og var med i hverdagshandlinger som indkøb, hundeluftning og besøg hos en fodterapeut.

Hverdagslige bestræbelser

Det første perspektiv, jeg vil omtale, er afhandlingens bidrag til ny viden om psykosociale problemer og deres vidtrækkende betydning for hverdagslivet. I mine analyser er jeg tro mod informanternes egne oplevelser af deres liv og formidler stemninger og billeder af dette hverdagsliv i hvad jeg betegner som hverdagsportrætter. I disse portrætter maler jeg med ord billeder af hverdagen, som den umiddelbart opleves. Gennem portrætterne fornemmes hverdagen. Det fremgår, hvorledes handlinger og vaner giver god mening for den person, der udfører dem, mens de udefra kan synes besynderlige, destruktive eller ambivalente. En vane som kæderygning er af indlysende årsager helbredsskadelig og var anledning til bekymring hos både professionelle og CHANGE-deltagere. På trods heraf viste rygning sig at være en subjektiv meningsfuld kropslig vane, der bidrog til at skabe stabilitet og struktur i en kaotisk hverdag.

Afhandlingen skaber indsigt i karakteristiske vanskeligheder i informanternes liv. Ikke så overraskende var hverdagen præget af mentale og fysiske helbredsproblemer. Nogle kunne i perioder have vanskeligt ved at forlade deres bolig på grund af angst, mens andre langsomt var ved at finde fodfæste i livet efter flere år med indlæggelser og pinefulde tanker. Sådanne udfordringer var sam-

menvævet med oplevelser af at være sat uden for samfundet og med erfaringer for at blive mødt af negative og stereotyp opfattelser af psykisk sygdom.

På baggrund af afhandlingens helhedsforståelse ønskede jeg ikke blot at afdække vanskeligheder og problemer i informanternes liv. I mine analyser anvendte jeg tillige en teoretisk begrundet antagelse om, at mennesker altid vil søge at etablere retning, intention og mening i deres liv. Jeg valgte at søge bagom de umiddelbare vanskeligheder og i stedet zoomede ind på deltagernes 'hverdagslige bestræbelser'. Hverdagslige bestræbelser er en analytisk term, en særlig søgemekanisme, der i afhandlingen bidrager til at få blik for det, der let overses eller forbliver upåagtet, nemlig menneskers intentioner, orienteringer og mere eller mindre udtalte forhåbninger for fremtiden. Begrebssætning af hverdagslige bestræbelser har jeg foretaget med inspiration fra Merleau-Pontys kropsfænomenologi og Alfred Lorenzers socialisationsteori. Jeg identificerer fem eksemplariske hverdagslige bestræbelser, nemlig *Livsopretholdelse*, *Kontinuitet og retning*, *At finde sine ben og komme videre*, *Deltagelse i fællesskaber på arbejdsmarkedet* og *Engagement i verden*. Disse hverdagslige bestræbelser udfoldes i afhandlingen gennem empirinære beskrivelser.

I lighed med CHANGE-interventionen er afhandlingen optaget af informanternes muligheder for at skabe forandringer i deres hverdag. I forlængelse af recovery-forskningen undersøger jeg informanternes værdier og ønsker om forandring, og jeg beskriver karakteristiske kendetegn ved forandringsproces-

ser. Forandring af vaner er ikke lineære processer. De består både af progression og tilbagetrækning. Drivkræfterne bag forandring er sjældent rationelle og målorienterede beslutninger, derimod er forandringsprocesser under indflydelse af subjektive meningstilskrivninger af hverdagens ureflekterede handlinger (Moltke 2016). Afhandlingens teoretiske forståelse af vaner – så som livsstilsvaner – tager udgangspunkt i fænomenologisk hverdagslivsteori, primært hentet fra Alfred Schutz og fra kritisk hverdagslivsteori med baggrund i Henry Lefebvre, Agnes Heller og Thomas Leithäusers teoridannelser.

Boomerang-effekt

Det andet perspektiv, jeg vil omtale, er afhandlingens refleksioner omkring tilrettelæggelse og udførelse af sundhedsfremmende indsatser blandt mennesker, der er socialt udsat. Omend ph.d.-studiet omhandlede mennesker med en psykiatrisk diagnose, kan centrale pointer overføres til andre grupper, der lever i en samfundsmæssig udsat position.

CHANGE viste sig helt uden effekt. På dette punkt er CHANGE ingen undtagelse. Livsstilsindsatser er i det store og hele uden helbredsmæssig effekt, også når de retter sig mod den almene befolkning (Jørgensen et al. 2014). Det er på den baggrund påtrængende at undersøge, hvilken betydning det har for menneskers liv, når de er mål for professionelles ofte intense og opsøgende interesse. Det er et spørgsmål, der naturligvis især har relevans, når det ikke lykkes at skabe de tilsigtede ændringer.

Min forskning afdækker to overordnede følger af livsstilsindsatsen CHANGE,

som informanterne oplevede den. For det første havde CHANGE-interventionen en positiv betydning, hvad angår professionelles engagement i informanternes liv. Informanterne var i mange tilfælde glade for samarbejdet med livsstilscoachene, vel og mærke når dette samarbejde imødekom eller gav plads til informanternes bestræbelser og tog højde for deres livsvilkår. Livsstilsindsatserne overskyggede dog i mange tilfælde informanternes egne målsætninger og værdier, som de ikke altid selv formåede at sætte på dagsordenen. Når informanternes egne målsætninger gled i baggrunden, havde det negative følger. Og dermed til den anden følge af CHANGE, nemlig at livsstilsindsatsen ramte nogle af deltagerne som en boomerang. En sådan boomerangeffekt var udtalt hos nogle informanter, mens den hos andre var mindre eksplicit. Jeg konkluderer at normative idealer og en forudbestemt målorientering mod livsstilsændringer indebærer en risiko for desillusion og mismod. Et sådant mismod kan på uhensigtsmæssig vis spille sammen med tidligere oplevelser af skuffelse og negative selvoplevelser.

Risikoen for desillusion og mismod er ikke alene forbundet med, at det er en vanskelig opgave at ændre livsstil. Et dominerende ideal om en 'sund' krop volder i sig selv problemer. Informanternes kropsvægt og målsætninger om at tabe sig viste sig at være et tveægget sværd. Alle informanter var overvægtige og ønskede af mange grunde at tabe sig. Coachenes stærke fokus på væggtab ramte derfor plet. Men en målsætning om væggtab forstærkede informanternes ønske om at leve op til en samfundsmæssig norm om den rigtige krop. Informanterne var på grund

af deres psykiatriske diagnose i forvejen sårbare, hvad angår idealer om normalitet. Målet om den sunde, slanke og rigtige krop bidrog i nogle tilfælde til at forstærke informantens oplevelse af at være anderledes. Dermed kom et ideal om den 'rigtige' krop til at spænde ben for informanternes hverdagslige bestræbelser på at etablere fællesskaber og modtage anerkendelse for den person, de var. Her tænkes på de tidligere nævnte bestræbelser som *Engagement i verden* og *Deltagelse i fællesskaber på arbejdsmarkedet*.

CHANGE-interventionen indebar en risiko for en boomerangeffekt (Moltke & Speyer 2018). Gennem anvendelse af teori om sundhedsfremme kritiserer jeg livsstilsindsatser for at individualisere samfundsmæssige udfordringer (Glassdam 2009; Lehn Christiansen et al. 2016; Mik-Meyer 2014). Epidemiologiske data beskriver, hvorledes helbred er forbundet med komplekse sammenhænge mellem en række sociale faktorer (Diderichsen et al. 2011). Det er sociale determinanter som lavt uddannelsesniveau, lav indkomst, ringe arbejdsmarkedsdeltagelse og ensomhed. Afhandlingens analyser viser i detaljer, på hvilken måde disse determinanter øvede indflydelse på hverdagen og herigennem havde betydning for informanternes vaner omkring motion, rygning og kost. Kvantitative data fra CHANGE viser, at deltagerne i overmål var ramt af disse sociale udfordringer (Speyer 2017). De befandt sig i bunden af den sociale rangstige. Under halvdelen havde uddannelse ud over folkeskolen, færre end fem procent var i arbejde og en tredjedel havde ikke en eneste person, de kunne kalde en nær ven (Speyer 2017).

På baggrund af et hverdagslivsperspektiv argumenterer jeg i afhandlingen for, at målet om livsstilsændringer bør erstattes af en målsætning om at skabe bedre livsmuligheder. Enkeltpersoner kan ikke løfte de helbredsmæssige udfordringer, der følger af den sociale ulighed. Derimod giver det mening at understøtte kollektive og subjektive bestræbelser på at skabe bedre livsmuligheder, så som sociale fællesskaber og mulighed for deltagelse på arbejdsmarkedet.

Sensorisk etnografi

Så til det tredje perspektiv, nemlig afhandlingens metodologiske refleksioner og konklusioner.

Ved forskningsprocessens begyndelse stod jeg overfor en udfordring. Hvordan kunne jeg stille ind på hverdagslivets frekvens. Med afhandlingens teoretiske inspirationer forstås hverdagen som mere end menneskers daglige liv. Hverdagen er mættet af mening og betydning. Hvorledes kunne jeg etablere en sensibilitet over for den mening, der ikke altid fik verbalt udtryk. Krop og sanselighed viste sig at indtage en metodologisk nøgleposition, hvad angik at skabe forståelse for det usagte men betydningsfulde. Oplevelser og erfaringer formidles gennem ord, men er tillige kropslige og emotionelle. De er forankret i socialiteten og finder sted i særlige kontekster.

Gennem afhandlingens kapitler reflekterer jeg over disse spørgsmål, og jeg formulerer teoretiske og metodologiske bud på, hvorledes etnografisk feltarbejde kan imødekomme disse udfordringer. Jeg samler i afhandlingen brikkerne til et metodologisk puslespil. Gennem afhandlingens kapitler danner jeg puslespilbrikkerne ved hjælp af teorilæsninger og analytiske afprøvnings. Afhandlingen er helt konkret delt op i grønne og hvide sider. De hvide omhandler den empiriske undersøgelse og de grønne den metodologiske udforskning. Denne opdeling kan fungere som en guidning så læsningen styres af læserens interesse.

En vigtig brik til puslespillet er den teoretiske betegnelse, det kropslige subjekt, der er etableret med fænomenologiske, socialisationsteoretiske og psykoanalytiske inspirationer. Jeg fremhæver, at subjektet meningsfuldt må forstås som kropsligt og situeret i en sammensat kontekst. Jeg foretager en operationalisering af kontekstforståelsen til analytisk brug med metoden sceniske beskrivelser, der har sin primære inspiration fra en psycho-societal forsknings-tradition. I de sceniske beskrivelser fremstilles situationer fra feltarbejdet, som foregik de på en scene. De sceniske beskrivelser er grundlag for fortolkning, der etablerer sammenhænge mellem det intuitive, psykologiske og samfundsmæssige. De metodologiske brikker

samles afslutningsvis i afhandlingens konklusion under overskriften Sensorisk etnografi.

Sensorisk etnografi og de metodiske refleksioner over, hvorledes menneskers hverdag kan begribes, har både relevans for forskning og projektarbejde. Studerendes projekter vil ofte have til formål at forstå menneskers liv og intentioner. Her kan sensorisk etnografi være til inspiration.

Sensorisk etnografi har desuden relevans for overvejelser over hvorledes professionelle bedst møder mennesker, hvor de er. Sensorisk etnografi har for eksempel relevans, når det gælder refleksioner over hvorledes professionelle kan understøtte brugerinddragelse og patientcentrerede tilgange.

Konklusioner

I afhandlingen konkluderer jeg, at det er særdeles væsentligt, at professionelle vedbliver med at tilbyde deres engagement i at forbedre livsforholdene for mennesker, der lever i en samfundsmæssig udsat position. Et perspektiv om bedre livsmuligheder foreslås som en helhedsorienteret frem for en individorienteret tilgang. Afhandlingen bidrager desuden med en sensorisk etnografiske metode, der både kan styrke studerendes metodiske kompetencer og inspirere praksis. ♦

REFERENCER

Diderichsen, Finn, Andersen, Ingelise og Manuel, Celie (2011): *Ulighed i sundhed – årsager og indsatser*. Sundhedsstyrelsen. København.

Glasdam, Stine (2009): *Folkesundhed – menneskeheden interesse par excellence*. I: Glasdam, Stinne (red.) *Folkesundhed – i et kritisk perspektiv*. Dansk sygeplejeråd og Nyt Nordisk Forlag.

Jørgensen, Torben, Jacobsen, Rikke Kart, Toft, Ulla, Aadahl Mette et al. (2014): Effect of screening and lifestyle counselling on incidence of ischaemic heart disease in general population: Inter99 randomised trial. BMJ.

Lehn-Christiansen, Sine, Liveng, Anne, Dybbroe, Betina, Holen, Mari et al. (2016): *Ulighed i sundhed. Nye humanistiske og samfundsvidenskabelige perspektiver*. Frydenlund Academic.

Moltke, Ane (2017): *Sygdom og sundhed i en uregerlig hverdag – Sensorisk feltarbejde blandt mennesker diagnosticeret med skizofreni*. Ph.d.-afhandling, Center for Sundhedsfremme, Institut for Mennesker og Teknologi, Roskilde Universitet.

Moltke, Ane (2015): Vaner – et perspektiv på hverdagslivet. *Tidsskrift for psykisk helsearbejd*, vol. 12, nr. 4. Universitetsforlaget.

Nordentoft, Merete, Krogh, Jesper, Lange, Peter & Moltke, Ane (2012): *Psykisk sygdom og ændringer i livsstil*. Vidensråd for forebyggelse.

Speyer, Helene (2017): *Individualized lifestyle interventions to reduce cardiovascular risk factors in patients with schizophrenia*. PhD Dissertation. Københavns Universitet.

Speyer, Helene & Moltke, Ane (2018): Livsstil kan marginalisere allerede udsatte. *Ugeskrift for Læger*, 180/9.

AJOUR MED NY VIDEN

SMAGENS DIDAKTIK

Karen Wistoft og Lars Qvortrup

Måltidet er blevet et smagsfællesskab, og maden skal smage godt. I folkeskolen er hjemkundskab afløst af madkundskab, hvor børn skal udvikle deres smagskompetencer og smagsdømmekraft. Vi skal derfor vide mere om, hvad smag er, og hvordan vi underviser i smag.

Det er en meget grundig og gennearbejdet bog, der ikke kan undgå at inspirere til den gode madkundskabsundervisning, hvad enten man er studerende eller uddannet lærer i faget.

- Folkeskolen.dk



MUNDTLIGHED OG FAGDIDAKTIK

Tina Høegh

Præsenterer mundtlighed som et særligt fagligt område og viser, hvordan du kan arbejde med mundtlighed i undervisningen, så eleverne bliver opmærksomme på mundtlighedens kendetegn og virkemidler.



GENSIDIGHEDENS PÆDAGOGIK

Ole Løw

Giver lærere og andre professionelle byggesten til en relationel og dialogisk tilgang til undervisning, læring, udvikling og dannelse.

Let skrevet, men alligevel grundig. God formidling af svære tanker. Et sæt af nøglebegreber, enhver underviser kan bruge til at tænke videre i selv og sammen med kolleger.

-Folkeskolen.dk



akademisk.dk
facebook.com/akademiskforlagegmont

Akademisk
Forlag
EGMONT