

Krop og Hverdag - Hverdagslige bevægelsesvaner blandt mennesker med skizofreni

Problemfelt

Gennem de seneste år har der generelt i samfundet, været en stigende interesse for en sund livsstil og en god fysisk form. Denne tendens er også gældende hvad angår mennesker med skizofreni. Fysisk aktivitet kan føre til helbredsforbedringer og bliver beskrevet som værende forbundet med oplevelser af velvære og af øget social deltagelse (Forsberg m.fl. 2011, Gorczynski og Faulkner 2010, Svensson 2001, Toft 2011) Fysisk aktivitet, livsstil og alvorlig psykisk sygdom er dog et område præget af en række modsætninger og vanskeligheder. Epidemiologiske undersøgelser viser en systematisk ulighed i sundhed, og at befolkningsgrupper med kort uddannelse og lav indkomst er mindre aktive end befolkningen som helhed (Diderichsen m.fl. 2011). Denne ulighed slår også igennem blandt mennesker med skizofreni. Forskning peger på, at denne gruppe af mennesker ønsker at være mere fysisk aktive, men at der findes en række barrierer for deltagelse (Nordentoft m.fl. 2012).

Baggrund - Et view over væsentlige tendenser omkring skizofreni, krop og fysisk aktivitet

I medicinsk psykiatri har kroppen traditionelt været en væsentlig faktor i observation og diagnosticering af skizofreni. En læderet kropsopfattelse, forvrængning af sansningen, ændret bevægelsesmønster og inaktivitet er væsentlige diagnostiske kriterier (Nordentoft m.fl. 2009). En psykiatrisk fænomenologisk tradition har yderligere beskrevet kropslige forhold som et kernepunkt i såkaldte basisforstyrrelser ved skizofreni (Hemmingsen m.fl. 2000).

Siden 80'erne har der i en behandlingskontekst, været stor bevågenhed omkring fysisk aktivitets mulige positive indflydelse på symptomer og på livskvalitet, blandt andet på forhold som angst, oplevelse af kropslig disintegration, inaktivitet og social tilbagetrækning (Gorczynski og Faulkner 2010, Klarlund Pedersen og Andersen 2011).

Krop og fysisk aktivitet har også været i fokus inden for socialpsykiatrien og i foreningsidrætten og der er flere steder oprettet idrætsforeninger for sindslidende. I disse sammenhænge har omdrejningspunktet i høj grad været idræt som mulighed for netværksdannelse, social integration og afstigmatisering (Staal 2014).

De sidste 10 år er udviklingen i stigende grad gået i retning af en interesse for den somatiske sundhed blandt mennesker med skizofreni (Nordentoft 2012, Sundhedsstyrelsen 2004). Fokus har været en betydelig kortere forventet levetid, på henholdsvis 15 år for kvinder og 20 år for mænd, og

en højere forekomst af alvorlige sygdomme, som hjerte-kar lidelser og sukkersyge, end i den almene befolkning. Den dårlige sundhed har en række samspillene årsager, som bivirkninger ved den medicinske behandling samt underdiagnosticering og underbehandling af somatiske sygdomme. Desuden vurderes en usund levevis, herunder for lidt fysisk aktivitet, at spille en væsentlig rolle (Daumit 2005, Nordentoft m.fl.2012).

Statslige og regionale instanser har været, og er fortsat drivende i at indføre retningslinjer vedrørende monitorering af somatiske risikofaktorer og implementering af relevante behandlingstiltag (Danske Regioner 2011).

Den øgede opmærksomhed på fysisk sundhed, herunder ændring af vaner omkring levevis og fysisk aktivitet, har aktualiseret en identifikation af forhold, der kan udgøre henholdsvis barrierer og motiverende faktorer for en ændring af daglige vaner af betydning for helbredet.

I behandlings- og socialpsykiatrien har en opmærksomhed på fysisk aktivitets potentialer for positive forandringer af helbred, psykiske symptomer og social funktion, skabt optimisme og engagement blandt de professionelle. Optimismen har dog vist sig ofte at være efterfulgt af frustration og skuffelse, som følge af vanskeligheder ved at opnå tilslutning til og varige resultanter af de tiltag der iværksættes.

I dette projekt ønsker jeg at træde tilbage fra de ovenfor beskrevne traditioner og positioner for at anlægge et nyt perspektiv, der fokuserer på deltagernes erfaringer og oplevelser.

Tilknytning til forskningsprojektet CHANGE

Projektet er etableret i, og udføres i et samarbejde med det randomiserede interventionsstudie 'CHANGE – Det gælder livet', der finder sted i hovedstandsregionen og i Århus. Formålet med CHANGE er at måle effekten af en intensiv livsstilsintervention blandt mennesker med skizofreni. Gennem CHANGE interventionen søges mennesker med skizofreni motiveret til at foretage ændringer i deres livsstil, vedrørende kost, rygning og fysisk aktivitet, og til at følge somatisk behandling hos deres praktiserende læge. 450 personer med en skizofrenilidelse og et taljemål, der overstiger Sundhedsstyrelsens anbefalinger er inkluderet og randomiseret til tre forskningsgrupper med 150 deltagere i hver. Forskningsgrupperne udgøres af henholdsvis en kontrolgruppe, en gruppe der individuelt modtager støtte til at følge relevant somatisk behandling, og en gruppe der individuelt søges motiveret til at foretage livsstilsændringer og til at følge relevant somatisk

behandling. Deltagerne i sidstnævnte interventionsgruppe tilknyttes individuelt en livsstilscoach, der gennem et år søger at opnå en ugentlig kontakt med pågældende (CHANGE 2014).

Jeg anser dette ph.d.-projekts tilknytning til CHANGE som værende en unik mulighed for at skabe indsigt i, hvorledes mennesker med skizofreni indgår i en proces omkring ændring af deres daglige vaner. Mødet mellem deltagerens hverdag og CHANGE interventionens intention om at motivere til og understøtte forandringer, vil kunne tydeliggøre deltagerens eksisterende vaner, dynamikker der udspiller sig i givne forandringsprocesser og om, og på hvilken måde, deltagerne finder bevægelse meningsfuld.

Jeg vælger at have et særligt fokus på bevægelsesvaner og andre kropslige rutiner, eftersom kropslige forhold, har vist sig at være betydningsfulde i forståelsen og håndteringen af en skizofrenilidelse.

Egen motivation og forforståelse

Jeg har gennem 20 år arbejdet i social- og behandlingspsykiatrien. Min tidligere praksis og faglige interesse afspejler på mange punkter den ovenfor beskrevne udvikling vedrørende skizofreni, krop og bevægelse (Moltke 2001, 2006, 2009). Jeg er uddannet psykomotisk terapeut og jeg har gennem årene været optaget af, at udvikle særlige indsatser omkring krop, sundhed og fysisk aktivitet og af at implementere og integrere sådanne tilbud i en klinisk praksis. I forlængelse heraf har jeg været en af initiativtagerne til CHANGE.

Jeg afsluttede i 2008 en kvalitativ undersøgelse af, hvorledes unge med skizofreni opfattede deres krop, samt af de barrierer deltagerne oplevede i forbindelse med at bruge kroppen (Moltke 2010). Den væsentligste konklusion var, at deltagerens kropsopfattelse på en række måder kunne forstås som værende forbundet med modsigelser og ambivalens. Deltagerens kropsopfattelse kunne på den ene side være præget af energiløshed, uro eller disintegration. På den anden side bidrog bevægelse til at skabe oplevelser af ro, flow, glæde ved samvær og en meningsfuld hverdag. Begrebssætningen af en kropslig ambivalens åbnede op for en fortsat nysgerrighed og rejste spørgsmål som, hvad der kan være på spil når bevægelse, det tilsyneladende 'gode', ikke bare lader sig gennemføre og når bevægelse og kontakt med kroppen, tværtimod kan opleves som pinefuld, skræmmende og uoverkommelig.

Det er min opfattelse at det, i en forståelse af de modsætninger der præger feltet, er væsentligt at løfte blikket fra et individuelt her- og nu perspektiv og også at rette interessen mod betydningen af tidligere erfaringer og den sociale og kulturelle kontekst personer lever i.

Jeg har i denne proces været inspireret af kropsfænomenologien og dennes begrebsætning af 'den levede krop' og forståelse af kroppen som værende et grundlæggende udgangspunkt for væren og erkendelse af verden. I forlængelse af denne teoretiske tilgang, gav det mening at betragte en læderet kropsopfattelse, der ses som et aspekt af det skizofrene symptombillede, som værende knyttet til en grundlæggende forandret oplevelse af at være til stede i verden (Moltke 2006).

I forbindelse med mit studieforløb på RUC, har jeg teoretisk beskæftiget mig med sammenhænge mellem hverdagsliv, krop og erfaringsdannelse i et kritisk teoretisk perspektiv.

Ovenstående erfaringer og teoretiske forståelser, er afsæt for og drivkraft bag udforskningen i dette projekt.

Mit udgangspunkt i kropsfænomenologi og kritisk teori medfører en forståelse af kroppen som værende social, formet i interaktion med andre mennesker i en samfundsmæssig kontekst.

Erfaringer med bevægelse og individets relation til sin krop er med denne tilgang af betydning for, hvorledes mennesker forstår og handler i hverdagen. Dårligt helbred og andre former for indskrænkning af kroppens udfoldelse vil i dette perspektiv kunne fortæller om forhold, der også på andre måder kan opleves som problematiske. Tilsvarende vil en forståelse af det kropsliges betydning måske kunne synliggøre potentialer for forandring. Det er min opfattelse at et væsentligt element i forskningsprocessen er, kritisk at medreflektere og udfordre denne forforståelse.

Projektets interesse, formål og samfundsmæssige relevans

Projektet har en eksplorativ tilgang med det formål at undersøge og analysere hverdagslivet blandt mennesker med skizofreni og de kropslige vaner der er indlejret i dette. Jeg ønsker at rette en opmærksomhed mod hvorledes kroppen indgår, former og formes af hverdagslivet og mod en udforskning af hverdagslivets sammenhænge og modsætninger.

Der lægges i projektet vægt på oplevelsesmæssige dimensioner samt den mening og betydning deltagerne tilskriver deres krop og bevægelse, både i et aktuelt, et livshistorisk og et fremtidsorienteret perspektiv.

Det er min intention at projektet kan yde bidrag til at skabe grundlæggende forståelser af hverdagslivets kompleksitet, der kan have implikationer for en fremtidig praksis omkring bevægelse og fysisk aktivitet blandt mennesker med skizofreni.

Forskningsspørgsmål

Hvilke erfaringer gør deltagerne sig med, gennem CHANGE interventionen, at ændre vaner omkring bevægelse og fysisk aktivitet?

Forskningsspørgsmål belyses og diskuteres gennem en udforskning af følgende underspørgsmål:

1. Hvorledes indgår bevægelse og kropslige forhold i hverdagen blandt mennesker med skizofreni? – og hvilke forandringsprocesser foranlediges af deltagernes involvering i CHANGE interventionen?
2. Hvilken betydning og mening tillægger deltagerne deres krop og de former for bevægelse de udfører eller finder det vanskelig at udføre i hverdagen?
3. Hvilke forhold fremmer og begrænser deltagernes brug af kroppen, herunder forhold som den psykiske sygdom, sociale relationer, levevilkår og livshistoriske erfaringer?

Teoretisk og videnskabsteoretisk udgangspunkt; Kropsfænomenologi og hverdagslivsteori

Projektets interesse for deltagernes bevægelsesvaner belyses i et kropsfænomenologisk perspektiv (Merleau-Ponty 2006). Denne tilgang betragtes ligeledes som en nøgle til at forstå betydningen af at have en skizofrenilidelse (Fuchs og Schlimme 2009). Kropsfænomenologien forstår kropslig væren som basis for erkendelse, meningsdannelse og som hjemsted for oplevelse af umiddelbar minhed (Gallagher 2002, Væver 2004). Kropsfænomenologien anvender betegnelsen den levede krop, i beskrivelsen af kroppen som værende en levet og erfaret helhed, der indeholder en ureflekteret prærefleksiv viden om verdens beskaffenhed. En sådan basal ureflekteret selvoplevelse er kropsligt forankret og kan analytisk belyses gennem betegnelsen kropsskema. I kropsskemaet indgår ureflekterede sensoriske erfaringer, reflekser og automatiserede handlinger (Gallegher 2002). Selvbevidsthed og opmærksomhed der rettes mod kroppen som objekt, kan begribes med betegnelsen kropsbillede. Der foregår en flydende og fortløbende udveksling mellem niveauerne for kropsbilledet og kropsskemaet. Det prærefleksive niveau er resonansbundt for nye erfaringer og vaner samt grundlag for præferencer. Vanebegrebet står centralt i fænomenologien og ifølge Merleau-Ponty er vaner en del af den menneskelige natur, der bidrager til at skabe kontinuitet i livet (Crossley 2013). Vaner forstås som på et prærefleksivt niveau, at være en medierende faktor mellem personen og omverdenen.

Det kropsfænomenologiske perspektiv kombineres med en hverdagssociologisk vinkel med interesse for det daglige liv i sin helhed. Hverdagslivsteori anlægger et mikro-perspektiv på individers samlede og konkrete liv. Dette analytiske udgangspunkt knyttes sammen med et makroperspektiv, der inddrager samfundsmæssige og kulturelle kontekster inden for hvilke mennesker handler og interagerer med hinanden (Hviid Jacobsen og Kristiansen 2005). Hverdagslivsteori er i Alfred Schutz's fænomenologiske forståelse, velegnet til at begribe livsverdenens essentielle strukturer og sociale handlinger (Bech-Jørgensen 2005). Handlinger har for individet et betydningsindhold og tilskrives en umiddelbar mening. Med udgangspunkt i Schutzs hverdagslivsteori kan den mening hverdagens handlinger og bevægelsesvaner tillægges, undersøges. Vanebegrebet er ligeledes essentielt i hverdagslivsteori. Birthe Bech-Jørgensen anvender, med inspiration fra Alfred Schutz betegnelsen upåagtede handlinger i beskrivelsen af, hvorledes mennesker gentager og genskaber hverdagens selvfølgeligheder i form af rutiner, traditioner og ritualer, hvilket bidrager til at skabe regelmæssighed og overskuelighed (Bech-Jørgensen 1994). Hverdagslivets rutiner tillægges betydning af den enkelte og etableres og er betydningsdannede gennem sociale relationer. Deltagernes psykiske sygdom og livsbetingelser vil have indflydelse på de hverdagslige vaner og deres konstituering, og dermed for betingelserne for etableringen af nye bevægelsesvaner.

Hverdagslivsteori med rod i kritisk teori, har interesse for sammenhænge mellem hverdagslivets tilsyneladende trivielle handlinger og grundlæggende samfundsmæssige strukturer. En fænomenologisk forståelse af hverdagslivet blev i 1970'erne videreudviklet af blandt andre socialpsykologen Thomas Leithäuser, der var tilknyttet den såkaldte Hannoverskole. (Leithäuser 2012). Leithäuser tager afsæt i fænomenologiske begreber som 'den naturlige indstilling' og 'livsverden' og er blandt andet inspireret af Merleau-Ponty. Leithäuser bygger videre på den franske filosof Henry Lefebvres interesse for at forstå hverdagen i relation til det kapitalistiske samfunds opkomst. I denne forståelse er hverdagslivet i et moderne kapitalistiske samfund, præget af økonomiens rationalitet, der påvirker menneskelige relationer, tanker, følelser og drømme. Sanseligheden ses som udsat for en erodering og menneskets grundlæggende behov må tilpasses og tilsidesættes. Ifølge Leithäuser er hverdagslivet for mange mennesker overbelastet, mens det for andre er understimuleret, som følge af en manglende tilknytning til arbejdsmarkedet og en perifer samfundsmæssig situation (Weber 1995). Hverdagslivets rutiner og upåagtede handlinger er i dette perspektiv, en måde hvorpå modsætninger og tilsidesættelser af behov kan håndteres af individet.

De sammenhænge menneskers indgår i er udgangspunkt for skabelse af en særlig hverdagsbevidsthed, der har indflydelse på måden hvorpå mennesker tænker, husker, oplever, sanser og skaber mening (Leithäuser 1993). Dette teoretiske ståsted kan bidrage til at belyse menneskers hverdagsliv i relation til erfaringsdannelse, meningstilskrivninger og oplevelser af egne behov.

Jeg ser det som en spændende udfordring i projektet, at forsøgsvis at lade en fænomenologisk og en kritisk teoretisk tradition indgå i en dialog med hinanden, omkring teoretiske og videnskabsteoretiske forståelser af krop, livsverden samt interaktion med og erkendelse af verden. Kroppen er central i fænomenologiens ontologi, i en antagelse om, at mennesket ”altid allerede” eksisterer i verden. Den konkrete fysiske krop har betydning for subjektets oplevelse af verden og en læderet kropsopfattelse ved skizofreni vil i dette perspektiv have grundlæggende betydning på et eksistentielt niveau.

I en kritisk teoretisk tradition forstås mennesket som havende en kerne af oprindelige behov eller en indre natur, og kan i kraft heraf fremmedgøres og undertrykkes (Featherstone, Hepworth, Turner 1991). Dette medfører implicit et mere eller mindre udfoldet begreb om kroppen. Flere forskellige teoretikere har beskæftiget sig med en forståelse af sammenhænge mellem natur, kultur og samfund, herunder Alfred Lorenzer og Oskar Negt (Moltke & Rasmussen 2003).

John Mortensen er blandt de sociologer der har forsøgt sig med en sammentænkning af fænomenologi og kritisk sociologi (Mortensen 2013). Ifølge Mortensen kan fænomenologien kritiseres for at være subjektivistisk og for at komme til kort i forståelsen af individet i relation til kollektive sammenhænge, hvorimod fænomenologien kan siges at indeholde et mere udfoldet subjektbegreb end den kritiske sociologi.

I et videnskabsteoretisk perspektiv mener jeg det kan være produktivt, at anskue fænomenologien som værende grundlæggende fortolkende, som følge af at det er et subjekt der erfare verden og at der således er ’nogen der oplever noget’ (Juhl og Bransholm Pedersen 2013). Som følge heraf er mennesket ikke et subjekt, der er stillet over for en objektiv omverden, denne verden vil derimod altid opleves gennem subjektets fortolkning. Jeg ønsker at diskutere muligheden af at kombinere en sådan forståelse af fænomenologien med en kritisk hermeneutisk tilgang, der tager udgangspunkt i erkendelsens fortolkende karakter og medtænker underforståede forudsætninger i en tolkning.

Empiriproduktion og analyse

Projektet har en eksplorativ tilgang med det formål, at komme tæt på og beskrive det konkrete hverdagslivs indhold og kroppens rolle heri, samt at søge at begribe den betydning deltagerne tilskriver dette hverdagsliv. Dette niveau af analysen anlægger et deltagerperspektiv. Analysen omhandler desuden begrebsmæssige og teoretiske refleksioner over sammenhænge og betingelser for at skabe forandring af hverdagslivet. Dette analyseniveau udgøres af en teoretisk tolkning. Disse to analyseniveauer forstås ikke som selvstændige analytiske processer, men mødes derimod gennem hele processen i hvad der kan betegnes som sløjfer, hvor igennem de teoretiske refleksioner tilstræbes at bidrage til nye forståelser af de empirinære analyser med et deltagerperspektiv. Analyserne med et deltagerperspektiv har tilsvarende som intention at udfordre de valgte teoretiske og begrebsmæssige positioner. Med denne analytiske proces tilstræbes en eksplorativitet i dobbelt forstand, hvor igennem empiri og teori gensidigt kan anlægge en udfordrende og undersøgende tilgang (Alvesson og Sköldbäck 2000).

Det er min forståelse at forskningsprocessen som helhed, de empirinære beskrivelser og teoretiske refleksioner, er fortolkede. Med dette som udgangspunkt vil jeg søge, at reflektere min på forhånd valgte teoretiske position, mine praktiske erfaringer og mit politiske og kulturelle udgangspunkt i de analytiske processer (Davies 2008).

Jeg har som intention at kunne 'træde ind i' deltagerens verden, at opleve og forstå verden fra deres sted (Hastrup 2010). Etnografisk feltarbejde kan skabe en mulighed for, ikke alene at observere adfærd, men også for at søge at forstå betydningen af denne adfærd, gennem egen krop og tilstedeværelse (Andersen 1999). I denne tilgang er forskerens subjektive deltagelse i feltarbejdet og relationen mellem deltager og forsker, en kilde til indsigt. Dette indebærer dog ikke en opfattelse af, at det er muligt at få direkte adgang til andres personlige eller kollektive oplevelser og erindringer. Ved at foretage en tilpasning og være opmærksom på egen krop og dennes relation til deltagerens kroppe, kan der skabes muligheder for at lave en kreativ korrespondance herimellem (Pink 2009).

Anvendelsen af egne oplevelser og sansninger som metodisk greb i forskningsprocessen, kræver en opmærksomhed på forskerens egen subjektivitet og den position pågældende ser, deltager og oplever fra (Haraway 1998). Jeg må derfor redegøre for og diskutere mine vurderinger og vedkende mig et situeret blik.

Feltarbejdets organiseres som tre intervaller af en måneds varighed, med interviews ved indledningen og afslutningen af det samlede feltarbejde. Dette gør det muligt at foretage foreløbige analyser undervejs i processen. Disse foreløbige analyser er et godt udgangspunkt for, at forfølge min interesse og følge op på vinkler jeg ikke i tilstrækkeligt omfang har fået belyst. Desuden kan foreløbige analyseudkast fremlægges for deltagerne, som udgangspunkt for fælles refleksion. Hensigten hermed er ikke at verificere mine analytiske pointer, men at udfolde perspektivet, så det beskrives fra flere vinkler.

Jeg har i forlængelse af projektets fokus på kroppen, en interesse for at skabe viden, der rækker ud over en dualistisk adskillelse mellem på den ene side krop og sanselighed og på den anden side ånd eller sind. Jeg ønsker en forståelse for ikke-italesatte, ikke-bevidste og prærefleksive dimensioner af oplevelse, tilstedeværelse og erkendelse. Interessen for ikke-verbaliserede dimensioner udgør en udfordring i hele processen. Hvordan indfanges, forstås og begrebssættes sådanne dimensioner? I en fænomenologisk forståelse findes en principiel prærefleksivitet, uden mulighed for subjektets bevidste tilegnelse. Dette er en betingelse for såvel deltager som forsker.

Jeg mener til en vis grad det vil være muligt at medreflekterer det sanselige, kropslige og ikke-bevidste, fx via inddragelse af teoretisk forståelser, deltagelse i forskerfællesskaber og en inddragelse af deltagerne i analytiske processer. Dog mener jeg at det er et vilkår i analysen, at det prærefleksive og ikke-bevidste ikke fuldt ud kan være genstand for bevidst refleksion. Betydningen heraf må diskuteres og eksplicit medreflekteres.

Den udfordring et metodisk fokus på kropslige aspekter indebærer, indeholder dog også potentialer i kraft af en tilstræbt opmærksomhed på det mangeartede, ikke definerede og ikke-artikulerede.

Metode

Metoderne udgøres primært af feltforskning med deltagende observation (Kristiansen og Krogstrup 2003) og kvalitative forskningsinterview med livshistorisk fokus. Deltagende observation kan skabe mulighed for at indblik i forhold, der er usagte eller udspiller sig i praktik handlen og kan være udgangspunkt for en indkredsning og verbalisering af vanemæssige handlinger og deres betydning (Nielsen m.fl. 2006). Inden for den hverdagslivsteoretiske forskningstradition er forskerens aktive deltagelse i eget undersøgelsesfelt en udbredt og frugtbar metodisk tilgang og deltagende observation anvendes inde for en række faglige discipliner til belysning af forhold for mennesker med underprivilegerede eller afvigende positioner i samfundet (Hviid Jacobsen og Kristiansen 2001).

Sammensætning og rekruttering af deltagere

Der foretages en formålsrettet sampling (Maxwell 2005) med henblik på, at opnå en variation, hvad angår motivation for og erfaring med bevægelse, boform og netværk. Der lægges vægt på at deltagere, der ikke på forhånd ønsker at ændre bevægelsesvaner indgår i projektet, da der i forskningen inden for feltet savnes viden om disse menneskers særlige behov og perspektiver på bevægelse. Udvalget og rekruttering af deltagere foregår i samarbejde med CHANGE teamet. Deltagerne bliver i første omgang informeret om projektet af deres livsstilscoach og vil modtage mundtlig og skriftlig information om undersøgelsen, hvorefter de kan beslutte om de er interesserede i at deltage. Derefter afholdes første møde mellem deltagerne og undertegnede. I et samarbejde med CHANGE teamet vil væsentlige karakteristika ved deltagere, der ikke ønsker at medvirke blive diskuteret.

Empiri

I feltarbejdet indgår seks deltagere, der følges individuelt gennem 14 måneder. Feltarbejdet planlægges for hver enkelt deltager at være opdelt i tre intervaller af fire ugers varighed og det forløber under og efter CHANGE interventionen (Se bilag 2, Plan over feltarbejdet). Deltagerne følges i hvert interval ca. en gang om ugen. Jeg tilstræber at deltage i daglige gøremål, som indkøb, ved samtaler med professionelle og ved deltagelse i idrætsaktiviteter og når deltageren befinder sig i sit hjem. Varighed og setting for feltarbejdet må nødvendigvis tilpasse den enkelte deltager og dennes livssituation og psykiske tilstand. Nogle kan grundet angst, foretrække at mødes kortvarigt et sted i nærområdet, mens andre foretrækker at mødes i fællesarealer i et botilbud, i en behandlingskontekst eller nogle vil finde det attraktivt at få besøg i hjemmet.

Uformelle samtaler om hverdagens gøremål kan bidrage til at kortlægge vaner og verbaliserer deres betydning.

Interessen rettes mod deltagernes vaner, herunder bevægelsesvaner, rutiner og gentagne handlinger. Et væsentligt fokuspunkt vil være forandring af bevægelsesvaner og hvorledes en given intention om forandring forløber, også efter CHANGE-interventionens afslutning.

Hverdagslivet har ofte til opgave at skabe sammenhæng mellem forskellige sfærer. En særlig opmærksomhed rettes derfor mod overgange mellem hverdagslivets sfærer og disse overganges betydning (Ahrenkiel m.fl. 2012). En overgang kan være at forlade hjemmet for at deltage i en aktivitet.

Det første kvalitative forskningsinterview foretages efter den livshistoriske metode (Salling Olesen 2004, Andersen m.fl. 2005) med henblik på at belyse deltagernes erfaringer med bevægelsesaktiviteter og måder at bruge og opleve kroppen på, sat i forhold til deres livshistorie, sygdomsforløb og aktuelle dagligdag. Det afsluttende interview reflekterer den udvikling der har fundet sted.

I forbindelse med observationerne udarbejdes feltnoter med optegnelser over forhold som konkrete begivenheder, fysiske omgivelser, brug af rum samt tempo og energi i handlingsforløb (Emerson m.fl. 2011, Hammersley og Atkinson 1996). Desuden beskrives de interaktioner der finder sted mellem informanter og andre personer, og mellem informanterne og mig, samt mine tanker, følelser, stemninger samt foreløbige analytiske overvejelser og hypoteser.

Interviews og i et vist omfang uformelle samtaler, vil blive optaget og transskriberet.

Forskerposition

Ved deltagende observation kan forskerens rolle principielt befinde sig på kontinuum mellem at være total deltager og total observatør (Kristiansen og Krogstrup 2003). Det er ikke muligt, og betragtes heller ikke som hensigtsmæssigt, at deltage i deltagernes hverdagsliv uden at øve indflydelse på de vaner og rutiner, det er hensigten at få indblik i. Jeg vil gradvist søge at øge fortroligheden og afsøge måder hvorpå jeg kan deltage i hverdagen.

Det er ikke alene forskeren der definerer sin rolle, disse roller tilskrives tillige af feltet (Johansen 2005). Roller kan betragtes som at være genstand for en forhandling (Ringer 2003). I dette tilfælde kan jeg af samarbejdspartnere og deltagere blive tildelt en rolle som professionel, som livsstilscoach, eller som en 'ven', hvilket er roller der vil have betydning for hvilken indsigt jeg kan få eller ikke opnå. Vanskeligheder ved etablere en relevant forskerposition betragtes som værende en kilde til viden om positioner i feltet og om deltagernes hverdagsliv.

Under forløbet vil jeg i en dialog med deltagerne, italesætte uklarheder omkring min rolle og forsøge at tydeliggøre min position som forsker. Projektets design er en god anledning til en sådan italesættelse, i forbindelse med at kontakten med deltagerne gentagne gange påbegyndes og afsluttes.

Jeg vurderer at mine faglige erfaringer med at arbejde med kropslige aktiviteter i psykiatrien, giver gode forudsætninger for at iagttage kropslige udtryk og bevægelsesvaner og for at forstå den psykiske sygdoms betydning for hverdagslivet. Tilsvarende er det dog afgørende at jeg formår at etablere en ny position, hvorfra jeg har mulighed for at gøre nye erkendelser og skabe andre typer af relationer til deltagerne.

Vejledning og netværk

Ph.d projektet er tilknyttet forskningsprojektet CHANGE – Det gælder livet og er etableret i et samarbejde mellem Forskningsenheden, Psykiatrisk Center København (PCK) og Forskerskolen i Livslang Læring, Roskilde Universitet (RUC). Jeg indskrives ved RUC, hvor forskerskole og forskningsgrupper udgør mulighed for netværksdannelse og sparring. Professor Jan Kampmann, Institut for Psykologi og Uddannelsesforskning, RUC er hovedvejleder. Professor, dr. med. Merete Nordentoft, Psykiatrisk Center København er bi-vejleder.

Tilknytningen til projekt CHANGE, Forskningsenheden, PCK og Forskerskolen i Livslang Læring skaber grundlag for et tæt samarbejde med klinikere og forskere beskæftiget med såvel kvalitativ og kvantitativ forskning. Vejledere og forskernetværk udgør tilsammen et stærkt og flerfagligt grundlag for projektet.

Etik

Feltarbejde, ikke mindst blandt mennesker, der er psykisk sårbare og i en samfundsmæssig udsat situation må have stor opmærksomhed på etiske forhold og på at undgå at deltagerne i forbindelse med feltarbejdet føler sig pressede, udstillede, eller svigtede (Hviid Jacobsen m.fl. 2005).

Ved den første kontakt med undertegnede, gøres opmærksom på, at deltagelsen er frivillig og at deltagerne på ethvert tidspunkt kan trække deres tilsagn om deltagelse tilbage, uden det får konsekvenser for deres forløb i CHANGE. Der oplyses om feltarbejdets formål, indhold og varighed og det udtrykkes tydeligt ved indledningen og undervejs, at feltarbejdet tilrettelægges i et samarbejde, hvor deltagernes ønsker vil blive respekteret.

Deltagerne skal afgive skriftligt, informeret samtykke og datamaterialet anonymiseres og opbevares sikkert.

Projektets plan for behandling af data er godkendt af datatilsynet. Grundet karakteren af den empiri der skabes i projektet, skal det ikke godkendes af Den Videnskabetiske Komite.

Publicering

Det planlægges at udforme afhandlingen som en hybrid, sammensat af to til tre artikler eller bogkapitler, samlet af en mindre afhandling.

Referencer

Ahrenkiel, A, Nielsen, BS, Schmidt, C, Sommer, F & Warring, N 2012, *Daginstitutionen – den upåagtede faglighed*. Frydenlund.

Alvesson, M & Sköldbberg, K 2000, *Reflexive methodology*. SAGE Publications.

Andersen AS, Dausien B, Larsen K (red.) 2005, *Livshistorisk fortælling og fortolkende socialvidenskab*. Roskilde Universitetsforlag.

Andersen, LL 1999, *Facader og facetter: modernisering af læreprocesser i socialpædagogik og forvaltning*. Roskilde Universitetsforlag

Bech-Jørgensen, B 1999, 1999 *Når hver dag bliver hverdag*. Akademisk Forlag.

Bech-Jørgensen, B Alfred Schutz og hverdagslivet I: Schutz, A 2005, *Hverdagslivets sociologi*. Hans Reitzels Forlag.

CHANGE, Protokol. Lokaliseret maj 2014 på

<http://clinicaltrials.gov/ct2/show/record/NCT01585493?term=change&rank=20>

Crossley, N 2013 *Habit and Habitus, Body and Society* 2013 19: 131-136. Lokaliseret juni 2013 på <http://bod.sagepub.com/content/19/2-3/136.full.pdf+html>

Danske Regioner 2011. *Kvalitet i psykiatrien*. Danske Regioner

Daumit GL, Goldberg RW, Anthony C, Dickerson F, Brown CH, Kreyenbuhl J et al. 2005 Physical activity patterns in adults with severe mental illness. *J Nerv Ment Dis* 2005;193:641-646.

Davies, CA 2008 *Reflexive Ethnography*. Routledge

Diderichsen F, Andersen I og Manuel, C 2011, *Ulighed i Sundhed – årsager og indsatser*. Sundhedsstyrelsen

Emerson, RM., Fretz, RI, Shaw, LL 2011, *Writing ethnographic field notes*, second edition. Chicago Guides to Writing, Editing, and Publishing

Featherstone, M, Hepworth, M, Turner, BS 1991. *The Body. Social process and cultural theory*. TCS, Sage Publications.

Forsberg, KA, Lindqvist, O, Bjorkman, TN, Sandlund, M, Sandman, PO. 2011, Meanings of participating in a lifestyle programme for persons with psychiatric disabilities. *Scand J Caring Sci* 2011;25:357-364.

Fuchs, T & Schlimme J E 2009, Embodiment and psychopathology: a phenomenological perspective. *Current Opinion in Psychiatry*. 22(6):570-575.

- Gallagher S. Født med en krop. I: Roessler, K. et al. *Sport & psyke*, Krop & Læring, Dansk Idrætspsykologisk. Forum / Klim. 2002
- Gorczyński P, Faulkner G. 2010, Exercise therapy for schizophrenia. *Cochrane database of systematic reviews* (Online)
- Hammersley M, Atkinson P 1996, *Feltmetodikk, grunnlaget for feltarbeid og feltforskning*. Ad Notam Gyldendal.
- Haraway, D 1998, Situated knowlegd: The science question in feminism and the privileged of partial perspective. *Feminist studies* 13:3 p 575
- Hastrup, K 2010, *Ind i verden. En grundbog i antropologisk metode*. Hans Reitzels Forlag.
- Hemmingsen, R, Parnas, J, Gjerris, A, Reisby, N, [Kragh-Sørensen, P](#) 2000, *Lærebog i Klinisk Psykiatri*. 2. udgave udg, Gyldendal Akademisk, København.
- Hviid Jacobsen M, Kristiansen S. 2001, *Farligt feltarbejde – etik og etnografi i sociologien*. Ålborg Universitets Forlag.
- Hviid Jacobsen M, Jørgensen A, Svendsen-Tune S 2005, Sensitiv sociologi, undersøgelser af udsatte og udstødte mennesker I: Hviid Jacobsen M, Søren Kristiansen S, Prieur A (red.) *Liv, fortælling, tekst, strejftog i kvalitativ sociologi*. Aalborg Universitetsforlag.
- Hviid Jacobsen M, Kristiansen S 2005 *Hverdagslivet – sociologier om det upåagtede*. Hans Reitzels Forlag.
- Johansen, KS. 2005, *Kultur og Psykiatri - En antropologi om transkulturel psykiatri på danske hospitaler*. Ph.d. afhandling. Sct. Hans Hospital og Institut for Antropologi, Det samfundsvidenskabelige Fakultet, Københavns Universitet.
- Juhl S og Bransholm Pedersen K 2013, *Videnskabsteori – En indføring*. Hans Reitzels Forlag.
- Klarlund Pedersen B, Andersen LB (red.) 2011, *Fysisk aktivitet – håndbog om forebyggelse og behandling*. Sundhedsstyrelsen
- Kristiansen, S, Krogstrup, HK 2003, *Deltagende observation*. Hans Reitzels Forlag.
- Leithäuser, T 2012, teorien om hverdagsbevidsthed i dag I: Illeris K, *Tekster om læring*, Roskilde Universitetsforlag.
- Leithäuser, T 1993, *Teorien om hverdagsbevidsthed i dag, foredragssammendrag*. Voksenpædagogisk teoriudvikling. RUC
- Maxwell JA, 2005, *Qualitative research design, an interactive approach*. Applied social research methods series volume 42, SAGE publications.
- Merleau-Ponty M. *Kroppens fænomenologi*. Det Lille Forlag. 2006

- Moltke, A 2001, *Krop og socialpsykiatri*. Danske Afspændingspædagogers Forlag
- Moltke, A & Rasmussen, B 2003, *Et studie af hverdagskroppen – teoretisk og empirisk*. Masterafhandling, RUC.
- Moltke, A 2006, Kropsbilleder ved skizofreni, I: *Psyke og Logos*, nr. 2 side 872 – 886, Dansk psykologisk Forlag.
- Moltke, A 2009, Det gælder livet, kapitel I: Nordentoft, M m.fl. (red.) *Psykose hos unge*. Psykiatrifondens Forlag
- Moltke A 2010, *Kroppens ambivalens*. Frydenlund.
- Mortensen, J 2013, *Livsverden og fænomenologi i moderne sociologi - Habermas, Luhmann og Giddens*. Frydenlund.
- Nielsen, KT, Swane, CH, Huniche, L, Hansen, HP, Johannesen, H. 2006 Når sundhed, sygdom og helbredelse er mere end ord. *Månedsskrift for Praktisk Lægegerning*. 1129 – 1140
- Nordentoft M, Krogh J, Lange P, Moltke A 2012, *Psykisk sygdom og ændringer i livsstil*. Vidensråd for forebyggelse.
- Nordentoft M, Mealum M, Iversen T (red.) 2009. *Psykose hos unge*. Psykiatrifonden.
- Pink, S 2009, *Doing sensory ethnography*, SAGE Publications.
- Ringer, A 2013, Researcher-participant positioning and the discursive work of categories: Experiences from fieldwork in the mental health services, *Qualitative Studies*. 2013 Vol 4, No 1
- Salling Olesen H. 2004, *Experience, language and subjectivity in life history approaches - biography research as a bridge between the humanities and the social sciences?* Paper no 14 from the Life History Project, Roskilde University.
- Staal, A 2014, *Unge, idræt og recovery: Evaluering af udviklingsprojekt om idræt for sindslidende* Center for Handicap og Bevægelsesfremme. Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet
- Sundhedsstyrelsen, Center for Evaluering og Medicinsk Teknologivurdering 2004. *Referenceprogram for skizofreni*, Sundhedsstyrelsen,
- Svensson, J 2001, *Psykomotorisk træning i behandlingen af indlagte psykiatriske patienter*. Ph.d. afhandling, Københavns Universitet.
- Toft, J 2011, *Fysisk aktivitet som behandlingsmetode for skizofrene patienter*, Ph.d. – afhandling. Københavns Universitet. Academics books.
- Væver MS 2004, Kropslig mening og betydningsdannelse I: Kjøppe, S et al. *Kroppen i psyken*, Hans Reitzels Forlag.

Weber K 1995, *Ambivalens og erfaring*. Roskilde Universitets Center