

# Massage gi'r dem jeg bevidsthed

Socialpædagogen 4/90

*Huden er kroppens største organ og da huden er knyttet til følesansen, er det vigtigt, at stimulere huden for at udvikle denne sans.*

Af Eirik Tollefsen, pædagog og massagelærer

Interessen for at bruge massage i det pædagogiske arbejde er stigende. Flere og flere får øjnene op for hvilke muligheder, der ligger i denne form for kontakt. Som socialpædagog vil man i sit arbejde møde mennesker med vidt forskellige former for fysiske og psykiske udviklingshæmninger. Generelt kan man sige, at vi i vores arbejdsområde møder mennesker, der har en svagt udviklet jeg – bevidsthed og som for en stor del har svært ved at forholde sig til deres krop. Massage kan ses som en mulighed for at styrke disse sider. Ved f.eks. Centerskolen, Sølunds interne skole, hvor eleverne er multihandicappede eller kontaktsvage med psykiske træk, er massage som kropsstimulation efterhånden blevet en vigtig del af undervisningen. Den fysiske og psykiske optøning som følge af massage er her en af forudsætningerne for, at man kan bevæge sig ind på andre emneområder som f.eks. sanseundervisning, motoriske færdigheder og begrebsindlæring.

Ved Aalborg kommunes ungdomscenter, træningshøjskole – som er et tilbud til 17-25 årige med sociale, psykiske eller psykosomatiske problemer – er der et frugtbart samarbejde mellem det lægelige, det alternative og det socialpædagogiske arbejde. Her indgår f.eks. massage kombineret med samtale som et tilbud mange benytter sig af. Der lægges vægt på, at disse behandlinger tilrettelægges med udgangspunkt i, hvilke behov klienten har – og hvor vedkommende er i sit udviklingsforløb.

## **Massagens betydning**

Mennesker med fysisk og psykisk ubalance har kropslige, følelsesmæssige og mentale blokeringer som hindrer dem i at åbne sig, modtage indtryk og handle selvstændigt. Her vil massage i faste struktureret rammer kunne fungere som en åbning i forhold til sig selv og til omverdenen, fordi den på én gang kan virke afspændende og styrkende. Afspændende fordi den kan bringe én i kontakt med en positiv oplevelse, som kan give hvile for krop og sind. Styrkende fordi den bl.a. fremmer stofskiftet, ved at kredsløbet bliver hjulpet til at skille sig af med affaldsstoffer aflejret i muskler og led. Noget som igen indvirker på kroppens balance som helhed.

Huden er kroppens største organ, og da huden er knyttet til følesansen, er det vigtigt at stimulere huden for at kunne udvikle denne sans. Følesansen er generelt den sans, som vir giver mindst opmærksomhed, fordi vores kultur har haft svært ved at acceptere berøring og massage. Ved at blive berørt med kærlige hænder vil man kunne overskride disse tabuforestillinger og fordomme, sådan at man senere i livet vil få en større frihed i sin kontakt til andre mennesker.

## **Massage i socialpædagogisk sammenhæng**

Massage i socialpædagogisk sammenhæng bygger på de samme principper som massage af normalt fungerende. Dog er det en fordel først at lære at give massage til normalt

fungerende, fordi de signaler de giver, oftest vil være nemmere at opfatte og forstå. For en person som er trænet i at give massage, er det ingen hindring at arbejde med "bevidst berøring" på klienter med tøj på. Denne form for kontakt kan være overordentlig værdifuld og nem at gennemføre i det daglige.

En af hensigterne med massage er, at kroppens energi kan tilføres dele af kroppen, som har nedsat følsomhed eller områder, som bevidsthedsmæssigt "sover." Dette vil give støtte til at opløse nogle af de kropslige og følelsesmæssige blokeringer, der hindrer modtageren i at åbne sig og komme i et sammenspil med omgivelserne.

Ud over at der i massagen bør være indbygget en fast form, vil der være mange individuelle forskelligheder at tage hensyn til, alt efter funktionshæmning, psykiske tilstand og alder. Et eksempel kunne være, at man for de dårligt fungerende med fordel kan bruge sin stemme eller egnet musik til at hjælpe modtageren med at være tilstede i sin krop og dermed tilstede i sin bevidsthed. Endvidere er brug af stemme og musik aspekter, som er medvirkende til, at der opbygges det nødvendige tillids forhold mellem giver og modtager.

Til de bedre fungerende kan det være en fordel at lade massagen foregå i tavshed. Betydningen af dette kan være, at man kan nå om bagved ordene som ofte er en forsvarsmekanisme, der hindrer en til at nå ind til dybere stemninger og forståelser. Ikke alle fysisk og/eller psykiske udviklingshæmmede er modtagelig for massage, fordi det kan være angstprovokerende at lade nogen komme så tæt på. Man skal være opmærksom på dette aspekt, og frem for alt respektere modtagerens grænse.

## **Menneskesyn**

For bedre at kunne formidle den kvalitet, der ligger i berøring og massage, må man række ud over de traditionelle behandlingsmæssige rammer og finde en funktion, der giver mere plads til individuelle behov og større helhedssyn. Heri ligger der en stor udfordring, som samtidig indebærer, at man som pædagog må overskride nogle grænser. Blot det at have en tæt fysisk med de klienter man arbejder med, vil for mange være en overvindelse. For at skabe denne kontakt er det af betydning, at man har et afslappet forhold til sin egen krop og at man, ud over at arbejde professionelt, bringer sig selv med som menneske.

For at kunne hjælpe andre må man kunne hjælpe sig selv, dvs. det at arbejde med andre kan ses som et led i ens egen udvikling. At inddrage berøring og massage vil i denne sammenhæng kunne tilføre ens egen proces en ny dimension, fordi det kan udvikle vores evne til få hjernen (det analytiske, metodiske) til i højere grad at skabe en forbindelse til hjertet. (det intuitive, indlevende)

## **Fremtidsvisioner**

For at gøre denne arbejdsform udbredt i institutioner og andre former for bofællesskaber er der behov for mennesker, som er villig til at åbne op for at gå nye veje. F.eks. kan nævnes dagcenteret Logos i Viborg, som har startet et projekt, hvis mål er at lære mongole at give massage til andre fysisk og/eller psykisk udviklingshæmmede. En mangel i det nuværende behandlingssystem er, at de fysisk og/eller psykisk udviklingshæmmede ofte må begrænse deres følelsesmæssige udtryk som f.eks. sorg, vrede og frustrationer. Dette skyldes, at vi langt hen ad vejen ikke ved, hvordan vi skal forholde os til disse udtryk, og at der samtidig mangler nogle rammer, hvori disse kan legaliseres og bearbejdes. I fremtiden kunne man håbe på en

større almen forståelse omkring disse mekanismer og forlængelse af denne forståelse kan berøring og massage være redskab til at afhjælpe denne mangel.