



Gentænk aldring i Ringkøbing-Skjern og Ikast-Brande

En analyse af Svalholm Dans' projekt Rethink Ageing, Region Midt 2018-19

Center for Kulturevaluering Rapport nr. 3

2019

Louise Ejgod Hansen og Line Nordentoft



INSTITUT FOR
KOMMUNIKATION OG
KULTUR
AARHUS UNIVERSITET



Center for Kulturevaluering. Rapport nr. 3

2019



INSTITUT FOR
KOMMUNIKATION OG
KULTUR
AARHUS UNIVERSITET



Kolofon

Serietitel og nummer	Center for Kulturevaluering, Rapport nr. 2
Titel	Gentænk aldring i Ringkøbing-Skjern og Ikast-Brande
Undertitel	En analyse af Svalholm Dans' projekt Rethink Ageing, Region Midt 2018-19
Forfattere	Louise Ejgod Hansen og Line Nordentoft
Afdeling	Institut for Kommunikation og Kultur
Udgiver	Center for Kulturevaluering
URL	http://cc.au.dk/center-for-kulturevaluering
Udgivelsesår	2019
Sammenfatning	Denne rapport præsenterer en analyse af Svalholm Dans' projekt <i>Rethink Ageing Region Midt 2018-19</i> , som er gennemført i Ringkøbing-Skjern og Ikast-Brande Kommune. I et samarbejde mellem kultur- og sundhedsområdet blev raske ældre inviteret til at deltage i koreografisk scenekunst som performere. Et udfordrende forløb, hvor de under ledelse af koreograf Nønne Svalholm blev udfordret fysisk, psykisk og socialt. Denne rapport analyserer værdien af projektet set fra de ældre medvirkendes perspektiv samt ser på det tværfaglige og tværkommunale samarbejde i projektet.
Emneord	Koreografisk scenekunst, Svalholm Dans, ældre, kultur og sundhed

Indhold

1.0	Indledning og analytiske rammer.....	5
2.0	Metode og forskningsdesign.....	7
2.1/	De ældre som medforskere.....	7
2.1.1/	Spørgsmål til gruppeinterviews.....	7
2.1.2/	Gennemførelse af interviewene.....	8
2.1.3/	Observation af processen.....	8
2.2/	Aktørernes perspektiv.....	9
2.3/	Begrænsninger.....	9
3.0	De overordnede værdier og effekter.....	10
3.1/	Det fysiske.....	10
3.2/	Det sociale.....	11
3.3/	Det mentale.....	12
3.4/	Det videre forløb.....	12
4.0	Tone, tillid og tryghed.....	14
4.1/	Tone.....	14
4.2/	Tillid.....	14
4.3/	Tryghed.....	15
5.0	Mødet med kunsten.....	17
5.1/	Det indre og det ydre liv.....	18
6.0	Projektets værdi fra et aktørperspektiv.....	19
7.0	Samarbejdet.....	20
8.0	Læringspunkter.....	22

1.0 Indledning og analytiske rammer

Denne rapport er baseret på følgeforskning udarbejdet i tilknytning til projektet *Rethink Ageing Region Midt 2018-19* (Herefter *Rethink Ageing*), der er tilrettelagt i samarbejde mellem Ikast-Brande Kommune, Ringkøbing-Skjern Kommune og Svalholm Dans. Følgeforskning og evalueringsdesign er udarbejdet og tilrettelagt af Center For Kulturevaluering ved Institut for Kommunikation og Kultur, Aarhus Universitet og gennemført af forskningsleder Louise Ejgod Hansen og videnskabelig assistent Line Nordentoft.

Svalholm Dans, under ledelse af Nønne Svalholm, har startet *Rethink Ageing*-projektet med henblik på at sætte fokus på kunstens rolle og betydning i forhold til at skabe fysisk og mental trivsel, livskvalitet og positiv forandring hos ældre borgere i alderen 60+. Svalholm Dans startede projektet i 2015 i Aarhus Kommune. Målet var at undersøge seniorers fysiske formåen gennem dans og koreografi og reflektere over begrebet 'lyst' med henblik på at skabe scenekunst af høj kvalitet med seniorer på scenen. Projektet er siden vokset støt, og har pt. engageret mere end 70 ældre.¹ Undervejs har det vist sig, at deltagelse havde en række positive effekter for de deltagende ældre i forhold til bl.a. trivsel og sundhed. Gennem samarbejde med Ikast-Brande Kommune, Ringkøbing-Skjern Kommune, Aarhus Universitet m.fl. ønskede Svalholm Dans at udfolde og dokumentere disse værdier og effekter. Denne evaluering bidrager hertil.

I denne rapport udmøntes følgeforskningen i en forskningsbaseret evaluering, der undersøger projektet *Rethink Ageings* værdi i bred forstand med henblik på at lære af og udvikle på baggrund af projektet.

Evalueringen har to fokusområder. Det primære er de deltagende ældre, der blev fulgt i den periode på fire måneder, som de deltog i projektet. Der er således lagt vægt på at undersøge effekterne fra et deltagerperspektiv ud fra disse spørgsmål:

- Hvilken betydning har deltagelsen for den enkelte ældre?
- Hvordan opleves processen for den ældre?
- Hvilke oplevede fysiske og psykiske effekter har deltagelse?
- Hvilken betydning har produktionskravet og den professionelt skabende tilgang?
- Hvordan opleves den kollektivt skabende proces?
- Hvilken betydning har projektets kunstneriske dimension?

Der lægges i analysen vægt på en undersøgelse af, hvilken betydning det har haft for de deltagende seniorer, at det er en kunstnerisk skabende proces med et produktkrav, de har indgået i. De første tre spørgsmål behandles i rapportens kapitel 3 *Overordnede værdier og effekter* og uddybes efterfølgende i kapitel 4 *Tone, tillid og*

¹ https://www.rm.dk/api/NewESDHBBlock/DownloadFile?agendaPath=%5C%5CRMAPP0221.onerm.dk%5CCMS01-EXT%5CESDH%20Data%5CRM.Internet%5CDagsordener%5Cforretningsudvalget%202018%5C18-09-2018%5CAaben_dagsorden&appendixId=212702

tryghed. De tre sidste spørgsmål omhandlende projektets kunstneriske aspekter og deltagernes arbejde med disse bliver taget op i kapitel 4 *Mødet med kunsten*.

Følgforskningen har også inddraget tilrettelæggelsen og gennemførelsen af projektet, herunder det samarbejde mellem forskellige aktører (kommune, ældreinstitutioner, Svalholm Dans m.m.) der er en ramme om et projekt, der arbejder på tværs af kultur- og sundhedsområdet. Centrale spørgsmål er her:

- Hvilke rammer fremmer og hæmmer et sådant samarbejde?
- Hvordan opleves værdien af projektet ud fra forskellige faglige perspektiver?

Disse spørgsmål behandles i kapitel 6 *Projektets værdi fra et aktørperspektiv* samt i kapitel 7 *Samarbejdet*.

Inden disse analysekapitler præsenteres de metoder, der ligger bag evalueringen i kapitel 2. I det afsluttende kapitel 8 opsummeres læringspunkterne fra projektet.



2.0 Metode og forskningsdesign

Vi har i følgeforskningen haft fokus på to grupper: de deltagende ældre og de professionelle aktører involveret i projektet. Følgeforskningen har benyttet sig af kvalitative metoder for herigennem at fange en række forskellige og komplekse værdier hos en relativt lille gruppe deltagere. Det har givet mulighed for, at følgeforskningen undervejs har kunnet få øje på ikke-forudsete effekter og værdier. I og med at dataindsamlingen har fokuseret på deltagerne, er de undersøgte effekter de oplevede effekter hos deltagerne.

I og med at projektet både har involveret to kommuner og et tværfagligt samarbejde mellem kultur-, sundheds- og ældreområdet, har der været tilknyttet en lang række professionelle og frivillige til projektet. Følgeforskningen har faciliteret to reflekterende workshops for denne gruppe: en i opstartsperioden, hvor rekrutteringen af ældre til projektet var i gang, og en umiddelbart efter projektperiodens afslutning.

2.1/ De ældre som medforskere

I perioden fra d. 1. april 2019 til d. 6. juni 2019 har vi fulgt deltagerne på de to sideløbende hold i *Rethink Ageing*. Det vil sige, at vi både har indsamlet data fra holdet i Ikast-Brande Kommune og holdet i Ringkøbing-Skjern Kommune. Sammenlagt har 15 deltagere fra de 2 hold deltaget i dataindsamlingen. Antallet af deltagere svinger dog lidt imellem de forskellige dataindsamlingsrunder grundet fravær og frafald på holdene.

De ældre har i følgeforskningen selv bidraget aktivt til dataindsamlingen som medforskere. Det er sket i tre runder af gruppeinterviews, hvor de ældre har interviewet hinanden ud fra en fastsat spørgeramme. Formålet med at lade deltagerne arbejde autoetnografisk og indsamle data løbende er at sikre en løbende dataindsamling og ligeledes overdrage medansvar og ejerskab til deltagerne.

Gennem gruppeinterviewene har de ældre fået et refleksions- og dialogværktøj, der også har stimuleret refleksionen over deres egen deltagelse i projektet. Under interviewene har deltagerne i grupper på to til fem deltagere besvaret en række spørgsmål, som de er blevet tildelt af følgeforskeren. Disse interviews er blevet optaget på iPads som hver gruppe selv har opereret. Inden første spørgerunde blev de ældre præsenteret for formålet med undersøgelsen og med formatet.

I hver gruppe har der været en deltager fra Svallholm Dans' *Rethink Ageing*-projekt i Aarhus, som enten har været ansvarlig for at stille spørgsmålene eller for at bidrage med refleksioner eller uddybende spørgsmål til de andre deltagere. De ældre fra Aarhus har spillet en aktiv rolle i hele *Rethink Ageing Region Midt 2018-19*, hvor de har haft en vigtig rolle som erfarne og støttende meddeltagere. Denne rolle har de også indtaget i forhold til følgeforskningen, hvor vi ikke har medtaget deres refleksioner direkte i analysen. Her har vi fokuseret på effekterne for de nye deltagere.

2.1.1/ Spørgsmål til gruppeinterviews

Gennem relativt åbne spørgsmål har gruppeinterviewene givet plads til det, der har været umiddelbart vigtigt for deltagerne på det givne tidspunkt i processen. Samtidig var spørgsmålene med til at tilrettelægge en progressiv refleksionsproces, der forløb således:

- Hvad forventer du, og hvor er du, når du starter?
- Hvordan er det at være en del af forløbet, når du står midt i det?
- Et tilbage blik: Hvordan har det været, er du blevet klogere, hvad tager du med videre?

Spørgsmål til første gruppeinterview

- Hvorfor har du meldt dig til forløbet?
- Hvad glæder du dig til og hvad er du nervøs for?
- Hvad tænker du om, at det er scenekunst?
- Er det nyt eller velkendt for dig at arbejde med scenekunst?

Spørgsmål til andet gruppeinterview

- Hvad er det bedste ved at være med?
- Hvad er det sværeste?
- Hvad motiverer dig til at fortsætte?
- Hvad få du ud af at deltage?

Spørgsmål til tredje gruppeinterview

- Hvordan har det været at være en del af forløbet?
- Hvordan har det været at arbejde med scenekunst?
- Har du oplevet en udvikling? Hvordan og hvorfor?
- Stemmer din oplevelse af forløbet overens med de forventninger du havde, da du meldte dig til?
- Tager du noget med herfra? Hvad?

2.1.2/ Gennemførelse af interviewene

Inden interviewrunde 1 blev de ældre præsenteret for formålet med undersøgelsen og formatet herfor. Det blev understreget, at deres perspektiv var værdifuldt, og at der ikke var nogle 'forkerte' svar på vores spørgsmål. Efter en første spørgerunde, hvor de ældre fokuserede på at svare præcist og ret kortfattet på de stillede spørgsmål, blev det understreget, at spørgsmålene skulle ses som samtalestartere, og at de gerne i interviewene måtte tale bredere om deres oplevelse.

2.1.3/ Observation af processen

Ud over de tre gruppeinterviews har Line Nordentoft ligeledes observeret en workshop hos hver af de sideløbende hold i de to kommuner. Denne observation blev gennemført i slutningen af forløbet, således at den faldt sammen med holdenes indledende forberedelser til en visning på kunstmuseet ARoS i slutningen af forløbet. Herudover ramte observationen en workshop med et refleksionsemne, der var særligt relevant for undersøgelsen.

På dagen hvor følgeforskeren besøgte de to hold, var samtalens fokus:

- Hvad betyder kunst for dig?
- Hvordan ser I jer selv som en del af kunsten?

Følgeforskerens observationer denne dag og deltagernes refleksioner over ovenstående spørgsmål er ligeledes inddraget som en del af datamaterialet bag denne analyse.

2.2/ Aktørernes perspektiv

De to aktørworkshops har været tilrettelagt således, at de tjente et dobbelt formål. I forhold til følgeforskningen skulle de give nok indsigt i det tværfaglige samarbejde i projektet, og i hvordan de forskellige aktører oplevede hhv. målet med og værdien af projektet og af selve samarbejdet. Samtidig var workshopkene en mulighed for en tværfaglig dialog og refleksion over projektet mellem en relativt stor gruppe af aktører, der ellers ikke var samlet undervejs i projektets gennemførelsesfase.

De to workshops er blevet dokumenteret via skriftlige opsamlings. I kombination med et afsluttende interview med Nønne Svalholm om erfaringerne med projektet, er det denne dokumentation, der er grundlaget for analysen af samarbejdet omkring og tilrettelæggelsen af projektet.

2.3/ Begrænsninger

Undersøgelsens analyser tager udgangspunkt i ovenstående datagrundlag indsamlet under et projekt med en varighed på 4 måneder med en deltagerkare på omkring 15 personer. Resultaterne er i høj grad bundet op på det konkrete forløb og de konkrete deltagere. Det betyder også, at den rammesætning, som især Nønne Svalholm har været ansvarlig for, er afgørende for de effekter og værdier, der har vist sig i vores undersøgelse.

Det åbne undersøgelsesdesign har betydet, at vi har kunnet få øje på en række effekter af projektet, som vi ikke på forhånd havde defineret, men det betyder også, at der mangler en opfølgende, mere systematisk og fokuseret undersøgelse, der uddyber forståelsen af disse effekter, og af hvorfor de opstår.

Vi har taget et bevidst valg om at fokusere på de deltagende ældres egen oplevelse af projektet. Det gjorde vi for at opbygge en systematisk viden, der byggede videre på erfaringerne fra Aarhus, hvor deltagerne også gav udtryk for en række effekter af projektet.

Vores tilgang har ikke inkluderet mere traditionelle sundhedsdata. Efter planen skulle der have været gennemført fysiske tests af det sundhedsfaglige personale i de to kommuner, men disse er udgået, da de ikke viste sig velegnede til formålet.

Vores resultater peger på en række effekter af deltagelse i *Rethink Ageing*, der givet vil kunne bruges i andre sammenhænge – såvel af Svalholm Dans som af andre aktører i krydsfeltet mellem koreografisk scenekunst og sundhed. Men det er afgørende at fastholde, at vores undersøgelse viser effekterne af et konkret projekt, og at disse ikke umiddelbart vil kunne overføres til andre projekter i samme krydsfelt. Derfor har vi i aktørdelen af analysen forsøgt at fremdrage de udfordringer såvel som de forudsætninger, der har været for projektet. Det er i høj grad her, der kan hentes inspiration til at skabe lignende effekter gennem nye projekter.

3.0 De overordnede værdier og effekter

Det har været grænseoverskridende, men det var jeg også klar til. Jeg vil prøve noget nyt og prøve at udfordre mig, og det er jeg så også blevet. Både kropsligt, hvor jeg har bevæget mig på en anden måde end jeg er vant til, men også mentalt. Jeg er flere gange blevet tvunget til at tænke over ting i stedet for bare at sige ingenting. De spørgsmål vi har fået, har også været udfordrende....Jeg ved stadig ikke, hvad kunst er, men det har flyttet et eller andet, uden at jeg lige kan sige hvad.

– Deltager fra Ikast-Brande

Indledningsvist vil vi beskrive den overordnede udvikling, vi iagttager blandt deltagerne igennem de tre gruppeinterviews. Her har der været en tydelig udvikling i de emner, som har fyldt blandt deltagerens observationer af forløbet og deres forventninger/forhåbninger til det videre arbejde.

Indledningsvist vil vi beskrive den overordnede udvikling vi iagttager blandt deltagerne igennem de tre gruppeinterviews. Her er tale om en generel progression i deltagerens fokus i de optagede samtaler. Med fokus mener vi de emner som har fyldt blandt deltagerens observationer af forløbet og deres forventninger/forhåbninger til det videre arbejde. Vi kategoriserer disse emner således:

Det fysiske → Det sociale → Det mentale → Det videre forløb

Disse emner er de fire primære værdi- og effektområder af forløbet *Rethink Ageing*, som viser sig igennem vores analyse.

3.1/ Det fysiske

Det fysiske aspekt af arbejdet med koreografisk scenekunst fylder meget blandt deltagerne i det indledende gruppeinterview. Her er deltagerens fokus rettet meget mod forventningerne til at opleve en fysisk forbedring. Blandt nogle var der også en frygt for, hvorvidt deres fysik vil være tilstrækkelig til at kunne gennemføre forløbet. Enkelte deltagere italesætter blandingen af det kunstneriske og det fysiske som en af grundene til, at de valgte at deltage, men overordnet set har deltagerne ikke særlig stor fokus på det kunstneriske aspekt af forløbet. Mange opfatter det som et alternativ til andre motionstilbud eller fysiske aktiviteter, hvilket er i overensstemmelse med den måde, projektet blev præsenteret under rekrutteringen.

Flere deltagere udtrykker forhåbninger om at blive mere smidige og få oparbejdet en bedre balance. Generelt er det gennemgående i alle gruppeinterviews, at deltagerne italesætter en positiv fysisk udvikling.

Indtil nu havde jeg ikke tænkt så meget over det (det kunstneriske), men mere over at det er noget jeg skal præstere - om jeg kan gøre det godt nok. Den sidder der et eller andet sted.

- Deltager fra Ikast-Brande

For mig er det helt fint at kalde det scenekunst, bare jeg får noget ud af det - jeg gør det ikke fordi andre skal se på det, jeg gør det for mig selv, og for at bruge min krop på en anden måde end at skulle terpe et eller andet (andre motionsformer).

- Deltager fra Ikast-Brande

Nu har jeg altid arbejdet meget med kroppen, og så synes jeg det er naturligt, at man også er med til 'ældredans'

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

3.2/ Det sociale

Det sociale aspekt kommer særligt til udtryk i det andet og tredje gruppeinterview. Her fylder det fysiske mindre i deltagernes bevidsthed, og refleksionerne over værdien og effekterne af forløbet drejer sig i højere grad om personlig og social udvikling. Flere deltagere nævner dog også, at de oplever en fysisk udvikling, og ligeledes at de har opdaget, at de kan meget mere med deres krop, end de først havde troet. Det sociale fylder særligt i den forstand, at deltagerne er blevet opmærksomme på, hvordan de indgår i et tillidsfuldt fællesskab. De trives i samarbejdet med de øvrige deltagere og Nønne Svalholm. Det er tydeligt, hvordan både de fysiske øvelser og refleksionssamtalerne bringer dem tættere på hinanden i takt med, at de åbner mere og mere op.

Det er nærværet og de mennesker jeg er sammen med der driver mig. Og det kan man godt brede ud på andre områder af livet også. At se hvor man trives. Jeg trives i fællesskaber med andre. Det er der man får energi og lyst

- Deltager fra Ikast-Brande

Særligt i det andet gruppeinterview er det sociale en af deltagernes store udfordringer. De oplever det som grænseoverskridende at skulle lave de tildelte øvelser foran andre mennesker. Det drejer sig både om de fysiske øvelser og om det at åbne op i refleksionssamtalerne. Nogle deltagere fremhæver, at det er grænseoverskridende at have så meget fysisk nærkontakt med de andre deltagere, imens andre fremhæver udfordringen i at lave øvelserne foran nogle, de kender.

Det sociale er både det bedste og det sværeste.

- Deltager fra Ikast-Brande

Samtidig er det sociale en af de store gevinster for deltagerne, hvor mange ser det sociale og fællesskabet på holdet som en af de helt store drivkræfter for at deltage. Her oplever deltagerne, at de grænseoverskridende øvelser er med til at gøre dem til 'en fasttømret gruppe'. Ligeledes fremhæver mange af deltagerne en stor glæde ved at lære deltagerne fra Aarhus at kende. Det fremgår tydeligt, at de ser op til de mere erfarne deltagere fra Aarhus, der er en stor kilde til inspiration blandt de nye deltagere.

Det miljø der bliver skabt her, er virkelig noget, jeg glæder mig over. Når jeg kører hjem herfra, så tænker jeg over denne her menneskevarme, jeg har mærket - det er

noget, der fylder ved mig ... Jeg havde ikke regnet med, at vi var så tæt på hinanden allerede efter tre gange."

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

3.3/ Det mentale

I takt med at deltagerne kommer i gang med forløbet, kommer det mentale aspekt af arbejdet til at fylde mere. I det andet gruppeinterview begynder flere deltagere at nævne den mentale udvikling. De refererer særligt til de refleksionssamtaler, som Nønne Svalholm faciliterer under hver workshop. Effekten af disse refleksionssamtaler synes at komme bag på flere af deltagerne, der dels er overraskede over samtaleemnerne, dels stimulerede af at skulle tage stilling til ting, de ikke tidligere har tænkt over – herunder kunst.

Jeg har hele mit liv forsøgt at kæmpe mig ud af den der pæne lille pige-rolle, hvor man skal ses, men ikke høres. Så jeg fornemmer stadigvæk at hvis vi, eller I, snakker i en gruppe, så får jeg ikke meldt ind. Så er der en anden, der er i gang (med at tale)... Det er en udfordring for mig, men det er en sund udfordring, det er jeg sikker på.

- Deltager fra Ikast-Brande

Ud over refleksionssamtalerne blev det under observationen også tydeligt, at forløbet lærer deltagerne at have et højnet fokus på deres egen mentale tilstand. I arbejdet med de fysiske øvelser opfordrer Nønne Svalholm hele tiden deltagerne til at rette fokus mod deres indre liv, deres motivationer og deres følelsesmæssige tilstand:

Hvis I synes det er svært, så kig ned for at samle jer om det I føler i stedet for det I ser

Kommentar fra Nønne under observation i Ringkøbing-Skjern

Dette arbejder lader til at stimulere en mere holistisk refleksion hos deltagerne, når de tager stilling til forløbet. De begynder i højere grad at tage stilling til, hvordan de personligt og mentalt bliver udfordrede og udvikler sig. Mange italesætter det at 'turde kaste sig ud i ting' og 'turde mærke efter' som en læring, de får ved at være en del af holdet.

Det var sjovt at mærke forskellen fra første til anden gang, hvor man lige pludselig turde prøve lidt mere. Særligt efter Nønne sagde, at jeg skulle slappe mere af.

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

3.4/ Det videre forløb

Muligheden for at fortsætte arbejdet med Nønne Svalholm efter forløbet er slut, er blevet italesat lige fra det første gruppeinterview. En af grundene hertil er, at deltagerne fra holdet i Aarhus taler meget varmt og opmuntrende om det at være en del af de store turnerende forestillinger, som Nønne Svalholm producerer med deltagerne på Aarhus-holdet. Deltagerne fra Aarhus benytter deres erfaringer fra disse produktioner som en drivkraft for de andre deltagere – som et mål de kan arbejde efter. Dette synes at stimulere nogle af deltagerne, imens andre forholder sig mere forbeholdent til muligheden for at fortsætte arbejdet i de turnerende produktioner.

I det sidste gruppeinterview er det overvejende budskab dog, at deltagerne ønsker at fortsætte arbejdet med Nønne Svalholm. Ikke alle ønsker at være en del af de store produktioner, der vil indebære at optræde foran mange tilskuere, men langt de fleste er meget opsatte på at fortsætte arbejdet på holdet.

Det sværeste ville være, hvis der var en deadline på. Hvis det var 'så, nu er det gået tre måneder, og så er det slut'. Jeg tror ikke, jeg er færdig når det her projekt, det er færdigt

- Deltager fra Ikast-Brande

Det er både den fysiske og mentale udvikling samt det sociale, der motiverer dem til at ville fortsætte efter forløbets afslutning. Her fremhæver deltagerne særligt det bånd, de har skabt med deltagerne fra Aarhus, som en relation de er bange for at miste. Ligeledes er der blevet skabt et positivt og anerkendende fællesskab på begge hold, som langt de fleste deltagere ønsker at bevare. *Rethink Ageing* har altså motiveret deltagerne til at ville fortsætte arbejdet med kunst og kropsligt udtryk samt en personlig udvikling, der stimulerer dem både fysisk, socialt og mentalt.



4.0 Tone, tillid og tryghed

I det følgende afsnit vil vi uddybe nogle af de vigtigste komponenter i den ramme, som skabes om deltagerne. En ramme der motiverer og stimulerer i alle de fire ovenfor nævnte kategoriseringer. Under observationer ved de to workshops iagttag vi, hvordan Nønne Svalholm faciliterede en atmosfære og et rum, der muliggjorde deltageres evne og vilje til at gennemgå en positiv personlig udvikling. Dette rum er bygget op af tre primære komponenter: tone, tryghed og tillid.

4.1/ Tone

Tonen på holdet er meget vigtig i forhold til at få etableret både tryghed og tillid imellem Nønne Svalholm og deltagerne og deltagerne imellem. Hun holder en konstant affirmativ tone, når hun taler med deltagerne. Dermed ikke sagt at hun ikke sætter krav eller forholder sig kritisk, men hun formår at gøre det på en måde, så budskabet fremstår opmuntrende frem for irettesættende. Denne positive tilgang til arbejdet smitter i høj grad af på deltagerne og deres indstilling til hinanden og til arbejdet:

Nønne har været rigtig god til at sørge for, at vi var positive ... Det der med en sur gammel mand og en sur gammel kone, det har vi jo faktisk ikke set.

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

En anden vigtig del af Nønne Svalholms tone i kommunikationen med deltagerne handler om at møde hinanden i øjenhøjde. Fremfor at definere deltagerne ud fra det liv, de tidligere har levet, og de kompetencer, de har haft, så retter Nønne Svalholm fokus på de muligheder og de kompetencer, de har netop nu. Hun benævner konsekvent deltagerne som sine 'talenter', og gør meget ud af at forklare, hvorfor deres bidrag er unikt, og at det er *fordi*, de er der, hvor de er, og ikke på trods af hvor de er. Herved formår hun at eliminere deltagerens indledende frygt for at være fysisk utilstrækkelige – fordi de løser opgaven korrekt, når de gør det på præcis den måde, der er rigtig for dem selv. De skal altså ikke leve op til nogle bestemte standarder, men i stedet give sig hen til at turde udforske sig selv, give slip og se hvor det leder dem hen – en opgave der viser sig at være utrolig lærerig for flere af deltagerne:

I min barndom, som egentligt var ok, var der altid masser af arbejde i stalden osv. Så der var ikke så meget tid til at lege. Derfor føles det lidt forbudt at gøre det nu. Så jeg er ude og træde forbudte stier, og det er SÅ FEDT!

- Deltager fra Ikast-Brandø

4.2/ Tillid

Et andet vigtigt element er den tillid, som opstår på holdet. Her drejer det sig både om deltagerens tillid til Nønne Svalholm og deres tillid til hinanden. De mange fysiske øvelser med stor nærkontakt og de udfordrende reflekterende samtaler har været muliggjort af, at der er skabt stor tillid på holdet. Samtidig er det også dette arbejde, der udvikler og styrker tilliden på holdet. At have en positiv oplevelse med at overskride grænser styrker ofte båndet til de mennesker, man deler

denne oplevelse med. Samme forklaring synes at være gældende, når vi iagttager det stærke fællesskab, der er opstået på de to hold:

Det har været positivt at møde alle disse spændende mennesker og mærke, hvor meget tillid man har til dem, og hvordan det gør, at man tør at give slip. Det har været så positivt at være en del af. Man føler sig sikker og godt opbevaret af denne her gruppe.

- Deltager fra Ikast-Brande

Den anden vigtige tillidsrelation er den mellem deltagerne og Nønne Svalholm. Ved at kommunikere i en affirmativ tone, der bekræfter, at hun ønsker at se deltagerne arbejde ud fra deres eget kompas og egne 'værktøjskasser', formår Nønne Svalholm at oprette en tillid til, at hun ikke beder deltagerne om at gøre noget, der ligger uden for deres evner. Det er netop denne tillid, der gør, at de tør kaste sig ud i arbejdet med nogle øvelser og en proces, der ligger langt fra deres komfortzone:

Det vi laver her, er så langt fra min hverdag, og det synes jeg er lidt spændende.

Deltager fra Ringkøbing-Skjern

Man kan slet ikke forestille sig, at der skulle være en dialog om de ting, Nønne vil have os til. Man gør det jo bare.

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

Nønne Svalholm bekræfter deres bedrifter og er tillidsvækkende i måden, hvorpå hun strukturerer forløbet. Det gør, at hun både kan stille krav til dem som 'talenter' og presse dem til at overskride grænser, samtidig med at hun respekterer deres grænser og behov. Det skaber et rum, hvor deltagerne tør udtrykke sig både fysisk og psykisk.

4.3/ Tryghed

Den positive tone på holdet og Nønne Svalholms tillidsvækkende italesættelse af deltagerne som individuelle talenter, er med til at skabe stor tryghed på holdet. Det er samme tryghed, der lader deltagerne overskride de sociale barrierer, som de oplever i begyndelsen af forløbet. Denne tryghed afspejles blandt andet i refleksionssamtalerne, der har været faciliteret på en måde, hvor alle følte, at de turde byde ind. På den måde er det lykket at 'presse' deltagerne til at tage stilling til emnerne, hvilket har udviklet deres syn på sig selv og deres egen kunnen - både fysisk og mentalt.

Nønne er rigtig god til at få os til at snakke sammen på en rigtig positiv måde.

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

Det er også denne tryghed, der har åbnet muligheder for, at deltagerne har kunne give sig hen til at udforske kunsten og sætte sig selv ind i den. Dette er sket på trods af, at flere deltagere ikke tidligere har forholdt sig til eller beskæftiget sig med kunst før. De trygge rammer er altså med til, at deltagerne tør udtrykke sig igennem nye medier og på nye måder:

Det har været fuldstændigt anderledes at være en del af det fremfor at være tilskuer. Jeg synes det, at skulle bruge sig selv, sin krop og sit udtryk i scenekunsten er rigtig spændende. Jeg synes, jeg har lært rigtig meget om det og er blevet klogere på det. Hver gang jeg prøver noget nyt, så bliver jeg nysgerrig på mere.

- Deltager fra Ikast-Brande

Et andet vigtigt element er den tryghedsskabende relation, som deltagerne fra Aarhus er med til at skabe. Ved at de er jævnaldrende med de nye deltagere, er deres erfaringer med til at skabe ro omkring nye øvelser og ligeledes bekræfte de nye deltagere i, at de godt kan gennemføre forløbet. Her er tale om sparring helt ned i små praktiske men vigtige detaljer som 'hvad gør I med brillerne', og 'jeg blev også meget øm i musklerne, da jeg startede'. Det at medbringe erfarne deltagere som mentorer har altså været værdifuldt for forløbet på det sociale plan og i forhold til deltagernes muligheder for at udvikle sig fysisk og mentalt.



5.0 Mødet med kunsten

I dette afsnit vil vi dykke ned i deltagernes forhold til kunst. Vi tager her fat i det ene emne i den autoetnografiske dataindsamling, der har været styret af følgeforskeren. Grunden hertil er, at oplevelsen af at indgå i en kollektivt skabende proces og mødet med kunsten, er nogle af projektets særpræg i forhold til andre udbud til samme målgruppe. Af samme grund har vi valgt at evaluere målrettet på dette møde.

Overordnet set har deltagernes refleksioner over kunstens rolle og deres møde med denne udviklet sig igennem forløbet. Dette kommer til udtryk i vores datamateriale i form af et fokusskifte fra kunst som et produkt, de skal præstere, til en orientering mod kunst som en proces, de indskriver sig i. I det indledende interview er det faktisk ikke det kunstneriske, der fylder i deltagernes bevidsthed. Det kunstneriske er i deres optik en sekundær del af forløbet, der i højere grad handler om personlig udvikling.

Jeg er spændt på hvad det her nye, det er for en størrelse og finde ud af, hvordan det udvikler sig for mig, hvordan jeg tager det ind, og hvordan jeg har det med det. Det er det jeg har glædet mig til - at finde en ny side (af mig selv).

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

De deltagere der forholder sig til forløbets kunstneriske dimension, er for det meste meget produkt- og præstationsorienterede. For dem handler det kunstneriske om det at skulle vise noget for nogle og stå på en scene, hvilket gør flere af dem nervøse.

I det andet og tredje gruppeinterview ser vi en løbende udvikling i deltagernes refleksioner over kunsten og deres egen rolle i en kollektivt skabende kunstnerisk proces. Nu begynder deltagerne at tage stilling til, hvad kunst er/kan være, og hvordan de selv oplever arbejdet med kunst på egen krop. Her skifter fokus fra en orientering mod produktet og præstationen til et fokus på den oplevede proces.

Jeg havde helt glemt hvordan det var at være en del af en gruppe, der producerer noget til glæde for andre.

- Deltager fra Ringkøbing-Skjern

Denne udvikling bliver styrket igennem refleksionssamtalerne med Nønne Svalholm, hvor de bl.a. taler om, hvad kunst er, og hvordan de ser sig selv som en del af kunsten. Dette lader både til at stimulere deltagernes tanker om, hvad det er, de arbejder med, og ligeledes afmystificerer det mødet med kunsten, der for nogle har været et meget fjernt og fremmed begreb. Deltagernes selvtillid fremstår højnnet ved, at de ikke længere bekymrer sig om præstationen, og i stedet for at bekymre sig om hvorvidt de er gode nok til at være en del af produktet, reflekterer de nu over, hvordan det er at være en del af den skabende proces.

Hele strukturen har været sjov at være en del af. At skulle lave disse øvelser og skulle til Aarhus og falde på en trappe. At være en brik i denne struktur synes jeg har været sjovt at være en del af.

- Deltager fra Ikast-Brande

Det, at de har skulle indgå aktivt i et kunstværk, har gjort et stort indtryk på flere af deltagerne. Det har motiveret dem at have noget at arbejde frem mod, men dette forstås i forhold til, at deres proces har været styret mod dette og ikke, at produktet har været omdrejningspunkt for deres udbytte af forløbet. Forskellen er, at deltagerne er meget opmærksomme på, at de er en del af Nønne Svalholms værk og visionen bag det. Det lader til at have givet meningsfuldhed til opgaven og motiveret dem til at tage ansvar og ligeledes tage stilling til, hvad deres rolle var i forhold til værket. Dette pejlemærke har hjulpet flere med at kunne måle deres egen udvikling, og ligeledes givet øvelserne og arbejdet på holdet en meningsfuld kontekst.

Det der med at have en deadline. At skulle til ARoS og vise noget, så der er noget vi skal nå. Det har været godt. Det er en interessant ting.

- Deltager fra Ikast-Brande

Netop det at værket skulle vises på ARoS, har betydet meget for flere deltagere. Formentligt fordi ARoS som venue har givet en professionel ramme om arbejdet, hvor de har følt, at både de og værket blev taget alvorligt. På denne måde bliver deltagerens kunst legitimeret af at indgå i en professionel kunstnerisk kontekst, hvorimod nogle deltagere nævner at 'det havde været helt mærkeligt, hvis det skulle vises hjemme på torvet'.

5.1/ Det indre og det ydre liv

Overordnet set har det kunstneriske aspekt været af afgørende betydning for deltagerens udvikling. Hvis vi skal opsummere de tidligere nævnte værdier og effekter af forløbet i et samlet udsagn om, hvori projektets skiller sig ud, og gør en forskel for de deltagende, så er det det kunstneriske arbejde, der gør forløbet unikt i deltagerens optik.

I løbet af følgeforskningen er det blevet tydeligt for os, at dette projekt handler om forholdet mellem deltagerens indre og ydre liv. Om at blive udfordret og lade sig udvikle på mere end blot det fysiske plan. Det er også denne dualisme mellem det fysiske og det mentale, der fylder ved deltagerne, når de ser tilbage på forløbet. Det har med deres ord 'rykket ved noget,' som de på den ene side er meget eksplicite omkring, og på den anden side har svært ved at sætte ord på. Vores vurdering er, at dette 'noget' netop er kunsten og arbejdet med denne.

Koblingen af at sidde herude og have nogle samtaler om nogle dybe ting og så bagefter gå ind i salen sammen, det giver mig sådan en ro.

- Deltager fra Ikast-Brande

Forholdet mellem de refleksionssamtaler som Nønne Svalholm faciliterer, det fysiske arbejde i salen og det kunstneriske arbejde med at koble det indre og det ydre liv i den fysiske handling og udtryk er det, der gør forløbet særligt. Derfor er det ikke 'bare' kaffe-snak, det er ikke 'bare' at gå til dans eller gymnastik, men det er et holistisk arbejde med det hele menneske. Deres stillingtagen til sig selv, den kontekst de træder ind i, og den verden de kommunikerer med. Denne kobling er det, der har rykket deltagerens opfattelse af sig selv i forhold til kunsten og i forhold til verden.

6.0 Projektets værdi fra et aktørperspektiv

I aktørworkshoppene blev det også diskuteret, hvilke værdier projektet havde såvel sundhedsmæssigt som kulturelt. Dette bygger i høj grad videre på erfaringerne fra deltagerundersøgelsen, hvis foreløbige resultater deltagerne blev præsenteret for under den afsluttende aktørworkshop. På sundhedssiden blev der lagt vægt på det brede perspektiv på sundhed, der både forholder sig til det fysiske ("bedre balance"), det psykiske ("nærvær og ro – at være tilstede") og det sociale ("stærkt fællesskab"). Erfaringerne med at koble sundhed og kultur i *Rethink Ageing* peger således på behovet for en bred forståelse af sundhedsbegrebet, der kobler mellem normalt adskilte dimensioner af sundhed. Nønne Svalholm giver sit eget bud på, hvorfor det sker:

Fordi det lige præcis er denne her kunstform som er performance og koreografi, kan man sige at det fysiske og det mentale, det sanselige og det følelsesmæssige lige vigtige og det vil sige at vi bliver nødt til at arbejde på alle planer.

- Nønne Svalholm

På kultursiden af projektet har det været vigtigt for aktørerne, at projektet har givet andre grupper af borgere mulighed for at møde den koreografiske scenekunst. "Ikke typiske kulturbrugere som bliver en del af kunsten" og at det i sig selv "rykker ved kulturopfattelsen". Det særlige ved, at det er en kunstner, der står bag projektet, fremhæves som afgørende for, at projektet har fået succes, og det fremhæves, at der er skabt en "styrket respekt for en kunstnerisk faglighed." (aktørworkshop 2)

Hvad det præcis er, Nønne Svalholm gør i sit arbejde, kan være svært at pege på, men det er tydeligt at få øje på, at hun arbejder meget seriøst og ambitiøst med de ældre, og at hun selv investerer sig personligt i projektet på en måde, der smitter og gør det muligt at flytte grænser. Netop det personlige og Nønne Svalholms kompetencer er såvel en kvalitet som en sårbarhed ved projektet. Tanken bag *Rethink Ageing Region Midt 2018-19* var blandt andet at begynde at lave en skalerbar model for koreografisk scenekunst med ældre. Følgeforskningen har afdækket nogle af de faktorer, der er afgørende, men den viser også tydeligt, og det bekræftes af aktørerne, at Nønne Svalholms kunstneriske kompetencer er afgørende for projektets succes. Der er således stadig behov for en indsats i forhold til at dele disse erfaringer og udbrede Nønne Svalholms praksis, hvis man ønsker en opskalering af projektet.

7.0 Samarbejdet

Rethink Ageing Region Midt 2018-19 har på mange måder været et pilotprojekt. Selvom Nønne Svalholm allerede havde erfaring med at arbejde med ældre i Aarhus Kommune, var hele aktørkredsen i projektet nye og skulle lære hinanden at kende på tværs af såvel sektorer som kommuner. Det har været en målsætning med projektet at gøre sig erfaringer med den form for samarbejde, og dermed også at opbygge et fundament, som fremtidige projekter vil kunne bygge videre på. Af denne grund har aktørdelen af følgeforskningen i lige så høj grad fokuseret på vidensudveksling og refleksion blandt de medvirkende, som på en dokumentation af udbyttet. De to workshops har givet os indblik i potentialer og udfordringer i projektet. Det koncentrerer sig om følgende punkter:

- Rekruttering
- Sammensætning af aktørkredsen
- Tilrettelæggelse af samarbejde på tværs af forskellige sektorer

Et centralt element i begge aktørworkshoppene har været en diskussion af mål med og værdien af projektet for på den måde at forholde sig til et projekt, der både havde kunstneriske og sundhedsmæssige mål. Det overordnede indtryk er, at workshoppenes tematisering heraf har bidraget til et forståelse på tværs af de to dimensioner. Samtidig har workshoppen dokumenteret, at der på tværs af de forskellige grupper var en forståelse for og en værdsættelse af, at målsætningerne rakte ud over ens eget fagfelt.

Som en del af den afsluttende workshop blev det diskuteret, hvorvidt projektet havde haft de rammer, det skulle have haft. Hermed blev der også peget på de elementer, der i fremtidige projekter ville kunne forbedres. Helt overordnet bliver der peget på, at projektet skulle have været styret strammere, og at især inddragelsen af det sundhedsfaglige personale kom i gang for sent.

Tidligere involvering af partnerne – måske endda tidligere end normalt
- Aktørworkshop 2

Dette har især i Ikast-Brande Kommune givet en række organisatoriske udfordringer, som kunne have været afhjulpet. Det er erfaringen fra projektet, at det har været væsentligt mere ressourcekrævende end forventet at tilpasse projektet til lokale forhold:

Større opgave end man havde forestillet sig. Det var ikke bare "plug and play" med Aarhusmodellen
- Aktørworkshop 2

En udfordring, som fyldte meget i især aktørworkshop 1, var udfordringen med at rekruttere deltagere. Aktørerne var på forhånd klar over, at det med at rekruttere ældre mennesker til at lave koreografisk scenekunst ville være en udfordring. Alligevel var det overraskende hvor svært og ressourcekrævende det var.

Introworkshoppene,, hvor de ældre fra Aarhus også viste en forestilling, var afgørende for at give et indtryk af, hvad det ville sige at være med i projektet. Denne erfaring peger på, at det er afgørende at have ambassadører, der kan være med til at afmystificere og skabe konkrete billeder af, hvad projektet går ud på. På den måde imødekommes nogle af de barrierer, der er for deltagelse.

I forhold til rekruttering peger aktørerne også på Nønne Svalholms egen entusiasme og evne til at møde de ældre som afgørende. Hendes evne hertil er både en kvalitet og en svaghed, det sidste især fordi det betyder, at kommunikation og formidling bliver meget afhængig af hendes person i et projekt, hvor der i forvejen ligger meget ansvar og mange opgaver hos hende.

Det tværfaglige samarbejde har været en af udfordringerne i projektet. Her står *Rethink Ageing* ikke alene. Også Europæisk Kulturhovedstad Aarhus 2017, som projektet udspringer af, og som begge kommuner deltog i, havde fokus på det tværfaglige samarbejde. Der er således et erfaringsgrundlag at bygge videre på, men også en erkendelse af, at det er svært og tager lang tid. Til gengæld har parterne i projektet en klar forståelse af, at det tværgående samarbejde både på tværs af kommuner og på tværs af fagområder, er værdifuldt ikke mindst i forhold til at skabe læring:

Forskellige syn på tingene er en stor værdi.

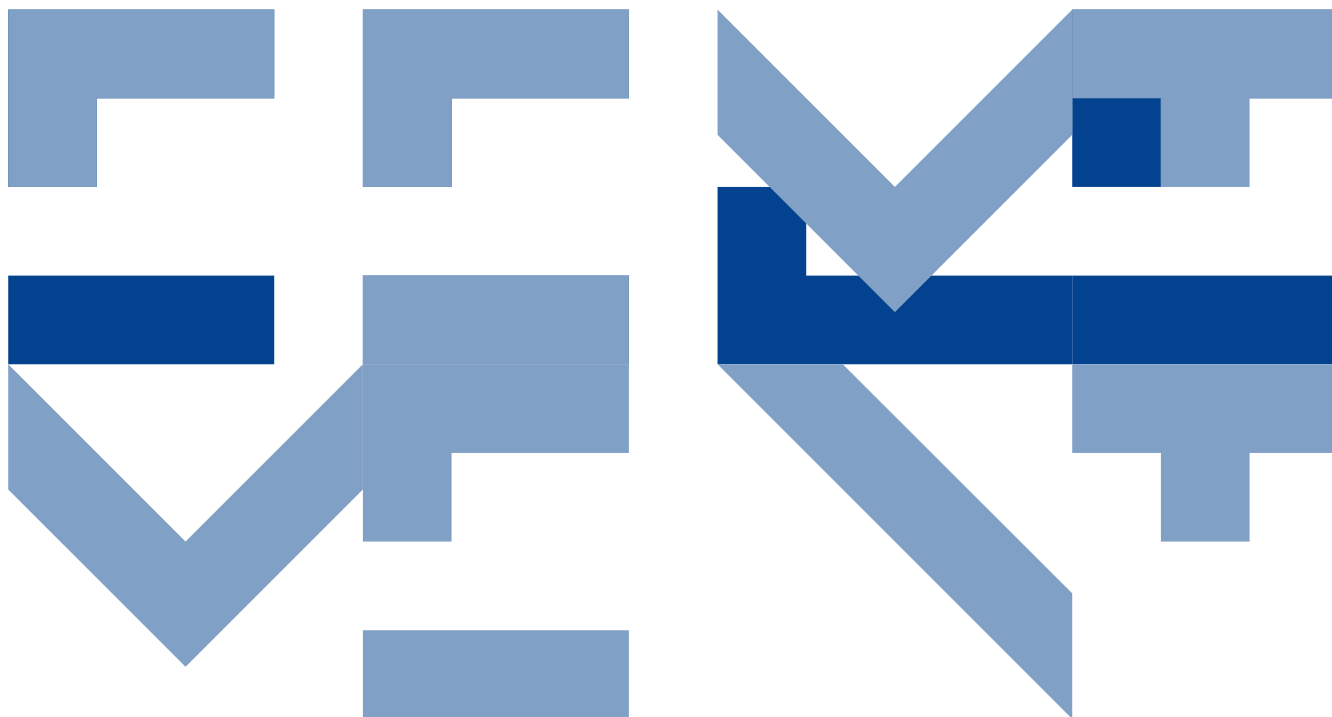
- Aktørworkshop nr. 2

Et afgørende tema i den afsluttende aktørworkshop var en fortsættelse af projektet. Aktørerne havde ved pilotprojektets afslutning gjort sig nogle erfaringer, som de selv peger på, at der bør bygges videre på. Fra især den sundhedsfaglige side efterlyses der et alternativ til projekttankegangen, hvor der igangsættes en aktivitet uden at der er tænkt i videreførelse og opfølgning. Det peger på, at der på dette felt er en anden praksis end på kulturfeltet, hvor det at igangsætte projekter sjældent leder direkte over i en kontinuerlig aktivitet.

8.0 Læringspunkter

Med udgangspunkt i aktørworkshoppene kan der udledes følgende læringspunkter af *Rethink Ageing*.

- Opbyg samarbejdet i god tid og sørg for, at det bliver et ligeværdigt samarbejde mellem de involverede fagområder.
- Hav en klar procesplan og rollefordeling og sørg for at de forskellige parter involveres undervejs.
- Rekrutteringsprocessen er vanskelig og ressourcekrævende.
- Ambassadører (Nønne Svalholm, professionelle aktører og tidligere medvirkende) spiller en afgørende rolle i rekrutteringsfasen i forhold til at sikre, at deltagelse gøres konkret og 'ufarligt'.
- Stedet for workshoppene er afgørende for deltagerne. Det fungerede dårligt med at skifte mellem tre forskellige steder i Ikast-Brande Kommune.
- Det bør såvel i forhold til deltagerne og i forhold til at bygge videre på de gjorte erfaringer, overvejes, hvordan projektet fortsættes og forankres.
- Det bør overvejes, hvordan Nønne Svalholms ressourcer benyttes i projektet, således at hun især varetager de opgaver, hvor hun bidrager med særlige kompetencer.



Resumé

Rethink Ageing Region Midt 2018-19 har involveret en gruppe ældre i Ringkøbing-Skjern og Ikast-Brande Kommune i koreografisk dans. Koreograf Nønne Svalholm har gennem fysiske øvelser og refleksionsworkshops udfordret de ældre til at være udøvere af en kunstart, der for de fleste af deltagerne var helt ny og ukendt. Ved at skabe et trygt og tillidsfuldt rum, har Nønne Svalholm givet deltagerne mulighed for at opleve, hvordan det fysiske, mentale og sociale hænger sammen i udøvelsen af koreografisk scenekunst. De ældre er blevet taget seriøst som bidragende til den kunstneriske proces og ikke mindst som performere i værket *Rise to the future of being*, som blev vist på kunstmuseet ARoS som en del af åbningen af Europæisk Kulturregions festival *Genopdag*.

I denne rapport sættes der fokus på de ældres oplevelse af at deltage i forløbet og af den udvikling, de har været igennem undervejs. Herudover får de professionelle aktører fra kultur- og sundhedsområdet ordet, når det analyseres, hvilke udfordringer der er med at arbejde på tværs af kommuner og på tværs af forvaltninger i et projekt i krydsfeltet mellem kultur og sundhed.

Rethink Ageing Region Midt 2018-19 has involved a group of elderly in choreographic performing arts in the municipalities of Ringkøbing-Skjern and Ikast-Brande. Choreographer Nønne Svalholm has through physical exercises and reflections challenged the participants to be practitioners in an art form that was entirely new and unknown to most of the participants. By creating a safe and trustful space, Nønne Svalholm has given the participants the opportunity to experience how the physical, mental and social are connected in the practice of choreographic performing arts. The participants have been taken serious as contributors to the artistic process and not least as performers of the piece *Rise to the future of being*. This was performed at the art museum ARoS as a part of the opening of the festival *Re-discover* by European Region of Culture.

In this report, focus is on the experience of the participants in the project and on the development they have been through. In addition, the professional actors from culture as well as health are given the word in the analysis of the challenges of collaborating across municipalities and across different areas of administration in the intersection between art and health.