

NÅR PIGER SLÅR

Om *Pigegruppens* erfaringer med kickboksning

Af Liv Rex Hansen

Pigegruppen bliver vi ofte mødt med undren, når vi fortæller, at projektet træner gruppens piger i kickboksning. Spørgsmålet er, om det er forsvarligt at lære aggressive unge at slå. Denne artikel afspejler derfor nogle pædagogiske refleksioner og erfaringer med at træne vilde piger i kickboksning.

Kort om Pigegruppen

Pigegruppen i Saxogade er et projekt for udsatte og sårbare piger, de såkaldte 'vilde piger', i alderen 13 til 18 år fra hele Københavnsområdet. Projektet er et åbent og frivilligt tilbud, der via tillid og respekt skaber nogle trygge rammer, hvor pigerne i dialog med jævnaldrende og voksne aktivt kan skabe forandringer i deres liv. Tilbudet er finansieret af Københavns Kommune, samt via egenbetaling fra Socialcentrene, og hører under Københavns Kommunes Socialforvaltning.

En uge i Pigegruppen kan byde på meget forskellige aktiviteter - udover kickboksningstræning om mandagen, spiser vi sammen hver tirsdag. Pigerne hjælper så godt de kan med indkøb og madlavning, og under spisningen snakker vi løst og fast om emner, der er vigtige for pigerne, som fx stoffer, seksualitet, kæresteforhold, forhold til forældre og meget meget mere. Andre aftener tager vi i biografen, i kurbad eller kører gokart. Om torsdagen er det muligt for pigerne at få hjælp med jobansøgninger, hvis de ønsker det. Ellers bruges torsdage til at hygge-snakke, male, se en film etc.

Udover at tage til sagsbehandlermøder, psykolog, tandlæge, familiemøder etc. med pigerne er vores telefoner døgnåbne, og de ved, at de altid kan ringe eller kigge forbi uden for åbningstiderne, hvis de har brug for det.

Pædagogisk tilgang

Pigegruppens pædagogiske metoder er baseret på begreber som anerkendelse, ressourcetænkning og tillidsfyldte relationer. Sidstnævnte er særligt vigtig, fordi det er gennem relationen til jævnaldrende og de voksne, at pigerne får mulighed for at ændre deres selvbillede og reflektere over deres livssituation. Langt de fleste piger vi har kontakt med, har en lang historie i "systemet", som har efterladt dem med en følelse af at være stigmatiseret og ikke-forstået. Da de samtidig kommer fra kaotiske familieforhold oplever de en følelse af at være dobbelt-udstødte i den forstand, at både de samfundsmæssige institutio-

ner og deres sociale omgivelser ikke formår at rumme dem. For at pigerne kan skabe en relation som er bærende i forhold til Pigegruppen, er anerkendelse af pigernes livssituation og det kaos de lever i, et vigtigt pædagogisk redskab. I vores møde med pigerne forsøger vi ikke som det første på at finde løsninger som synes rigtige for dem, men i stedet på at være med dem i det kaos, som omgiver dem. I denne kaotiske livsverden kan det for pigerne, deres sagsbehandler, skoler og familier m.m. ofte være svært at få øje på pigernes ressourcer. En vigtig del af Pigegruppens arbejde er derfor, at have et positivt syn på pigernes ressourcer, så de styrkes i udviklingen af eget selvværd og selv kan se løsninger frem for at få dem dikteret af voksne.

For at støtte pigerne yderligere i udviklingen af deres sociale kompetencer, sigter projektet mod at hver enkelt pige føler både ejerskab og medansvar for Pigegruppen som helhed. Ved at slippe voksenstyringen og overlade det til pigerne at arrangere spisning, ture ud af huset, løse konflikter osv. oplever pigerne dels at de rent faktisk har kompetencer og dels, at deres handlinger har betydning for det større fællesskab.

Fokus her er som nævnt vores kickboksning, så ovenstående skitsering er blot nogle nøglebegreber i forhold til Pigegruppen som pædagogisk projekt, begreber som selvsagt genspejles i vores træningskultur.

Kickboksning

Til Pigegruppens ugentlige kickboksningstræning deltager piger, som er både udad- eller indadreagerende, det vil sige aggressive eller selvskadende, og nogle af pigerne har yderligere et dagligt forbrug af hash. De har hver deres særlige grunde til at starte til træning, derfor vil jeg indlede med kort at gennemgå nogle af de problemstillinger, som er kendetegnende for holdets piger, for senere at konkretisere selve træningen, trænerens rolle, samt pigernes udbytte af træningen.

Når vreden vendes udad

Som jeg indledte med at skrive, bliver vi ofte spurgt om det er forsvarligt at undervise vilde piger i kickboksning. Spørgsmå-

let er reelt nok, i og med at projektet har piger, hvis straffeattest allerede afslører grove voldsdomme. Og svaret er langt fra enkelt, men som udgangspunkt mener jeg, at man skal forsøge at forstå, hvad pigerne får ud af at være aggressive, så man kan møde dem i øjenhøjde under træningen.

Gennem snakke med pigerne er det mit indtryk, at deres aggressive handlemåder blandt andet er en kommunikationsform, hvorigennem de udtrykker deres frustrationer og skaber sikkerhed i forhold til sociale relationer, status og deres fysik. Da jeg ikke er psykolog, vil jeg afholde mig fra at redegøre for de dybereliggende psykologiske forklaringer på voldshandlingerne. Men ud fra samtaler med pigerne kan jeg sige, at brugen af fysisk og psykisk vold blandt andet afhænger af, hvad de har lært hjemmefra. Eksempelvis forklarede en af vores piger under et interview til en artikel om voldelige piger:

"Jeg har altid fået at vide derhjemme, at du skal slå først. Engang var der en, der sagde til mig: Har du ikke lært at du skal behandle andre som du selv vil behandles. Nej det har jeg ikke! Sådan er det der, hvor jeg kommer fra".

Så helt klassisk er der tale om, at pigerne tidligt i deres opvækst oplever en legitimering af vold som udtryksmiddel, dels til at kommunikere følelser med og dels som sikkerhedsstrategi jf. understregningen af "... at slå først". Når pigerne fortæller, er det tydeligt, at de ikke ønsker at identificere sig som hverken svage eller offer og i stedet indtager de voldsudøverens position for derigennem at opnå sikkerhed og kontrol. De voldelige udtryksformer kan derfor defineres som en sikkerhedsstrategi pigerne benytter. Fordi de i deres opvækst gentagne gange har oplevet, at deres grænser er blevet overskredet, deres selvværd blevet banket i bund og deres behov oversete, forsøger de aktivt at vende afmagt til modmagt gennem brugen af fysisk og psykisk vold.

Det er dog ikke kun den sociale arv, som betinger volden. Pigernes voldelige handlings- og holdningsmønster afhænger også af, hvilke venskabskredse de færdes i. Hvis vold giver prestige i vennegruppen og

pigen i sig selv ikke har implementeret et ikke-voldeligt kodeks, bliver det en oplagt måde at tilkæmpe sig anerkendelse på. Anerkendelsen er i denne kontekst afhængig af, om pigen kan leve op til gruppens æresbegreb, som grundlæggende handler om at beskytte veninderne. Andre der arbejder med vilde piger har påpeget, at pigerne kopierer de sociale normer fra "drengebånd" og hip hop kulturen. Ære, broderskab og loyalitet er netop kendetegnet for drengenes stærke sammenhold, og tilsyneladende har pigerne ladet sig inspirere af noget, der virker for det modsatte køn. Da pigerne ofte ikke har opnået anerkendelse inden for normalområder som skole, sport eller i andre grupperelateret sammenhæng, oplever de et selvtillidsboost, når de konsolideres i en ny "familie", der er i stand til at beskytte medlemmerne. (se evt. Langager og Skov 2004)

Udover familie og venner er spænding og legen med kønsnormerne et tredje element i forhold til den aggressive adfærd. Det giver et kick i kroppen og et rush i psyken, når man på få sekunder kan opnå ultimativt magt over et andet menneske. Et rush, hverdagens kedelige trivialiteter ellers ikke byder på. For mange piger opstår spændingen også, som jeg forstår det, i selve normbruddet med forestillingen om den stille, pæne pige. For trods vores moderne kønsopfattelse bliver folk stadig meget overraskede og provokerede over fysisk aggressive piger, fordi pige-kønnet ofte karakteriseres som værende følelsesbetonet, passivt og verbalt kommunikerende. I den "normale" verden opfattes pigen således stadig som en lille feminin størrelse, der mest forsværer sig ved at være intrigant, mobbe eller få kæresten til at puste sig op. Når man som pige tør tage sagen i egen hånd og iklæde sig macho-normerne, vækker det derfor uden tvivl forargelse, hvilket dels understøtter hendes behov for opmærksomhed og dels forandrer hendes position fra at være en "udsat" teenager til at være gadens dronning.

Når vreden vendes indad

Nogle af pigerne i projektet er som sagt indadrettede eller selvskadende, hvilket betyder at de skader sig selv frem for andre. Jeg oplever det i mit arbejde ved pludselig

at bemærke nye snitmærker på underarmen af en pige, mærker som oftest er skjulte og ikke til debat. Som jeg tolker det, ønsker flere af Pigegruppens piger inderligt at leve en normaliseret tilværelse med skolegang, fritidsjob og middage hos svigerforældrene. Dette er dog ofte et konstrueret glansbillede som ikke levner meget plads til følelsesmæssigt kaos og skæve familieforhold. I forsøget på at være perfekt, kan presset blive for massivt og følelsen af utilstrækkelighed og usikkerhed kan true hendes selvkontrol. Da pigen har svært ved at sætte ord på sine følelser, kan hun i stedet opleve en lettelse og aflastning i forhold til den psykiske smerte, ved at skære sig selv. *Cutting* adskiller sig derfor fra selvmordsforsøg ved at pigen hverken ønsker at dø eller råbe om hjælp. Tværtimod kan *cutting* forstås som en form for selvmedicinering, hvor pigen søger at reducere indre spændinger og aggressioner. (se evt. Møhl 2006)

Det vil være misvisende kun at tale om pigerne som enten udad- eller indadrettede. For flere af pigerne har et dagligt forbrug af hash, som påvirker deres måde at reagere på. Et dagligt hashforbrug betyder ikke, at pigerne opgiver træning, men blot at de tit er bagskæve, når de deltager. Fornemmelsen af at være skæv er netop den buffer, som pigen behøver for enten at kunne styre sit temperament eller for at holde nærværet af andre mennesker ud. Forsøger en pige at kvitte hashen, vil hun de første par dage være meget irriteret og opfarende, ryger hun derimod meget, er hun for det meste indelukket og svævende. Det er derfor ikke unormalt, at vi oplever den samme pige skifte fra at være aggressiv til passiv på den samme dag. Ligesom i alt andet Pigegruppearbejde har vi altså skabt nogle rammer omkring træningen, som kan rumme pigerne, hvad enten de er voldelige, selvdestruktive eller skæve, fordi vi grundlæggende mener, at træningen har en god indvirkning på dem.

Inden jeg giver mig i kast med at forklare, hvad jeg mener pigerne opnår gennem træningen, vil jeg beskrive, hvordan vores træning foregår og hvilken rolle henholdsvis træneren Lars Krusaa, min kollega og jeg selv har i processen.



Fotos Signe Vad

Timerne omkring træningen

Da Vilde Læreprocesser i foråret 2005 tilbød at åbne deres kickboksningshold for Pige-gruppen, så vi det som en oplagt mulighed for vores piger, både fordi flere piger havde efterlyst træningen og fordi vi generelt synes det er spændende at lave noget sammen ude af huset.

Kickboksningen foregår i lejede lokaler i et større idrætsanlæg og er i dag åben for vores piger, deres veninder og for piger, der tidligere har været tilknyttet Vilde Læreprocessers pigeprojekt. Vi starter træningen mandag eftermiddag med at sidde i forhallen og ryge smøger og snakke om weekenden, dumme ekskærestere og andet pigesladder. Efter et kvarter rykker vi ind i omklædningsrummet, hvor vi lidt generte lægger vores smykker og skifter hverdagstøjet ud med hængerøvsbukser og slidte T-shirts. Til sidst går vi op i træningslokalet, hvor der ikke går lang tid, før pigerne begynder at lege og tjatte til hinanden i minutterne, før Lars samler os.

Hvis der er en ny pige, indleder Lars med at præsentere de få principper han eksplicit træner ud fra: man må under ingen omstændigheder bruge det man lærer, uden for træningslokalet – heller ikke for sjov, man skal respektere det der bliver sagt, og koncentrere sig under undervisningen. Til sidst gør han det klart, at mobilen skal være slukket. Derefter sætter vi i løb til pop-technoen og bassen begynder langsomt at pumpe energien rundt i vores kroppe.

Til hver træningslektion lærer vi noget nyt, men delelementerne består som regel af det samme. Når vi er godt varme, træner vi slag og spark sammen to og to, hvorefter vi en af gangen bliver inviteret op til en omgang på plethandsker (små puder, der passer hånden som en handske) alene med Lars, mens de andre ser på.

Under plethandsketræningen giver Lars den enkelte pige sin fulde opmærksomhed og gennem den energifyldte dynamik, der opstår mellem pigen og Lars, formår hun at presse sig selv til nye højder. Inden vi slutter af, får pigerne muligheden for at sparre med Lars oppe i bokseringen. Sparring går ud på at simulere en kamp uden at bruge hårde slag og spark, hvilket kræver at pigerne kan beherske deres styrke, samtidig

med at de giver sig selv hen til kampen.

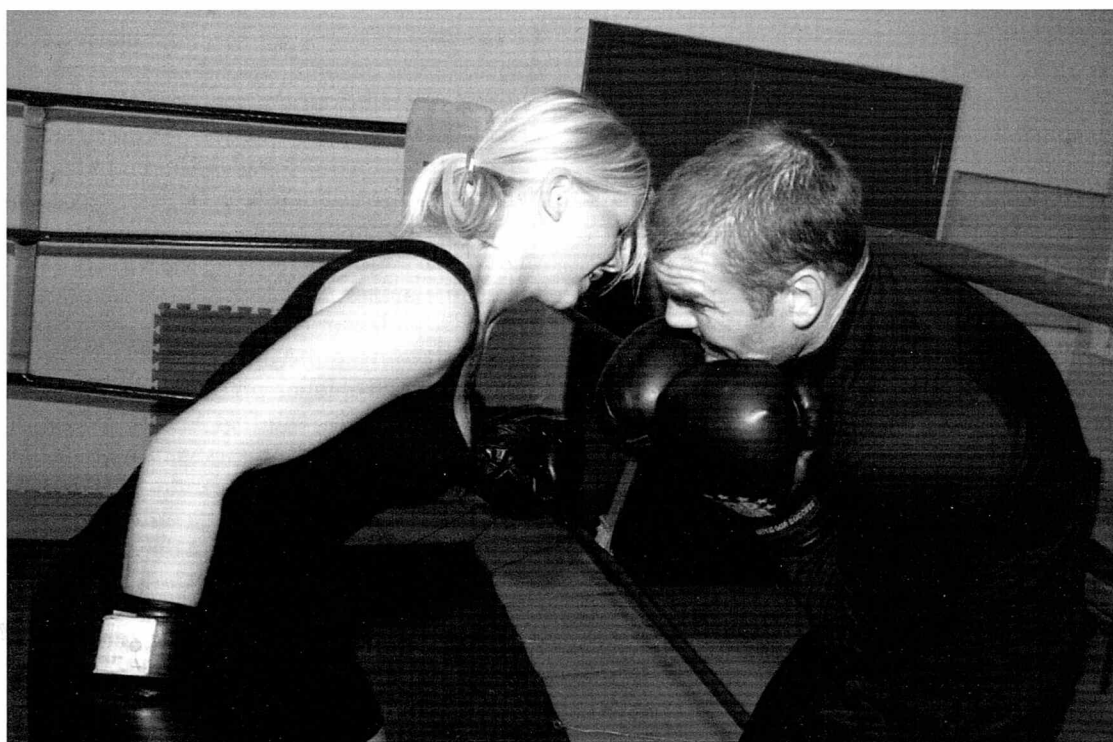
Når der er gået godt og vel to timer slukkes musikken, og vi lægger os ned på ryggen med lukkede øjne. Det handler om at få pulsen ned og adrenalinen ud af kroppen, en øvelse der i sig selv er utrolig svær for pigerne. Det lykkes som regel alligevel at afslutte træningen med et minuts stilhed, hvor vi lukker alt andet ude og kun mærker os selv. Efter badet mødes vi i kantinen med vores hjemmelavede pastasalat, snakker om dagen og får blodsukkeret i et fornuftigt niveau.

Voksen relation under træning

Som kampsport er kickboksning hverken præget af østens mystik eller store filosofier, men derimod af nogle få regler og en masse tekniske finesser. Derfor er det, som i så meget andet pædagogisk arbejde, relationen mellem de voksne og de unge der bliver afgørende for, om undervisningen udmønter sig i mere end blot boksning.

Da vi i pædagogiske termer anskuer projektet som "et fælles tredje" for Pige-gruppen, har vi vurderet, at tre voksne er en fornuftig sammensætning. Lars er som træner eksperten, som pigerne kan rette deres ros og ris mod, jeg selv deltager i træningen sammen med pigerne og min kollega sidder på sidelinjen. Umiddelbart kan man mene, at tre voksne til seks-syv piger er spild af ressourcer, men vores forskellige positioner i træningssituationen er medvirkende til, at vi alle har en god fornemmelse af pigernes følelsesmæssige udvikling under træningsforløbet.

Det ikke-voldelige normsæt som præger vores kickboksningens-kultur, er ikke defineret som en eksplicit pædagogik, men er i stedet en implementeret del af den måde, vi voksne går til verden på. Som tilskuer, "kursist" og træner formår vi, på hver vores måde, at glædes over den gode energi pigerne lægger i et spark eller et slag, samtidig med at vi åbenlyst foragter volden på gaden. Praktisk koncentrerer Lars sig om at undervise, jeg selv om at påvirke stemningen i træningen positivt og min kollega om at give gode råd eller have en fortrolig samtale på sidelinjen. Vi spiller derfor alle en vigtig rolle i at gøre træningstimerne til et særligt socialt rum,



Fotos Signe Vad

hvor både krop og følelser kan få frit spil under positive rammer.

Træners rolle

Trænerrollen er helt central for om man i sidste ende kan forsvare at lære vilde unge kampsport, fordi trænerens holdninger til vold, kamp og machoattituder selvsagt vil have en stor indvirkning på de unges læringsproces. Lars har siden holdets start da også haft en særlig indflydelse på pigerne både i kraft af sin lange karriere som kickbokser, men også i kraft af sin rolle som mand i pigernes liv.

Som træner møder Lars hver enkelt pige med respekt, fordi hun som udgangspunkt møder frivilligt op til to timers hårdt arbejde. Han kender intet til hendes baggrund, hendes hashforbrug eller hendes voldsdomme, det eneste han ser, er en pige som ønsker at træne kickboksning. Da de fleste af pigerne som sagt enten af systemet eller af deres forældre er blevet stemplet som problembørn, gør det altid et stort indtryk på dem at blive mødt med umiddelbar tiltro og entusiasme. Fra første møde er forhandlingerne derfor allerede i gang; giver de lidt af deres tid og energi, får de til gengæld en træner, som tror fuldt og fast på dem.

Pigernes ansvarsfølelse og glæde ved at træne afhænger i min optik også af, i hvilken grad træneren formår at rumme pigernes kaotiske liv. Når de kun møder op hver anden gang, kommer 20 minutter for sent eller går i vrede, skal man som træner have en god portion tålmodighed. Men det må også være en forudsætning, når man arbejder med udsatte teenagere. Man kan ikke forvente, at de tilpasser sig normen på træningsstedet og møder op i ny-presset træningstøj, men man kan altid kræve, at de behandler en med samme respekt som man udviser dem.

Manderolle

Jeg har selv trænet adskillige steder og ved derfor, at meget kampsport er præget af militærlignende disciplineringsformer, hvor træneren koksrod i hovedet råber: *Er du svans? Armbøjninger tages ikke på knæene, de tages på knoerne!*

Denne form for disciplinering er vores

piger mere eller mindre immune overfor. Koster man rundt med dem på den ene eller anden måde, tager de ganske simpelt deres ting og går – igen – et andet sted hen. Derfor er det fascinerende, at vores træner kan presse pigerne til at give deres bedste, trods almen mandagstræthed kombineret med weekendens tømmermænd. Dynamikken mellem pigerne og deres træner bunder ikke blot i, at Lars er en dygtig underviser, men også i hans rolle som farstorebror figur for pigerne.

Mange af pigerne kommer fra skilsmisshjem, hvor de i dag lever med en enlig mor og en meget fraværende far. Det betyder, at deres kontakt med voksne mænd ofte er begrænset til enten sammenstød med ordensmagten eller småflirten med ældre mænd. Forholdet til Lars er ingen af delene. Hvis der skal købes møbler til hjemmet, vurderes en fedtsugning, diskuteres et kæresteforhold o.lign. er Lars' telefon altid åben. I en kammeratlig, men voksen jargon, gives der råd og vejledning.

Den anden vej rundt er Lars den første til at sætte grænser og vise sine sårede følelser, hvis en pige viser disrespekt til træning eller brænder ham af. I stedet for at anklage pigen for hendes manglende selvdisciplin møder han hende med et nysgerrigt spørgsmål om, hvorfor hun reagerer som hun gør. Til gengæld reagerer pigen som regel med at vise øget respekt, fordi hun indser, at hendes handlinger og valg har følelsesmæssige konsekvenser for en mand, hun i bund og grund respekterer.

Overordnet oplever pigerne en mand som er til stede, i stand til at vise følelser, afvikle konflikter og omgås vold uden at være macho eller skræmmende. Relationen kan således være en motivation for pigerne til dels at mærke deres egne behov for en velfungerende manderelation og dels til at stille krav til deres egne fædre om at være synlige i deres liv på en positiv måde.

Da træneren som regel ikke har nogen socialpædagogisk uddannelse, kommer træningsprocessen til udelukkende at afhænge af hans eller hendes personlighed. Som fagfolk har vi derfor ansvaret for løbende at diskutere de overordnede målsætninger med kampsporten og trænerens

rolle i denne, men i de enkelte konfliktsituationer holder min kollega og jeg os på sidelinjen og blander os kun, hvis vi direkte bliver spurgt til råds. Med andre ord tager vi ikke ansvar for relationen mellem træner og pigerne, men lader Lars være eksperten.

Ambassadørerne

I træningen har de "gamle" piger fra tidligere pigeprojekter en særlig rolle. Som Lars har formuleret det, er de en slags ambassadører for vores kickboksningsskulptur. I og med at de tidligere i deres liv har kæmpet med hashmisbrug, vold, familieproblematikker osv., men i dag er stoppet med at ryge, har arbejde, er ved at tage en uddannelse eller gør andre ting som pigerne identificerer med et "normalt" liv, bliver de et forbillede.

Erfaringerne med at være aggressiv eller hashafhængig er en del af ambassadørens følelsesregister, hvilket gør at hun hurtigt kan identificere sig med de følelser en pige oplever, når hun eksempelvis forsøger at kvitte hashen. Dermed kan ambassadøren hjælpe pigerne med at sætte ord på deres mavefølelser og vise dem, at de for det første ikke er alene med deres problemer, og for det andet at det er muligt at skabe positive forandringer i livet.

Uanset hvor gode vi voksne er til at snakke ligeværdigt og respektfuldt med pigerne, betyder aldersforskellen, at vi er og bliver *de voksne*. Da relationen mellem ambassadøren og pigerne er mere ligeværdig, betyder det blandt andet, at ambassadøren kan motivere pigerne til at føle medansvar for hinanden og træningen på en anden måde end vi voksne. Ved at snakke med pigerne i en "for sjov – kammeratlig" tone, kan ambassadøren ofte gøre pigerne opmærksomme på deres manglende ansvarsfølelse eller usolidariske omgangsformer på en måde, som ikke virker irettesættende.

Samlet set sker der meget i vores træningsrum. Noget af det har fra begyndelsen været en del af vores pædagogiske overvejelser, andet er løbende vokset op omkring os. Diskussionen omkring behovet for et sundt maskulinitets forbillede, er et

af eksemplerne på en utilsigtet gevinst ved træningen, men at de "gamle" piger skulle fungere som ambassadører har været klart fra start af.

I det følgende vil jeg samle op på, hvad vilde og sårbare piger i min og mine kollegaers optik kan få ud af træningen.

Selvværdet der vokser

I det år jeg har deltaget i træningen, har jeg oplevet at pigerne på hver deres måde har fået et større selvværd. Det giver dem som udgangspunkt en tilfredsstillende følelse, når tre voksne roser dem for, at de frivilligt vælger træningen til. Selvom pigerne engang imellem kun kommer for at se på, på grund af menstruationssmerter eller andet, er det stadig deres prioritering at være til stede frem for at blive hjemme med hashen, mobilen eller skænderiet om opvasken. De fleste gange lykkes det også Lars at få et par slag ud af den menstruationsramte pige, hvilket igen bliver en af flere succesoplevelser mandag eftermiddag kan byde på.

Samtidig med at pigerne lægger deres smykker, sexede undertøj og dyre mærketøj, skaber de også et rum for dem selv, hvor udseende og sexappeal ikke er afgørende. Når de vælter svedende rundt, med kropsbevægelser der ligner alt andet end en sexet musikvideo, oplever de at deres kroppe kan bruges til andet end at se godt ud. Selvom slankekur og udseende fylder meget i snakkene før og efter træning, er det ikke emner, hverken vi voksne eller pigerne bringer frem under træningen.

Fra alvor til leg

I forhold til den udadreagerende pige kan hun opleve, at hendes aggressive impulser anerkendes i stedet for underkendes, når vi tilbyder hende træningen.

Grundlæggende er hun en person med en helvedes masse energi og et stort behov for action og har måske ikke behov for at dyrke hendes feminine sider. Ligeledes er det ikke nødvendigvis et problem, at hun er dominerende eller har et stort temperament. Det er blot nødvendigt, at pigen lærer at bruge egenskaberne konstruktivt i stedet for ødelæggende.

I vores træningskultur er leg et helt

centralt element, som mange af pigerne åbenlyst har brug for. Op igennem teenageårene har de oplevet, at vold blandt andet kan bruges til at opnå magt og kontrol. En nyopdagelse som synes at være svær for dem at administrere. Når de kåres som "gadens dronning", har de ikke tidligere haft et legende og useriøst forhold til slåskampe eller anden voldsom adfærd og har derfor et urealistisk billede af hvilke konsekvenser "legen" kan have. Mange af deres drengevenner opdrages både af hinanden og deres forældre til at omgås vold med respekt og klare sociale regler for, hvornår legen stopper. Ved at flytte volden ind i et træningslokale kan vi hjælpe pigen med at få et sportsrelateret og legende forhold til volden. Under træningen vil hun opleve, at hendes cool macho-attitude hverken bliver værdsat eller forarjer, men at vi derimod roser hende for hendes positive bidrag til vores legende og respektfulde kickboksings-kultur. Processen tager tid, og der kan til tider gå lang tid mellem hun dukker op. Men dukker hun op, er det fordi hun har brug for et sted, hvor hun både kan være følsom og vild på samme tid.

Vi voksne får ligeledes en unik mulighed for at snakke om vold med pigerne på en måde, som ikke virker påtrængende. De omdefinerede rammer og de åbne snakke kan være medvirkende til, at pigen begynder at reflektere over volden, hvornår den bruges, hvor skadelig den kan være, hvad hun får ud af den osv. Eksempelvis spurgte Lars en ny pige om, hvorfor hun gerne ville træne? Hun svarede, at hun havde så meget vrede indeni, som hun ikke vidste, hvad hun skulle stille op med, og at hun gerne ville lære at styre sit temperament. Selvom jeg havde kendt pigen i et stykke tid, var det første gang jeg fik et egentligt indblik i hendes egne refleksioner omkring hendes voldelige adfærd.

Lære at tage plads

I den omtalte plethandsketræning er det muligt at mærke, hvordan en usikker pige vokser, når Lars råber "skide godt", "mere af det", "hold da kæft – du kan jo sagtens". Et genert, men synligt smil kommer som regel frem på pigens læber og hendes kon-

centration øges i takt med opmuntringen. Når man tager i betragtning, at flere af pigerne som sagt ikke tror på egne præstationsevner og derfor går til de fleste udfordringer med en attitude af "*gider ikke, fuck det lort*", er situationen en særlig positiv oplevelse for hende. På grund af relationen til træneren følger hun ham i hans tro på hende og oplever tilfredsheden i at præstere et godt stykke arbejde.

Det er min oplevelse, at den indadreagerende pige bliver styrket i at sætte sig selv i fokus og italesætte sine behov under træningen. Under plethandsketræningen er pigen som sagt alene på gulvet med Lars, og det er meget grænseoverskridende for den "stille" pige at være centrum for alles opmærksomhed og senere ros. Omvendt vil der også være øvelser hun ikke vil deltage i, men i stedet for surmulende at sætte sig hen på sidelinjen, oplever vi at hun verbalt lærer at sige fra, fordi Lars sjældent accepterer en passiv tilbagetrækning.

For piger der er selvdestruktive giver træningen dem åbenlyst også en god mulighed for at lære at vise deres vrede og frustrationer frem for at holde det skjult for omverdenen. Pigen som skærer i sig selv for at opnå afslapning og indre ro, oplever måske også træningen som alternativ til cuttingen. Kickboksning er nemlig fysisk hårdt og meget kropsligt, under træningen mærker man adrenalin og bagefter mærkes de ømme muskler. Processen kan understøtte pigen i, at hun gennem kontakten med sin krop igen føler sig psykisk og fysisk sammenhængende og under kontrol. Det er svært at vurdere, men de to timers træning udmatter kroppen og psyken på en sund og effektiv måde, som giver pigen en mulighed for at få ro i systemet.

Får rastløsheden ud af systemet

Ligeledes er det min oplevelse, at de piger som ryger hash til hverdag og tager stoffer i weekenden mærker en ustyrlig rastløshed, når de ikke er skæve. Kickboksningen er en oplagt måde at tømme rastløsheden på, især en mandag eftermiddag, hvor pigen måske stadig har nedtur efter en heftig bytur på coke eller ecstasy i weekenden.

Nogle gange filmer vi kickboksningen og mødes derefter hjemme hos Lars til mad og snak om træningen. En aften, hvor vi så os selv løbe svedende rundt på en stor fladskærm, sagde en af pigerne, at det var de bedste billeder hun nogensinde havde set af sig selv. Jeg bemærkede kommentaren, fordi pigen netop ryger meget hash og derfor kan være ret sløv og indelukket. Sekvensen fra træning viste derimod en stærk, hurtig og energifyldt pige med et åbenlyst talent. For den hashafhængige pige giver træningen altså også mulighed for at dyrke en alternativ identitet, hvor hashen og den ligegyldige facade ikke er det centrale.

Afsluttende

At vi lige har valgt kickboksning som sport begrundes i pigernes behov. Jeg mener som udgangspunkt, at mange andre sportsgrene kan skabe samme pædagogiske rum. Det centrale er, at det er de unges behov og ikke de voksnes, som er drivkraften i projektet. Samtidig skal det være noget, som pædagogerne kan integreres i, således at det er en fælles oplevelse for hele gruppen. Med de to komponenter skaber man mulighed for, at de unge føler både ansvar og ejerskab overfor initiativet, samt at de voksne kan få en bærende og reel relation til de unge.

Sammenfattende skaber træningen et rum, hvor pigerne kan eksperimentere med deres (køns-) identiteter på en positiv og nuanceret måde. Gennem leg, humor og ros "presses" de til at samle deres koncentration om træningen og yde deres bedste. Men som jeg tidligere var inde på, er processen som udgangspunkt afhængig af relationen mellem træneren og pigerne. Hvis en pige af forskellige grunde ikke er i stand til at indgå i relationen eller acceptere vores træningskultur, mener jeg ikke det er forsvarligt at undervise hende. Som voksne skal vi have en klar fornemmelse af, at pigen respekterer både os som pædagoger og holdet som helhed. Det er kun gennem en helhedsorienteret træning, hvor grænserne mellem træning, Pigegruppen og pigens private liv er flydende, at vi kan få et fyldestgørende indblik i om træningen medvirker til positive eller negative forandringer i pigens liv.

Litteratur:

- Langager, Søren & Skov, René Lyngfeldt (2004): *Vilde Læreprocesser – marginaliserede unge og socialpædagogiske projekter*, Rapport 2, Danmarks pædagogiske Universitets forlag, København.
- Møhl, Bo (2006): *At skære smerten bort – en bog om cutting og anden selvskadende adfærd*, PsykiatriFondens forlag, København

Liv Rex Hansen er projektmedarbejder i Pigegruppen i Saxogade, Københavns Vesterbro.

Foto Signe Vad

