

"Dare 2 DIFFERENT"

En artikel om anderledeshed

Af studielektor v. Inst. f. Idræt & Ernæring, Mikkel Sørensen 2018



Studie introduktions uge Inst. F. Idræt 2018

Det hele startede med, at jeg besluttede mig for at komme kørende ind på motorcykel, iført smokingjakke og korte bukser (1), da jeg omkring år 2000 skulle lave et indlæg til de nye studerendes intro uge.

Mange år senere mødte jeg en studerende, der havde været til netop det introarrangement, og hun sagde, at da hun så mig komme kørende ind på motorcyklen tænkte hun:

"Wow! Det her tegner til at blive et fedt studie!!". Så der fik jeg for første gang et input, der gjorde mig opmærksom på, at man kan påvirke menneskers oplevelse af en undervisnings-situation gennem brug af anderledeshed.

På et andet tidspunkt fremførte jeg en rapsang, med en kollega på bas (2), for at peppe en forelæsning om "Atletikkens spring" lidt op. Senere fulgte mange andre elementer af den anderledeshed, som jeg hele tiden var på udkig efter at integrere i min undervisning.

DET LIMBISKE SYSYEM

De første mange år var der blot tale om, at jeg havde en intuitiv fornemmelse af, at elementerne af anderledeshed havde potentiale til at bidrage positivt til min undervisning. Men for nogle år siden læste jeg tilfældigvis noget om det område af hjernen, der hedder "Det limbiske system" (3).

Det limbiske system indeholder bl.a. områderne Amygdala, som *"har betydning for de følelser, der tillægges sanseindtryk, inden de overføres til hukommelsen"* og Hippocampus", som er *meget vigtig for indlæring og sanseindtryk"*.

Vi har altså her at gøre med et område af hjernen, der er hjemsted for følelser, indlæring og hukommelse!

Dér gik det op for mig, at det er det limbiske system jeg ubevidst har fokuseret på at stimulere gennem mine elementer af anderledeshed, for på den måde at øge effekten af min undervisning.

Nu begyndte det hele at give lidt mere mening, og jeg opfandt ligefrem begrebet "Limbisk learning", som et navn for de anderledes ting jeg inkluderede i min undervisning.

Jeg befandt mig dog stadigvæk i høj grad på hypotese planet.

THOMAS ZIEHES "GOD ANDERLEDESHED"

Det næste der skete var, at jeg stødte på den tyske professor i pædagogik, Thomas Ziehe, som opererer med et begreb han kalder "God anderledeshed". Da jeg så dykkede ned i Ziehes teorier, kunne jeg se, at det alligevel ikke helt dækkede den måde, jeg anskuede tingene på, og det var heller ikke muligt for mig at finde konkrete forskningsresultater, som kunne understøtte hans konklusioner.

Derfor besluttede jeg, i foråret 2018, selv at lave en undersøgelse blandt mine 3 hold (ca. 100 studerende) på kurset "Atletik 1" på idrætsstudiet på Københavns Universitet. Målet var at indsamle statistisk materiale, der kunne sige noget om, hvorvidt der var hold i min intuitive fornemmelse af, at anderledeshed kan have en positiv indvirkning på læring.

EKSEMPLER PÅ ELEMENTER AF ANDERLEDESHED I MIN UNDERVISNING

Inden jeg gennemgår resultaterne fra min undersøgelse, vil jeg beskrive en række af de elementer af anderledeshed, som jeg har inkluderet i min undervisning. Dette vil give en bedre baggrund for at forstå, hvad det er jeg har undersøgt hos mine studerende, og det kan måske også tjene som inspiration for dem, der selv kunne få lyst til at integrere elementer af anderledeshed i deres egen undervisning.

I studieintroduktionsugen 2017 havde jeg, for 29. år i træk, en time med de nye studerende. Denne gang havde jeg droppet motorcyklen, men ankom i en røgsky fra en røgmaskine og gennemgik "Impulssætningen": $F \cdot t = m \cdot v$. De fire bogstaver havde givet mig associationer til pophittet YMCA og den tilhørende dans med armbevægelser, der former bogstaverne Y M C A.

Jeg fik derfor de studerende til at lave F T M V med armbevægelser og lavede også en lille dans til den originale YMCA sang, hvor vi, i stedet for de originale armbevægelser, lavede F T M V armbevægelserne. Stemningen var høj, og det er min oplevelse, at en meget stor del af de studerende husker impulssætningen - også længe efter.

Jeg havde også lavet en lille video (4) hvor jeg, iført romersk kampdragt, snakkede om vigtigheden af impulssætningen og gav et konkret praktisk eksempel fra spydkast.



I 1. atletiktime introducerede jeg begrebet "Context dependent memory", et begreb jeg var stødt på i et guitarblad. I bladet blev begrebet forklaret ved at man, hvis man skulle spille sin koncert siddende, også skulle øve sig siddende, for at

få det bedst mulige udbytte. Pointen er altså, at indlæringen bliver mere effektiv, hvis man lærer stoffet i den kontekst/de omgivelser, hvor man skal bruge det. Det fik mig til at tænke på, at jeg gennem tiden har brugt rigtig meget tid på at stå og forklare om højdespring i et teorilokale fjernt fra det sted, hvor man rent faktisk springer højdespringet. Det virkede meget meningsfyldt og logisk, at bruge mere tid på at forklare om højdespring ude ved selve højdespringsanlægget, så det har jeg gjort fremover.

Det anderledes her var, at teorien stammede fra et guitarblad, og at jeg til lejligheden havde opfundet en "Højdespringsbiomekanikrotationsteoriforståelsesfacilitator", som er et stykke pap (rotationens*planet*) med en blyant (rotationens*aksen*) igennem. De studerende blev 2 og 2 sat til at illustrere de 2 rotationer i højdespringets svævefase for hinanden, ved hjælp af biomekanikfacilitatorerne, ude ved højdespringsanlæggene selvfølgelig.

I opvarmningen til den praktiske del af timen indgik en dansesekvens, som jeg også havde optaget på video (5) som service til dem, der ville bruge den efterfølgende i deres egen undervisning. Elementet af anderledeshed var her, at jeg fremviste dansen iført Elvisekostume.

I 2. time startede jeg timen med at spørge de studerende, om de kunne definere de 3 elementer i "magtens tredeling" i det danske samfund. Dette uventede spørgsmål kobledede jeg til en kort snak om mit eget begreb "undervisningens tredeling", som i min coach filosofi består af "sved - "sjov" - "læring". Det er vigtigt for mig, at disse tre elementer alle er tilstede i min undervisning, og at de er doseret rigtigt i forhold til hinanden.

Øvrige elementer af anderledeshed var knyttet til opvarmningen : Jeg startede med at konstatere, at kuglestød var opstået på de engelske krigsskibe i det 15. årh., hvor soldaterne stødte med kanonkuglerne. Derfor lavede jeg en militærinspireret opvarmning, hvor jeg løb forrest som arketyrisk amerikansk sergent og rekrutterne (de studerende) løb bagefter og gentog den tekst jeg sang :

"Det bedste hold på dette sted" - "Det er hold 2 vi er for fede" - "Vi er rå og vi er seje" - "De andre hold er svage og blege" osv.

Opvarmningen indeholdt også en danseserie til nummeret "Kung Fu Fighting", hvor man, i stedet for kung fu bevægelser, laver kuglestødsafleveringer, samtidig med at man træner brølet i afleveringen og balancen i optaktsbevægelsen.

Jeg nævnte i den forbindelse, som sandt er, at Karate Kids træner, Mr. Miyagi, er mit store forbillede som coach, pga. hans filosofi, *"Not everything is as seem"*. Jeg elsker hans strategi med at sætte Karate Kid til at lave havearbejde og polere bil for at træne ydmyghed, arbejdsomhed og vigtige karatebevægelser. Det er først til sidst, at Karate Kid forstår genialiteten og effektiviteten i den coachfilosofi.

Strækøvelserne blev lavet til Baz Luhrmans "Everybody's free to wear Sunscreen". Nummeret er i genren "spoken word" og er bygget op som en tale en rektor holder til sine elever til translokationen. Det giver altid en reaktion af overraskelse, når jeg begynder at lave strækøvelser til det nummer, på samme måde som det gjorde det, dengang jeg lavede strækøvelser til radioprogrammet Giro 413 og bagefter hoppede rundt til pladeønsket.

I 3. time startede jeg med at vise de studerende et bånd med en omkreds på 50 cm og spørge "Hvad er det?". Svaret er: "Omkredsen på Joakim B. Olsens overarm!". Båndet blev, sammen med et bånd på 77 cm (omkreds af hans lår) sendt rundt, så de studerende kunne sammenligne sig med Joakim B.'s antropometri som optakt til mit teoriindlæg om, hvad der kræves for at blive en verdensklasse kuglestøder.

Opvarmningen indeholdt en "kuglestødsselvtillidsfolkedans", hvor man både arbejder med afleveringsbevægelsen i kuglestød og bliver tiljublet af sine medstuderende, for at skabe pluspsyke til de kommende stød.

Der var også en danseserie (6), hvor jeg selv havde lavet musikken, bestående af et trommetrack + autentiske og legendariske fodboldkommentatorkommentarer, fx: "Han skyder !.....nej, han venter !" og "Hutlihut !!!".

Til strækøvelserne har jeg en "strækboogiewoogie" (7) i baghånden. Det er en udgave af den klassiske boogie woogie, som jeg selv har indspillet og indsunget. I stedet for at ryste de forskellige lemmer, strækker man dem til indmixet strækmusik. Ofte vælger jeg dog at lave mere traditionelle strækøvelser i 3. time for ikke at overdosere anderledesheden.

I 4. time er der, helt bevidst, ingen elementer af anderledeshed. Jeg analyserer hele timen de studerendes kuglestød og højdespring, enten i plenum eller i grupper. En hjælpelærer er med fuldt overlæg blevet bedt om at lave en "typisk atletikklub opvarmning".

I 5. time var der konkurrence, og elementet af anderledeshed bestod her i at jeg, inden teorigennemgangen, uddelte "doping" i form af m&m chokolade pastiller. Jeg forklarede, med reference til kendte idrætslige begreber, at de fik dopingpræparater som fx "Hypertrofinol" og "RFDase". Jeg informerede også om "bivirkningerne", fx at man bliver glad for dansktopmusik og sexuelt tiltrukket af cykler.

I 6. time, hvor vi havde taget fat på to nye discipliner, længdespring og spydkast, var elementet af anderledeshed, at jeg underviste iført det pandebånd jeg havde på, da jeg vandt DM i længde i 1987. Timen blev afsluttet med at vise et videoklip fra selve konkurrencen, hvor jeg går totalt amok i glædesrus over vinderspringet og fejrer sejren lidt anderledes end de fleste andre længdespringere. Det giver også anledning til at komme ind på vigtigheden af begrebet "passion".



Et element af anderledeshed fra opvarmningen var den gamle børneleg "kaffen er varm", hvor man hopper over et tov der svinges rundt i ca. 20 cm højde. Den er velegnet til at træne et hurtigt og fokuseret afsæt samtidig med masser af grin og god stemning.

I 7. time, hvor fokus var på spydkast, var elementet af anderledeshed, at jeg benyttede en tromme til opvarmningen. Jeg fik enten en studerende, en hjælperlærer, eller i et enkelt tilfælde, trommeslageren i mit band, til at komme og slå på trommen. Der blev så lavet både generelle opvarmningsøvelser og træning af den specielle rytme i spydkastets sidste fem fodisæt (rytmen : 1 2 3 4 5). Trommen understøttede, mens de studerende udførte rytmen med et spyd i hånden.

Ovenstående er et fint eksempel på noget jeg prioriterer meget højt, nemlig at anderledesheden som udgangspunkt altid skal være relevant ift. dagens atletikfaglige tema.

8. time blev indledt med sekvensen "Ret en royal", hvor de studerende blev bedt om at anvende deres spydkastteoretiske viden på et billede af en ung spydkastende Dronning Margrethe : *"Flot stemstilling, men højere op med spydspidsen, deres Majestæt !"*



De sidste to undervisningsgange med spydkast og længdespring indeholdt ikke elementer af anderledeshed, og forløbets sidste fire undervisningsgange stod de studerende selv for, så her slutter min gennemgang af elementer af anderledeshed i min undervisning på kurset "Atletik 1".

RESULTATER FRA MIN UNDERSØGELSE

Nedenfor ses, i tabel 1, resultatet af min undersøgelse. Det spørgeskema jeg gav de studerende (9) kan ses i noterne.

Tabel 1 : De studerendes holdning til "anderledeshed" i undervisningen

HOLD	"Meget positivt"	"Lidt positivt"	NEUTRALT	"Lidt negativt"	"Meget negativt"
2	6	15	5	2 (m+i)(i)	0
3	15	9	2	3 (m)(m)(i)	0
4	6	10	2	1 (tager tid)	0
SAMLET i % for alle hold	36 %	44 %	12 %	8 %	0

i = Indhold
m = Mængde

Som det fremgår af resultaterne i tabel 1, er holdningen til min inddragelse af elementer af anderledeshed i undervisningen overvejende positiv :

- 76 studerende svarede fordelt på de 3 hold.
- 36 % (27 af 76) svarer, at de syntes elementerne af anderledeshed virker "meget positivt".
- 44 % (34 af 76) svarer at de syntes elementerne af anderledeshed virker "lidt positivt".
- **80 % (61 af 76) oplever altså at min integration af elementer af anderledeshed i undervisningen virker positivt i et eller andet omfang.**
- 12 % (9 af 76) oplever det som "neutralt".
- 8 % (6 af 76) oplever min integration af elementer af anderledeshed i undervisningen som "lidt negativt".

Oplevelsen af anderledesheden er nogenlunde den samme fordelt på de tre hold, dog skiller Hold 3 sig lidt ud, ved at have flere markeringer i kategorien "Meget positivt" end de to andre hold.

Som det fremgår af spørgeskemaet, gav jeg mulighed for, at dem der svarede at anderledesheden virkede negativt, kunne nuancere svaret mht. om det var "indholdet" eller "mængden" af anderledeshed der gjorde, at de oplevede det negativt. Her ses en ligelig fordeling mellem "mængde" og "indhold" som årsag, blandt de 6 studerende der oplevede anderledesheden negativt. Både det lille antal studerende og den ligelige fordeling af svar gør det svært at konkludere noget her.

AFRUNDING

Både min undersøgelse og min personlige praktiske erfaring tyder på, at anderledeshed i undervisningen har potentiale til at bidrage positivt til læringsituationen! Så jeg vil også fremover være på udkig efter elementer af anderledeshed, som egner sig til at blive integreret i min undervisning.

Jeg mener at de to væsentligste grunde til at anderledeshed kan bidrage positivt til undervisnings-situationen er, at de studerende overraskes og på den måde får stimuleret deres følelser og skærpet deres fokus, samt at elementerne af anderledeshed ofte sender et signal om at underviseren er gået "all in" og har gjort sig ekstra umage : *"Wow, han har skaffet en motorcykel, selvom han ligeså godt bare kunne være kommet gående ind – det her tegner til at blive noget helt specielt!"*.

Det er imidlertid også vigtigt at gøre opmærksom på, at elementer af anderledeshed kan overdoseres og også risikere at sende uheldige signaler om manglende seriøsitet. Det er derfor meget vigtigt at man, sideløbende med anderledesheden, udstråler faglig kompetence og også overvejer *mængden* og *indholdet* af den anderledeshed man integrerer i sin undervisning i forhold til målgruppen.

Det skal også understreges, at min undersøgelse kun har fokuseret på de studerendes *oplevelse* af anderledeshedens effekt. Næste skridt kunne være at undersøge målbare parametre ift. *effekten* af anderledeshed i undervisningen.

Endelig vil jeg nævne, at man ikke bare blindt kan kopiere andres elementer af anderledeshed. Det er fx ikke sikkert at det vil fungere for alle at komme kørende ind til timen på motorcykel ☺ – nogen skal måske vælge en mountainbike, andre et skateboard og andre igen skal måske komme dalende ned i en faldskærm (hvilket jeg klart overvejer at gøre til næste års studieintroduktionsarrangement).

Min konklusion på denne artikel er, at man i sin undervisning (og livet generelt) med fordel kan overveje at : "Dare to be different !".

NOTER

1. <https://www.youtube.com/watch?v=sPkxORkSB2w>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=KYcvSkkXOkY>
3. <http://www.videnscenterfordemens.dk/hjernen/det-limbiske-system/>
4. https://www.youtube.com/watch?v=E_mXSB97X9E
5. <https://www.youtube.com/watch?v=VmtL1ENBTGE>
6. <https://www.youtube.com/watch?v=2bOZdnsBoKM>
7. <https://www.youtube.com/watch?v=w1tUBea7l4A>
- 8.

Om ANDERLEDESHED I undervisningen

1. Hvordan syntes du *Mikkel Sørensens* integration af *anderledeshed* (Kuglestødsopvarmnings sang, Elvis kostume video, HBRTFF, kuglestødsfolkedans, Mr Myagi mm) har virket i undervisningen ?

Sæt ring om dit svar :

Meget positivt - Lidt positivt – Neutralt - Lidt negativt – Meget negativt

Hold 2 :	6	15	5	2 (m+I)(I)
Hold 3 :	15	9	2	3 (M)(M)(I)
Hold 4 :	6	10	2	1 (tager for lang tid)

OBS : Nedenstående skal kun besvares hvis man har svaret "Lidt negativt" eller "Meget negativt" i spm 1 !!

Det der har fået mig til at svare "negativt" er (sæt X) :

- Indholdet af den anderledes undervisningen
- Mængden af den anderledes undervisning
- Både Indhold og mængde af den anderledes undervisning

EVT KOMMENTARER :

EVALUERING PÅ NETTET

Nedenfor ses eksempler på at begrebet "anderledeshed" bliver nævnt i den elektroniske evaluering af mig som underviser, efter kurssets afslutning.

18 af 122 studerende skrev en kommentar direkte om mig. 5 af dem omhandlede anderledeshed. Alle positive :

- *Super fed undervisning, er vild med anderledeshed!!*
 - *Gode og anderledes timer. God til at give konstruktiv feedback og skabe god karma. På trods af, at jeg ikke er stor fan af atletik, har det givet mig gode oplevelser med undervisningen.*
 - *God til at formidle, også på andre måder end de traditionelle. Undervisningen er sjov, levende og udbytterig.*
 - *Jeg kan godt lide MS' alternative metoder så længe de ikke bliver anderledes for anderledeshedens skyld.*
 - *Mikkel har nogle lidt specielle og særlige tiltag/didaktiske valg som til tider fanger en på bagfoden og man tænker "hvad skete der lige Der?" Det er denne fantastisk positive og finurlige tilgang til atletik og i det hele taget idræt som vil stå klarest i mit minde om Mikkel Sørensen.*
- Jeg glæder mig til atletik 2 - det kan kun blive godt!*

TAK til Lars Bojsen Michalsik og Birger Fisker for fagligt, layoutmæssigt og grammatisk input !

Efterskrift:

I faget "Kropsbasis" arbejdes der med oplevelsesbeskrivelser.

På den måde får man en mulighed for at "komme ind i de studerendes hoveder".

Første kropsbasislektion med MS d. 3/9 2020

"Indlæringsstrategier".

"What the.. Wow. Manden står i gladiator kostume og karate "headband". Det er virkelig at "give noget af sig selv". Respekt. Hvis han kan det, så kan jeg da også! Så kan vi alle sammen give noget af os sig selv. Vise mere. Det giver mig energi. Og jeg mærker en ro. Jeg føler mig tryk ved, at kaste mig ud i ting, for det er åbenbart okay at skille sig ud."

Mikkel mødte os udklædt som gladiator og med et karatesvedbånd på panden. Han strålede af glæde og nervøsitet. Han virkede selvsikker og spændt på samme tid. Lige fra det øjeblik jeg så ham, gav han mig ro og tryghed. Mikkel havde egenhændigt sat den nedre acceptgrænse og samtidig skabt en pluspsyke hos mig (Sørensen, M. & Fisker, B. 2014. s. 201). Hans udklædning gav mig tryghed ved at vise, at det er okay at skille sig ud og se anderledes ud. At det er okay at gøre sig umage, og dermed er det også okay at fejle. Samtidig satte det positive tanker i gang hos mig, og det gav mig et smil på læben. Det gav mig en pluspsyke og en positiv holdning til den undervisning, jeg stod overfor.

Jeg føler, det er fantastisk at så relativ simpel en handling, kan være med til at skabe så meget positivitet. At det at klæde sig ud, kan sætte gang i så mange mentale reaktioner, finder jeg fascinerende, for hvor går grænsen? Hvor ligger balancen for, hvornår handlingen er for meget, og hvornår handlingen er for lidt?