

Hvordan kan vi hjælpe præmature børn og unge i skolen?

Af specialkonsulent, forfatter og foredragsholder *Jonna Jepsen* ©



Denne artikel har til hensigt at bidrage til, at man med rolig iagttagelse kan være på forkant med problemerne og se dem, mens de er små, så de ikke udvikler sig til store udfordringer. Med god støtte fra forældre/lærere/ pædagoger kan disse børn komme deres vanskeligheder til livs. Efteråret er den tid, hvor flest forældre henvender sig om vejledning vedr. deres børns skolegang. Forældrene har været til årets første skole/hjem-samtale og typisk fået en eller flere af følgende ting at vide: Barnet har svært ved at koncentrere sig, sidde stille, forstå en kollektiv besked, læse, forstå matematik og begå sig socialt. Desuden er der indikationer på, at barnet har lavt selvværd og svækket selvtillid.

Disse forældre kan i mange tilfælde, når vi får snakket om det, se tilbage på et barn, som aldrig har haft det rigtig godt med mange mennesker og meget uro. Som har været utrygt ved nye ting, set udfordringer som farlige i stedet for spændende og har/har haft separationsangst.

Og her er en direkte sammenhæng med barnets for tidlige fødsel.

Min erfaring er, at det ikke kun er børn født ekstremt for tidligt (før 28. uge), der kan få problemer, men lige såvel børn født efter uge 28 og helt op til uge 37.

Der er fra naturens hånd en mening med, at en graviditet skal vare 40 uger. Når man fødes for tidligt, er man ikke moden til at møde den store verden og dens udfordringer. Umodenheden kan give vanskeligheder med sanseintegration (SI), motorik, hukommelse, indlæring m.m. Når barnet har SI-problemer, er hjernen ikke i stand til at sortere uvæsentligt fra væsentligt. Den tager alt usorteret ind, og det skaber kaos, hvilket gør barnet stresset. Barnet vil have et ureguleret arousalniveau – dvs. en for høj (eller for lav) vågenhedsgrad i hjernestammen.

Desuden kan adskillelsen og den intensive behandling på neonatalafdelingen give psykiske/følelsesmæssige vanskeligheder.

Også børn født til tiden kan have vanskeligheder

Også børn født til tiden kan få neurologiske ubalancer og udfordringer i følelseslivet. Det kan bl.a. skyldes ugunstige forhold i fostertilstanden, dramatisk og langvarig fødsel eller at barnet tages med sugekop, ligger i tværleje eller har iltmangel. Desuden kan adskillelse fra mor af forskellige årsager samt stress og smertefuld behandling i forbindelse med sygdom/hospitalsindlæggelse ligge til grund for de nævnte ubalancer og dysfunktioner.

Endelig kan under- og fejlstimulering af basale sanser give barnet problemer.

Børn, som har svært ved at koncentrere sig, sidde stille og forstå en kollektiv besked osv. føler sig tit dumme og anderledes. De kan blive betragtet som børn med problematisk adfærd og som mindre begavede eller uopdragne. På grund af neurologiske senfølger af for tidlig fødsel har de indlæringsvanskeligheder, men de er som udgangspunkt lige så begavede som andre børn.

Børn har behov for at føle sig trygge og sikre, før de tør kaste sig ud i noget nyt, hvor de kan risikere at få et nederlag.

Vi må møde børnene på deres behov

Det er vigtigt, at børn i disse vanskeligheder tidligt bliver mødt på rette måde for at undgå negative følger. Engagement fra forældre/lærere/pædagoger er alfa og omega. Overordnet handler det om opbygning af selvværd og selvtillid hos barnet, viden hos forældre og lærere/pædagoger og en god dialog mellem disse med fokus på barnets personlige egenskaber og mestring frem for mangler.

Og det er vigtigt at være bevidst om, at der er forskel på anerkendelse og ros. Ros styrker selvtilliden og giver en følelse af at kunne noget og mestre bestemte områder. Anerkendelse styrker selvværdet og giver en følelse af at være afholdt og værdifuld. Selvværd fører til selvtillid, fordi selvværdet har en afsmittende effekt på selvtilliden. *Men det forholder sig ikke omvendt.* Selvtillid fører ikke til selvværd. Præstationer giver ikke følelsen af at være noget særligt, men bare at kunne noget særligt.

Selvtillid	Selvværd
Handler om tillid til sine evner	Handler om oplevelsen af at have værdi
Handler om at gøre	Handler om at være
Handler om noget, vi kan	Handler om noget, vi er
Handler om tillid til sine færdigheder	Handler om at værdsætte sine personlige egenskaber

Kilde: Svarre, Dan: *Glade børn med højt selvværd – en forældreguide.*

Viden og indsigt gavner barnet

Som forældre er det en god idé selv at få mere viden om præmature og bibringe lærerne mere indsigt i, hvad det vil sige at være præmatur, og hvilke følger det kan have. Informationer kan findes i Dansk Præmatur Forening via pjecer/foldere/hjemmeside, på www.jonnajepsen.dk og via litteratur (se henvisninger sidst i indlægget).

Dernæst er det vigtigt at finde ud af, om det handler om et barn med SI (SanseIntegrations)-problemer. SI-problemer kan hos et lidt større barn vise sig ved, at barnet let overstimuleres, ikke er udholdende, er lydfølsomt, har sansemotoriske problemer, muligvis har forsinket sprogudvikling, har svært ved at modtage en kollektiv besked, er utrygt og tilbageholdende, har vanskeligt ved at træffe valg, har svært ved at koncentrere sig og dermed at lære. Barnet kan være angst, stresset, have lavt selvværd og manglende selvtillid. Hos et barn i den tilstand mangler filtret til at sortere uvæsentligt fra væsentligt. Det er vigtigt at vide, at fx læsetræning ikke kan afhjælpe læsevanskeligheder, hvis disse skyldes dårlig sansebearbejdning. Barnet har i stedet brug for grundlæggende og individuelt tilrettelagt sansestimulering som *forudsætning* for at blive bedre til fx at læse.

For tidligt fødte børn har ofte udfordringer på samsyn og/eller hjernens evne til at bearbejde lyde. Begge dele vil påvirke barnets indlæring markant. Det bliver svært at læse, skrive og lave matematik. I disse tilfælde skal sansestimuleringen suppleres med synstræning og/eller lydbehandling.

Sansestimulering er med til at forbedre hjernens bearbejdning og organisering af sanseindtryk og er et af hovedfokusområderne i min samlede tilgang.

Centralnervesystemet samt muskler og led belastes af for tidlig fødsel

Ved fødslen og i efterfødselsforløbet får barnet ofte vredet hovedet til side, og derved forskubbes kraniet og rygsøjlen nemt. Det kan medføre, at den 10. kranienerve (Nervus Vagus) kommer i klemme. Nerven, som er placeret mellem kraniet og første nakkehvirvel, har forbindelse til alle organerne med afspændingsnerver. Når nerven er i klemme, begrænses blodtilførslen og nervernes signaler til krop og hjerne. Herved vil bl.a. afspændingsnerverne til maven og tarmen blive forstyrret. Det er forklaringen på, at barnet tilsyneladende har smerter, efter det har fået noget at spise. Det gør



ondt i maven at skulle fordøje, når der ikke er den rette nerveforsyning til det store arbejde, det er at fordøje føde.

For tidligt fødte børn kan have brug for faglig indsats for at afbalancere kæbemuskulatur/-funktion og andre fysiologiske forhold ved mund og svælg samt mave-tarm funktion.

Ubalancer i oralmotorik og fysiologiske forhold i mund, kæbe og svælg er ofte nogle af årsagerne til problemer med tale og også spisning.

En velfungerende fordøjelse er en af forudsætningerne for læring, idet mave-tarm-funktionen påvirker både hjerneudviklingen og barnets velbefindende.

For tidligt fødte børn har i langt de fleste tilfælde brug for faglig indsats til at få de to hjernehalvdele til at arbejde bedre sammen for at kunne koncentrere sig, huske og udvikle øvrige kognitive funktioner. Der er behov for at arbejde med knogler, muskler, led og bindevæv for påvirkning og afbalancering af fysik, organer og centralnervesystem.

Når det neurale netværk således påvirkes, dannes der bl.a. nye synaptiske forbindelser, og knogler/led bringes i symmetri. Spinalvæskens flow stabiliseres, og næringstilførslen til alle organer optimeres.

Det kan afhjælpe problemer med sanseintegration, motorik, følesans, balance, koncentration, aktivitetsniveau og indlæring.

Barnets stressniveau reduceres markant.

Skolegangen må tilrettelægges ud fra barnets behov

Supplerende med ovennævnte forhold er det vigtigt at opbygge et godt samarbejde med lærerne og SFO-pædagogerne. En tæt dialog til gavn for barnet. Man er som forældre nødt til at tage et stort ansvar på sig. Det kan være hårdt arbejde at hjælpe/støtte barnet i skolearbejdet. Ofte klarer det tiden i skolen, men reagerer om eftermiddagen eller aftenen voldsomt hjemme i trygge omgivelser. Dagens ophobede sanseindtryk "koger over".

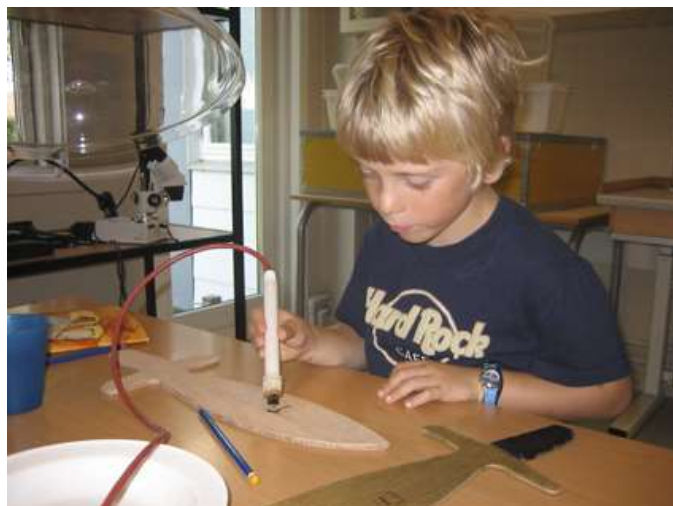
Det betyder, at det ofte er forældrene og ikke lærerne, der ser barnets reaktion. Derfor er det vigtigt med et tæt samarbejde, så lærerne kan blive opmærksomme på, om og hvornår de stiller for store krav til barnet, eller om rammerne for undervisningen bør ændres.

Det er vigtigt at afbalancere kravene til barnet. Stiller man for store krav, vil det blive stresset og ukoncentreret, og det vil trykke selvtilliden.

***Rutiner, struktur,
forudsigelighed og
genkendelighed i
hverdagen giver
sikkerhed og
tryghed.***

Praktiske, konkrete råd:

- Generelt er det bedst at vente så længe som muligt med skolestart for disse børn. Specielt drengene skal ikke for tidligt i skole. Er man i tvivl, bør man vente. Få evt. hjælp til at afklare spørgsmålet ved at tale med børnehavens personale, skolens leder, skolepsykologen eller i forbindelse med en udredende og vejledende samtale med [mig](#).
- Det er ofte en god idé at finde en lille skole og/eller lille klasse med stor rummelighed. Tag rundt og besøg skolerne, snak med lederne.
- Det er også en stor fordel at have faste voksne at forholde sig til. Mange for tidligt fødte bliver utrygge med mange forskellige lærere/vikarer.
- Børnene har brug for en fast siddeplads og har det bedst med forberedelse på, hvornår der skiftes plads.
- Begræns indtryk. Lad børnene sidde i små grupper, gerne et roligt sted. Når der arbejdes individuelt i klassen, kan det være en fordel at sætte børnene med ryggen til midten, altså med næserne mod væggen, for at begrænse indtryk. Andre børn arbejder bedre individuelt, når de sidder forrest i klassen og ikke forstyrres af mange synsindtryk. Mange SI-børn har glæde af at høre rolig musik i hovedtelefoner, mens de arbejder.
- Sørg for struktur. Forbered barnet i god tid på, hvad der skal ske, hvem der gør hvad osv. Sørg for klare regler, klare aftaler. For mange er det en stor hjælp med fast dagskema, hvor eleven har overblik over dagens opgaver. Evt. en arbejdsplan, der beskriver i hvilken rækkefølge, eleven skal lave de enkelte opgaver, altså trin for trin. Strukturere opgaverne med tydelig begyndelse og slutning. Nedbryd arbejdsopgaver i mindre dele. Repeter og nedskriv instruktioner (lektier).
- Kollektivt afgivne beskeder kan barnet have svært ved at opfatte, og her er det nødvendigt at sikre sig, at budskabet er modtaget og forstået af barnet.
- Leg og kropslig udfoldelse udvikler barnets koncentrationsevne. Spil fx ballon, hvor barnet står på "mål", og I skal have ballonen ind på væggen bag ham. Boldspil, dans, svømning, brætspil, færden i naturen, trampolinhop er andre idéer til leg og fysisk udfoldelse.
- Gentagne øvelser af det svære (terpen) kan medføre, at eleven blokerer (nederlag) og derfor husker dårligere. Hold hellere en kort pause og arbejd med noget andet eller sansestimuler.



- Arbejd i intervaller, 10 min. med det nye og svære stof, 10 min. med noget som barnet kan, 10 min. med det svære osv. Ved lektielæsning derhjemme kan I bruge intervaller på 10-15 min. lektier, 10-15 min. bevægelse, fx hop på trampolin eller andet, som meget gerne må involvere krydsøvelser (stimulerer samarbejdet mellem hjernehalvdelen). Tidsforbruget øges langsomt, så barnet stimuleres til at kunne koncentrere sig længere tid ad gangen.
- Øv vrøvlevers, sangtekster, digte. Det styrker hukommelsen, hvilket giver øgede muligheder for at huske nyt materiale. Svære staveord kan I lave vrøvl ud af, så bliver de nemmere at huske.
- Lav aftaler skole/hjem imellem om, hvor meget barnet skal/kan lave, uden det stresses. Det er OK, hvis det er mindre end de andre børn.
- Giv barnet sikkerhed for, at når det går hjem, ved det præcist, hvad det har for. Bed evt. barnet om at sætte kryds på siden, der er gennemgået, så ved far og mor også, hvad der skal laves. Bed læreren om lidt ekstra opmærksomhed på, at barnet ved, hvad lektien er. Kan barnet ikke huske, hvad han har for, og har han ikke fået det skrevet ned, kan der være en fast aftale om, at forældrene kan skrive til læreren og spørge, hvis det ikke fremgår af skoleintra.
- Brug evt. en større nabodreng/-pige til at lave lektier med barnet om eftermiddagen. Nogle gange er det nemmere for andre end forældrene at få barnet til at koncentrere sig. Hvis man kan finde et større barn, som har samme interessefelt som ens eget barn, kan det være en ekstra fordel. De kan så lave lektier først og have den gulerod, at de bagefter taler eller læser om det emne, der interesserer dem begge.
- Skriv små positive madkassebeskeder. Det gør underværker med små opmuntringer til spisetid. Det er også en måde lige at skrive, hvad tid man ses igen og hvad der så skal ske (forudsigeligheden igen, igen) eller en måde at hjælpe barnet med at huske et eller andet på.



- Opfordr læreren til at skrive positive og eller søde drilleting (hvis barnet forstår det) i skolebøgerne som respons på opgaver.
- Hvis en lommeregner giver en elev følelsen af at lykkes, er det ok at bruge den, fordi det er afgørende for elevens motivation på sigt.
- Urolige børn kan have gavn af at sidde på en luftpude eller have en sansevest på.
- Find barnets kvaliteter, skjulte talenter og evner. Dette kan være lærerens virkelige udfordring i dag. Find evt. som lærer/forældre sammen ud af, om barnet har en speciel evne inden for sport, musik, viden, organisation, humor, redskabshåndtering, sanselighed, dans eller lignende.
- Byg op herfra. Fx skulle de i en drengs klasse lave noget i sløjd, som han ikke havde lyst til, og han mistede helt interessen for at have sløjd, indtil han sammen med læreren fandt ud af, at han kunne lave Hitler i træ i stedet. Hans store interesse var 2. verdenskrig. Så gik timerne som en leg, og han glædede sig til dem.

- Når de skal skrive stil, går det også meget nemmere, hvis det er et emne, der interesserer barnet. Ligeså er det med læsning, det er meget sjovere og mere motiverende.
- Hvis barnet får mulighed for at udfolde sig på de områder, hvor det er stærkt og har interesse, kommer det barnets til gode i de andre fag også.
- Vækstmuligheder ligger især i styrkeområder.
- Sørg for succesoplevelser, så barnet føler sig sikkert og tør vove nyt. Er barnet bange for nederlag, hindrer det indlæringen.
- Anerkend barnet for dets specielle kvalitet, talent, evne. Anerkend barnet for det gode, det gør. Ikke resultatet, men processen og barnets tilgang til den. Kontinuerlig opmuntring og positiv feedback gør underværker.
- Brug tid på nærvær/at lytte med empati og forståelse til barnet. Det gælder både i skolen og i hjemmet.
- Det er normalt sådan, at skolen forventer, at barnet er med til skole/hjem-samtaler. Det kan være svært at sidde og snakke om alt det, der er svært for barnet, og hvordan det hjælpes bedst, i barnets påhør.
Har barnet et lavt selvværd og en svækket selvtillid gør det ikke situationen bedre. Man kan så vælge at møde op uden barnet og kunne snakke frit, eller man kan vælge på forhånd at have en kort dialog med lærerne og der blive enige om, hvilke emner, der tages op til skole-hjem-samtalen. Man kan bruge begge modeller afhængigt af situationen.
Barnet har brug for, at lærerne forstår at anerkende det og samtidig få sagt, inden for hvilke områder indsatsen skal øges, uden at såre barnet. Det gælder om at fokusere på potentialer og kompetencer inden for barnets nærmeste udviklingszone og undgå at have fokus på fejl og mangler.

Angst kan hindre indlæring. Erfaringer med tilstrækkeligt mange succeser giver mod på at kaste sig ud i nye udfordringer og vove at modtage ny viden og læring.

Hjemme-/privatundervisning kan være løsningen i perioder

I nogle situationer vil der være behov for, at barnet hjemmeundervises i en periode. Det gælder især, når barnet ikke vil i skole og har det meget svært, grænsende til angst. Der findes lovgivningsmæssige muligheder for, at det kan lade sig gøre, og der findes materialer og støttemuligheder til formålet.

[Kontakt](#) mig for vejledning.

Har du brug for hjælp?

Jeg kan hjælpe dig med at få rettet op på dit barns ubalancer ved at gå bag om symptomerne og afhjælpe årsagerne. Min erfaring gennem mange år er, at en absolut helhedsorienteret tilgang er nødvendig for at komme i mål. Men så lykkes det også.

Læs mere [her](#).

Er du lærer eller pædagog, er du altid velkommen til at [kontakte](#) mig for en aftale om [vejledning](#), [foredrag](#) eller [kurser](#).

Litteraturhenvisninger:

Adler, Bjørn og Holmgren, Hanna: *Neuropædagogik, om kompliceret læring.* Kroghs Forlag 2003.

Gardner, Howard: *De syv intelligenser.* Brain Books 1998.

Gardner, Howard: *Sådan tænker børn - sådan lærer de.* Gyldendal 2004.

Hertz, Berit og Iversen, Frank: *Anerkendelse i børnehøjde.* Psykologisk Forlag 2004.

Jepsen, Jonna: *Bag symptomerne og ind til barnet.* Siesta Forlaget 2014.

Jepsen, Jonna: *For tidligt fødte børn - usynlige senfølger.* Hans Reitzels Forlag 2004.

Kadesjø, Bjørn: *Børn med koncentrationsvanskeligheder.* Psykologisk Forlag 2004.

Levine, Mel: *Børn med alle slags hjerner. Alle kan lære.* Dansk Psykologisk Forlag 1999.

Reider, Barbara: *Et Hurra-Barn.* Kroghs Forlag A/S 1996.

Reider, Barbara: *Små sedler i madkassen ... Hvordan du hjælper dit barn til Succes i skolen.* Kroghs Forlag A/S 1996.

Stiefenhofer, Martin: *Mit barn kan ikke koncentrere sig.* Lamberth 2002.

Svarre, Dan: *Glade børn med højt selvværd - en forældreguide.* Politikens Forlag 2008.

Zlotnik, Gideon: *De stakkels drenge.* Nielsens Forlag 2004.