

Et sansemotorisk forløb ved skolestart



Af: Dorte Møller, mor til David, født 2 måneder for tidligt

Det er fredag morgen kl. 7 d. 18. april 2014. Jeg kigger måbende på Christian, min mand, "Hvad sagde du?", spørger jeg lettere mistroisk. Han gentager med et kæmpe smil på læben: "Jeg sagde, at David ville blive på sit værelse og lege." Jeg kigger bare på ham og ved ikke, om jeg skal grine eller græde af glæde. David sidder virkelig alene og leger oppe på sit værelse – det er slet ikke til at forstå.

Ja, for mange andre er det nok helt normalt, at deres barn leger på deres værelse alene, men for David er det langt fra normalt.

Mine tanker kører rundt i hovedet på mig. Kan det virkelig være rigtigt, at det er så nemt, skulle der ikke mere til? Jeg kan slet ikke forstå det her.

Vores start som familie med et sart barn

David kom til verden på Holbæk Central Sygehus den 10. november 2006, 10 uger for tidligt. En fødselsvægt på 895 g og kun 37 cm lang. Det var et lidt blandet forløb, David havde. Med både store nedture, men også opture. Vi var indlagt i 77 dage, inden vi fik lov til at komme hjem. Her skulle vi så finde ud af, hvordan det lige var at være forældre. Hold nu op, det var jo slet ikke som alle de bøger, jeg havde læst i graviditeten. Her var der ingen lange gåture med barnevognen, når han skulle sove – for hvis David skulle sove, skulle den vogn bare stå stille. Alle lyde og bevægelserne fra barnevognen var alt for stimulerende til, at han kunne finde ro.

Et større sundhedstjek, inden gæsterne aflagde visit, blev obligatorisk. Han måtte jo heller ikke blive syg, og sprit blev indkøbt i litervis, for vi tog ingen chancer.

Som ugerne og månederne går, finder vi hurtigt ud af, at David, selvom han følger sin udvikling, er mere følsom og meget hurtigt bliver overstimuleret end de andre babyer,

vi kender. Det resulterer i mange søvnløse nætter med en grædende dreng på armen, der er dybt ulykkelig og bare havde fået for meget af verden ind.

Jeg læser alt jeg kan få fat i om det at have et for tidligt født barn, melder mig ind i diverse fora og bliver et omvandrede leksikon om for tidligt fødte.

Gennem de næste 6 år går vi til kontrol, og hver gang går vi derfra med store fjogede smil på læben. Selvom han er en slank dreng, kan de ikke sætte en finger på hans udvikling, og når vi taler senfølger, ja så bliver de nævnt mindre og mindre, som årene går.

Børnehave

Han har fået et års skoleudsættelse, han skulle lige modnes mere. Det ekstra år i børnehaven var det helt rigtige for David. Han udvikler sig, bliver mere moden, men... for ja, der er et men. Han trives ikke i det store fællesskab, kan bedst koncentrere sig, når han sidder helt alene for sig selv. Samtidigt fungerer han ikke, når der er noget, der bliver lavet noget om i løbet af dagen. Senfølger, tænker jeg, og læser op på det hele igen, selvom jeg genkender det hele. Vores samarbejde med børnehaven er kanon, de lytter og giver David de rammer, han har brug for, for at fungere, og det hjælper. Senfølgetankerne forsvinder stille igen, det var jo bare lige en lille ændring, der skulle til, for at han har det godt. Vi finder rytmen og får hverdagen til at fungere.

Tid til skole

Efter en måned i 0.klasse har David det rigtigt skidt. Det er forfærdeligt som forældre at se sit barn mistrives, og vi sætter alt ind for at hjælpe ham. Struktur i massevis, vi bruger noget gammelt barsel, så han kan komme hjem tidligt hver dag og slappe af, ingen aftaler i weekenden,

som skal bruges til at lade op, pause fra sporten, og sidst, men ikke mindst, kontakter vi Rafael Centret i Roskilde. Her kommer vi til en fantastisk samtale hos Jonna Jepsen. Efter 2½ timer går vi derfra med fornyet energi og en konkret handleplan. Hun anbefaler, at David går igennem et sansemotorisk forløb og bagefter en gang Sandplay terapi.

Vi går konkret til værks

Tirsdag den 15. april kl. 9 skal David testes af motorikvejleder Lene Knudsen.

David løber rundt i den store gymnastiksal. Han kan slet ikke sidde stille, hvilket er helt normalt for ham, når han ikke ved 100 %, hvad han skal, og hvad der forventes af ham.

Lene kigger smilende på mig og siger, at han bare skal have lov til at rende rundt, for det giver hende et billede af, hvordan han er. Der er ingen skæve blikke over hans måde at være på, det er fantastisk og giver stor ro.

Så går hun ellers i gang med at teste. David skal løbe, kravle, gyng, hoppe, snurre rundt, hinke, gribe og kaste en bold og lave en masse forskellige ting.

Han skal bl.a. stå foran Lene og gøre alt, hvad hun gør.

Samtidig bliver han spurgt om en masse forskelligt. Hver gang han skal svare, stopper han for at koncentrere sig om at svare. Så er der en opgave, hvor han ligger på alle fire, og Lene drejer hans hoved fra side til side. Her trækker han sin skulder med. De to ting er nogle baby reflekser, som David slet ikke burde have nu, som 7½ årig. Så det er her, vi skal sætte ind.

Lene kommer med sine plancher, hvor hun fortæller mig en masse om sansemotorik, de taktile sanser og vestibulærsansen. Det er her, David er meget følsom, og her vi skal arbejde. Vi går derfra med en plan og et program, der, om noget, kræver struktur og samarbejde på hjemmefronten.

Vores program

David skal gennem 45 minutters stimulering hver dag, og den ser typisk sådan her ud:

- Morgenen starter med trykmassage, mens han ligger i sengen. Det giver hans krop en rolig start på dagen, med få stimuli.
- Mens der bliver spist morgenmad, får han fodbad, igen sansestimuli.
- Tandbørstningen er med el-tandbørste for at gøre ham mindre sensitiv i munden.



Han er blevet meget bedre til at mærke, hvornår han har brug for en pause.



Der bliver en masse små ændringer i hverdagen, for at vi kan nå alt det her.

- Om eftermiddagen skal han gynge i hængegyngen for at blive stimuleret på sin vestibulærsans
- Så skal han have massage af hele kroppen, og hase-musklerne skal strækkes ud
- Om aftenen skal have brusebad – som igen er sanse-stimulering.

Jo, jeg indrømmer gerne, at det lige gav sved på panden, at det er hver dag, vi skal det her. Men ved nærmere gennemsyn, så er det jo ikke så meget mere, end vi gør i forvejen. Nu er der bare en nedskrevet plan.

Vi går til opgaven med krum hals, og der bliver masseret, gynget, badet, og jeg skal gi' dig. Efter en uge fortæller både skolen og SFO'en, at David ikke kører i så højt tempo mere, og han hviler mere i sig selv. Vi er overrasket over, at det så hurtigt kan mærkes, men også glade.

Det kræver planlægning og tilpasning

Der bliver en masse små ændringer i hverdagen, for at vi kan nå alt det her. Bl.a. sidder David ved sofabordet og spiser morgenmad – han skal jo have fodbad. Mens den

ene laver aftensmad, så er den anden udenfor med begge børn – for der skal jo lige sansestimuleres i gyngen, og lillebror vil jo også gerne prøve. Putteritualet laves om, for mens David får massage og kommer i brusebad, bliver lillebror puttet, og så er det madpakkerne til dagen efter, der lige skal laves.

Over de næste måneder kommer vi til Lene to gange mere. Først til en opfølgning ca. 14 dage efter første besøg, hvor hun lige smider to lege mere ind i vores program og roser os for det arbejde, vi nu gør, for hun kan se, at det virker. Og den 1. juli 2014 er vi til den afsluttende re-test. Her må vi også fortælle, at vi ikke har været særlige gode til at holde os til planen. For selvom vi har de bedste intentioner, så er det rigtig svært at få hverdagen til at hænge sammen. Vi når da også at køre træet i det, og når vi er trætte, er det nemt at springe aftenmassagen over.

Her ser vi så, hvordan det påvirker David, når han ikke bliver stimuleret. For han bliver mere urolig, bliver ked af at skulle i skole, sover dårligt, og hans overskud forsvinder.

Vi finder ud af at samle os sammen og finde energien. Hvor vi fandt den... tjaa, når vi har set, hvordan David har det, når vi ikke holder os til planen, ja, så er det ikke svært at tage sig sammen.

Men Lene beroliger mig og siger, at så længe vi bare gør noget, så er det godt.

Gør vi nok?

Så tester Lene David igen. Jeg sidder på sidelinjen og er bekymret. For er det nu godt nok, har han rykket sig nok, er det nok det, vi har lavet?

Testen er den samme som første test, og da Lene er færdig, smiler hun til mig og siger, at David er kommet langt. Den ene af babyreflekserne er nu helt væk, og den anden er næsten væk. Jeg bliver simpelthen så glad, at jeg kunne græde. Alt det hårde arbejde har båret frugt.

Vi aftaler, at vi skal fortsætte med at give massage, for David er stadig meget følsom på den taktile sans. Det har været et helt fantastisk forløb, vi har været gennem med Lene, og hendes viden er enorm på det her område.

Resultaterne kan ses

David's klasselærer fortalte, at hun nu kan mærke, at David hviler mere i sig selv, han er bedre til at "lukke verden ude" og koncentrere sig i timerne. Hans skrift har også ændret sig, så nu skriver han både mindre og pænere. Hans behov

for de små pauser i løbet af skoledagen er også blevet meget mindre.

I hverdagen har vi en dreng, der tåler mere af den "ufiltrede verden", hvor vi ikke skærmer ham så massivt, og han er blevet meget bedre til at mærke, hvornår han har brug for en pause, og så forsvinder han lige ind på sofaen eller op på sit værelse.

Det har været enormt hårdt, men at se, at det virker, har givet os energien til at fortsætte.



Alt det hårde arbejde har båret frugt.

HVEM KAN HAVE GLÆDE AF VEJLEDNING OG TRÆNING?

LK Motorik tilbyder individuel undersøgelse, vurdering og træning af børn, der af forskellige grunde har problemer med motorik og sanseintegration. Sanseintegration er hjernens evne til at modtage, koordinere og bearbejde indtryk fra alle vores sanser.

Hvis dit barn har problemer af sansemotorisk art, kan det vise sig i barnets adfærd og motorik, og kan bl.a. medføre:

Taktilt (følesansen)

- har svært ved at falde til ro ved amning
- har afbrudt søvn, "sjatsover" eller sover uroligt
- reagerer på bestemte typer tøj, generes af vaske-mærker og sømme – om tøjet sidder for stramt eller for løst
- foretrækker at lege alene
- kan ikke lide at stå/gå på bare fødder
- vil hellere selv røre end blive rørt
- skubber af og til de andre børn/voksne
- bryder sig ikke om at blive smurt ind i creme

Vestibulært (hovedbalancesansen)

- det lille barn har svært ved at løfte hovedet i ryg- og maveliggende stilling

- bryder sig ikke om at tumle og gynge, men foretrækker stille lege
- har svært ved at sidde stille, koncentrationsbesvær
- virker klunget, støder ofte ind i ting
- svært ved at lære at cykle
- bryder sig ikke om balanceaktiviteter

Kinæstetisk (muskel/ledsansen)

- bliver hurtigt træet – har ofte brug for pause
- er motorisk senere udviklet
- svært ved præcise bevægelser, f.eks. at hælde op i et glas
- spiser ikke særligt pænt
- er klodset og upræcis – falder ofte og får blå mærker
- holder for fast/løst på en genstand

Børn har brug for hjælp, hvis deres dagligdag, trivsel og leg påvirkes af problemer med motorik og sanseintegration – og det er aldrig for sent at gøre noget.

Læs mere om Lene Knudsen og sansemotorik på www.leneknudsen.dk