

# Sanser og bevægelser skal være i harmoni

Hvis et barn har svært ved at gribe en bold eller blive siddende på sin stol i skolen, kan det skyldes, at det ikke blev stimuleret tilstrækkeligt som lille. Heldigvis kan sansemotorisk træning skabe et bedre samspil mellem krop og hjerne.

AF ANNA BRIDGWATER

Lige fra fødslen er et barn i udvikling. Det sanser, undersøger og eksperimenterer. Hvad kan kroppen? Hvordan mærker kroppen omverdenen? Hvordan bearbejder man de indtryk, sanserne sender til hjernen?

Hvis barnet ikke er sammen med nærværende voksne og ikke har fysisk mulighed for at udfolde sig, bliver barnets sanser ikke stimuleret tilstrækkeligt.

Det går ud over den motoriske udvikling og det lille barns mulighed for at udnytte og udvikle kroppens potentiale.

Forklaringen er, at motorikken, dvs. bevægelserne, hænger uløseligt sammen med sanserne. Hjernen modtager sansepåvirkninger fra hele kroppen: Alle organer, led, muskler, hud, syn, hørelse og så videre. Sanseindtrykkene bearbejdes og sendes videre til de andre hjerne-

dele, så kroppen kan få svar på, hvordan den skal reagere på sanseindtrykket. Det kaldes også sanseintegration. Du stikker dig med en nål i fingeren, mærker smerten og ved instinktivt, at du skal flytte fingeren fra nålen.

Det er altså sanserne, der sætter bevægelser i gang. Derfor er det vigtigt, at de er veludviklede, så barnet kan lege, lære, være tæt på andre, modtage og give kropskontakt på normalt niveau, tumle og lege og være i ro. Sansemotorik er fundamentet for de færdigheder, vi senere skal lære at mestre.

Hvis hjernen ikke har lært at sortere rigtigt i de informationer, som sanserne sender, bliver der sendt forkerte informationer ud i kroppen. Kroppen vil derfor ikke kunne fungere som forventet,

og det giver store frustrationer hos barnet og dets omgivelser.

Problemerne kan vise sig som uro og koncentrationsbesvær, som ubehag ved berøring eller fornemmelsen af for eksempel sand eller kridt på hænderne, eller som vanskeligheder med at holde balancen eller ved fysiske aktiviteter som boldspil eller cykling. Et barn kan sagtens have sansemotoriske udfordringer og klare sig godt på andre områder.

## Arbejde med sanserne

Der kan være mange grunde til, at et barns sansemotorik ikke udvikles optimalt. Hos nogle er udfordringerne medfødt, hos andre opstår der problemer, fordi barnet ikke er i kontakt med nærværende voksne i de første måneder og år af livet.

Uanset hvad årsagen til udfordringerne er, kan barnet have gavn af sansemotorisk træning. Fundamentet er arbejdet med de tre primære sanser – labyrintsansen, følesansen og muskelledssansen – der alle er ubevidste. Labyrintsansen er en forudsætning for den bevidste balancesans, følesansen giver os information om kroppen og ting, der er i berøring med kroppen – den lader os mærke verdenen. Og muskelledssansen, som også kaldes kinæstesisan-

ILLUSTRATION: ISTOCK



## Fakta

Man kan ikke som udgangspunkt få tilskud til sansemotorisk træning. Nogle får dog alligevel bevilget træningen fra eksempelvis deres kommune.

sen, lader os mærke, hvor meget vi skal bruge musklerne til en given opgave og beregne den korrekte afstand. Hvor hårdt skal vi sparke til en bold for at få den i mål, og hvor højt skal vi springe for at komme over en forhindring?

### Træningen

Sansomotorisk træning ligner leg. Børnene hopper på trampolin, kører på

rullebræt, kaster og griber bolde og gynger i hængekøje. Det er sjovt, men selvfølgelig også af og til hårdt, fordi børnene bliver udfordret på områder, hvor de er svage. En del af behandlingen består også i forskellige former for sansestimulering, for eksempel at blive rullet stramt ind i en dyne eller et tæppe, nulret med en massagebold eller børstet med en stiv børste.

Meldingerne fra forældre til adopterede børn, som har fået sansomotorisk træning, er gode. En mor skriver på Facebook: »Han kunne næsten ikke holde på en blyant. Og jeg troede bare, han ikke var interesseret i at tegne!«

Og en anden istemmer: »... det gjorde virkelig en kæmpe forskel med sansomotorisk træning.« ■

## INTERVIEW

# Polly havde uro i kroppen

AF ANNA BRIDGWATER

Benedikte Lohse og Jakob Rasmussen er forældre til Oliver på 11 og Polly på syv. Begge børn er født i Burkina Faso, men børnenes start på livet har været meget forskellige.

»Polly var to og et halvt, da vi hentede hende. Begge vores børn var på børnehjem lige fra fødslen, men på hendes børnehjem blev børnene ikke taget ret meget op sammenlignet med storebrors børnehjem.«

Med andre ord, så blev Polly muligvis ikke stimuleret tilstrækkeligt i de første måneder.

Polly startede sit skoleliv på en Montessoriskole i USA, mens familien boede der i tre år. Polly trivedes i skolen, men da familien flyttede tilbage til Danmark, og Polly startede i første klasse på en dansk friskole, gik det dårligt.

»Frem til efterårsferien gik det fint,« siger Benedikte. Set i bakspejlet mener hun, at Pollys lærere muligvis havde fået øje på udfordringerne tidligere, da de hurtigt brugte vendinger som »livlig« om Polly. Men det var først i oktober, at lærerne fortalte forældrene, at de syntes, at Polly var urolig og havde svært ved at koncentrere sig.

»Vi havde ikke noget godt samarbejde med skolen. Det lå mellem linjerne, at skolen gerne ville have, at Polly skulle have en diagnose. Friskolen kunne ikke rumme hende.«

Det resulterede i et skoleskift for Polly, som nu går på en folkeskole.

»Polly har aldrig været ked af at gå i skole. Hun var ked af at skifte skole, men hun er også glad for den nye skole.«

»Vi kan se, at hun koncentrerer sig bedre.«

### Støtte til datteren

Allerede inden Polly skiftede skole, havde hendes forældre sat sig ind i forskellige muligheder for at hjælpe hende.

»Vi tog hurtigt fat og undersøgte, hvad vi selv kunne gøre. Jeg havde læst om sansomotorisk træning og ville se, om det var noget, vi kunne have gavn af.«

Benedikte havde både hørt om sansomotorisk træning i diverse adoptionsfora og i andre sammenhænge, blandt andet i forbindelse med for tidligt fødte børns udvikling.

»Fra starten var det for at se, om det kunne hjælpe på uro og koncentrationsbesvær. Jeg var overrasket over, at hun for eksempel ikke kunne stå på et ben, og hun havde spædbarnsreflekser, som hun helst ikke skulle have.«

Benedikte taler om de medfødte reflekser, som er med til at sikre barnet dets overlevelse, for eksempel at babyens drejer hovedet og åbner munden,

når det bliver aet på kinden. Det sikrer, at babyen fanger brystvorten og dermed maden. Spædbarnsreflekserne forsvinder, når barnet ikke længere har brug for dem. Men hvis spædbarnet ikke stimuleres tilstrækkeligt, kommer det ikke godt igennem den udviklingsfase og vil få motoriske udfordringer.

### Indsats

Pollys sansomotoriske træning indebærer både besøg hos terapeuten og øvelser derhjemme. Benedikte beskriver sig selv som et struktureret menneske, som er god til at få træningen ind i kalenderen, men familien har også bevidst valgt at prioritere det.

»Jeg har sagt, at hvis vi skal det her, så skal vi også ville det. Vi kommer hos terapeuten hver anden uge og laver øvelser derhjemme, og der er daglig massage med forskellige redskaber. I starten kunne hun ikke klare massagen, men nu kan hun sagtens ligge og nyde det. Hun får massagen, når hun skal i seng. Vi prøver at få sjov ud af det. Det kan være, at hun får trænet læsning lidt mindre, men det er det, vi prioriterer i hverdagen.«

Der er variation i de øvelser, familien laver med deres datter.

»Vi har lavet øvelser, hvor det er os, der har udført bevægelserne ved for eksempel at flytte hendes arme. Nu er det hende, der skal gøre tingene. Lige nu laver vi øvelser med at køre trillebør

med hende, hvor hun skal samle bolde op. Der er også øvelser, hvor hun ligger på en massagebold.«

Polly vil gerne træne, og nogle gange er storebror også med, så træningen bliver til en leg for hele familien.

»Vi har ikke sagt til hende, at det for at hjælpe hende i skolen. Hun vil gerne, for hun gerne vil være bedre til at spille basketball, og hun kan selv se, at hun er blevet bedre. Vi kan også se til baskettræning, at hun er blevet bedre.«

Det er heller ikke ret svært for Benedikte at få Polly med, når de hver anden uge går til sansemotorisk træning uden for hjemmet.

»Nu er Lone (terapeuten, red.) blevet hendes ven, så det er bare hyggeligt. Der er alle mulige redskaber, hun får lov til at lege med.«

### God virkning

Benedikte kan allerede efter fire besøg se, at Polly har haft gavn af den sansemotoriske træning.

»Det er blevet bedre med balancen. Og vi kan se, at hun koncentrerer sig bedre, når hun er til baskettræning. Vi har ikke set, om det giver en effekt i skolen, men det får vi at se.«

Benedikte minder om, at Pollys udfordringer ikke er specifikke for adopterede børn.

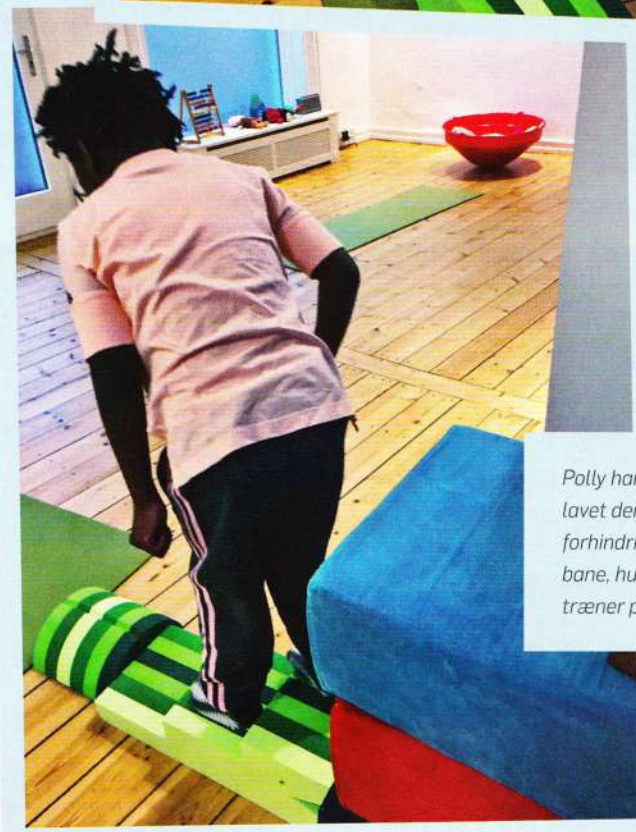
»Mange kunne have glæde af træningen, ikke kun adopterede. Adoptivforældre har generelt meget fokus på, at vores børn er adopterede. Mange har en masse forventninger til, hvad skolen for eksempel gør for at løse eventuelle problemer. Men vi skal passe på med at sætte vores børn i en situation, hvor vi bruger deres adoption som en undskyldning og gør det til selve problemet. Der er meget, vi selv kan gøre for at hjælpe vores børn, uanset hvad problemerne skyldes.«

Pollys forældre har i hvert fald valgt selv at tackle datterens udfordringer, så hun ikke oplever nederlag i skolen eller udenfor.

»Sansemotorik er noget, man gør sammen med barnet, så det bliver en fællesoplevelse. Det handler om Polly, men vi gør det til noget sjovt og hyggeligt. Vi tager forløbet, indtil Lone vurderer, at hun ikke får mere ud af det. Det skader i hvert fald ikke.« ■



Syvårige Polly træner motorikken på en forhindringsbane.



FOTOS: LONE SKAKKEBÆK

Polly har selv lavet den forhindringsbane, hun træner på.



Træningen slutter altid med massage, og det er også en vigtig del af træningen derhjemme.