

TRÄNING FÖR SINNEN OCH REFLEXER

Utvecklad sensomotorik sätter käppar i hjulet

Bokstäver som hoppar, myror i brallan, koncentrations- och motoriska svårigheter kan bero på att spädbarnsreflexer fortfarande finns kvar och försvårar för barnet i dess utveckling. På Dormsjöskolan genomgår alla elever en sensomotorisk utredning och får vid behov träningsprogram.

Text och Foto: Kerstin Karell Illustration: Isak Andersson

SENSOMOTORIK. Dormsjöskolan är ett läkepedagogiskt behandlingshem som ligger i Dalarna. En viktig del av behandlingen är den sensomotoriska träningen. Metoden har utvecklats av Peter Blythe som 1975 startade The Institute for Neuro Physiological Psychology (INPP) i Chester, England. Han har studerat de tidiga rörelser som barnet uppvisar under fosterstadiet och under de första levnadsåren.

– Dessa rörelsemönster kallas för primitiva reflexer eller spädbarnsreflexer, ibland även kallade överlevnadsreflexer, säger Ragnvald Jonsson som ansvarar och håller i de sensomotoriska utredningarna och träningsprogrammen på Dormsjöskolan.

Reflexerna fungerar enligt Peter Blythe som grundstenar för barnets mognadsutveckling. De har en uppgift att fylla, men ersätts under det första levnadsåret av mer mogna rörelsemönster. Senast vid tre års

ålder ska barnet ha uppnått en neurologisk mognad, som möjliggör för barnet att med vilja medvetet kunna styra sina rörelser utan störande inverkan från dessa reflexer.

– Om det finns reflexer kvar kan det hämma barnet i dess sensomotoriska utveckling, säger Ragnvald Jonsson som i grunden är idrottslärare.

EN SIDA I TAGET

Han tar som exempel den asymmetriska toniska nackreflexen (ATNR) som kan ställa till det för en del barn. Den innebär att du jobbar homolateralt, med en sida i taget. När du vrider huvudet till höger sträcks armen och benet på den sidan medan den vänstra sidans arm och ben böjer sig, och tvärtom ifall du tittar till vänster.

– Den reflexen ska integreras vid sex månaders ålder annars finns rester av den kvar som grus i maskineriet. Exempel på

svårigheter som kan uppkomma om den reflexen finns kvar är att om du bär en bricka och någon påkallar din uppmärksamhet så att du vrider på huvudet så riskerar samma sidas arm att sträckas ofrivilligt och brickan tappar. Ett annat exempel är att du svänger åt det håll du tittar när du cyklar.

– I vardagligt tal brukar vi kalla detta för att man har medrörelser.

Ytterligare en effekt som en kvardröjande ATNR kan ge är att barnens ögonrörelser påverkas. Det är svårt att läsa, för när ögonen passerar mittlinjen kan eleven uppleva att texten eller bokstäverna hoppar till, bokstäverna kan kastas om eller barnet tappar raden. Barnet underlättar då för sig själv genom att följa textraderna med fingret. Det kan även vara jobbigt att skriva från vänster till höger. Barnet skriver gärna i uppförsbacke istället, för att det underlättar det motstånd som barnet känner.



Ragnvald Jonsson.

– Man brukar i dessa sammanhang säga att det finns en ”mittlinje-barriär” som inverkar både på barnets motoriska som perceptuella förutsättningar.

AKTIVT STIMULERA REFLEXEN

Efter att med olika tester ha kartlagt vilka eventuella kvardröjande rester av spädbarnsreflexer ett barn har så utarbetar Ragnvald ett åtgärdsprogram där barnet med specifika rörelser har som mål att inhibera/integrera dessa reflexer och samtidigt utveckla de hållningsreflexer (posturala reflexer) som vi naturligt bär med oss in i vuxenlivet. Det första steget i träningen för en person som har en spädbarnsreflex kvar är att aktivt stimulera reflexen.

– Att man måste stimulera reflexen kan förklaras med att varje reflex har en viss mognadstid då den lever. När den har gjort sitt triggas den för nästa steg i mognadspro-

”Varje gång barnet hör de här språkljuden kanske han stannar upp och funderar ”vad var det han sa egentligen?” och är därmed distanserad och vet inte vad mer som sagts

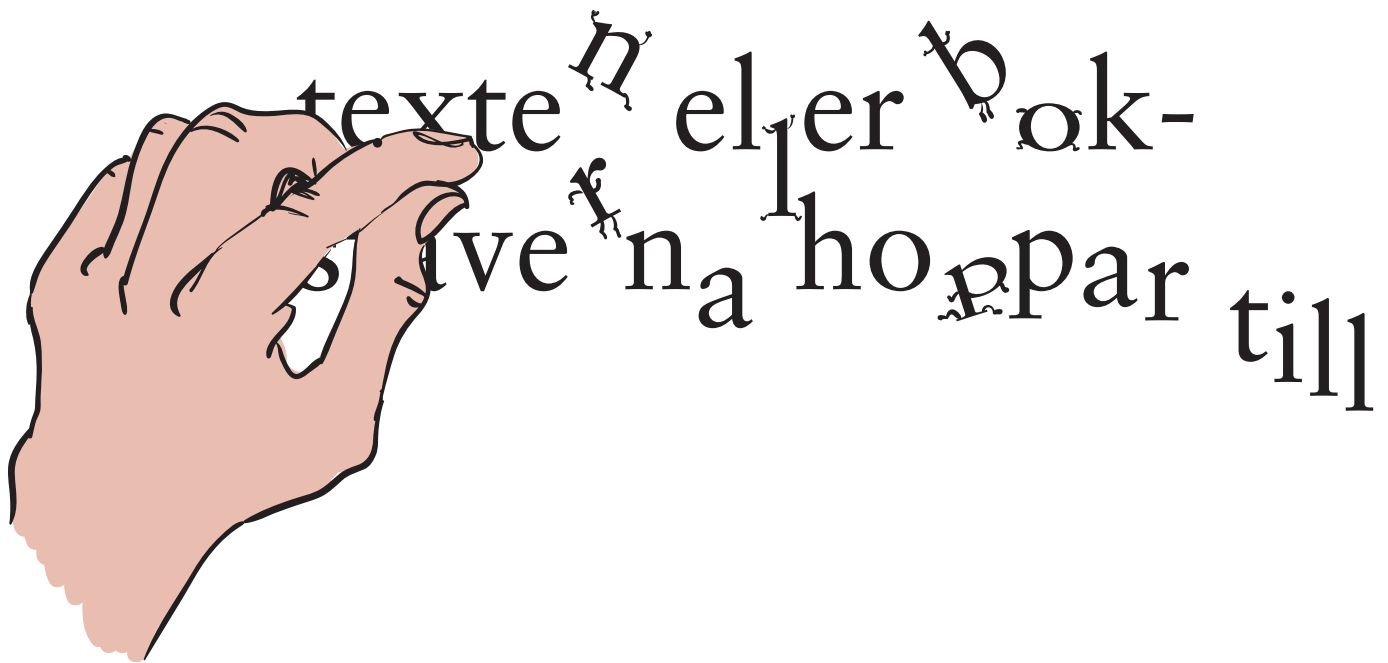
cessen.

I exemplet med specifikt ATNR utformas träningen först med rörelser där arm och ben på samma sida sträcks samtidigt som huvudet vrids åt samma håll. Därefter fortsätter träningen med övningar då samma sidas arm och ben sträcks samtidigt som huvudet vrids åt motsatt håll vilket innebär ett arbete mot reflexens natur. Även övningar där huvudet hålls kvar i mittlinjen samtidigt som personen utför växelvis

sträck- och böjrörelser med armar och ben används. De här övningar utförs ryggliggande och i ett långsamt tempo.

– På detta sätt lägger vi grunden för nästa steg som är att viljemässigt lära sig koordinera armar och ben oberoende av vilka rörelser huvudet gör och så småningom utveckla korsmönster-rörelser vilket vi ser när barnet lär sig åla på mage, säger Ragnvald Jonsson.

Första gången han kom i kontakt med ►



► sensomotorisk träning var genom ett tv-program där Håkan Carlsson på Sensomotoriskt Centrum i Mjölby berättade att han med ett speciellt rörelseprogram kunde hjälpa barn med bland annat läs- och skrivsvårigheter. Förutom att barnen förbättrade sin balans och motorik så genomgick de en mognadsutveckling och fungerade bättre i flera avseenden, inte bara inlärningsmässigt.

– Jag fastnade för det här, säger Ragnvald och försätter:

– När jag kom som idrottslärare till Dormsjöskolan 1988 och mötte de här barnen med sina speciella behov såg jag snabbt deras motoriska svårigheter. De har inte en motorisk mognad. Men de är i grunden lika beroende av att upptäcka världen med sina sinnen och sin motorik för att förstå sin omgivning som andra barn, men har inte fått förutsättningarna att göra det.

SAKNAR MOTORISK MOGNAD

I diagnoskriterierna för till exempel ADHD, Tourettes syndrom och Asperger finns, i mer eller mindre grad, motoriska och perceptuella svårigheter.

– De här barnen har andra förutsättningar att förstå världen. Det finns genetiska faktorer som påverkar men många har även kvar spädbarnsreflexer och saknar motorisk mognad. De kan genom träning få en ny chans att utveckla dessa förutsättningar.

Den sensomotoriska utredningen som barnen och ungdomarna genomgår innehåller en bedömning av motorisk mognad, vestibulär funktion (balans) samt avvikande reflexer. Dessutom görs en screening av ögonmotoriska funktioner

samt audiometertest för att undersöka lyssningsförmågan.

– Om ett barn har ett dåligt tal eller språkutveckling backar vi bandet och undersöker om barnet kanske har svårt att urskilja språkljud som till exempel y och u eller b och p. De har en fungerande hörsel men tycker att bokstäverna låter lika. Varje gång barnet hör de här språkljuden kanske han stannar upp och funderar ”vad var det han sa egentligen?” och är därmed distanserad och vet inte vad mer som sagts. Då kanske vi måste vara tydliga med att ge information i färre led, tänka på hur vi talar och ibland är stöd med pictogram till stor hjälp.

Ragnvald gör bland annat ett audiometertest som visar hur barnet uppfattar ljud av olika frekvenser. I kombination med det görs dikotiska test som visar på barnets förmåga att urskilja olika språkljud.

– Jag kan då se tydliga samband. Inom 1000-4000 hertz ligger de flesta språkljuden och om vissa resultat inom detta område är låga kan detta vara bidragande till barnets svårigheter att uppfatta vissa språkljud.

Resultatet av en sådan screening är att barnet får lyssningsträning med en frekvensrik musik. Det finns musik komponerad för ändamålet och Ragnvald kan förstärka de frekvenser i musiken som barnet har svårighet att uppfatta.

– Då hör barnet de frekvenserna lika starkt som de övriga vilket stimulerar hörselcentra i hjärnan.

Det är även vanligt att barn hör för mycket. De har inte alltid utvecklat ett dominant öra eller/och uppfattar ljud från till exempel trafik eller fläktar som störande.

– De är ofta överkänsliga för lågfrekventa bakgrundsljud och det är ansträngande för dem att till exempel lyssna på en lärare som pratar eftersom de måste urskilja lärarens röst bland allt annat ljud. Det resulterar i att de blir trötta, oroliga och får koncentrationssvårigheter.

Något som vi människor måste utveckla är samarbetet mellan vänster och höger hjärnhalva.

KORSA MITTLINJEN

– Det är en mognad som utvecklas under hela livet. Innan 11-12 års ålder kan till exempel ett barn inte jonglera utan stora svårigheter på grund av att man omväxlande måste använda höger och vänster hand och korsa mittlinjen på kroppen.

Enligt Ragnvald är det väldigt tydligt för barnen på Dormsjöskolan att de inte utvecklat samarbetet mellan hjärnhalvorna även när de är 15-16 år. Detta innebär bland annat svårigheter att koordinera korsmönster-rörelser.

– Vi backar då och undersöker hur de klarar av att krypa och åla i korsmönster. Dessa grundläggande rörelser är viktiga, inte bara för barnets motoriska utveckling utan även som ett betydelsefullt led i barnets neurologiska mognad när det gäller bland annat kopplingarna mellan de båda hjärnhalvorna. Några andra test som man kan göra är att låta barnen få prova att göra indianhopp och växelhopp.

INDIVIDUELL TRÄNING

Barnen och ungdomarna får individuella träningsprogram som genomförs av personalen på boendet och i skolan. På morgon-

” Men vi tänker sällan på att de kanske gör så gott de kan utifrån de förutsättningar de har och för att kunna hjälpa och stödja dessa barn att komma vidare i sin utveckling så måste vi lära oss förstå dessa sammanhang

samlingarna görs sensomotoriska rörelser och den årliga cirkusen bidrar i hög grad till den motoriska träningen.

Ragnvald ser framsteg hos barnen och ungdomarna och de test han kontinuerligt utför visar att de utvecklas sensomotoriskt. Deras förmåga att koncentrera sig och ta till sig kunskaper i skolan ökar.

– Men det är helheten som är avgörande och där är den sensomotoriska träningen en del. Det är många faktorer som påverkar ett barns förmågor. Vi måste vara ödmjuka och inse att det inte är någon som har receptet utan vi måste samarbeta, säger Ragnvald och kommenterar att arbetet med barnen och den sensomotoriska utbildningen han tillgodogjort sig fått honom att utveckla sin syn på barn ytterligare.

– Vi reagerar på olika sätt på barns beteende och deras sociala reaktioner och vi har olika krav på hur barn ska uppföra sig. Men vi tänker sällan på att de kanske gör så gott de kan utifrån de förutsättningar de har och för att kunna hjälpa och stödja dessa barn att komma vidare i sin utveckling så måste vi lära oss förstå dessa sammanhang. ■

MER INFORMATION

www.inpp.org.uk The Institute for Neuro - Physiological Psychology

www.sensorordic.com

Böcker i ämnet: "Möjligheterna finns" av Birgitta Sohlman, Sama förlag, "Reflexes learning and behavior" av Sally Goddard, Fern Ridge Press, "The well balanced child" av Sally Goddard, Hawthorn Press, "Sinnesutveckling och kroppsupplevelse" av Karl König, Telleby bokförlag.

Utbildning till
Sensomotorisk Reflexpedagog
8 block om 4 dagar vardera
april 2010 – juni 2011

Även korta kurser samt mottagning för barn och ungdomar med inlärnings- och koncentrationsproblem

Alla sinnen
Positiv inläring

www.allasinnen.se info@allasinnen.se 0159-50250

Kooperativet Castor

Personlig assistans med styrka och glädje

Castor är ett kooperativ för funktionshindrade i behov av personlig assistans. Vi vänder oss till dig som är assistansberättigad enligt LSS och LASS. Vi arbetar för att vara nära dig. Vi som driver Kooperativet Castor har flera års erfarenhet och vet vad det innebär att ha närstående med funktionshinder.

*Det privata alternativet för din personliga assistans.
Ett litet familjärt kooperativ med brukaren i centrum.
Assistans på dina villkor.*

Kooperativet Castor

Södra Lundavägen 10, 245 31 Staffanstorp
Telefon 046-25 60 21 www.kooperativet-castor.nu



Lövstagaråden

HVB-Hem för psykiskt funktionshindrade

Lövstagaråden består av 8 st lägenheter samt 3 st utslussningslägenheter.

Tel: 0294-311 03, Fax: 0294-311 51
Mobil: 070-60 58 064, kontakt@strukturen.se
Adress: Gläntan 7, 819 66 LÖVSTABRUK
www.strukturen.se

ASP Center är en nationell resurs för människor med Asperger, ADHD och liknande problematik. Vi tar emot ungdomar från 14 år. Placeringar enligt LSS och Sol. Vill du veta mer om Asp Center? 0922-682 70 www.asp-center.se