

Beskrivelse af Barn i Bevægelses hjemmetræning efter metoden *hverdags(re)habilitering*, de teorier og tilgange, der ligger bag metoden.

Motorisk/ fysisk og sansemæssig udvikling

Kognitiv udvikling

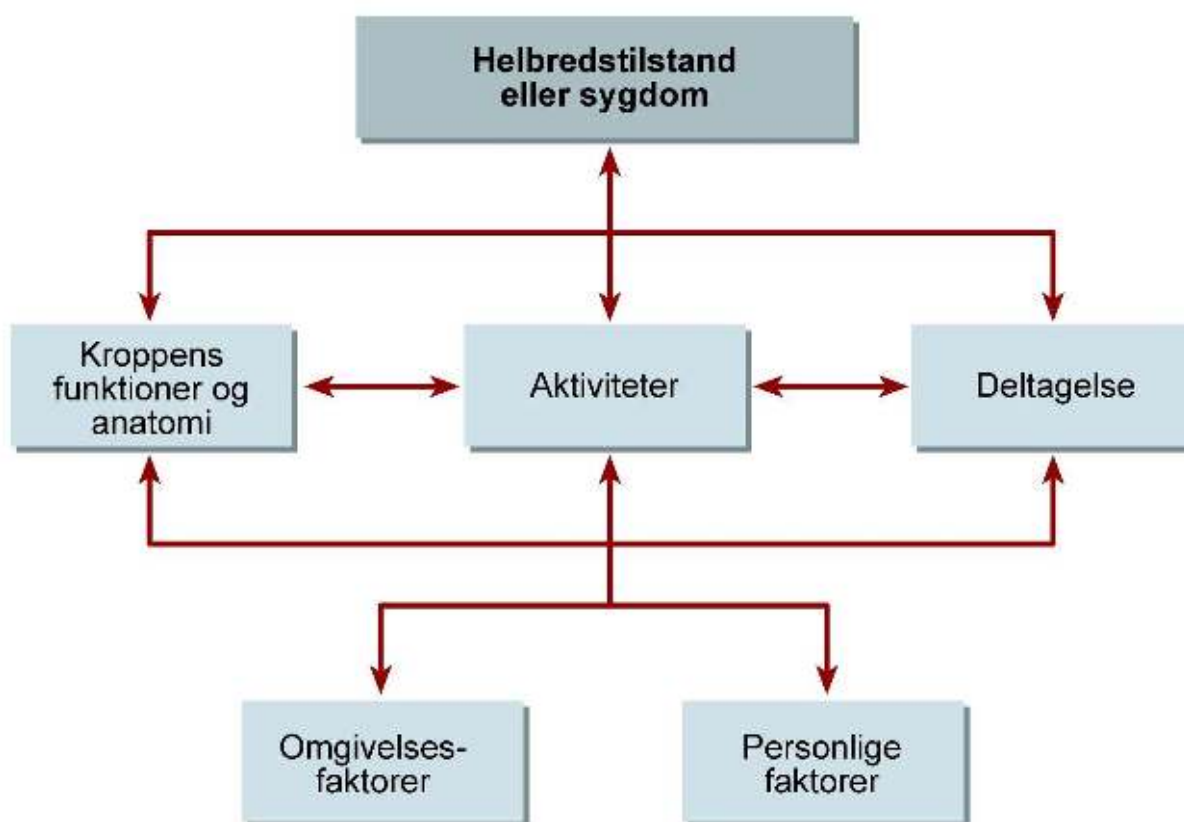


Udvikling af adfærd og selvregulering

Udvikling af sprog og kommunikation

Hos Barn i Bevægelse tilbyder vi vejledning og rådgivning til familier i forbindelse med hjemmetræning efter SEL § 32a. Vi arbejder efter metoden **hverdags(re)habilitering**. Formålet med **metoden hverdags(re)habilitering** er at gøre forældrene i stand til at træne barnet i hjemmet, så barnet kan få de samme muligheder for et aktivt og selvstændigt liv som andre personer på samme alder.

Metoden **hverdags(re)habilitering** bygger på ICF (International klassifikation af funktionsevne). ICF er et internationalt accepteret værktøj, som benyttes tværfagligt og tværsektorielt. ICF rummer et paradigme, der anskuer funktionsevne i et bredt og dynamisk perspektiv, og flytter fokus fra sygdom og helbredelse. ICF omfatter det, der har betydning for at den enkelte kan deltage i et almindeligt hverdagsliv, i fællesskab med andre og i samfundet.



© Birgitte Lerche-Barlach 2010

Se også det ICF inspireret diagram (Bilag 1) over Barn i Bevægelses hjemmetræning efter metoden Hverdags(re)habilitering

Hverdags(re)habilitering er en metode, der bliver brugt mange steder i optræning og genoptræning i den primære og sekundære sektor. Ved hverdagsrehabilitering er barnet og familien i fokus. Metoden bygger på inddragelse af hverdagsaktiviteter, til at træne barnets færdigheder på kropsniveau (f.eks. at kunne bøje et ben eller være mere udholdende), på aktivitetsniveau (f.eks. skrive med en blyant eller tage strømper på) og på deltagelsesniveau (f.eks. deltage i familiehygge eller være med i en leg i skolegården). Ved at anvende meningsfulde hverdagsaktiviteter og leg som træningsaktiviteter giver det

mulighed for at få mange gentagelser ind i hverdagen, og barnets motivation kan bruges som en vigtig faktor, da aktiviteterne vil give mening for både barn og forældrene. Derudover er hjernen mere modtagelig for ny læring samt evnen til at overføre det lærte til andre sammenhænge, når læringen foregår i en meningsfuld og social kontekst.

Barn i Bevægelses hjemmetræning efter metoden *hverdags(re)habilitering* er en dynamisk metode, hvor det hele tiden vurderes ud fra viden og erfaring, hvilke tiltag der er bedst egnede til at træne barnet, på et hvilket som helst tidspunkt (Best Practice). Der laves SMARTmål for barnet, målene og delmålene justeres løbende, dels ved vejledning og rådgivning og dels ved tilsyn.

Synergien mellem de forskellige tilgange, redskaber og teknikker er afgørende, for at målene kan nås indenfor den opsatte tidsplan, det er også afgørende, hvordan træningen bliver planlagt og udført i dagligdagen. Det betyder, at alle tilgange, redskaber og teknikker er nødvendige for at hjemmetræningen kan gennemføres af forældrene i dagligdagen. Forældrene dokumenterer barnets udviklingen gennem videooptagelser, dagbøger, trænings lister m.m.

Metoden tager hele tiden hensyn til hele familiens trivsel, dette gælder dermed barnets, forældrenes og evt. søskendes trivsel, ved at der er tæt rådgivning fra Barn i Bevægelse (ICF Omgivelsesfaktorer).

De enkelte tilgange i *hverdags(re)habilitering*:

- Motoriske/fysiske og sansemæssige funktioner. Alle mennesker er dybt afhængige af, at deres motorik og sanser fungerer optimalt, for at kunne få en hensigtsmæssig udvikling både kognitivt, socialt, sprogligt, adfærd og selvreguleringsmæssigt. Man kan ikke træne sanser uden også at træne motorik, og man kan ikke træne motorik, uden sanserne bliver trænet og stimuleret.



Den gode motoriske cirkel

Motoriske/ fysiske og sansemæssige tilgange er ergoterapeutiske og fysioterapeutiske tilgange og indsatser. Motoriske aktiviteter er barnets primære

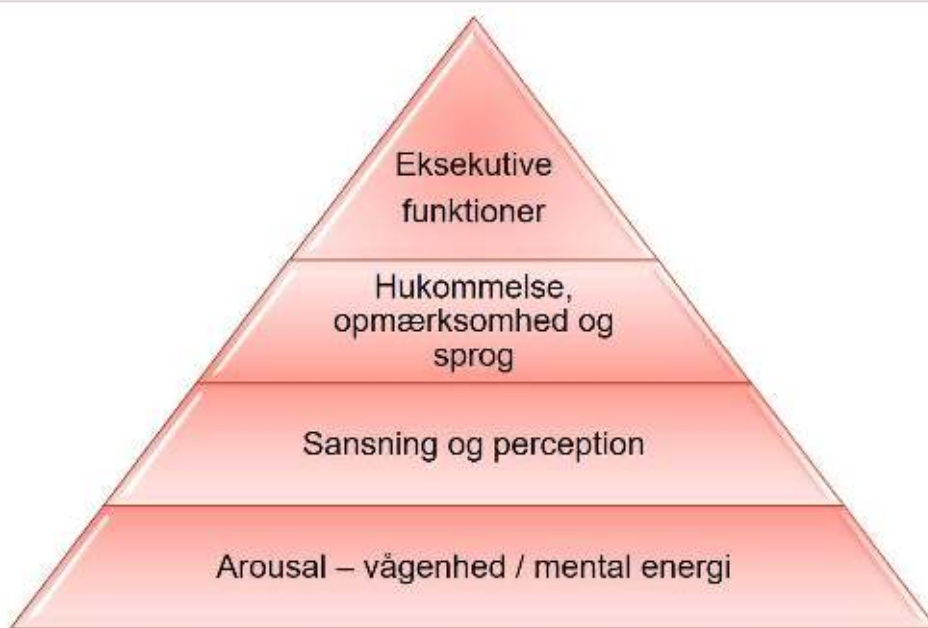
læringskilde gennem hele barndommen. Barnets udvikling sker gennem motoriske aktiviteter, hvor barnet afprøver sin krop og sine sanser i et utal af kombinationsmuligheder. Leg og lege aktiviteter er barnets motivation for motorisk aktivitet og udvikling både motorisk, kognitivt, kommunikationsmæssigt og socialt.

Nogle af de teknikker, der benyttes indenfor motoriske/ fysiske og sansemæssige tilgange, er at træne balance, koordination, modulation, diskrimination, udholdenhed, fin- og grovmotorik og de specifikke sanser (syn, hørelse, smag, lugt, berøring, interoceptor, vestibulær og proprioceptiv sans) m.m. gennem leg. Motoriske/fysiske og sansemæssige tilgange kan også indeholde fritids- og sportsaktiviteter som yoga, svømning, ridning, boldspil, spejder m.m. Motoriske/ fysiske og sansemæssige færdigheder indgår i alle barnets ADL aktiviteter, indlæring og sociale aktiviteter, f.eks. at komme ud af sengen om morgenen, gå i bad, af- og påklædning, spise med en ske, cykle, sidde på en stol og høre efter, lege alene eller sammen med andre børn. Se model for udvikling af deltagelse, bilag 3.

Træningen foregår som meningsfulde aktiviteter, både planlagte motoriske og sansemæssige aktiviteter (f.eks. barnet skal selv tage tøj på) og motoriske og sansemæssige aktiviteter der opstår spontant i barnets dagligdag (f.eks. barnet spilder mælk, og vil selv hente en klud og tørre op eller bede om hjælp).

- Kognitive funktioner er alle de processer i hjernen, der gør, at barnet kan lære nye færdigheder, udvikle og forbedre strategier for opgaveløsning og vedligeholde allerede indlærte færdigheder gennem hele livet. Kognitive tilgange kan indgå i alle barnets dagligdagsaktiviteter fra barnet vågner om morgenen og til barnet sover igen om aftenen. Kognitive funktioner er en vigtig del af kommunikation/samtale og sociale færdigheder.

Det kognitive hierarki

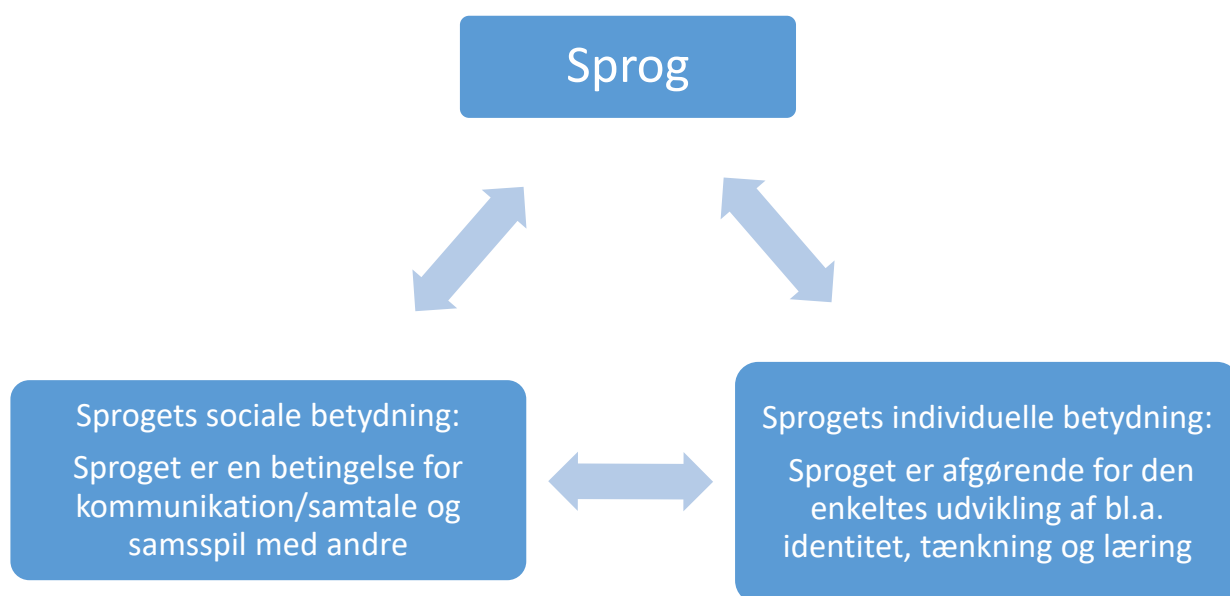


Figur 2.2: Model af det kognitive hierarki Kilde: VISS (inspireret af Bruun & Straarup, 2008)

Kognitive tilgange bygger på teorier og praksis omkring hjernes plasticitet og udviklingsmuligheder gennem hele livet. De eksekutive funktioner er et resultat af eller en overbygning på et velfungerende fundament af barnets mentale energi, motorik, sansning, perception, hukommelse, opmærksomhed og sprog.

Træningen foregår som meningsfulde aktiviteter, både planlagte kognitive aktiviteter (f.eks. barnet skal finde en bestemt farveblyant blandt mange for at løse en opgave) og kognitive aktiviteter, der opstår spontant i barnets dagligdag (f.eks. barnet kan ikke finde sin yndlingsting, og skal med sproglig guidning fra forældrene afprøve en strategi for at finde yndlingstingen igen).

- Sprog og kommunikations funktion er vigtigt for at kunne give sin mening tilkende og blive forstået. Gode evner til kommunikation og samtale styrker livskvalitet for den enkelte, men er også en gevinst for familien og samfundet som helhed. Sprog og kommunikations tilgange bygger på nyeste teorier om sprog og kommunikationsudvikling. Der benyttes forskellige teknikker, til at træne sprog- og kommunikation i dagligdagen, hvor der f.eks. indgår motorik, musik og sang; men også pragmatiske tilgange til barnets brug af sprog og kommunikation, f.eks. samtale i sociale sammenhænge.



Sprogets betydning for menneskers liv, H. Reitzels forlag 2020

Træningen foregår som meningsfulde aktiviteter, både planlagte sprog og kommunikations aktiviteter (f.eks. øve i hvad man siger i bestemte situationer) og sprog og kommunikations aktiviteter, der opstår spontant i barnets dagligdag (f.eks. at familien får besøg af en bekendt og barnet skal hilse på og sige farvel).

- Adfærds og selvregulerings funktion er evnen til at kunne begå sig fleksibelt blandt andre børn og voksne, reagere hensigtsmæssigt på stimulation fra sine sanser, og evnen til at opretholde det rette fokus og energi på en opgave.

Adfærds og selvregulerings tiltag bygger på teorier og teknikker til målrettet at forbedre barnets adfærds- og selvregulering og mindske angst. Børn med funktionsnedsættelser kan have en udfordret kommunikation/adfærd, problemer med selvregulering eller angst. Det kan enten være en del af barnets diagnose, eller som et resultat af ikke at blive forstået; hvis barnet mangler kommunikation, ikke selv kan bestemme, eller fordi barnet endnu ikke mestre de kognitive strategier, det kræves for at kunne samtale og begå sig sammen med andre børn.

Træningen foregår som meningsfulde aktiviteter, både planlagte adfærds og selvregulerings aktiviteter (f.eks. barnet skal vente på tur i et spil med en voksen) og adfærds og selvregulerings aktiviteter, der opstår spontant i barnets dagligdag (f.eks. barnet kommer i en konflikt og skal forklare sit synspunkt)

I adfærds- og selvreguleringsfunktion indgår også autismspecifik tilgang, hvor der kan benyttes forskellige redskaber som visuel støtte, sociale historier, vælgebog, belønningssystemer m.m.

Nogle træningsaktiviteter kan udføres i hjemmet og andre vil kun kunne udføres udenfor hjemmets 4 vægge, i det offentlige rum, f.eks. i trafikken, på indkøb, i svømmehallen, ved fritidsaktivitet, på legepladsen, i skoven.

Barn i Bevægelse benytter velfærdsteknologi som Mitii træningsprogrammer, iLs/SSP lytteprogram, Podio registreringsprogram, Boardmaker struktursystem, TEACCH m.m. når det er relevant og giver mening for barnet og forældrene.

Barn i Bevægelse sikre, at forældrene er kvalificerede til at træne barnet i hjemmet, ved at forældrene får de fornødne kurser, supervision/vejledning og nødvendige redskaber/udstyr.

Den terapeutiske tilgang til træningen er afgørende, da barnet med funktionsnedsættelser ikke lærer som andre børn, og derfor skal barnet have mange gentagelser, og nye opgaver skal præsenteres på en bestemt måde. Den måde, der hjemmetrænes på, er ikke den samme måde, som den man ville benytte til raske søskende.

Alle tilgangene støtter op om alle mål. Det er ikke muligt eller formålstjenligt at træne en enkelt isoleret funktion eller færdighed hos barnet, uden at se på om de grundlæggende forudsætningerne for, funktionen eller færdigheden kan blive integreret i barnets aktivitetsudførelse. Desuden hænger funktionerne og færdighederne sammen. Se den gode motoriske cirkel. Motorik er også at kunne tale, deltage i en leg og sidde stille.

Kognition er nødvendig for at forstå regler i en motorisk leg eller et spil. Kommunikation og samtale er vigtig for kunne få venner. Selvregulering har betydningen for, om barnet kan afprøve forskellige kognitive strategier og få erfaring ved at prøve. Barnet er afhængigt af alle dele af metoden for at kunne få et selvstændigt, aktivt og tilfredsstillende liv.

Det er ikke en forudsætning at have en diagnose på en funktionsnedsættelse for at få effekt på kropsniveau, aktivitetsniveau og deltagelsesniveau ved motorisk/fysisk og sansemotorisk træning, kognitiv træning, sprog og kommunikationstræning, træning af sociale færdigheder, adfærd og selvregulering efter Barn i Bevægelses metode *hverdags(re)habilitering*.

Vi i Barn i Bevægelse har alle en relevant uddannelse til at forestå observation/test af barnet, udarbejdelse af træningsprogram, vejledning og rådgivning af forældrene og evaluering af resultaterne. Det kan dreje sig om ergoterapeuter, fysioterapeuter, yogainstruktører, psykologer, optometriste, kostvejledere, specialpædagoger, talepædagoger, lærere.

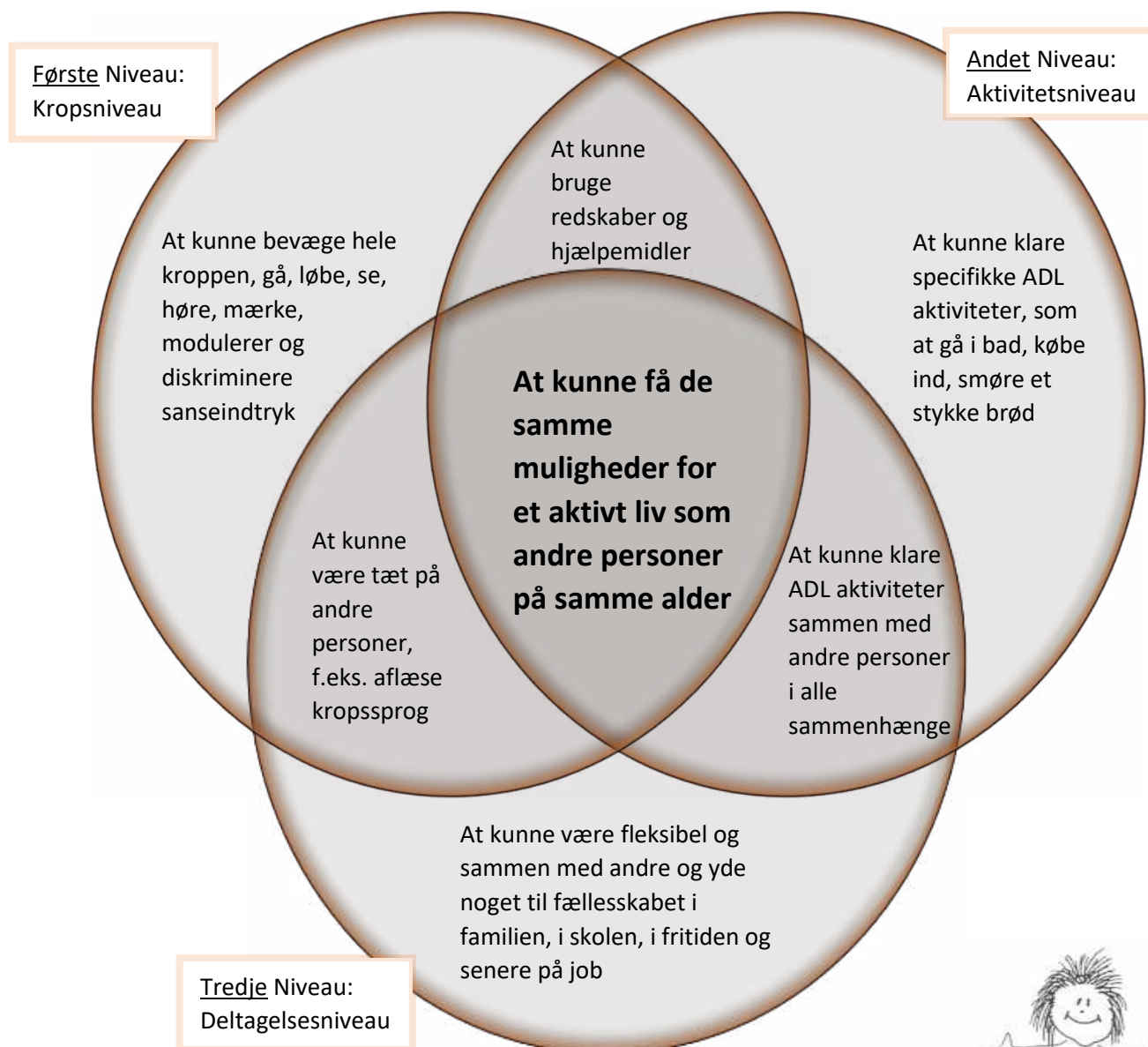
Se hvordan vi arbejder i oversigt over arbejdsprocesmodel for Barn i Bevægelses tilgange til vejledning og rådgivning for familier med hjemmetræning Bilag 2. Modellen bygger på OPPM. En model for kvalitetsudvikling og evidensbaseret praksis indenfor bl.a. ergoterapi. Vi er udvalgt ud fra vores faglige og personlige kompetencer, og vores evne til at samarbejde med forældrene. Alle i Barn i Bevægelse samarbejder på tværs omkring det enkelte barn og familie. Ofte vil nye øjne på en fastlåst situation give nye redskaber og nye tilgange. Se bilag 4 om Barn i Bevægelses vejlednings og rådgivnings principper.

De redskaber, spil og materialer der benyttes i **Barn i Bevægelses hjemmetræning efter metoden *hverdags(re)habilitering*** er nødvendige, for at hjemmetræningsmetoden kan gennemføres.



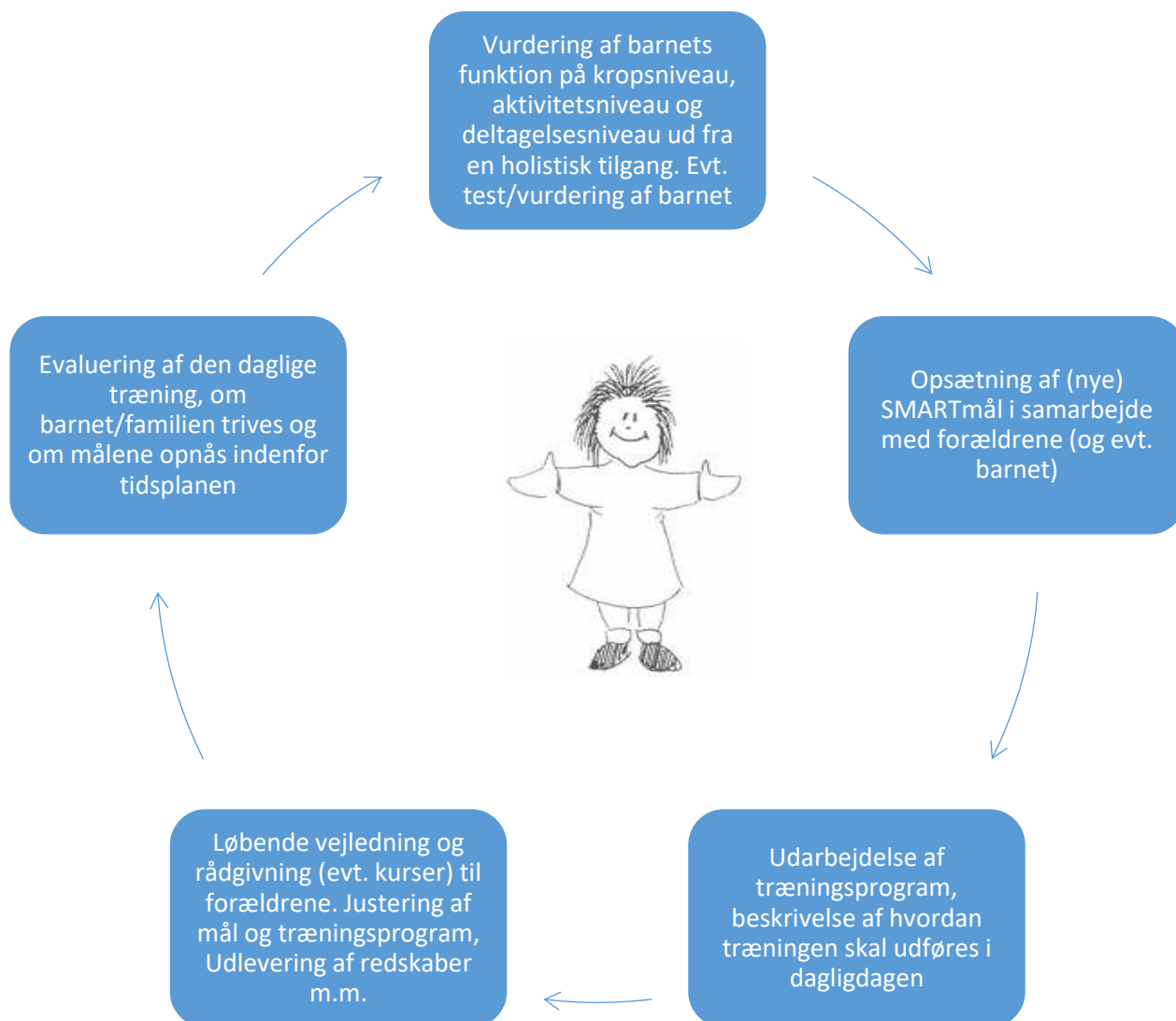
ICF inspireret diagram over Barn i Bevægelses hjemmetræning efter metoden *hverdags(re)habilitering*

De 3 hjemmetrænings niveauer:

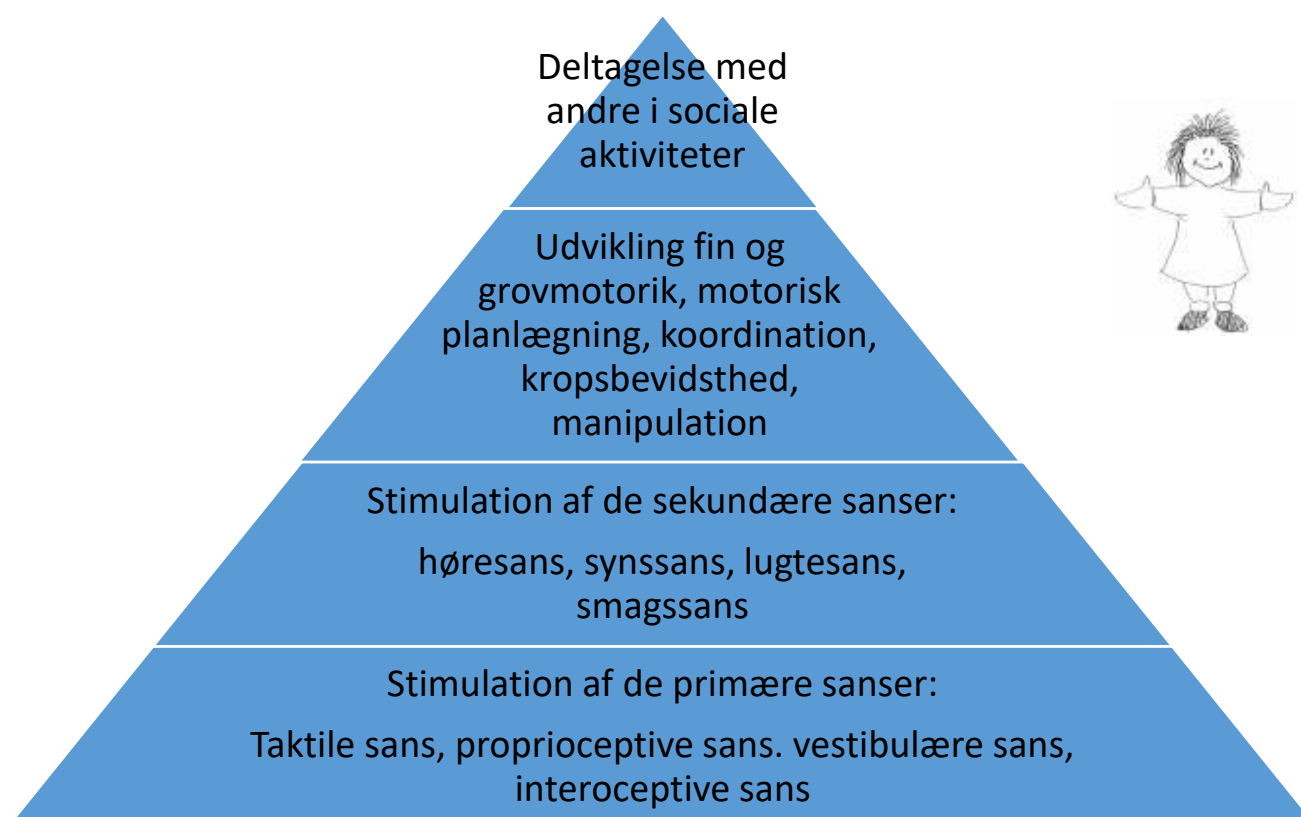


Arbejdsprocesmodel for Barn i Bevægelses hjemmetræning efter metoden *hverdags(re)habilitering*

Bygger på OPPM model for kvalitetssikring og evidensbaseret praksis



Model for udvikling af deltagelse med andre i sociale aktiviteter



Fundamentet, for at kunne deltage i dagligdagsaktiviteter med andre, er at personen får stimuleret de primære og sekundære sanser igennem hele livet. De primære sanser er de vigtigste og derfor det nederste fundament. De sekundære sanser er også vigtige, men her kan en enkelt sans godt nedtones eller undværes, hvis personen f.eks. er meget sansesart på en sans eller personen mangler sansen. Betydningen af de øvrige sanser bliver derfor vigtigere.

Ovenpå fundamentet af sanser bygges de mere komplicerede funktioner og færdigheder, som at udvikle grov og finmotorik, koordination, kropsbevidsthed, motorisk planlægning, manipulation. Funktioner og færdighederne trænes bedst og mest meningsfuldt i samvær med andre, og i det naturlige miljø, hvor funktionen og færdigheden hører hjemme. Gennem hele livet er der behov for at alle sanser, funktioner og færdigheder trænes og stimuleres for at vedligeholde fundamentet for deltagelse.

Resultatet af, at fundamentet er velfungerende, er at personen kan fungere og fleksibelt i en hverdag som andre på samme alder og i samme livssituation.

Hvis fundamentet ikke er velfungerende, vil personen få vanskeligt med at opretholde en meningsfuld dagligdag, personen vil have behov for hjælp til f.eks. at løse udfordringer der opstår spontant, kommunikere, indlære nyt, klare ADL aktiviteter, vedligeholde og udvikle sociale kontakter.

Barn i Bevægelses vejledning og rådgivning

Grundlag for sammenligning	Vejledning	Rådgivning
Betydning	Barn i Bevægelses vejledning refererer til at der gives information om teorien bag konceptet, hvilken træning der skal udføres, hvor længe, på hvilken måde, hyppighed, formål, mål med hjemmetræningen så den kan udføres i dagligdagen af forældrene	Rådgivningen fra Barn i Bevægelse referer til de konkrete opstået spørgsmål forældrene må have om træningen af barnet, hvor Barn i Bevægelse forsøger at få forældrene til selv at finde en løsning, der fungerer i familien
Natur	Forebyggende	Afhjælpende og curative
Principper	Omfattende og udadvendt	Dybtgående og indadvendt
Hvad det gør?	Det hjælper forældrene med at vælge det bedste træning	Ændre perspektivet, for at hjælpe forældrene med selv at få træningen til at fungere i dagligdagen
Håndterer	Spørgsmål om teorier og koncepter, der kræver terapeutisk viden og erfaring	Socio-psykologiske problemstillinger, om hvordan barnet bedst motiveres, hvordan familiens dagligdag bedst planlægges
Leveret af	Barn i Bevægelses personale med specifikt kendskab til konceptet og barnets specifikke vanskeligheder	Barn i Bevægelses personale med højt niveau af psykologisk og pædagogisk erfaring i tilpasning af aktiviteter
Privatliv	Åben og mindre privat	Fortrolig
Kommunikation	Fra fagperson til forældre, evt. kurser med flere deltagere	Gensidigt mellem rådgiver og forældre
Beslutningstagning	Vejlederen og forældrene i fællesskab	Forældrene

