

De for tidlig fødte børn og deres sarte sansesystemer

I forbindelse med for tidlig fødte børn, bruger vi ofte udtrykket børn med sarte sansesystemer eller børn med sensorisk skyhed.

Mange voksne har en fornemmelse af, at barnet har det svært, men det kan være meget vanskeligt at indkredse, hvad det helt præcist er, der er svært.

Ofte ser vi, at for tidlig fødte børn er mere sarte, end de børn, der er født til forventet tid, hvilket ikke kan overraske, da afbrydelsen i fostertilværelsen blandt andet betyder, at barnet frarøves det trygge og isolerede rum, som livmoderen er. Isoleret og beskyttet for skarpe lyde, for uventet berøring, for lys og for bevægelser. I rolige, dunkle omgivelser kan fosteret eksperimentere med at vende bunden i vejret på sig selv, bevæge hoved og lemmer mod livmoderens faste og alligevel bløde inderside og fosteret kan mærke fosterfedtet og livmoderen omslutte sig.

Nervesystemet udvikles gennem hele graviditeten, hvorved barnet udvikler evnen til at få styr på sig selv og omverdenen. Kropsbevidstheden, lysten til bevægelse og kontrollen over kroppen samt evnen til at holde styr på de sanseindtryk, der konstant er omkring os, udvikles i takt med fosterets alder. Genialt og meget praktisk.

Når fosterlivet afbrydes for tidligt er der altså områder i nervesystemet, der ikke har opnået fuld modenhed.

Kontrasten er meget stor fra det beskyttede liv i livmoderen, til de høje lyde, skarpe lys og mange sansestimuli. Både smerte, forstyrrelser og afbrydelser er pludselig behård hverdagskost.

Det er ikke muligt for forskerne at sige entydigt, hvilke konsekvenser det har for de for tidlig fødte børn, at de kommer ud til det liv der er helt anderledes end livmoderens - før tid.

Men der er en risiko for, at børnene vil få vanskeligheder. Store eller små. Enkelte eller mange.

Derfor er det bedste vi kan gøre at holde godt øje med dem alle sammen.

KILDE: Berit Roed og Hanne Agerholm, Ergoterapeuten nr. 1, 2003.

HVAD VIL DET SIGE AT HAVE ET SART SANSESYSTEM/AT OVERREAGERE PÅ SANSEINDTRYK?

Et sart sansesystem og sensorisk skyhed betyder, at sanseindtryk, der hos de fleste opleves som uskadelige og harmløse, hos nogle opleves meget ubehagelige. På engelsk bruges udtrykket: "Fight or flight" som betyder slå eller gå/flygt. Og det er hvad nogle for tidlig børn oplever. De har nogle forsvarsreaktioner overfor sanseindtryk. Den anderledes oplevelse skyldes mangelfuld udvikling i bestemte dele af centralnervesystemet.

Uden at vide det, har vi alle prøvet lidt af det der er tale om. Prøv at tænke tilbage på de gange du tror, at du har hældt dejlig varm kaffe op i koppen. Bøj dig frem, ført koppen til læberne og opdaget at det er: Te. Det er ikke rart. Det er faktisk tæt på ubehageligt. Selv om teen ikke er hverken væmmelig eller farlig. Men overraskelsen skaber ubehag.

Eller tænk på de gange, hvor du troede at toiletsædet var slået ned, da du satte dig på toilettet. Men brættet var slået op. Så føles toilettet både ubehageligt og væmmeligt.

Når du går alene i huset og larmer med støvsuger eller andet og nogen pludselig siger "Hej".

Reaktionen på de uventede sanseindtryk kommer prompte. Ubehaget kan mærkes i kroppen, det kan ses i ansigtet og oplevelsen er hverken sjov eller rar. Men lynhurtigt omstiller vi os. Så forskrækkelsen tit ændres til et grin.

Mange børn med sensorisk skyhed reagerer dagligt med samme overraskelse overfor sanseindtryk der er

både naturlige, uskadelige og harmløse.

Det vil sige, at et barn med sensorisk skyhed oplever omverdenen anderledes end andre. Svært at forholde sig til for udenforstående, fordi børnenes reaktioner ofte er forbundet med ubehag, afvisning og måske vrede. Derfor er voksne ofte meget i tvivl om, hvordan de bedst skal reagere.

Mange børn oplever at de ikke bliver forstået rigtigt. Selv kan de ikke forklare sig, for de kender jo kun deres egen måde at opleve sanseindtrykkene på.

Men ofte er det desværre ikke kun fravær af forståelse, børn med sensorisk skyhed oplever, men også irettesættelser og ironi overfor de reaktioner, de udviser. "helt ærligt, Johan, hvor farligt er det at ha' sand mellem tæerne?", eller "gyng nu højere Ole! Er du ikke fyldt 5 år. Se: Signe er kun 4 år - hun tør godt". "Hvis ikke du tager fingermaling på fingrene nu, så får din mor ikke nogen julegave. Hvad tror du hun siger til det?"

Tvang, vrede og afvisning ændrer ikke på nervesystemets evne til at opfatte og bearbejde sanseindtryk. Ofte kan tålmodighed, forståelse og gode alternativer gøre en stor forskel i hverdagen.

Hvis et barn er sensorisk sart, reagerer det negativt og følelsesladet på sanseindtryk, som andre dårligt nok bemærker.

Barnet vil trække sig væk og vise modstand, når det modtager de sanseindtryk, som det ikke kan bearbejde. Ofte vil barnets krop blive urolig, måske sitre lidt eller det modsatte: blive helt stille og lidt stivhed i musklerne vil anes.

Nogle børn viser ubehaget ved at græde, mens andre børn bliver helt tavse. Læg godte mærke til børnenes øjne og vejrtrækning og de efter om de fornemmer ubehag eller velbehag.

Nogle for tidlig fødte børn viser tydeligt, hvad de ikke bryder sig om. Hvilke sanseindtryk der giver dem uro og ubehag. Kunsten er at se efter og at aflæse deres bitte små signaler. Derved er det også muligt at se, hvad barnet nyder. Hvad der giver barnet ro og tryghed.

Den overdrevne følsomhed viser sig ofte i samme øjeblik, barnet modtager sansepåvirkningen. Men reaktionen kan også komme timer efter oplevelser, hvor barnet har oplevet for stor stimulation. Somme tider først, når barnet er faldet i søvn. Nattesøvnen er da dårlig, ofte vågner barnet mange gange, snakker og bevæger sig i søvne og virker tydelig utilpas..

Det er derfor vigtigt at få klarlagt, hvordan og hvornår barnet reagerer. Hvad er der gået forud for de tidspunkter, hvor barnet bliver uroligt og utilpas?

Evnen til at forberede sig på sanseindtryk gør en stor forskel

Når sanseindtryk opfattes, tolkes og forstås er der stor forskel på, om vi er forberedt på sanseindtrykket eller ej. Som eksemplet med toiletsædet. Når vi ved, at toilettet ikke har noget toiletsæde, forbereder vi os på det og lægger en plan efter de forhold. Så kan vi nemlig forberede os på, hvordan overfladen og temperaturen vil føles mod den bare hud. Dermed er vi forberedte på køligheden fra materialet.

Men når vi ikke er i stand til at forberede sig og dermed modtager sanseindtrykkene som uventede, oplever vi det helt anderledes.

Hos børn med sensorisk skyhed er deres evne til at forberede sig på sanseindtryk, utilstrækkelig. De overraskes, væmmes, afviser og trækker sig derfor meget tit.

Derfor vil et gennemgående træk være, at børnene accepterer sanseindtryk de – bogstaveligt – selv har opsøgt og taget initiativ til. Mens de prompte afviser de samme sanseindtryk, når de kommer

uventet. For eksempel et kærligt knus. Kommer barnet selv hen til dig og vil op, kan han tolerere at du knuser og aer. Men tager du fat i ham, mens han står med ryggen til, vil han afvise dine hænders kærtegn og sikkert flytte sig væk.

Sensorisk sarthed og overreaktionen kan ses inden for et eller flere sanseområder

En overreagerende berøringssans er nok den mest alvorlige indenfor overreaktioner i sansesystemer. Barnet registrerer og mærker tydeligt alle former for berøring og meget af det som ubehageligt. Børnene forstyrres, afledes og hidses op af lette berøringsindtryk.

Det vil sige, at de reagerer med ubehag på stimuli, som de fleste andre slet ikke registrerer bevidst. Lette berøringer fra kærlige hænder, kys og knus kan derfor fornemmes som ubehagelige. Reaktionen ses tydelige, når barnet får tøjet af. Her kommer der ofte en stivhed i muskulaturen og ubehaget aflæses i ansigtet.

I ansigtet, på hænder og under fødder og i munden er sårbarheden ekstra stor.

Det er både barnets eget tøj, skoene på fødderne, berøringen fra andre børn, madresterne på læberne

og i mundvigen, dråberne under næsen, brusebadet, negleklipping, bolledejen og fingermaling der er forbundet med stort ubehag. Flere børn har forklaret mig, at det føles som om det stikker, når de skal holde nogen i hånden og at strømperne har "pæle" ved tæerne (det er sammensyningen ved tæerne). Børnene hader sand mellem fingrene, bryder sig ikke om at gå på græsset eller sandstranden uden sko (børnenes siger tit, at det både stikker og svider), de afviser solcreme ("jeg kan mærke det i flere dage", sagde en dreng) og massageolie kan næsten få nogle til at kaste op.

Hvis barnet selv bestemmer og selv tager initiativet, kan det være acceptabelt at sidde tæt og at modtage et knus og kys. Men ofte kun i kort tid.

Det kan være synet, der er særlig følsomt. Så vil sollys, lys fra lamper eller fra modkørende biler virke voldsommere end vi forventer. Nogle børn vil, af samme grund, helst ligge ned på bagsædet, for på den måde at undgå lyset fra modkørende biler.

Er det muligt for barnet selv at styre lyset vil accepten være større end, hvis barnet ikke har indflydelse på lyskilden. Barnet vil, når det er gammelt nok, søge skyggen, have solbriller på eller nyde at have en kasket helt ned i panden..

Hørelsen, kan være særlig udsat og følsom. Her er det "hurra" råb, elektriske maskiner inde og ude, biler og andre motorer eller dyr, der pludselig giver lyd, der overrasker og ophidser børnene. Det betyder, at det at hente folk ved toget kan ende med stor krise. Det er ikke bare meget ubehageligt, når togskinneerne hyler. Men aldeles ulideligt for børn med sart og overfølsom hørelse.

Når der tabes noget på gulvet, en dør smækker eller æggeuret ringer vil børnene bliver mere end almindeligt forskrækkede. Ofte vil reaktionen vare længe.

Igen er det afgørende for barnet om det selv kan organisere og styre lydkilden – og derved ved, at lyden kommer – eller om lyden kommer uventet og pludselig. Når barnet selv tænder på kontakten kan lyden fra støvsuger eller køkkenmaskine bedre bearbejdes end når lyden pludselig optræder.

Barnet vil have glæde af at have ørepropper eller endnu bedre høreværn, som ikke skal ind i ørerne. Walkman med beroligende musik kan være afslappende for barnet, ligesom små huler kan afhjælpe problemet en smule.

Andre børn bryder sig ikke om uventede bevægelser. De reagerer voldsomt på alle former for skift i bevægelser. De vil helst holde kroppen i ro. Eller i alt fald helst selv bestemme, når de er gamle

nok, over hvilke bevægelser der skal ske – og hvornår og hvor længe. Luftture, svingture, danse til

musik og karruseller, gynger og rutschebaner på legepladserne sorteres ofte fra af disse børn. For nogle børn er det en stor overvindelse bare at kigge på, når noget drejer, snurrer eller gynger.

Derfor reagerer de også tit voldsomt overfor sommerfugle, fluer og fugle der blafrer op tæt på, hvor de opholder sig.

Børnene hader hængebroer, afviser at sidde på kontorstole med hjul under, lænestole der kan dreje og bryder sig ikke om, at der bliver kørt hurtigt i bilen.

De vil helst have fast grund under fødderne eller numsen. Børnene kan godt lide at løbe rundt på sikkert underlag, men de opsøger ikke balancemæssige udfordringer. Hverken cyklen, skateboard eller rulleskøjter er sjove, når man har et balancesystem, der overreagerer.

I trygge og sikre rammer, med fast støtte fra vægge eller voksenhænder, er der mulighed for at udforske og afprøve. Mens det sjældent er sjovt i selskab med de hurtige og sikre jævnaldrende.

Nogle børn overreager på lugte. Hvis hjernen ikke kan dæmpe sanseindtrykkene fra næsen, vil barnet modtage mange informationer, som kan virke generende.

Det betyder at barnet lugter mere end godt er, så at sige. Menneskeskabte lugte, som parfume, deodorant og sæbe kan virke meget overvældende og meget ubehageligt på børn.

Madlugte, rengøringsmidler og lugte fra dyrestalde kan medføre totale afvisninger hos barnet.

Tæt samvær kan således forhindres af barnets sarte næse. Selv har jeg, flere gange, måtte skifte til helt lugtfri sæbe og deodorant i perioder af hensyn til et barns velbefindende.

Hvad kan afhjælpe sensorisk skyhed hos børn:

Er der tale om tydelige sensoriske overreaktioner er der behov for grundig og målrettet indsats. Det er derfor relevant at henvende sig til kommunes Pædagogisk Psykologisk Rådgivning, for at høre om muligheden for at få udredt barnets sensoriske udvikling og få vejledning om barnets behov. Det er muligt, at undersøgelsen af barnet vil konkludere at der er brug for tæt og regelmæssig vejledning til de voksne, der er tæt på barnet i hverdagen. Både forældrene og pædagogisk personale.

For nogle børns vedkommende er der behov for individuel behandling, før barnet kan få normaliseret ubalancen i det sensoriske system.

Meget tit ses, at faste og dybe tryk kan afhjælpe ubehaget hos børn med sensorisk sarthed. Tryk, mas og hold lidt stramt om barnet, mens det modtager de indtryk de ikke kan få styr på. Det gælder for alle former for overreaktioner. Både når der er tale om sarthed over for berøring, lyde, bevægelse og for lys.

Som det fremgår, kan sensoriske overreaktioner meget let blive til store problemer, der begrænser børnenes udvikling. Både motorisk, sensorisk, socialt og følelsesmæssigt. Da disse områder er grundpillerne for at kunne indgå i en undervisningssammenhæng, kan det meget hurtigt blive en hindring for god og let indlæring. Sociale kontakter og generel trivsel udspringer tilsvarende af måden vi oplever vores krop og sanser på. Derfor har vi alle krav på at give børn med sarte sansesystemer en håndsrekning.

Præsentation af forfatteren:

Connie Nissen har i 14 år udøvet børneergoterapeutisk praksis i egen virksomhed. Nu med 3 ansatte ergoterapeuter, der alle arbejder med børn, sansemotorik og sanseintegration.

Arbejdet består i undersøgelser, vejledning, træning og individuel behandling af børn i alderen 6 uger til 14 år. Herudover går en stor del af tiden med kursusvirksomhed og foredrag rundt i landet.