

# En skole for alle – også dem med sanseudfordringer

Af Camilla Lydiksen, formand for ADHD-foreningen og Lotte Lagoni, næstformand i Ergoterapeutforeningen

Børn handler oftest rationelt på de situationer, de placeres i. De reagerer, hvis det bliver for meget for dem at være i et klasselokale på grund af støjniveauet. De flytter sig væk fra situationen. Kravler ned under bordet. Løber ud af klasselokalet. Mange gange handler det om, at deres sanser er på overarbejde. Men det forstår vi ikke altid, og derfor anser vi alt for ofte børnene som uopdragne.

## Sanser på overarbejde

Vi har alle forskellige måder at bearbejde vores sanser på. Nogle af os reagerer over for høje lyde eller bestemte lugte. Og selvom det måske ikke altid er helt bevidst, har de fleste af os som voksne fundet en måde at bearbejde vores sensible sanser på. Det kan være, at storrumskontoret er blevet udskiftet med et alene-kontor. Eller at makrel-i-tomat er blevet bandlyst indenfor hjemmets fire vægge.

Men når man er et barn med ADHD, er sanserne ofte på overarbejde – på en helt anden måde end hos os andre. Samtidig er man 200 dage om året "tvunget" ned i de faste rammer, som der er i dagens folkeskole. Børn har ikke de samme muligheder som voksne for at vælge til og fra. Og derfor bliver deres overlevelsesstrategi nogle gange at stikke af.

## Se den enkeltes udfordring

Vi kan nok alle sammen huske de drenge fra vores egen folkeskoletid med krudt i rumpen, der blev sat til at løbe 10 gange rundt i skolegården for at få brændt noget energi af. Men det er ikke altid, at det er det, der skal til. Nogle gange, så er det bedre at få beroliget sanserne – at give de urolige drenge en sækkestol og nogle hørebøffer med rolig musik, så de kan komme helt ned i gear og være klar til at sætte sig ned og lære.

Det kræver en faglig viden om sanserne at forstå, hvordan det enkelte barn bliver udfordret, og hvordan vi bedst hjælper dem til at få hverdagen i skolen til at fungere. For selvom Ida og Oliver begge har en ADHD-diagnose, så kan det være vidt forskelligt, hvordan sanseindtrykkene påvirker dem.

## Tre bud på tilpasninger i skolen

Udover at afdække den enkeltes sanseproblemer, er det også nødvendigt at indrette folkeskolen anderledes end i dag, for at gøre det lettere for Ida og Oliver at gå i skole og for at lære noget.

Her er tre bud:

### 1. Tilpas klasselokalet

Der er rigtig mange ting, man kan gøre, for at tilpasse klasselokalet. Det kan være alt fra at sætte en skillevæg op, der skaber ro, til at købe en stol, der kan vippe.

### 2. Tænk sansestimulering ind

Der er mange måder, hvorpå den uro i kroppen, der ofte følger med en ADHD-diagnose, kan dæmpes gennem berøring eller ved små aktiviteter. Det kan være alt fra elastikker

omkring stolene, der kan bruges til at yde modstand, små bolde der klemmes, til fidget-spinners eller kædeveste.

### **3. Strukturér dagen anderledes**

Det kan også være, at dagen kan struktureres anderledes. Måske er det en god ide, at Ida kan få lov til at komme fem minutter senere ind i klassen end de andre, fordi hun ikke kan klare den larm, der er i klassen lige efter det har ringet ind fra frikvarter.

### **En skole for alle**

Det er vigtigt, at de tiltag, der bliver taget i klassen, ikke bliver set eller forstået som stigmatiserende – hvor det er de børn, der har ADHD, som bliver set som de "anderledes". Derfor er det helt afgørende, at det bliver hele klassen, der involveres. For selvom man ikke har diagnosen ADHD, så kan det jo sagtens være rart at have noget at dimse med eller at lukke sig helt inde med et par hørebøffer på.

Folkeskolen er bedre i dag end den var, da vi gik i skole. Men vi er endnu ikke i mål med en skole for alle. Vi har derfor det ønske til folkeskolen, at den åbner endnu mere op for forskellige fagligheder omkring opgaven, så vi sammen kan hjælpe børnene bedst muligt på vej.