

Skolebrosjyre

FOR TIDLIG FØDTE BARN I SKOLE OG
SKOLEFRITIDSORDNINGEN (SFO)

Av Prematurforeningen

Innhold

De for tidlig fødte barna	3
Premature barn og senfølger	3
<i>Hva er senfølger?</i>	3
<i>Hvem får senfølger?</i>	4
Foreldrene til de for tidlig fødte barna.....	5
Forberedelse til skolestart.....	6
<i>Overgang fra barnehage til skole</i>	6
<i>Råd fra andre prematurforeldre</i>	7
<i>Råd til lærere og pedagoger</i>	7
<i>Vurdering av utsatt skolestart</i>	8
<i>Hvordan søke utsatt skolestart</i>	8
Skolegang - de små hensynene som bør tas	9
<i>Faste rammer og struktur</i>	9
<i>Begrenset sanseinntrykk</i>	9
<i>Grundige forberedelser</i>	10
<i>Lekser i hjemmet</i>	10
Samarbeid mellom skolen og hjemmet.....	10
<i>Særlig om eldre barn</i>	10
Spesielle problemstillinger	11
<i>Utredninger</i>	11
<i>Fysioterapi, motorikk og ergoterapi</i>	11
<i>Sosialfaglig og helsesykepleier</i>	11
Opplæringsloven	12
<i>Skolens ansvar</i>	12
<i>Klagerett</i>	12
Foreldreveiledningsprogrammer	12
Vil du lese mer?	13

De for tidlig fødte barna

I Norge fødes ca. 7,5 prosent av et årskull for tidlig. Det tilsvarer omkring 4500 barn i året og ca. ett barn i hver skoleklasse. Barn som fødes for tidlig, det vil si før utgangen av 37. svangerskapsuke, kalles premature barn. Ordet prematur betyr umoden. På grunn av bedring av svangerskapsdiagnostikk og nyfødtdmedisin overlever stadig flere premature barn nå, enn for bare 10 år siden. Det vil si at det blir flere og flere for tidlig fødte barn i barnehagen og skolen.

Den største gruppen av for tidlig fødte barn fødes mellom 32. og 36. svangerskapsuke og kalles lett premature. Det fødes ca. 4000 lett premature barn i året. Mange av disse barna trenger sykehusbehandling og -støtte i en periode.

Barn som fødes mellom svangerskapsuke 28 og 32 kalles svært eller moderat premature. Det er ca. 300 barn i året som fødes svært eller moderat for tidlig. Denne gruppen har bruk for intensiv pleie og har gode overlevelsesmuligheter, hvis de er friske ved fødselen.

Barn som fødes før svangerskapsuke 28 er ekstremt premature. Hvert år er det ca. 200 barn som fødes ekstremt for tidlig¹. Disse barna trenger intensiv pleie over flere måneder, og det er kun få sykehus som har neonatalavdelinger med utstyr og personale som er kvalifisert til å behandle disse. Denne gruppen for tidlig fødte barn har den høyeste risiko for handicap og senfølger, mens ca. halvparten slipper uten alvorlige mén som påvirker deres trivsel².

Når et barn fødes prematurt, er nervesystemet, hjernen og indre organer umodne. Denne umodenheten kan gi noen av de for tidlig fødte barna noen vanskeligheter på skolen. Det er en forhøyet risiko for utviklingsforstyrrelser blant barn som er født for tidlig, og risikoen øker med grad av prematuritet. I noen tilfeller blir vanskelighetene først synlige når barnet starter på skolen. Dette gjelder spesielt hvis det i førskolealder ikke har vært tilstrekkelig oppmerksomhet rundt eventuelle senfølger av en for tidlig fødsel.

Premature barn og senfølger

Hva er senfølger?

Noen for tidlig fødte barn får synlige/fysiske senskader, som f.eks. cerebral parese, nedsatt lungekapasitet og nedsatt syn eller hørsel, men det er også en gruppe av «gråsonerbarn», som har senfølger som er mindre synlige, som kan påvirke deres trivsel, hvis det ikke tas særlig hensyn til disse.

Av de mindre synlige senfølgene, er det flere som viser seg å være gjentakende for barn som er født prematurt. Av disse nevnes blant annet sanseintegrasjonsvansker, angst og utrygghet, hyperaktivitet, hypersensitivitet, passivitet, aggressivitet, konsentrasjon- og lærevansker, lav selvfølelse og selvtillit, samspillsproblematikk, forsinket motorisk utvikling, separasjonsangst, spisevegring, språkvansker, stress og uro³.

Hvis et barn har følger av en for tidlig fødsel, er det viktig som foreldre og lærere å være oppmerksomme på at det kan være behov for ekstra omsorg eller støtte i en periode. Har et for tidlig født barn vanskeligheter på skolen, kan det typisk dreie seg om sanseintegrasjonsvansker,

¹ <http://statistikkbank.fhi.no/mfr/>

² Fortidlig fødte i skole og sfo

³ Jepsen, 2004

utviklingsforsinkelser, innlæringsvansker, en forlenget latenstid/responstid, et skjørt selvbilde og/eller sosiale relasjoner:

- ❖ **Sanseintegrasjonsvansker** gjør at barna har vansker med å motta, organisere og bearbeide sanseinntrykk. Hjernen deres er ikke i stand til å sortere det som er viktig fra det som er mindre viktig, som om de mangler et filter til å sile ut. Det kan gjøre at de ofte blir overstimulert, forvirret og utrygge. Dette kan påføre barna stress, og gi dem konsentrasjons- og hukommelsesvansker. Det kan også påvirke deres motoriske ferdigheter, fra det grovmotoriske, som å løpe, hoppe og gripe en ball eller kjøre på en sykkel, til det finmotoriske, som f.eks. å holde riktig på en blyant eller lage kunstprosjekter.
- ❖ **Utviklingsforsinkelser** kan forekomme på flere fysiske og psykiske områder, og graden kan være forskjellig. Forsinkelsene kan også bli oppdaget på forskjellige tidspunkt.
- ❖ **Innlæringsvansker** vises typisk ved konsentrasjons- og oppmerksomhetsvansker, hvor barna har vansker med å holde fokus og håndtere mye informasjon på én gang. Det er ofte relatert til sanseintegrasjonsvanskene, og kan påvirke deres overblikk.
- ❖ **En forlenget latenstid/responstid** er et hyppig forekommende fenomen blant de for tidlig fødte, og innebærer at det tar lengre tid å bearbeide og håndtere informasjon, og dermed gi svar og gjennomføre oppgaver.
- ❖ **Et skjørt selvbilde** er ikke uvanlig for premature barn. Sårbarheten og diffuse vanskeligheter kan gjøre dem usikre og utrygge. Tiden på nyfødt intensiv kan innebære smertefulle og stressende undersøkelser og prosedyrer, der de nødvendige, medisinske tiltakene kan oppleves som overgrep for barnet. Denne traumatiske starten på livet kan påvirke barnets selvfølelse og selvtillit⁴.
- ❖ **Sosiale relasjoner** kan være komplekse for alle, men for tidlig fødte barn med senfølger kan få særlige utfordringer på det sosiale området. I takt med at barna blir eldre, kan det for noen av dem bli mer synlig at de har vansker med sosiale relasjoner. Det sosiale samværet på skolen er mer uforutsigbart og uoversiktlig enn i barnehagen. Derfor ser vi ofte at premature barn trekker seg tilbake sosialt. De klarer ikke følge med i alt som skjer, og de klarer ikke å lære de sosiale kodene.⁵ For noen barn med markante senfølger kan det komme en større bevissthet om å være «annerledes».

En del av de for tidlig fødte barna som har senfølger, kan gi uttrykk for en grunnleggende utrygghet og en følelse av indre uro. De blir veldig lett stresset og opplever hverdagen, med dens mange krav, som forvirrende og uten meningsfull sammenheng. Det kan være snakk om barn med særlige behov, som kanskje ikke har bruk for spesialundervisning, men en annen form for omsorg i klassen og i sosial samhandling.

Hvem får senfølger?

Desto tidligere barnet er født, jo større vil risikoen for senfølger være. Det er høyere risiko for senfølger blant barn som er født ekstremt for tidlig, eller med lav fødselsvekt/under 1000 g. Denne gruppen er imidlertid veldig liten, og gjelder ca. 250 av de barna som blir født hvert år.

⁴ Selvtillit er tillit og tro på egne prestasjoner. Selvfølelse defineres som den verdi man tillegger seg selv som menneske. Selvfølelse handler mye om i hvilken grad man er glad i seg selv. Selvfølelse og selvtillit har ikke nødvendigvis en sammenheng, men de kan i stor grad påvirke hverandre.

⁵ Spesialpedagog Anne Carling, 'Premature barn og start i barnehage og skole', *Noen av de største miraklene i verden er ganske små*, 2014, side 119

Det er likevel ingen regel uten unntak. Både fødselsvekt og oppvekstmiljø vil kunne spille inn. Det finnes barn som er født ekstremt premature som klarer seg fint gjennom livet, og det finnes barn født i uke 33-36 som viser flere av de ovennevnte senfølgerne⁶.

I antall er det flere barn med utfordringer som er født mellom svangerskapsuke 32-36, fordi de fleste for tidlig fødte barn blir født da. De utgjør en stor gruppe på ca. 4.000 av de 4500 barna som blir født hvert år. Premature barn er imidlertid like forskjellige som barn født til termin.

Foreldrene til de for tidlig fødte barna

Foreldre til barn som er født for tidlig kan reagere forskjellige, og det kan for noen oppleves som en sorg å ha et for tidlig født barn som strever med en eller flere senfølger. Her følger noen beskrivelser av atferdsmønstre som er satt på spissen for å illustrere noen av de mekanismene som kan være i spill.

- ❖ *De beskyttende foreldrene* er veldig oppmerksomme på barnas signaler og er fokusert på farene ved å presse barnet sitt for mye og å skyve dem ut i situasjoner som de ikke makter. De snakker mye om trygghet og trivsel, og viktigheten av at deres barn kan bli en del av det sosiale livet. De er fokusert på rammer, miljøet og søker hyppig råd fra fagfolk. De vil ofte uttrykke tvil om hvorvidt de gjør det riktig og vil være veldig spørrende til hvordan deres barn trives. I disse situasjonene er samarbeid og anerkjennelse viktig. Foreldrenes bekymringer skal tas på alvor. I tillegg er forslag til redskaper, som foreldrene kan bruke til å styrke barnets utvikling, en stor fordel. Disse foreldrene søker ofte om råd for å kunne gjøre en innsats selv.
- ❖ *De kampklare foreldrene* ligner de beskyttende foreldre, men har en litt annen tilnærming til samarbeid med det offentlige. De kan være drevet av en frykt for fremtiden og kan ha en tendens til å fokusere på konsekvenser og ekstremiteter. Det kan handle om fokus på de minste detaljer og mangler, eller et sterkt og målrettet fokus på enkelte løsninger. De er typisk veldig vitebegjærlige og handlekraftige, og forventer at omgivelsene matcher dem. Her er «tillit» nøkkelordet for alle parter. Foreldrene bør møtes hvor de er, ved at alle er forberedt til møtene, og ved at det er fremdrift i planleggingen. Orden i dokumentasjon og fremskritt er nøkkelord her. Det er mulig å få til et godt samarbeid, med tålmodighet og innsats fra alle parter.
- ❖ *De usynlige prematurforeldrene* er nok den største gruppen. Når barnet ikke har nevneverdige senfølger, er familien som alle andre, hvor den for tidlige fødselen bare er en anekdote i et langt liv. De vil ofte ikke nevne at barnet er født for tidlig, da det ikke er behov for det, men man vil ofte oppleve at det tas ubevisste hensyn, som en naturlig del av familielivet.
- ❖ *De fornektende foreldrene* vil svært gjerne være en del av de usynlige prematurforeldre, da de har et stort behov for at deres barn er «normal» og tilhører gruppen av barn uten senfølger. Når barnet tydelig har vanskeligheter og viser klare tegn på stress, kan det oppstå konflikter mellom foreldrene og fagfolk. Her handler det om at barnet skal være som alle andre, og foreldrene vil helst ikke høre om synlige tiltak og støtte. Utredninger kommer ikke på tale, for et konkret svar er ikke ønsket. Ofte er det en frykt for at deres barn kan bli stemplet. Det kan også være en tro på at støtte vil gjøre det synlig at deres barn ikke er som alle andre, og på en eller annen måte bekrefte usagte bekymringer. Her bør det tas utgangspunkt i barnets styrker og integrere tiltak så mye som mulig som en del av det

6 Jepsen, 2004

ordinære opplæringstilbudet. Hvis følgene er alvorlige, krever det en tålmodig og anerkjennende tilnærming til foreldrene, så barnet kan få den støtte det har behov for.

Foreldre til for tidlig fødte barn med senfølger vil gjøre det beste for sitt barn. Foreldrene kan agere forskjellig avhengig av situasjonen. I det ene øyeblikket kan de være beskyttende foreldre, og når tiltak er planlagt eller iverksatt, kan de plutselig være fornektende foreldre og trekke seg tilbake. Det er vanskelig for mange å leve med tvil om hvordan det kommer til å gå i fremtiden, og hva som er best å gjøre her og nå.

Forberedelse til skolestart

- gode råd

Overgang fra barnehage til skole

Når det handler om et for tidlig født barn med senfølger, kan det oppstå usikkerhet om hvorvidt barnet er klar for skole det året som barnet fyller seks år. Vurderingene går ofte i retning av om sårbarheten vil forsvinne ved å utsette skolestarten, ved å gi barnet mer tid til å modnes. Det finnes ingen entydige svar, og beslutningen er i høy grad avhengig av både det enkelte barnet og rammene i det gjeldende skoletilbudet. Noen barn har vansker med de større kravene som stilles i skolen i forhold til i barnehagen. Andre har godt av de faste rutinene og forutsigbarheten som er i skolehverdagen. Her er noen betraktninger man kan ta med seg i forberedelsen til skolestart:

- ❖ Dersom barnet er født sent på året, og egentlig skulle vært født påfølgende år, vil barnet være fem år ved skolestart hvis det følger sitt årskull. Er barnet klar for det, eller vil ett år til i barnehagen gjøre barnet mer robust for skolestart? Her kan vurderingsmomenter av betydning være barnets motorikk, interesse for å lære og barnets sosiale ferdigheter/modenhet. Er barnets nærmeste venner fra barnehagen i samme årskull, og vil det i så fall oppleves utrygt for barnet å begynne på skolen uten disse neste år? Se mer informasjon i avsnittet utsatt skolestart.
- ❖ Sørg for å holde et godt overgangsmøte, hvor barnehagepersonale, foreldrene og skolens lærer er med. Foreldre kan sende eventuelle spørsmål på forhånd, så personalet har tid til å forberede seg. Temaer som kan diskuteres med skolen er for eksempel hvor mye ro barnet vil kunne trenge for å kunne ha et godt læringsutbytte.
- ❖ Det kan være nyttig for barnet å besøke skolen utenom skoletid før skolestart, slik at barnet blir kjent med de nye omgivelsene. Dette kan bidra til at overgangen til den nye hverdagen blir mindre skummel.
- ❖ Når foreldrene besøker skolen med barnet, bør man se etter tegn på utrygghet. Det bør gis litt ekstra omsorg, og man bør snakke med barnet om hva barnet opplever og eventuelt bekymrer seg for.
- ❖ Det kan være en god idé å bruke bilder når det skal snakkes med barnet om skole – både i barnehagen og i hjemmet.

Råd fra andre prematurforeldre

Det kan ikke understrekes nok hvor mye en god forberedelse kan bety for en god skolestart. For barn med senfølger, som har vansker med å håndtere endringer, kan forutsigbarhet gi dem den nødvendige tryggheten til å møte denne nye verden på en positiv måte. Her er noen forslag fra andre foreldre som har vært i samme situasjon:

- ❖ Besøk skolen, snakk med lærerne og SFO/AKS-ansatte.
- ❖ Vær åpen og ærlig omkring barnets behov, uten å sykeliggjøre.
- ❖ Bruk bilder av klassen til å snakke om hva som kommer til å skje, og hvor spennende det er.
- ❖ Ta barnet med på skolens lekeplass, f.eks. om ettermiddagen og i helgene, så barnet blir trygg på omgivelsene og føler at det er hans eller hennes lekeplass.
- ❖ Barnet bør starte i SFO én uke eller noen dager før skolestart, hvis mulig.
- ❖ Lag leke-avtaler med nye kamerater. Hvis barnet skal bytte skole, ta da kontakt med den nye skolen og be om å få en klasseliste.
- ❖ Det kan være en god idé å informere lærerne om de få og viktige tilretteleggingene barnet trenger. De små hensyn som kan gjøre en stor forskjell for barnet. Det kan være en trygg, fast plassering i klassen, behov for faste rammer, ekstra forklaringer, ekstra voksenkontakt, mer tid til oppgaver, hjelp til det sosiale, kanskje kan det være en trygghet at barnet kommer i klassen med en barnet kjenner fra tidligere osv. Noen foreldre lager et lite ark med kort og viktig informasjon om og beskrivelse av deres barn, som de gir til læreren ved skolestart.
- ❖ Hvis barnet har en tendens til å reagere ved å tisse i buksa, sørg da alltid for at det er nok skift både på skolen og SFO/AKS.
- ❖ Dersom barnet begynner på skolen ett år senere (pga. utsatt skolestart), kan det være en idé å gjenopprette kontakten med de jevnaldrende barna før skolestart. Det kan hjelpe barnet i å føle seg trygg, og det er fint med et stort nettverk.

Råd til lærere og pedagoger

For sårbare barn spiller læreren en ekstra stor rolle som omsorgsperson.

- ❖ Sørg for å få all relevant informasjon om barnets bakgrunn, eventuelle funksjonsnedsettelse eller behov for medisin. Barnets historie kan gi en god forståelse for hvordan barnet reagerer i klassen, på SFO/AKS eller i friminuttene.
- ❖ Premature barn som har vært igjennom en tøff start på livet, både i form av adskillelse, smerter og angst, vil ha særlig behov for å få styrket selvfølelsen og lege psykiske og følelsesmessige sår. Omsorgspersoner må kunne lese barnets signaler, være engasjert, omsorgsfull og forståelsesfull når det kommer til barnets følelsesliv. Følelsene må aksepteres og anerkjennes, også de negative, uten kritikk og fordømmelse. I samspill med andre barn kan barnet ha behov for støtte for å skape positiv kontakt for å lære seg å forstå og gi tydelige signaler⁷.
- ❖ Spør om barnets måte å reagere på når det blir utrygt eller stresset. Foreldrene har ofte verdifull informasjon og redskaper, som kan hjelpe barnet, og som ikke nødvendigvis krever mye ressurser for tilrettelegging.
- ❖ Lytt til foreldrene hvis de sier at barnet reagerer voldsomt hjemme. Enten ved sterke sinneutbrudd, spise- eller søvnforstyrrelser eller at barnet reagerer om natta, når de er blitt overstimulerte. Ofte kan små endringer i skolehverdagen gjøre at barnet ikke avreagerer så voldsomt hjemme. Et eksempel kan være skjerming. Skjerme barnet fra for mye inntrykk

⁷ Jepsen, 2010

gjennom dagen. La barnet få pauser/ en hvil. Kanskje sitte/ligge i en sofa og titte i en bok i et av friminuttene.

- ❖ Ved behov for hjelp til å trene på sosiale relasjoner, kan man la barnet forholde seg til få elever om gangen, gjerne på et rolig sted. Da er det lettere å få oversikt, og å bli sett og hørt.
- ❖ Barn som har sanseintegrasjonsvansker kan være oversensitive ovenfor lys, lukt og taktile inntrykk (sanseintrykk gjennom huden), for eksempel kan det å ha skitt på hendene være problematisk for noen, eller det kan være viktig for barnet at tøyen sitter på en bestemt måte. Anerkjenn og støtt opp om løsninger som minimerer sanseintrykkene. Det kan gjøre hverdagen bedre.
- ❖ Hvis barnet har store vanskeligheter med sanseintegrasjon, kan læreren og skolen gjøre noen grep for å gjøre skolehverdagen mer overkommelig. Noen eksempler kan være:
 - å gi barnet god plass slik at barnet ikke føler seg innestengt.
 - å gi kollektive beskjeder på nytt i korte trekk til det aktuelle barnet. I de tilfeller barnet har utfordringer med å få med seg beskjeder, for eksempel om det er sent på dagen, og mye uromomenter rundt, kan det være nyttig å sende med en lapp med informasjon hjem til foreldrene.
 - å tilby barnet stol med fotskammel.
 - å ha behagelig lys rundt barnet.
 - å tilby barnet øreplugger som et tiltak for å dempe lydnivået.
 - å gi barnet forutsigbarhet ved å gi beskjeder om overganger i god tid, for eksempel om overgang fra time til friminutt eller om en ny ting skal skje i undervisningen.

Vurdering av utsatt skolestart

Vi kan si at det å bli født prematurt innebærer for mange å få et traume. Følger av et traume kan være angst for høye lyder, separasjonsangst, angst for forandring og utrygghet i nye situasjoner. Alt dette kan bearbeides gjennom en trygg og forutsigbar småbarnsalder. Men mye kan henge igjen når barnet skal begynne på skolen og gjøre skolestarten ekstra utfordrende. Når utsatt skolestart skal vurderes, er det viktig å se på barnets generelle modenhet. Virker barnet yngre og mindre modent enn andre barn på samme alder? Faller det lett utenfor i sosiale sammenhenger? Da vil et ekstra år i barnehagen kunne ha stor betydning. Det er vanskelig alltid å være den yngste og den minst modne, som spesielt vil gjelde de for tidlig fødte barna som er født sent på året og som egentlig skulle vært født året etter. Dette er ikke noe som går over etter det første året. Vi erfarer at problemene blir større ettersom barna vokser og kravene øker. Når barna kommer i puberteten, er minst og blir senere utviklet enn sine klassekamerater, vil det være særlig vanskelig. Et ekstra år i barnehagen kan også ha betydning i forhold til angst og utrygghet i nye situasjoner. De blir mer modne til å takle skolehverdagen. Det må imidlertid legges til at hvis barnet har gode venner det har knyttet seg til, og som skal begynne på skolen, må det vurderes om det er så betydningsfullt at det bør tillegges stor vekt i vurderingen.

Hvordan søke utsatt skolestart

Hva sier loven:

«Grunnskoleopplæringa skal til vanleg ta til det kalenderåret barnet fyller 6 år. Dersom det etter sakkunnig vurdering er tvil om barnet er kommet tilstrekkeleg langt i utviklinga si til å starte i skolen, har barnet rett til å utsetje skolestarten eitt år dersom foreldra krev det. Etter

sakkunnig vurdering og med skriftleg samtykke frå foreldra kan kommunen i særlege tilfelle vedta å utsetje skolestarten eitt år»⁸.

Hvis man ønsker utsatt skolestart for barnet sitt, må man søke om dette til kommunen og PP-tjenesten skal foreta en sakkyndig vurdering av barnet. Dersom PP-tjenesten er i tvil om barnet har kommet tilstrekkelig langt i sin utvikling til å begynne på skolen, har barnet rett til å utsette skolestarten ett år. Søknadskjema finnes ofte på nettet. Kommunen skal avgjøre søknaden om utsatt skolestart i et enkeltvedtak, som foreldrene kan påklage. Det vil være gunstig for barnet hvis avgjørelsen om utsatt skolestart er tatt så tidlig at barnet ikke møter til innskriving på skolen, og så får vite at det ikke skal begynne. Det er foreldrene som kjenner sitt barn best og som bør få ha det avgjørende ord når det gjelder utsatt skolestart.

Skolegang - de små hensynene som bør tas

Det er noen faktorer som barnet kan dra særlig nytte av i skolen. Nedenfor redegjøres for noen av disse. Hvilke faktorer som er relevante, og i hvilken grad, vil bero på det enkelte barnet.

Faste rammer og struktur

Et for tidlig født barn med senfølger kan fungere best med faste rammer og rutiner. Det bør i så tilfelle helst ikke være for mange avvik og tiltak på én gang. Det kan være en fordel for barnet å kjenne timeplanen godt, og å kjenne til timenes konkrete innhold på forhånd. Et tiltak kan være å printe ut ukens timeplan og å ha den klistret på barnets pult. Barnets sitteplass kan også være spesielt viktig for barnet. Flere av de premature barna synes å ha behov for en fast plass, eventuelt en fast partner, og kan ha stor nytte av å bli forberedt før de skal skifte plass. En plass ved vindu hvor det er mye aktivitet på utsiden, kan ta vekk mye av oppmerksomheten til barnet. Videre kan det å dele plass med en medelev som er urolig, være utfordrende.

Begrenset sanseintrykk

Et barn med sanseintegrasjonsvansker kan veldig lett bli overstimulert, da barnet har vansker med å skille inntrykkene fra hverandre. Det er en stor oppgave å sortere ut bakgrunnsstøy og konsentrere seg om det vesentlige, noe som kan gjøre at barnet fort blir trøtt og ukonsentrert.

For å avhjelpe dette er ro, enkle fysiske rammer, mindre barnegrupper, lys som ikke er for sterkt, samt et godt innklima uten for mange påtrengende lukter, faktorer som kan nevnes. Videre kan god øyekontakt med barnet og ro i læringssituasjonen bidra til at beskjeder oppfattes og forstås.

Når barnet skal jobbe individuelt, skal det helst være så få forstyrrende elementer som mulig. Læreren kan eventuelt sørge for at barnet har en arbeidsplass litt vekk fra de andre. I noen tilfeller er det en god idé at barnets pult er rettet litt mot veggen eller mot læreren.

Det kan være mange situasjoner i løpet av skoledagen hvor sansesårbarheten kommer til uttrykk – vi har friminuttene, dusjing i forbindelse med gym, kunst og håndverk (når det arbeides med leire eller fingermaling). For noen kan det å holde hånden til en klassekamerat være problematisk. For disse barna kan dette påvirke deres trivsel og stressnivå. Det er viktig å anerkjenne deres følelser og ta hensyn. Mange vokser det av seg når de blir eldre, særlig hvis det tas hensyn til og tilrettelegges, og de lærer å håndtere dette.

⁸ <https://lovdata.no/lov/1998-07-17-61/§2-1>

Grundige forberedelser

Det handler om å få oversikt, og det bør tilstrebes at barnet er godt forberedt på endringer – store som små. Det kan være hva som skal skje i løpet av dagen, hvem som gjør hva osv. Det skal være klare regler, klare avtaler og tydelige voksne.

For mange er det til stor hjelp med et fast dagsskjema, som gir et overblikk over dagens oppgaver. En arbeidsplan kan beskrive i hvilken rekkefølge eleven skal gjøre de enkelte oppgavene, trinn for trinn. Denne arbeidsmetoden kan også brukes i forbindelse med lekser. Oppgavene skal være strukturerte med en tydelig begynnelse og slutt. De kan eventuelt brytes opp i mindre deler. Instruksene kan gjøres visuelle med en bildeserie.

Lekser i hjemmet

Sørg for en god lekserutine. Det betyr at det i så stor grad som mulig bør være et fast tidspunkt og med en fast plass. Begrens sanseinntrykk, både i omgivelsene og i kroppen. Det kan være tøy som ikke strammer, et lite måltid før leksestart, og ingen støy fra radio eller TV i bakgrunnen.

Hvis barnet har vanskeligheter med å holde fokus og konsentrere seg, kan lekser deles opp i intervaller på 5-10 minutter. Det er viktig å avgrense stressfaktorene. Legg merke til hvordan barnet reagerer på leksetiltak. Hvis barnet virker overstimulert eller stresset, kan det være en idé å kontakte læreren og lage en avtale om lekser som tilgodeser alle parter.

Samarbeid mellom skolen og hjemmet

Som lærer kan man ikke alltid forvente en umiddelbar reaksjon på overstimulering eller på opplevelsen av at det stilles for høye krav fra barnet. For tidlig fødte barn kan ha et overdrevent fokus på å kunne leve opp til egne og andres krav og forventninger, uten å uttrykke det klart til daglig, som kan innebære at barnet avreagerer om kvelden og om natten. Det kan påvirke adferd, lekser, spising og nattesøvn – og dermed familielivet.

Et tett samarbeid mellom skolen og hjemmet kan hjelpe til med å avklare hva barnet reagerer på, om det er overstimulering eller opplevelsen av at det stilles for høye krav i bestemte situasjoner. Dette kan være nøkkelen til å kunne endre forholdene i positiv retning.

Ofte er det mange følelser mellom foreldre og barn, som kan problematisere den leksehjelpen foreldrene gir. Noen barn kan derfor ha glede av å få leksehjelp, eller ha en eldre skoleelev til å hjelpe med leksene.

Det handler om god trivsel i skolen, og det er viktig med åpen dialog for et velfungerende samarbeid mellom skolen og hjemmet.

Særlig om eldre barn

En stor del av barna vil bli mer robuste med alderen, særlig hvis de har fått god støtte og blitt tatt ekstra hensyn til i de tidlige barneår, når de har hatt behov for det. Over tid lærer barna strategier som hjelper dem med å navigere i deres hverdag. Disse barna er gamle nok til å sette ord på egne følelser og si ifra. De kan bruke egne strategier til å håndtere sanseinntrykk og finne løsninger.

Det er vanskelig å sammenligne nåtidens premature barn med de voksne for tidlig fødte, da det er vesentlig mer kunnskap om og fokus på for tidlig fødte barns behov i dag enn tidligere. Det er derfor vanskelig å si noe om fremtidsutsiktene til de for tidlig fødte barna i dag, basert på det vi vet om de voksne for tidlig fødte. De voksne for tidlig fødte forteller oss om vanskeligheter særlig med sosiale relasjoner og selvfølelse hvis de ikke har fått ekstra omsorg og støtte som barn, når de har hatt behov for det.

Når de premature barna blir eldre, blir kravene høyere. Dette kan medføre økt press, særlig ved prøver og eksamenssituasjoner. Det kan være en god idé å be om utvidet tid ved prøver og/eller søke om særskilt tilrettelegging ved eksamen. De premature barna kan være mer tilbøyelige til å reagere på press og kan ha godt utbytte av mer tid til å forstå oppgaven og finne løsninger.

Struktur med ro, rutine og forutsigbarhet gjelder også her. Det kan være både i lekkesituasjoner og i hjemmet for å gjøre livet mer overskuelig.

Spesielle problemstillinger

Det er en høyere risiko for utviklingsforstyrrelser blant de for tidlig fødte barna, som f.eks. ADHD, autisme o.l. Det betyr ikke at alle får alvorlige plager og at det påvirker barnets trivsel. Noen barn kan få trekk fra noen av disse diagnosene. Det betyr ikke nødvendigvis at de har diagnosen, ei heller at trekkene er vedvarende, men man bør være oppmerksom på om barnet har store vanskeligheter på skolen eller hjemme på kvelden, når barnet er sliten av dagen, og evt. koble på fagfolk ved behov.

Utredninger

Det er forskjellige former for utredninger avhengig av barnets situasjon og graden av vanskeligheter. Utredninger av læringsutbyttet til barnet, kan gjøres av kommunens pedagogisk-psykologiske tjeneste (PPT), mens utredninger knyttet til barnets psykiske helse gjøres ved Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP). Det er spesialisthelsetjenesten som kan stille diagnoser som ADHD og autisme.

Vanligvis er det skolen som henviser elever til PPT, men foreldre har også anledning til å ta kontakt. Både eleven og foreldrene kan kreve at skolen gjør de undersøkelser som er nødvendige for å finne ut om eleven trenger spesialundervisning, og eventuelt hvilken opplæring eleven trenger. Skolen skal ha vurdert og eventuelt prøvd ut tiltak med sikte på å gi eleven tilfredsstillende utbytte, før det blir gjort en sakkyndig vurdering av PPT. Dette innebærer at både elev og foreldre har rett til å kreve at det blir sendt en henvisning til PPT, og at skolen ikke kan motsette seg dette. Plikten til å prøve ut tiltak gjelder ikke de tilfellene hvor det er klart at elevens behov ikke kan løses innenfor rammene av ordinær opplæring. Skolen kan ikke henvise til PPT uten at foreldrene har gitt sitt samtykke. Elever over 15 år kan også ta kontakt med PPT. Fastlege kan henvise direkte til BUP. Noen kommuner tilbyr anonym familierådgiving. Kontakt din kommune eller se på deres nettside for mer informasjon om hva din kommune kan tilby.

Fysioterapi, motorikk og ergoterapi

Barn som opplever konsentrasjonsvansker, svekket hukommelse og hyperaktivitet, kan ha bruk for fysio- eller motorikkterapeutisk trening for å få tilstrekkelig utbytte av undervisningen. En innsats på det sansemotoriske området kan forbedre sanseintegrasjonen, den motoriske utviklingen og balansen, hvilket også kan føre til bedre innlæringsevne. Dette gjelder også for øvelser som styrker konsentrasjon og hukommelse, som kan brukes i den alminnelige undervisningen så vel som i hjemmet. Skolelederen prioriterer fordeling av ressurser på skolen etter rådgivning fra PPT. Det gjelder utredninger, støttetimer, ergoterapi, talepedagogiske tiltak osv.

Sosialfaglig og helsesykepleier

Hvis det viser seg at barnet har det vanskelig, kan det være en fordel å få sosialfaglig/helsesykepleier til å observere barnet i klassen og i friminuttet, og kombinere observasjonene med hvordan foreldrene observerer/opplever barnet på ettermiddag/kveld hjemme. Dette kan være med på å gi et godt helhetsinntrykk av barnets fungering og behov, slik at skolen og foreldrene i felleskap kan finne

ut hvilke hensyn som bør tas for å kunne hjelpe barnet best mulig. Hvis det viser seg at en større barnepsykiatrisk utredning er nødvendig, brukes denne informasjonen i henvisningen.

Opplæringsloven

Elever som ikke har eller som ikke kan få tilfredsstillende utbytte av det ordinære opplæringstilbudet, har rett til spesialundervisning i henhold til opplæringsloven⁹. Før kommunen eller fylkeskommunen fatter vedtak om spesialundervisning, skal det foreligge en sakkyndig vurdering av de særlige behovene til eleven. Dette gjøres av PPT. Vurderingen skal vise om eleven har behov for spesialundervisning, og hva slags opplæringstilbud som bør gis.

Skolens ansvar

At elevene skal ha tilfredsstillende utbytte av opplæringen handler både om å nå de overordnede målene med opplæringen, men også kompetansemålene i det enkelte faget. Skolen skal følge med på elevens faglige og sosiale utvikling. Hvis foreldrene eller skolen er bekymret for om et barn ikke har godt nok utbytte av opplæringen, skal skolen forsøke å tilrettelegge bedre for barnet. Hvis det ikke er tilstrekkelig, må PPT vurdere om eleven har behov for spesialundervisning og skolen må fatte vedtak¹⁰.

Klagerett

Som forelder har du rett til å klage på skolens vedtak om spesialundervisning. Klagen sendes til skolen. Dersom skolen ikke endrer eller opphever sitt eget vedtak, skal saken oversendes klageinstansen til endelig klagebehandling. Statsforvalteren er klageinstans for alle enkeltvedtak i grunnskolen.¹¹

Foreldreveiledningsprogrammer

I de ulike kommunene finnes det ulike tjenester for foreldreveiledningsprogrammer. Gå inn på din kommune sin hjemmeside og se hvilke tilbud din kommune har.

⁹ <https://lovdata.no/lov/1998-07-17-61/§5-1>

¹⁰ <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/sarskilte-behov/spesialundervisning/spesialundervisning---til-deg-som-er-forelder/>

¹¹ [Grunnskole og videregående opplæring | Statsforvalteren.no](https://www.statsforvalteren.no/om-grunnskole-og-videregående-opplæring)

Vil du lese mer?

Prematurforeningen

For mer generell informasjon kan foreningens nettsider være til hjelp.

www.prematurforeningen.no

Vår medlemsbok «Noen av de største miraklene i verden er ganske små» er en god litteraturbok. Den kan bestilles hos oss.

Atferdsvansker – ulike metoder

På BufDir sin side om atferdsvansker finner du forskjellige metoder for å kunne hjelpe ditt barn.

Metoder som PMTO (3 – 12 år), TFF (11 – 18 år), MST (12 – 18 år), MultifunC (14 – 18 år), TIBIR (3 – 12 år), DUÅ (3 – 12 år), ART (4 – 20 år).

https://www.bufdir.no/Barnevern/Tiltak_i_barnevernet/Metoder/

Nasjonalt utviklingscenter for barn og unge – NUBU

NUBUs oppdrag er å styrke og støtte familiens, barnets og ungdommens utviklingsmuligheter. Dette innebærer å forebygge og redusere barn og unges alvorlige problematferd og styrke deres psykososiale utvikling og sosiale kompetanse.

<https://www.nubu.no/>

Foreldrehverdag

Gir deg kunnskap og råd om samspillet mellom deg og barnet ditt. Innholdet er utarbeidet sammen med fagfolk. <https://www.bufdir.no/foreldrehverdag/>

Trygge foreldre – trygge barn

Regjeringens strategi for foreldrestøtte (2018 – 2021).

https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld_foreldrestotte_strategi_21juni18.pdf

Voksne for barn

Voksne for Barn er en ideell medlemsorganisasjon som i snart 60 år har jobbet for barns oppvekstvilkår og psykiske helse. <https://voksneforbarn.dev03.dekodes.no/>

ADHD Norge

Hvis ditt barn har konsentrasjonsvansker eller en oppmerksomhetsforstyrrelse er det mye god informasjon på foreningens hjemmeside. <https://adhdnorge.no/>

Autismeforeningen

Hvis du mistenker at ditt barn har likhetstrekk med autisme er det mye god informasjon på foreningens hjemmeside: <https://autismeforeningen.no/>

Knappenforeningen

Har barnet ditt utfordringer med ernæring, og får mat via en knapp på magen, har

Knappenforeningen god informasjon på sin hjemmeside: <https://knappenforeningen.no/>

Dysleksi

Har barnet ditt store utfordringer med lese- eller matteinnlæring har Dysleksiforbundet gode verktøy for å hjelpe barna i hverdagen: <https://dysleksinorge.no/>

BUP - Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk

Man må få en henvisning fra fastlegen din eller andre med henvisningsrett. Her kan ditt barn få hjelp til å sortere tanker, eller hjelp med å snakke om ting ditt barn synes er vanskelig.

Mobbing, ensomhet, konflikter, vanskelige tanker eller følelser.

<https://www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/helsetjenester/psykisk-helse/barne-og-ungdomspsykiatrisk-poliklinikk-bup/#gref>

Barneombudet

I 2017 laget barneombudet en fagrapport om spesialpedagogikk i skolen.

Den kan leses i sin helhet her:

<https://www.barneombudet.no/uploads/documents/Publikasjoner/Fagrapporter/Uten-mal-og-mening.pdf>

PPT - Pedagogisk-psykologisk tjeneste

<https://www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/samarbeid/pp-tjenesten/hva-gjor-pp-tjenesten/>

Veiledning til bruk av barnekonvensjonen i saksbehandlingen

Støtte til fylkesmennene og Utdanningsdirektoratet

- høring av barn og barns beste-vurderingen (brukes gjerne når man vurderer utsatt skolestart)

<https://www.udir.no/globalassets/filer/regelverk/rundskriv/veiledning-til-bruk-av-barnekonvensjonen.pdf>