

Erfaringer med hukommelses- og opmærksomhedstræning af skolebørn



Lars er elev i en amtslig specialklasse. Da han var 6 år, blev han opereret og strålebehandlet efter en svulst i hjernen. Det har medført, at Lars, der i dag er 12 år, kan læse svarende til 2. klasseniveau. Ligesom 7 andre børn med specifikke kognitive vanskeligheder fik Lars tilbud om at blive trænet med HOT – Hukommelses- og Opmærksomheds Træning – 30 minutters daglig træning med en af barnets egne lærere over 20 uger suppleret med ugentlig vejledning fra personale fra Børnecenter for Hjerneskade.

Af psykolog *Nina Madsen Sjö*,
Center for Hjerneskade, Københavns Universitet

»Lars er blevet meget bevidst om sig selv. Han har opdaget, at han skal arbejde med sig selv, hvordan han skal det, og at det virker« evaluerer hans lærer efter endt træning. I samarbejde med Børnecenter for Hjerneskade har Lars' skole iværksat daglig træning i mere end et halvt år. Derfor er Lars og hans støttelærer mødtes hver dag i små tre kvarter, hvor de har arbejdet med Lars' kognitive vanskeligheder og hans kompensationsstrategier. Lars selv rapporterer efter endt træning, at han har langt nemmere ved selvstændigt at gå i gang med opgaver. Hans mor fortæller, at det virker

som om, Lars har mere energi og ikke så let mister overblikket i de daglige gøremål. Træningen har i Lars' tilfælde medført kognitive forbedringer, som viste sig ved neuropsykologisk testning og i lærernes og forældrenes besvarelser af spørgeskemaer om Lars' kognitive formåen. Desuden har træningen haft en slags snebold-effekt med indvirkning på Lars' generelle trivsel og adfærd, som ovenstående citat illustrerer.

I udviklingsprojektet Børnecenter for Hjerneskade, Egmont Fonden har man afprøvet det kognitive træningsprogram på i alt 8 børn,

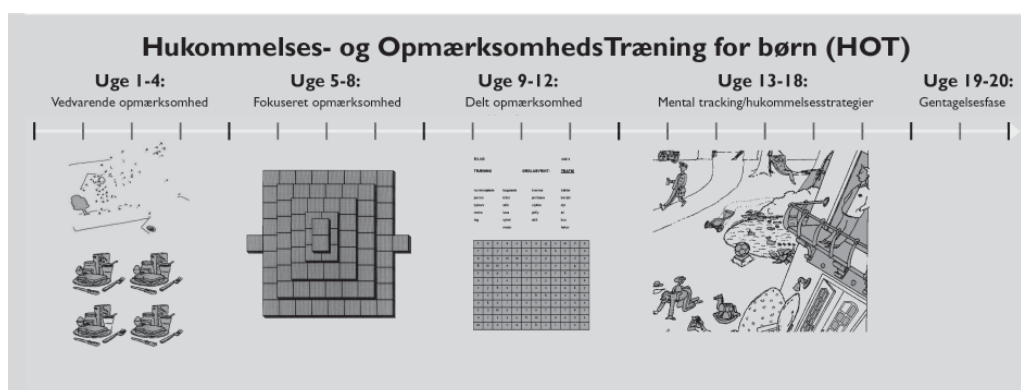
Nina Madsen Sjö er tidligere medarbejder på det afsluttede projekt *Børnecenter for Hjerneskade, Egmont Fonden*.

som en del af børnenes rehabilitering. Inklusionskriterierne for børnene var, at de skulle have normalbegavelse, men specifikke kognitive vanskeligheder inden for hukommelse og/eller opmærksomhed. Forudsætningen om normalbegavelse skyldtes, at børnene skulle kunne reflektere over træningens elementer samt overføre erfaringer fra dag til dag og til »verdenen« uden for træningsrummet for at profitere af træningen. Et andet kriterium var, at børnene skulle være mellem 8 og 16 år, da materialet er tilpasset denne aldersgruppe.

Træningsprogrammet er opbygget, så de mere enkle funktioner trænes først, og derefter arbejdes der med mere komplekse opgaver eksempelvis øvelser med distraktorer. Konkret består øvelserne med distraktorer i, at barnet trænes i opgaveløsning samtidig med, at der er støj i baggrunden.

Fokuseret og delt opmærksomhed samt strategier for brug af visuel og verbal hukommelse er blandt de trænede aspekter. Tidslinien nedenfor illustrerer træningsperiodens indhold.

De daglige øvelser er opdelt i ugetemaer. Øvelserne har lege- og konkurrenceelementer, som er med til at fastholde elevens interesse gennem hele forløbet. Materialet er struktureret på en sådan måde, at der hver dag kræves lidt mere af eleven. Eleven konkurrerer både mod sig selv og mod træneren og evaluerer løbende egen indsats og de anvendte strategier. Materialet kan delvist tilpasses den enkelte elevs niveau, da der er to udgaver af materialet (en børne- og en teenageudgave). Desuden har hver enkelt uge en ekstra dags træning. Dermed kan en dag springes over, så eleven hurtigere når frem til de vanskeligere opgaver.



Iværksættelse af træningsprogrammet involverer mange parter og processer. For det første forudsættes det, at skolen kan afse ressourcer til en støtteperson, som dagligt skal træne sammen med barnet. I mange tilfælde vil dette kræve en ansøgning i januar/februar måned via skolens Pædagogiske Psykologiske Rådgivning, hvis ikke barnet har fået tildelt støttetimer i forvejen. Det er absolut en fordel, hvis støttelæreren er en af elevens lærere, da denne kan hjælpe med at overføre indhøstede erfaringer til klasselokalet. For det andet er træningsprogrammet opbygget på en måde, der medfører, at en fagkyndig med viden om kognition og neuropædagogik ugentligt besøger støttelæreren og eleven for at give vejledning i den kommende uges træning samt evaluere den forgangne uges indsats. I praksis kan denne vejleder i mange tilfælde være en PPR-psykolog eller en person fra et specialcenter. Et tredje forhold, der skal tages højde for er, at eleven testes neuropsykologisk før igangsættelse af træningen. Hensigten er at vurdere, hvorvidt eleven er normalbegavet samt få beskrevet omfanget af de kognitive deficits. Desuden anbefales det, at eleven

efter endt træning gentestes (dog ikke begavelsesmæssigt) for at vurdere effekten af træningen samt for at indsamle viden, der kan bruges i planlægningen af det videre skoleforløb.

Umiddelbart kan det lyde som en omfangsrig opgave at iværksætte et træningsprogram, men de hidtidige erfaringer fra Danmark og Sverige viser, at såvel børn, lærere som forældre har været meget glade for de træningsforløb, der er gennemført, da udbyttet i den grad har stået mål med indsatsen ifølge evalueringsskemaerne og de mundtlige tilbagemeldinger.

Det kognitive træningsprogram er oprindeligt hollandsk. Eftersom der ikke findes mange strukturerede og efterprøvede træningsprogrammer til børn med specifikke kognitive vanskeligheder, tog hollænderen Carla Hendriks fat på denne opgave i 1996 som en del af hendes ph.d. I Sverige og i Danmark har man i forskningsregi afprøvet træningsprogrammet med positive resultater (se tabel). På denne baggrund er træningsmaterialet HOT sat i produktion, således at det er tilgængeligt for danske skoleelever. Det forhandles af Dansk psykologisk Forlag.

Hidtidige afprøvninger af træningsprogrammet:

Land	Årsager til kognitive vanskeligheder	Antal børn	Institution, primært ansvarlig	Litteratur
Holland, Amsterdam	Kræftbehandlede børn med opmærksomheds- og hukommelsesvanskeligheder inkl. kontrolgruppen	n=25 og n=19	Emma Kinderziekenhuis Academic Medical Centre, Carla Hendriks	Undersøgelsen delvist beskrevet ¹
Sverige, Stockholm	Børn med erhvervet hjerneskade inkl. kontrolgruppen	n= 20 og n=20	Astrid Lindgrens Barnsjukhus, Karolinska Universitetssjukhuset, Ingrid van't Hooft	Præliminære resultater publiceret med 3 børn ² . Nye artikler undervejs ³⁻⁴
Sverige, Uppsala	Blandet ætiologi (ADHD, erhvervet hjerneskade)	N= 4	Akademiska Barnsjukhuset, Margareta Kihlgren	Upubliceret
Danmark, København	Erhvervet hjerneskade (hjernetumor, trafikulykke, blødning)	N= 8	Børnecenter for Hjerneskade, Egmontfonden, Margareta Kihlgren	7 børn beskrevet ⁵

Noter

- Hendriks CM. *Attention and Memory Training in Childhood Cancer Survivors*. Eur Cancer Soc Newsletter 1996; 5: 13-14.
- van 't Hooft I., Andersson K., Sejersen T., Bartfai A. & von Wendt L. *Attention and memory training in children with acquired brain injuries*. Acta Paediatrica, 2003, 92; 935-940
- van 't Hooft I., Andersson K., Bergman B., Sejersen T., Bartfai A. & von Wendt L. *Beneficial effects from a cognitive training method in children with acquired brain injuries demonstrated in a controlled study*. Submitted for publication. 2004
- van 't Hooft I., Andersson K., Bergman B., Sejersen T., Bartfai A., von Wendt L. *A randomized controlled trial on children with acquired brain injuries reveals sustained favourable effects of cognitive training*. Submitted for publication. 2004
- Kihlgren, M., Amsgaard, J., Seeberg, L., Madsen Sjö, N. & Weidner, S. *Cognitive Rehabilitation Therapy as a part of a rehabilitation program for children with acquired brain injury*. Poster præsenteret ved den 8. nordiske neuropsykologi kongres, 26-29 august 2004. Turku, Finland. Se www.egmontfonden.dk

Efterlysning:

20 børn mellem 10-16 år med erhvervet hjerneskade tilbydes træningsprogram med HOT-materialet som del af forskningsprojekt ved Center for Hjerneskade, Københavns Universitet. Kontakt Nina Madsen Sjö, tlf. 3532 9000.