Træning af sociale færdigheder

AF NINA MADSEN SJØ,
PSYKOLOG, CENTER FOR BØRN OG UNGE,
CENTER FOR HJERNESKADE.

'Kend dig selv' – et nyt program til træning af barnets sociale færdigheder.

På Center for Hjerneskade har vi gennem det seneste år været i gang med at udvikle og afprøve et nyt træningsprogram. Det er sket i forsøget på at gøre implicit og tavs viden om social adfærd til aktiv viden for at give barnet flere handlemuligheder.

Baggrunden for udviklingen af programmet er, at flere kommuner og forældre har efterlyst en efterfølger på det kognitive træningsprogram HOT, der havde fokus på hukommelse og indlæring. Det nyudviklede træningsprogram 'Kend dig selv' har fokus på de sociale færdigheder.

Resultaterne virker allerede lovende. Således fortæller en træner om en børnehavepige, der allerede har fået flere ord for det sociale samspil, f.eks. kan hun nu beskrive, hvad der går galt, når der opstår konflikter på legepladsen, på stuen eller derhjemme, som følge af træningen.

Rammer

'Kend dig selv' er afprøvet på skolebørn og børnehavebørn. Materialet er udarbejdet til brug for lærere, speciallærere, psykologer, pædagoger og støttepersoner, der arbejder i – eller i forbindelse med – skoler og børnehaver. Hovedfokus er at øge barnets sociale kompetencer, derudover er der meget vægt på rådgivning af fagpersonale og opgradering af deres viden og kunnen inden for målgruppen børn med erhvervet hjerneskade. De første tilbagemeldinger fra deltagende forældre og børn samt fagpersoner (lærere og pædagoger) har været meget positive.

Der er udviklet to versioner, der henvender sig til forskellige aldersgrupper. Én version til de 4-8-årige og en anden version til de 9-18-årige. 'Kend dig selv' foregår enten i barnets skole eller i børnehaven. Selve træningen foregår uden for klassen/stuen, hvor barnet arbejder alene med træneren. Træningen sker i en 1:1 situation sammen med en voksen. Programmet løber over 10 uger og er baseret på regelmæssig træning fire eller fem dage om ugen. Hver uge indledes med besøg af en vejleder, der sammen med den daglige træner øver den kommende uges program. Træneren modtager sammen med barnet vejledning og rådgivning i træningsindhold og individualisering. Resten af ugen trænes efter meget nøjagtige anvisninger. Hver dag trænes mellem 20 og 30 minutter.

Neuropædagogiske værktøjer

Et af formålene er at inspirere barnets fagpersoner til i højere grad at bruge neuropædagogiske værktøjer i hverdagen. Der arbejdes eksempelvis med brug af 'sociale historier' som redskab til ændring af adfærd. Den sociale historie er bygget op over en skabelon på fem trin, hver bestående af et foto og en enkel tekst med et trin til hver dag. Den endelige historie læses højt hver dag i den efterfølgende uge.

Trin 1: genkendelse – foto af barnet og tekst som f.eks. "jeg hedder Monica"

Trin 2: emnet – illustrerende foto, teksten indledes gerne med "sommetider bliver jeg vældig vred og slår"

Trin 3: omgivelsernes reaktion – illustrerende foto samt tekst: "når jeg slår, bliver de andre sure og vil ikke lege med mig"

Trin 4: ændring – illustrerende foto samt tekst: "jeg vil gerne lære at mærke min vrede. Jeg vil gerne vise min vrede på en anden måde end at slå"

Trin 5: fremtid – foto af barnet i en ønsket situation og en tekst, der indledes med: "når jeg har lært at mærke, hvornår jeg bliver vred, så de andre børn stadig godt vil lege med mig"

Fotografier tages under træningen, og teksten forfattes af træneren efter forskrift, ligeledes under træningen.

Inddragelse af hverdagsmiljøet i træningen

Træningen foregår med en af de voksne, som barnet kender i rollen som træner. Træneren kender i forvejen en hel del til barnets styrker og udfordringer. Træneren har også kendskab til, hvilke situationer der kan være problematiske for det pågældende barn. Denne viden er en vigtig grundsten i den sociale træning

Fotos: Peter Hestbæk

og i den efterfølgende implementering af de tillærte færdigheder i hverdagen. Inddragelse i hverdagen er en ikke mindre vigtig del af træningen for at sikre, at det indlærte bliver brugt mest muligt og på en naturlig måde for barnet.

I træningen lægges der vægt på at inddrage andre børn. Det sker enten ved, at de direkte får lov at deltage i træningen i slutningen af ugen. Eller ved at barn og træner forbereder en aktivitet, som udføres på stuen / i klassen med alle de øvrige børn.

Resultaterne af træningen ses også i barnets forhold til andre børn. En skoledreng fortæller, at han igen er kommet i gang med at lege med gamle kammerater, og at han opdager, at gamle kammerater "kommer tilbage".

Målinger for adfærd bruges til at tilpasse træningen

Materialet kan i høj grad tilpasses det enkelte barn. En børneneuropsykolog tester barnet indledningsvist for at sikre, at materialet fra starten passer til barnet. Barnets forældre og dets fagpersoner besvarer ligeledes spørgeskemaer for at få deres syn på barnets adfærd i hverdagen. Tre gange undervejs i forløbet vurderer (scorer) træner og forældre barnets evne til verbal og nonverbal kommunikation, og barnets evner måles (rates) inden for specifikke områder. Hermed opnås de mest optimale muligheder for, at barnet konstant udfordres af inddragelse af hverdagens aktuelle problemer.

Erfaringer og fremtid

Da 'Kend dig selv' netop er udviklet, er det endnu ikke muligt at købe det skriftlige materiale. Center for Hjerneskade har søgt fonde om midler til udvikling af materialet, så det kan blive tilgængeligt for andre at købe. Aktuelt kan kommuner købe den ydelse, at Center for Hjerneskade står for implementering af 10 ugers træning på den enkelte barns skole inkl. tilpasset materiale og ugentlig vejledning.

På Center for Hjerneskades hjemmeside (www.cfh.ku.dk under børn og unge) er der flere oplysninger om pris og betingelser. ■

Rollespilsøvelser

Eksempel på elementer i en rollespilsøvelse. Ideen er at gøre de implicitte sociale spilleregler mere tydelige for barnet, så barnet har nemmere ved at handle i den sociale situation. Det sker ved, at barnet konkret prøver, hvad det vil sige at lytte på en god og en dårlig måde.

Dårlig lytter

- Se ikke på den, du taler med
- Drej kroppen væk eller gå omkring
- Vis en anden stemning
- Sig ingenting
- Se på dit ur
- Tal eventuelt med andre

God lytter

- Se på den, du taler med
- Læn dig lidt frem
- Vis samme stemning
- Vis du er med ved at lave små lyde: "mmm", "ja"...
- Stil små spørgsmål: "gjorde du det", "er det rigtigt", "hvor var det strengt"

Overblik

Overblik over uge-temaer i børnehave-versionen:

- Uge 1 og 2: Glæde
- Uge 3: Anerkendelse vs. ros – styrke selvværd
- Uge 4 og 5: Ked af det
- Uge 6 og 7: Vrede
- Uge 8: "Gode venner"
- Uge 9: "Noget svært"
- Uge 10: "Hvad har jeg lært"

Materialet er udviklet af Center for Hjerneskades medarbejdere i Afdelingen for børn med erhvervet hjerneskade. Mere information om materialet: Kontakt Nina Madsen Sjø, Center for Hjerneskade