



**Félagsleg staða *klunnalegra* barna
- vinsældir innan hópsins -**

Lilja Pálsdóttir

Lokaverkefni til B.A.-prófs
Háskóli Íslands
Menntavísindasvið



HÁSKÓLI ÍSLANDS

Félagsleg staða *klunnalegra* barna
- vinsældir innan hópsins -

Lilja Pálsdóttir

Lokaverkefni til B.A.-prófs í þroskaþjálfafraeði
Leiðsögukenndari: Ann-Helen Odberg

Ípróttu-, tómsunda og þroskaþjálfadeild
Menntavísindasvið Háskóla Íslands
Júní 2011

Félagsleg staða *klunnalegra* barna – vinsældir innan hópsins

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni til B.A.-prófs við Íþróttatómstunda- og þroskaþjálfadeild, Menntavísindasviði Háskóla Íslands.

© 2011 Lilja Pálsdóttir

Ritgerðina má ekki afrita nema með leyfi höfundar.

Prentun: Sjónarhóll

Eskifjörður, Ísland - 2011

Útdráttur

Verkefni þetta er lokaverkefni við Íþróttá-, tómsunda- og þroskaþjálfadeild Háskóla Íslands, Menntavísindasviði. Tilgangur þessa verkefnis er að varpa ljósi á það hvort samhengi er á milli *klunnaskapar* barna og *félagslegrar stöðu* þeirra innan hópsins. Til þess að varpa ljósi á hugrenningar mínar valdi ég að notast við formið rannsóknarritgerð, þar sem aflað er heimilda úr skriflegum heimildum, þær túlkaðar og mat lagt á þær. Í fræðilegum hluta ritgerðarinnar kem ég inn á þau hugtök sem tengjast hreyfifærni og félagsfærni.

Niðurstöður gefa sterklega til kynna að samhengi sé á milli hreyfifærni barna og félagslegrar stöðu þeirra og vinsælda innan hópsins. Þegar hreyfigeta barna er farin að hafa áhrif á daglegar athafnir þeirra teljast þau klunnaleg. Klunnaleg börn eiga það til að halda sig til hlés og fylgjast með félögum sínum úr fjarlægð frekar en að taka þátt í leik þeirra, þau hræðast það jafnvel að mistakast og verða kannski að athlægi. Þau eiga það til að einangrast vegna vanmáttakenndar sinnar og missa þannig félagsleg tengsl við jafnaldra sína. Börn sem eru félagslega einangruð glíma oft við skerta sjálfsmynd sem auðveldar þeim ekki að nálgast jafnalda sína á sínum forsendum. Klunnaleg börn sem ekki fá markvissa og skipulagða hreyfiþjálfun munu flest eiga við einhver vandamál að stríða, félagsleg og/eða líkamleg, tíu árum eftir að hreyfifærni þeirra var könnuð fyrst.

Abstract

This project is a final essay for B.A. degree in Sports, Social and Leisure Studies of the University of Iceland, field of Education. The purpose of this project is to shed a light on whether there is a relationship between *clumsiness* in children and their *social status* within the group. I chose to use the research paper form which acquires reviewing studies and articles on the subject, interpret and evaluate them. In the academic section I discuss the concepts that relates to motor and social skills.

The results strongly suggest a relationship between the children's motor skills and their social status and popularity within the group. When mobility skills of children is having affects on their daily activities they are referred to as clumsy. Clumsy children attend to watch their peers from distance rather than engage in their games, they often fear that they will make mistakes and be laughed at. Many children attend to loose

their social relationship with their peers and get isolated. Children who are socially isolated do often have impaired self-esteem that enables them to approach their peers on their own terms. Clumsy children who will not get both the stimulation and encouragement to exercise, will many suffer from social and/or physical problems later in life.

Efnisyfirlit

Inngangur	1
Markmið og uppbygging ritgerðarinnar	2
1. Hreyfing	4
1.1. Þróun hreyfiþroska	5
1.2. Hreyfivandi	6
1.3. Skilgreining á klunnaskap.....	8
1.4. Börn með taugafræðilegar raskanir	8
1.5. Skynsvið	9
1.6. Hreyfifærni.....	11
1.7. Hreyfifærniþróf.....	14
2. Snemmtæk íhlutun - e. early intervention	17
2.1. Hreyfileikir.....	18
3. Félagsþroski	20
3.1. Félagsfærni	21
3.2. Vinsæl börn.....	23
3.3. Óvinsæl börn.....	23
3.4. Félagsfærniþróf	24
Niðurstaða	28
Lokaorð	30
Heimildaskrá	32

Inngangur

Það er fátt skemmtilegra en að horfa á börn að leik. Dásamlegt að sjá hóp barna hoppa, skoppa og ærslast, leika sér með bolta, hlaupa og láta öllum illum látum eins og beljur á vorin. Það er magnað að sjá hversu auðvelt þetta virðist, hversu sjálfsagt og sjálfvirkt það virðist fyrir þau að leika sér og hreyfa og hversu einfalt það sýnist hvernig þau liðast um. Samt sem áður er það hvorki sjálfsagt né einfalt. Hver einasta hreyfing, bæði stór og smá er afleiðing gífurlegra flókinna hluta í líkama þeirra (Hermundur Sigmundsson, 2001). Í hverjum einasta af þessum litlu líkögum er stór sinfóníuhljómsveit að störfum og milljón hljóðfæraleikarar þurfa að vera samtaka til þess að tónverkið sem þeir eru að flytja, hreyfingin, heppnist. Allir þurfa að vera samhæfir, trommurnar verða að koma inn á réttum tíma og fiðlurnar mega ekki vera of háar eða fara of hratt miðað við hina, básúnurnar verða að hitta á rétta tóninn og svo framvegis. Hver smávægileg mistök hjá einstökum hljóðfæraleikara eða hóp innan hljómsveitarinnar verða til þess að hnökrar verða á flutningnum og samhljómurinn verður ekki eins og best verður á kosið.

Þetta verður okkur fljótlega ljóst þegar við horfum á barnahópinn, sem hluti af mannskepunni eru þau í raun öll nánast eins en samt svo ótrúlega mismunandi, sum eru auðsjáanlega fimari og fljótari en önnur. Samhæfingin meiri, leikurinn áreynslulausari og öruggari. Hreyfingarnar fljóta betur og yfirburðir í leiknum koma í ljós. Um leið sést hvernig sum börn eru ekki eins lipur, hljómsveitin greinilega ekki eins vel samsett, ekki eins vel æfð þó viljinn til verksins sé kannski ekki minni en hjá hinum.

Börn teljast klunnaleg þegar hreyfivandamál þeirra hafa áhrif á daglegar athafnir, eins og að borða snyrtilega, burstu tennur, reima skó og grípa bolta (Deway, Kaplan, Crawford og Wilson, 2002). Klunnaleg börn eru oft minna líkamlega virk en jafnaldrar þeirra og hreyfa sig ekki eins mikið. Hegðunarmynstur þeirra, bæði líkamlegt og félagslegt, í leik við félagasem búa yfir góðri hreyfifærni er oft mjög ólíkt því sem sjá má hjá öðrum börnum. Sum þeirra detta í það að spila sig sem trúðinn í hópnum eða halda sig til hlés og fylgjast með úr fjarlægð. Ástæðan getur

verið sú að hreyfivandi þeirra gerir þau meðvituð um vanmátt sinn í leik og mörg þeirra búa við skerta sjálfsmynd.

Í þessari rannstóknarritgerð ætla ég aðeins að skoða leikinn, færa krakkana og hljómsveitina í fræðilegan búning, kafa í rannsóknir, leita skýringa og setja saman í ritgerðinni með áleitnum spurningum sem vakna þegar hópur er skoðaður.

Markmið og uppbygging ritgerðarinnar

Félagsfærni hefur verið mér hugleikin um árabil og ekki minnkaði það við það ferðalag sem þroskaþjálfna námið hefur verið. Ég sem verðandi þroskaþjálfari myndi vilja leggja meiri áherslu á þennan þátt og styrkja þá vinnu sem hægt er að leggjast í með börnum og fyrir börn með skerta hreyfigetu, hvort sem vandamálið er lítið eða stórt. Að vera sterkur félagslega veitir mikinn styrk og vellíðan sem er ómetanleg og meira virði en margt annað sem einstaklingar læra um lífsleiðina.

Markmið ritgerðarinnar er að sjá hvort klunnaskapur barna hafi áhrif á félagslega stöðu þeirra innan hópsins. Hefur félagsleg staða áhrif á sjálfsmynd barna og hvernig standa þau gagnvart félagsfærni síðar meir. Lenda þessi börn frekar í líkamlegum og andlegum erfiðleikum á fullorðinsárum ef þau fá ekki örvun og hreyfiþjálfun á barnaldri? Er mikilvægt að veita þeim börnum sem teljast klunnaleg þjálfun og örvun snemma á lífsleiðinni eða er klunnaskapur eitthvað sem eldist af okkur?

Rannsóknarspurningin er því eftirfarandi:

„Hefur klunnaskapur barna áhrif á félagslega stöðu þeirra?“

Uppbygging ritgerðarinnar er eftirfarandi:

Ég hef valið að notast við rannstóknarritgerðar form við vinnu að B.A. verkefni mínu. Tilgangur rannstóknarritgerða er að svara einhverri spurningu eða spurningum og á bak við svarið þarf að vera vönduð rökstudd vinna. Þegar ákveðið hefur verið hvaða spurningu ritgerðin skal svara er hægt að afla viðeigandi gagna og efnistösk verða þá afmörkuð og skýr. Því næst er reynt að svara þeirri rannsóknarspurningu sem er

fyrirfram ákveðin og rökstyðja niðurstöðuna (Friðrik H. Jónsson og Sigurður J. Grétarsson, 2002). Heimildanotkun þarf að vera nákvæm og einnig þurfa heimildir að vera „viðurkenndar“, það er efni sem ekki er ritrynt eða gefið út í fræðilegu tímariti telst ekki viðurkennd heimild. Heimildin þarf að vera áreiðanleg og nýleg að auki.

Í fyrsta kafla fer ég yfir þróun hreyfiþroska, hreyfivanda, hreyfifærni og hvað felst í hugtakinu að vera *klunnalegur*. Ég tek fyrir börn með taugaröskun sem eru kölluð skynreiðubörn í bók Þóru Þóroodsdóttur (2001); *Að hreyfa sig og hjúfra*, þau flokkast einnig sem klunnaleg í daglegu tali (Þóra Þóroodsdóttir, 2001). Í lok fyrsta kafla fer ég í gegnum þau matstæki sem hægt er að styðjast við til að meta hreyfifærni barna og hvar þau eru stödd í þeirri þróun.

Í öðrum kafla skoða ég snemmtæka íhlutun og hvort inngrip snemma á lífsleiðinni með markvissri þjálfun hafi jákvæð áhrif fyrir börn sem teljast klunnaleg og standa höllum fæti félagslega. Einnig skoða ég hvernig hreyfiþjálfun og hreyfileikir gætu komið að gagni fyrir börn sem þurfa hvatningu til hreyfingar.

Í þriðja kafla skoða ég félagsfærni og hvernig hún þróast hjá börnum. Hver er skilgreiningin á félagsfærni og hvort mikilvægt er að búa yfir góðri félagsfærni og standa vel félagslega í vinalóp. Hvað felst í því að vera „vinsæll“ og „óvinsæll“ og hvaða stöðu gefur það börnum innan hópsins?

Nokkur félagsfærniþríf eru til og eru notuð til þess að sjá hvernig börn standa félagslega, ef niðurstöður sýna að einstaklingur stendur mögulega illa félagslega, hvaða ástæður gætu þá legið á bakvið þá útkomu. Ég tek fyrir nokkur þessara prófa og útskýri uppbyggingu þeirra og hvernig hægt er að nýta sér niðurstöður þeirra.

Í lokin fjalla ég um niðurstöðu rannsóknarvinnu minnar og svara rannsóknarspurningu minni sem ég setti fram í upphafi ritgerðar. Ég set fram mitt sjónarmið ásamt niðurstöðu rannsóknarinnar. Heimildaskrá er í lokin, þar sem allar þær heimildir sem ég nýtti mér á þessu ferðalagi eru taldar upp.

1. Hreyfing

Hreyfing er nauðsynlegur þáttur í lífi allra, ekki síst hjá börnum. Góð líkamshreyfing stuðlar að heilbrigðum lífsstíl, bæði andlega og líkamlega, ásamt því að hreyfing er ákaflega mikilvæg fyrir þroska- og hreyfiþroskaferli barna. Skilgreining á líkamlegri hreyfingu er sérhver líkamleg hreyfing sem verður til við notkun eigin vöðvaafis (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Fjölbreytt hreyfing stuðlar að vexti barna, aukins vöðvastyrks og þróunar taugakerfisins. Allt það sem hefur með hreyfingu að gera flokkast sem hreyfifærni, eða færnin við að hreyfa okkur. Undirþættir hreyfifærni eru nokkrir, meðal annars hreyfinám, hreyfistjórnun, hreyfivandi og hreyfiþroski. Þessir þættir hafa áhrif hvert á annað og vinna saman að því að stuðla að góðri hreyfifærni og því sem hreyfifærni byggir á.

- Með hugtakinu *hreyfinám* er verið að vísa í það samfellda ferli tengt upplifun eða því sem verið er að gera og leiðir til viðvarandi breytinga á hreyfifærni.
- Þegar talað er um hugtakið *hreyfistjórnun* er oftast verið að skoða hversu nákvæm tiltekin hreyfing getur verið og hvernig sú hreyfing myndar jafnvægi einstaklings.
- Hugtakið *hreyfivandi* er notað til að lýsa hreyfiþroska sem er ekki eins góður og vænta má hjá barni miðað við ákveðinn aldur.
- *Hreyfiþroski* er hugtak sem notað er yfir þá þróun og breytingar sem verða á hreyfifærni okkar með aldrinum

(Erlingur Jóhannsson, Þórarinn Sveinsson, Sigurbjörn Árni Arngrímsson, Brynhildur Briem, Þórólfur Þórlindsson, 2003).

Rannsóknir sýna að tengsl eru á milli frávíka í hreyfifærni og annarra vandkvæða eins og félagslegra og tilfinningalegra vandamála, oft er einnig um að ræða erfiðleika gagnvart málþroska og námsframmistöðu (Rintala, Pienimäki, Ahonen, Cantell og Kooistra, 1998). Af hverjum 10 börnum sem eiga við málþroska vandamál að etja eru 4-10 af þeim börnum með hreyfiþroska vanda að auki, eða öfugt.

Umræður um hreyfifærni barna eru áberandi í dag. Sérstaklega er verið að tala um þær afleiðingar sem hreyfingarleysi nútímabarna hefur í för með sér. Sú þróun sem á

sér stað í samfélagi okkar er ekki eins hreyfivæn og áður og í lífi barna virðast áhrifaþættir eins og sjónvarpsáhorf og tölvunotkun vera að aukast og um leið fylgikvillar eins og offita (Erlingur Jóhannsson o.fl., 2003). Hreyfing og hreyfifærni eru nátengd hugtök og því getur slök hreyfifærni einnig verið afleiðing hreyfingarleysis. Það er ekki öllum gefið að vera með góða hreyfifærni þó svo að hjá flestum börnum þróist hún eðlilega, frávik geta stafað af svo mörgu eins og til dæmis einhverskonar fötlun, en svo eru einnig til börn sem glíma við hreyfivandamál sem stafa ekki af líkamlegum né andlegum orsökum (Sigmundsson og Haga, 2010).

Hreyfiþroski er einn af þeim undirflokkum sem heyrir undir hreyfihegðun (Hermundur Sigmundsson, 1999). Þar má einnig finna hugtökin hreyfinám, hreyfistjórnun og hreyfivanda. Vandamál við fín- og grófhreyfingar geta verið að klæða sig, borða, bursta tennur, ganga, hlaupa, synda, reima og leika með bolta. Allar þessar athafnir eru mikil nákvæmnisvinna og krefjast góðrar hreyfifærni. Þetta hefur allt áhrif á daglegar athafnir barnsins (Haga og Sigmundsson, 2005). Hreyfifærni fólks er mjög misjöfn, allt frá því að vera framúrskarandi á öðrum enda skalans niður í mjög miklar truflanir á hreyfifærni á hinum enda skalans (Hermundur Sigmundsson, 1999). Einstaklingar sem teljast með fullkomlega eðlilegan hreyfiþroska og þar af leiðandi einnig góða hreyfifærni er mjög misjafnlega stöð á þessum skala, það er fyrst þegar það fer að há viðkomandi í leik og starfi sem ástæða er til að grípa inn í með greiningu og viðeigandi meðferð.

1.1. Þróun hreyfiþroska

Rannsóknir sýna okkur að öll börn ganga í gegnum þroskaskeiðin á sama hátt yfir mislangan tíma þó, aukinn þroska öðlast þau alltaf í sömu röð, skref fyrir skref (Moen, Jacobsen og Sivertsen, 2007). Hreyfiþroski barna er að mörgu leyti stígbundinn og vegna þess er stuðst við ákveðin viðmið þegar litið er til þroskastigs barna, þó er mjög persónubundið hvenær heilbrigð börn ná tilteknu þroskastigi í hreyfiþroska, eins og til dæmis að velta sér, skríða, sitja óstudd eða ganga (Carruth og J.D. Skinner, 2002). Ef grunur leikur á að um óvenjulegan hreyfiþroska sé að ræða er mikilvægt að skoða hvers eðlis og hvaða ástæður gætu verið fyrir töfum á þroska, margt getur komið til greina, svo sem þroskahömlun, líkamleg veikindi eða vanræksla, þó má ekki gleyma því að oft eru engin andleg né líkamleg vandkvæði að finna þrátt fyrir að hreyfiþroski geti virst óvenjulegur á einhvern hátt (Sigmundsson og Haga, 2010).

Þroski barna er ákaflega einstaklingsbundinn eins og fram hefur komið og geta bæði erfðir og umhverfi haft áhrif á mismunandi hæð, þyngd, færni, áhugasvið og hversu hratt þroski barna þróast (Moen, Jacobsen og Sivertsen, 2007). Með erfðum er átt við að vandamál megi rekja til taugafræðilegra ágalla og með umhverfi er átt við magn og tegund áreita. Margar af kenningunum sýna að sterk tengsl geta verið á milli þessara tveggja þátta en breytilegt er þó hvor þessara þátta er ríkjandi (Sigmundsson og Pedersen, 2000). Flest börn sýna þó að hvert aldurs skeið hefur ákveðna getu til að ná vissum þroska, sem gerir okkur mögulegt að lýsa þeirri þróun sem á sér stað við þroska barna (Moen, Jacobsen og Sivertsen, 2007).

1.2. Hreyfivandi

Hreyfivandi er hugtak sem notað er yfir börn sem glíma við skerta færni við leik og/eða íþróttaiðkun. Þegar talað er um hreyfivanda er átt við að barnið hefur lélegri hreyfiþroska en búast má við hjá barni á tilteknum aldri (Henderson, 1992). Hreyfivandi barna tengist annað hvort fínhyfingum, grófhreyfingum eða báðum. Þegar skert hreyfigeta er farin að hafa áhrif á daglegar athafnir án nokkurrar greinanlegar ástæðu, hvorki líkamlegrar né andlegrar er oft talað um klunnaleg börn (Sigmundsson og Haga, 2010; Wilson, Thomas og Maruff, 2002). Erfitt er greina og sjá af hverju barninu gengur illa með daglegar athafnir eins og að klæða sig, burstu tennur, teikna, skrifa, hoppa, grípa og kasta bolta (Sigmundsson, Ingvaldsen og Whiting, 1997).

Börn sem eiga erfitt með að hreyfa sig og eru með sterka sjálfsvitund geta fundið til vanmáttarkenndar og finnst ekki eins gaman og öðrum börnum að leika sér og taka síður þátt í leikjum með jafnöldrum sínum. Niðurstöður rannsóknar Bouffard og féлага, (1996) sýnir að börn með hreyfivandamál hreyfa sig minna en börn með eðlilega hreyfifærni og halda sig oft til hlés og horfa á jafnaldra sína að leik á skólalóðinni (Bouffard, Watkinson, Thompson, Dunn og Romanow, 1996). Of lítil hreyfing barna ýtir enn frekar undir slaka hreyfifærni og seinkunar á hreyfiþroska þeirra (Henderson, 1992). Þau dragast fljótt aftur úr jafnöldrum sínum í hreysti vegna minni hreyfigetu. Þessi börn eru í aukinni hættu á því að falla ekki inn í hópinn og verða fyrir einelti (Haga og Sigmundsson, 2005; Leemrijse, 2000).

Rannsóknir sýna að á meðal jafnaldra gefur góð hreyfifærni börnum ákveðna stöðu og er jákvæð fyrir sjálfsmynd þeirra (Hermundur Sigmundsson, 2001). Á sama hátt leiðir skert hreyfifærni af sér laka stöðu og skerta sjálfsmynd. Oft byggjast vinsældir barna á færni þeirra í leikjum og íþróttum en góð hreyfifærni getur skipt sköpum, sérstaklega hjá strákum sem leika sér meira í hópum (Leemrijse, 2000).

Poulsen og Ziviani (2004) segja erlendar skólaskýrslur sýna að stór hluti barna með hreyfivanda eiga færri vini, eru lítið virk á leikvöllum og vilja frekar vera áhorfendur en þátttakendur (Poulsen og Ziviani, 2004). Þau eru meira einangruð og eiga á hættu að vera skilin útundan vegna neikvæðni og árásarhneigðar. Börn á aldrinum 6-10 ára með skerta hreyfifærni geta lent í því að vera skilin útundan vegna klunnaskapar (Smyth og Anderson, 2000), þau geta oft ekki sparkað í boltann, hlaupið hratt og hrasa jafnvel í sífellu. Börn geta líka kosið að draga sig í hlé vegna eigin vanmáttarkenndar og vilja ekki að aðrir sjái þegar þeim mistekst (Schoemaker og Kalverboer, 1994). Skólaskýrslur sýna einnig að börn sem eru klunnaleg eiga færri vini, eru félagslega einangruð og líklegri til að lenda í neikvæðum aðstæðum og riskingum við aðra á skólalóðinni. Mörg þessara barna taka það upp hjá sér að vera trúðar bekkjarins eða þeir seinheppnu til að fela veikleika sína (Losse, Henderson, Elliman, Hall, Knight og Jongmans, 1991). Þessi einangrun veldur því að börnin kunna hreinlega ekki að nálgast hópinn og vantar þá félagsfærni sem þarf til þess (Haga og Sigmundsson, 2005). Ætla mætti að börn fái næga hreyfingu dags daglega við að hoppa, klifra, kasta, hlaupa, synda og hjóla, en þau börn sem eiga við hreyfivanda að etja og samhæfingarvandamál þufa annars konar örvun og/eða þjálfun (Haga og Sigmundsson, 2005). Þess vegna er mjög brýnt að líta vandamál þessara barna alvarlegum augum (Hermundur Sigmundsson, 2001).

Athuganir hafa sýnt fram á langtíma áhrif skertrar hreyfifærni á félagslegu hliðina (Poulsen og Ziviani, 2004), mörg þessara barna eiga erfið unglingsár og glíma við erfiðleika seinna á lífleiddinni ef ekki er gripið inn í með viðeigandi hreyfiþjálfun (Haga og Sigmundsson, 2005). Rannsóknir hafa einnig sýnt fram á að börn sem eru með skerta hreyfifærni þurfa á markvissri þjálfun að halda (Losse, o.fl., 1991), hreyfivandi hverfur ekki af sjálfu sér, þó lítið geti út fyrir að einkenni dvíni með árunum (Geuze og Börger, 1993). Ef börn njóta ekki þjálfunar munu flest þeirra eiga

við einhver vandamál að stríða, félagsleg og/eða líkamleg, tíu árum eftir að þau voru fyrst prófuð (Losse, o.fl., 1991). Niðurstöður athugana sýna að sú ályktun manna að smávægilegur hreyfivandi hefði lítil áhrif þegar til langs tíma væri litið sé beinlínis röng. Þróunin getur verið þannig að þessir einstaklingar eiga erfitt félagslega, andlega og líkamlega alla ævi (Haga og Sigmundsson, 2005).

1.3. Skilgreining á klunnaskap

Ástæður fyrir klunnaskap barna geta verið vegna ýmissa raskana, eins og heftarlömun, einhverfu eða vöðvasjúkdóma. Svo eru það börnin sem eru einfaldlega klunnaleg í hreyfingum án nokkurrar greinanlegrar ástæðu, hvorki líkamlegrar né vitsmunalegrar (Wilson, Thomas og Maruff, 2002). Klunnaskapur barna getur verið frá því að vera mildur í það að vera alvarlegur. Talað er um hreyfivanda eða samhæfingar vandamál þegar klunnaskapur barna hefur áhrif á þeirra daglegu athafnir, án þess að um sé að ræða fötlun eða röskun af einhverju tagi (Deway, o.fl., 2002). Rannsóknir sýna að 6-10 % af skólabörnum í Noregi, á aldrinum 7-10 ára, eiga við hreyfivandamál að stríða og teljast klunnaleg (Sigmundsson, Ingvaldsen og Whiting, 1997). Rannsóknir í öðrum löndum sýna svipaðar niðurstöður og útkoman í Noregi gerir.

1.4. Börn með taugasálfræðilegar raskanir

Undanfarin ár hefur athygli fræðimanna í auknum mæli beinst að vissum hópi barna og unglunga sem eiga við ákveðin vandamál að stríða, svo sem skerta athygli, ójafnan hreyfiþroska og vandamál tengd skynjun eða Deficits in Attention, Motor Control and Perception (DAMP) (Gillberg og Rasmussen, 1982). Öll fæðumst við með þroskamynstur taugasálfræðilegra styrkleika og veikleika, orsakir á röskun í þroskamynstri má oft finna í erfðafræðilegum þáttum. Veikleikar í þroskamynstri eru stundum það miklir eða á það óheppilegum sviðum að það háir barni við þau verkefni það þarf að takast á við í námi og leik. Þroskamynstur taugasálfræðilegra veikleika og styrkleika barna byggir á því að svæði heilans starfa misvel, tengslabrautir eru misgreiðar og framkvæmdastjórn og skipulag er misjafnlega skilvirkt (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Upp að vissu marki telst þessi misstyrkur eðlilegur, en stundum er hann óheppilegur og frávikin geta stundum verið það mikil að misstyrkurinn verður afbrigðilegur og hefur áhrif á daglegar athafnir barns.

Fyrir rúmum 100 árum síðan benti George Still hinu læknisfræðilega samfélagi í fyrsta skipti á börn með samsetningu af athyglis, áhuga, hvatningar, samhæfingar og námsörðugleikum (Barkley, 1998). Síðar var vísað í þessa erfiðleika með ýmsum fræðiheimum, eins og Minimal Brain Damage/Dysfunction (MBD), Attention Deficit Disorder (ADD), Hyperkinetic Disorder (HKD), Deficits in Attention Motor Control and Perception (DAMP) og Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) (Gillberg, 2003). Áhugi fyrir því að veita þessum börnum stuðning hefur aukist hægt en ákveðið eftir að Still setti fram þessar athugasemdir.

Marga þætti í starfsemi heilans má rannsaka með ítarlegum taugasálfræðilegum prófunum (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Einnig má kortleggja taugasálfræðilega styrkleika og veikleika barna, eða með öðrum orðum þroskamynstur þeirra. Skoðaðir eru meðal annars þættir sem liggja að baki greindarvísitölu, hreyfiþáttum, minniþáttum, úrvinnsluþáttum og skipulagsþáttum, einnig eru atferlis- og aðlögunarþættir skoðaðir ásamt samskiptafærni og tilfinningaþroska, þessir þættir tengjast heilastarfsemi og eru mismunandi sterkir frá náttúrunnar hendi. Má því segja að taugasálfræðin rannsaki tengslin milli starfsemi heilans og atferlis.

1.5. Skynsvið

Í bókinni *Að hreyfa sig og hjúfra* talar Þóra Þóroddsdóttir (2001) um börn sem hafa litla einurð, lítið þol, eru klunnaleg í hreyfingum og eiga erfitt með að una sér í leik með öðrum börnum (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Þessi börn eru að öllu öðru leyti ósköp venjuleg, þau eru skynsöm, dugleg, heilbrigð og vel gefin, en daglegar athafnir við leik og störf eru þeim erfið. Þau eiga erfitt með að vinna úr þeirri fjölbreytilegu reynslu sem við verðum látlaust fyrir dag hvern, þannig að úr geti orðið skipulögð heild. Þóra kys að kalla þessi börn *skynreiðubörn* í bók sinni.

Skynsvið er samheiti yfir t.d. jafnvægisskyn, þyngdar-, hreyfi- og stöðuskyn, heyrnar- og sjónskyn, bragð- og lyktarskyn og snertiskyn okkar sem er húðin (Goldstein, 2002). Samvinna þessara skynfæra er gríðarlega mikilvægt í gagnaöflun okkar og úrvinnslu vegna alls þess áreitis sem við verðum fyrir í sífellu. Það sem gerir skynsvið okkar svo sérstakt er að við erum ekki meðvituð um útkomuna eða niðurstöðuna. Þó er þyngdarskynið undirstaða eðlilegs þroska og afgerandi í sambandi við heilbrigði og sálarró einstaklinga (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Síðar á

lífsleiðinni er þyngdarreynsla okkar mikilvæg í sambandi við lestrarþroska og ekki síður skriffærni og tilfinningu gagnvart stærðfræði. Þyngdarskyn okkar gefur undirvitundinni upplýsingar um eigin þyngd og afstöðu og hraða miðað við umhverfi okkar. Þannig þroskast rúmlægt skyn okkar, bæði innra með okkur og eins í nær- og fjarlægu rúmi (Goldstein, 2002). Að auki áttum við okkur á óravíddum eins og tíma, nauðsynlegt er að þessi tilfinning sé til staðar og að hún sé virk. Hún hefur sérstaka þýðingu fyrir samvinnu skynsviðanna og heildarútkomu alls þess sem við upplifum.

Húðskynið og þyngdarskynið eiga margt sameiginlegt, þau þroskast á sama tímabili og örvast af sams konar áreiti (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Í húðinni er mikill fjöldi skynfruma sem stöðugt senda okkur skilaboð. Þannig finnum við t.d. fyrir sársauka, hita, kulda, hvar og hvernig við erum snert og muninn á blautu og þurru, þannig bæði leiðbeinir húðin okkur og verndar. Þegar barn er á ferð og flugi, hoppar eða dettur þá öðlast það margvísleg húðáreiti, ef barn er aftur á móti skelkað og þorir ekki að hreyfa sig og leikur sér ekki frjállega er húðáreiti lítið. Bæði þyngdarskyn og húðskyn eru undirstaða eða grundvöllur þess að við getum sameinað allar tilfinningar í eina heild, því er svo mikilvægt að þau þroskist snemma og hafi forskot á önnur svið.

Heilinn sameinar skilaboð frá fleiri en einu skynsviði þannig að úr geti orðið skiljanleg heild, þannig er *skynreiða* skilgreind (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Flest okkar skynja með öllum líkamanum og við greinum fjölbreytt áreiti sem heildaráhrif. Um leið og við skynjum umhverfið erum við meðvituð um okkur sjálf, hvernig við stöndum og berum okkur að við daglega iðju, við finnum hvernig fötin eru á okkur og hvort sokkarnir eru á sínum stað. Þessi vitund í heild, að skynja allt sem í kringum okkur er, en geta jafnframt einbeitt okkur að verki þrátt fyrir að okkur klæi bakvið eyrað, að buxurnar séu aðeins óþægilegar eða að hún Magga tali aðeins of hátt, er í raun og veru kjarni sjálfrar skynreiðunnar. Barn sem flokkast sem skynreiðubarn á hins vegar erfitt með að einbeita sér og er fangið af þessu öllu samtímis, augnablikið líður hjá í eins konar óreiðu, hugurinn getur ekki einbeitt sér og dreifist í allar áttir. Þessu barni reynist ákaflega erfitt að sía mikilvæg boð frá minna mikilvægum, og þrátt fyrir góða hæfileika ganga verkefnin hægt og stíðlega og félagsleg samskipti og samvera eru barninu erfið.

Þegar talað er um hreyfifærni er yfirleitt greint á milli gróf- og fínhreyfinga (Hermundur Sigmundsson, 1999), skynreiðubarnið á oftast við örðugleika að stríða á báðum sviðum (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Þar sem fínhreyfingar eru yfirleitt augljósari er það oft ástæða þess að barni er vísað til meðferðar, í stað þess að bent sé á að barnið sé með skertan skynþroska eða klunnalegar grófhreyfingar. Eigi barn erfitt með að teikna og skrifa, borði sóðalega, sulli og fari illa með hluti þá er það yfirleitt vegna þess að skynþroska barnsins er ábótavant. Í beinu framhaldi af þessu er það nánast undantekningarlaust að grófhreyfifærni barnsins er einnig slök. Þetta barn hefur lítið úthald og stöðugleika í öllum líkamanum, skortir líkamsvitund og afstöðutilfinningu.

1.6. Hreyfifærni

Til þess að gera tekist á við þær líkamlegu hreyfiúrlausnir sem koma fyrir við daglegt amstur þarf góða hreyfifærni (Berg og Kippe, 2006). Algengt er að fólk haldi að sú færni sem barn á grunnskólaaldri hefur öðlast komi af sjálfu sér, ef lítið er til þess þroska sem barnið hefur gengið í gegnum má glögglega sjá að mikil æfing liggur að baki slíkri færni, sömu hreyfingar eru endurteknar marg oft og þannig eykst færni barna markvisst og hjá flestum börnum án örvunar eða hvatningar.

Hugtakið hreyfifærni, eða færnin við að hreyfa sig, er notað í margs konar samhengi og erfitt er að skilgreina það. Hugtakið nær í grundvallaratriðum yfir allt það sem hefur með hreyfingar okkar að gera, ekki bara líkamsrækt og íþróttir heldur einnig þær hreyfingar sem við þurfum að framkvæma við daglegar athafnir, eins og að borða með hníf og gaffli, klæða okkur, burstu tennur, ganga, hlaupa og hoppa (Hermundur Sigmundsson, 2001). Hreyfifærni felur bæði í sér líkamlega og andlega þætti sem verða vegna flókens samspils tauga og vöðva (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Líkamlegu þættirnir vinna að því að byggja upp starfsemi líkamans en andlegu þættirnir eru til dæmis ímyndun, hugsun, skynjun og tilfinning. Einnig flokkast samfélagslegir þættir undir andlega sviðið, eins og umhverfið, vinirnir, fjölskyldan og væntingar okkar. Þannig má segja að hreyfifærni sé sambland af andlegu og líkamlegu ferli sem hefur á óbeinan hátt áhrif á hæfileika okkar til að stjórna eða nota líkamann við ákveðnar hreyfiúrlausnir (Berg og Kippe, 2006). Hreyfinám, hreyfistjórnun, hreyfivandi og hreyfiþroski eru undirflokkar hreyfifærni og eru atriði sem hafa áhrif hvert á annað og hreyfifærni byggist á (Sigmundsson og Pedersen, 2000).

Til að ná góðri hreyfifærni er börnum nauðsynlegt að hafa náð ákveðnum hreyfiþroska, að þau hafi fengið þau tækifæri sem þarf til að þjálfa upp hreyfinguna (hreyfinám) (Sigmundsson og Pedersen, 2000). Því fleiri tækifæri sem börnin fá til þjálfunar og hreyfingar, þeim mun meiri verða framfarir á hreyfifærni þeirra og hreyfinám á sér stað. Félagsleg staða barna getur einnig haft áhrif á þróun hreyfiþroska og hreyfifærni, klunnaleg börn vilja oft ekki vera með í leik (Smyth og Anderson, 2000) og hreyfa sig því minna. Ef hreyfifærni barna er góð eru auknar líkur á því að þau hreyfi sig, þau verða áhugasamari og mynda meiri og sterkari félagsleg tengsl og fá þannig aukið áreiti og um leið hreyfingu. Fjölbreytt hreyfinám stuðlar að auknum hreyfiþroska, með auknum hreyfiþroska verður hreyfifærni og stjórnun betri, sem getur komið í veg fyrir hreyfivandamál (Sigmundsson og Pedersen, 2000).

Leikfimitímar reynast klunnalegum börnum oft erfiðir, ærslin, hamangurinn og hraðinn sem myndast oft þar sem mög börn eru að leik eða stunda íþróttir saman (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Þetta vekur hjá barninu ónotatilfinningu og ekki er ólíklegt að leikfimitímin fari að *gleymast* heima. Örðugleikar barnsins verða einnig afar augljósir í útifríi í skólanum, annað hvort vegna harkalegrar hegðunar og slagsmála eða, það sem mun algengara er, að barnið hverfur inn í eigin skel og heldur sig utan hópsins.

Samkvæmt Aðalnámskrá grunnskóla (1999), undir kafla um íþróttir- líkams- og heilsurækt, er talað um að öll börn eiga rétt á hreyfingu við hæfi. Viðfangsefnin eiga að hafa öllum nemendum, þau eiga að fara eftir þroska, hæfni og áhugamálum þeirra (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999). Nemendur á sama aldri geta verið staddir á mismunandi stað varðandi hreyfigetu og færni. Kennslu- og aðferðafræði við kennslu skólaíþróttá snýst í aðalatriðum um að koma til móts við þarfir nemenda á þeirra grundvelli, til að slíkt beri árangur þarf að huga að líkamlegri virkni og getu hvers og eins.

Íþróttakennsla í skólum er tvíþætt, annars vegar skólaíþróttir og hins vegar skólasund (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999). Hlutverk íþróttakennslu í skólum er að stuðla að því að börn nái þeim markmiðum sem sett eru og höfða til líkams- og heilsuræktar

í samræmi við gildandi lög um grunnskóla. Mikilvægt er þó að líta á skólaíþróttir og skólasund sem eina heild þar sem lokamarkmiðið er meðal annars að stuðla að alhliða þroska hvers nemanda, efla heilsufar hans og afkastagetu. Markvisst íþróttastarf og hreyfinám hefur ekki bara góð áhrif á líkamlega heilsu og vellíðan nemenda, heldur hefur öll hreyfing jákvæð áhrif á andlega og félagslega líðan.

Eitt af því mikilvægasta sem hver skóli getur veitt nemendum sínum, er að styrkja sjálfsmynd þeirra og vellíðan (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999). Það er gert með markvissum æfingum og leikjum þar sem einblýnt er á að hafa þroskapætti að leiðarljósi. Alhliða hreyfing og leikir, sem höfða til beggja kynja og allra aldurshópa, eru þættir sem ættu að vera ríkjandi við kennslu íþróttanna í skólum. Nemendur þurfa að finna að tjáningar og sköpunar gleði þeirra fái að njóta sín og að verkefni höfði til þeirra, þannig skapast grundvöllur fyrir áframhaldandi áhuga á iðkun leikja og hreyfináms (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999). Eins og með margt þá er það samstarf heimilis og skóla sem skiptir svo miklu máli, sérstaklega þegar kemur að börnum sem eiga við einhver vandkvæði að stríða. Þegar um hreyfivanda ræðir er mikilvægt að veita foreldrum vitneskju um líðan barnsins, hreysti þess og hvernig félagsleg aðlögun gengur í skólanum, bæði í kennslustundum og útifríi. Einng er mikilvægt að foreldrar gefi upplýsingar um barnið svo hægt sé að koma til móts við þarfir þess eins og kostur er (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999).

Markmið skólaíþróttanna og skólasunds eru flokkuð innan fjögurra mismunandi efnisflokka varðandi þroskapætti.

- skynþroska og hreyfiþroska
- líkamsþroska og fagurþroska
- félagsþroska, tilfinningaþroska og siðgæðisþroska
- vitsmunþroska

Skýr markmið innan efnisflokka þroskapáttanna leggja grunn að skipan náms og kennsluháttum (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999). Við framsetningu markmiða skal gera ráð fyrir því að megin hluti nemenda nái þeim markmiðum sem sett hafa verið, samt sem áður er mikilvægt að koma til móts við þá nemendur sem einhverja hluta vegna fylgja ekki þorra nemenda og eru á eftir í náminu. Að auki þarf að koma

til móts við þá nemendur sem skara fram úr í námi og finna þeim einnig verkefni við hæfi.

„Hverjum kennara og skóla ber að fylgjast vandlega með því hvernig nemendum gengur að ná þeim námsmarkmiðum sem aðalnámskrá og skólinn setja þeim. Námsmat miðar að því að afla sem öruggastrar vitneskju um árangur skólastarfsins og hvernig einstökum nemendum eða hópum gengur að ná settum markmiðum. Megintilgangur námsmats er því sá að afla upplýsinga sem hjálpa nemendum við námið, örva þá og hvetja til að leggja sig enn betur fram“ (Íþróttir- líkams- og heilsurækt, 1999).

Hreyfifærni er okkur gríðarlega mikils virði og án hennar ættum við erfitt með alla okkar framkvæmd. Hreyfingar okkar og hreyfigeta er vel sjáanleg og þær endurspeglar hver við erum og hvernig við berum okkur, minnsta hreyfifötlun er því mjög augljós og vex okkur oft í augum. Atferli okkar og hegðun byggist á heilastarfsemi (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Flókið atferli felur í sér flókna heilastarfsemi, þar sem mörg svæði þurfa að vinna saman. Skynhluti heilans er hulinn öðrum og því er síður tekið eftir skynfötlun eða seinþroska skynsviða, vegna þess að skerðingin er ekki sýnileg gleymist oft að veita meðhöndlun og örvun við hæfi. Það að hreyfifærni sé góð eða ekki, með tilliti til fimi, takts, hraða, öryggis, nákvæmni og léttra áreynslulausra hreyfinga, er algjörlega háð því að skynsviðin hafi náð að þroskast á eðlilegan hátt. Til að vel gangi þurfa þessi svæði að starfa skilvirk, tengslabrautir milli þeirra þurfa að vera greiðar og góð framkvæmdastjórn þarf að vera fyrir hendi sem samhæfir og skipuleggur.

1.7. Hreyfifærniþróf

Hreyfiþroska barna er ekki hægt að mæla beint en hins vegar óbeint með því að styðjast við hreyfifærniþróf. Þessi þróf mæla fleiri þætti sem gefa að lokum til kynna hvar barn er stöðugt varðandi hreyfifærni (Sigmundsson og Pedersen, 2000). Til eru ýmis þróf til að mæla hreyfifærni, þau skiptast að mestu í tvo flokka, svonefnd meginþróf, sem leggja áherslu á hversu mikið hvert barn getur gert og eigindleg þróf þar sem aðallega er skoðað hvaða færni er til staðar. Þessi þróf mæla einnig fleiri þætti, til samans gefa þessir þættir til kynna hvar barnið er stöðugt varðandi hreyfiþroska.

Movement Assessment Battery for Children (M-ABC), The Test of Motor Impairment (TOMI) og Bruininks Oseretsky Test of Motor Proficiency (BOTMP), eru mest notuðu meginlegu prófin (Sigmundsson og Pedersen, 2000). Eigindlegu prófin eru aðallega lögð fyrir þegar um staðlaðar taugafræðilegar rannsóknir er að ræða, þá er einkum leitast við að greina hugsanlegar taugafræðilegar niðurstöður.

Movement Assessment Battery for Children (M-ABC), sem er það próf sem allra mest er notað í rannsóknum á hreyfifærni, var þróað af Sheila Henderson og David Sugden árið 1992, prófið er staðlað fyrir börn á aldrinum 4-12 ára á meginlandi Evrópu og Bandaríkjunum aldurshóp (Sigmundsson og Pedersen, 2000). Prófið hefur ekki verið staðlað á Íslandi, þannig að þegar það er notað hér á landi er gengið út frá því að íslensk börn hafi álíka hreyfifærni og önnur börn í Evrópu og Bandaríkjunum. Movement ABC inniheldur 8 hlutapróf á 3 sviðum, sviði fínhreyfinga, boltafærni og jafnvægis. Þrjú af þeim átta hlutum prófsins prófa fínhreyfingar, tvö prófa boltafærni og þrjú prófa jafnvægi. Gefin eru stig á bilinu 0-5 í hverju hlutaprófi, bestí árangur eru 0 stig en 40 stig sá lakasti. Barn sem fær 13.5 stig eða hærra flokkast í hóp sem kalla má *klunnaleg börn* (e. clumsy children), sem þýðir með öðrum orðum að barnið er á meðal þeirra slökustu 5% í sínum aldurshópi. Barn sem fær stig á bilinu 10-13,5 fellur í þann hóp sem kallast á ensku *borderline*, það barn er þá á meðal 15% slökustu barnanna í sínum aldurshóp.

Árið 1984 þróuðu Zimmer og Volkamer hreyfiþroskapróf sem kallast: MOT 4-6 (Angela Koopers, 2003). Prófið hentar til þess að meta hreyfiþroska barna á aldrinum 4-6 ára. Prófið er bæði einfalt og fljótlegt í framkvæmd, sem er helsti kostur þess. Flestir sem vinna með hreyfingu barna ættu að geta nýtt sér þetta próf og metið hreyfifærni barna, sem segir svo til um það hvar þau eru stödd í samanburði við eðlilegan hreyfiþroska við tiltekinn aldur (Erlingur Jóhannsson o.fl., 2003). Ekki er nauðsynlegt að hafa mikla þekkingu á hreyfingu barna til að notast við prófið, fyriræli eru einföld og ef þeim er fylgt ættu niðurstöður að vera nokkuð markvissar (Angela Koopers, 2003). Ókostir eru helstir að ípróttaáhöld þarf að nota og sá sem tekur prófið þarf að þekkja barnið nokkuð vel. Ástæðan er aðallega sú að barnið er öruggara með þeim sem það þekkir og skorar hærra á prófinu en ella. Sérstaða

prófsins meðal annara hreyfigreininga er að það tekur á aldurshópnum 4-6 ára, þau börn eru á mörkum þess að vera komin með nægan þroska til að taka þátt í slíku mati.

Prófið er uppbyggt á 18 verkefnum sem lögð eru fyrir börnin sem kanna eftirfarandi: samhæfingu, færni, liðleika, fínhreyfingar, jafnvægi, viðbragðshæfni, hraða, stökkkraft og nákvæmni hreyfinga (Angela Kooper, 2003). Þetta mat nýtist best fyrir börn á leikskólaaldri og í 1. bekk grunnskóla, ef grunur leikur á að börn séu með skertan hreyfiþroska hentar þetta próf vel til að sjá hvar barnið er stutt varðandi hreyfiþroska sinn.

Það viðmið eða skilgreining sem talað er um varðandi börn með hreyfiþroskaröskun eða samhæfingarvandamál eru á reiki (Sigmundsson og Haga, 2010). Samkvæmt staðli *American Psychiatric Association* (Fagleg samtök sálfræðinga í Bandaríkjunum) er talað um að barn þurfi að eiga við erfiðleika að etja varðandi allavega 4 svið hreyfifærniprófsins Movement Assessment Battery for Children (M-ABC), til að flokkast undir það að eiga við hreyfiþroskaröskun að etja. Flest börn sem talað er um að eigi við hreyfiþroskaröskun að stríða eiga oftast aðeins erfitt með eitt svið M-ABC prófsins. Notkun orðasambandsins hreyfiþroskaröskun ætti ekki að nota yfir börn sem ekki uppfylla þetta viðmið, notkun þess getur gefið misvísandi upplýsingar varðandi barnið og hvort það flokkast undir úrtak rannsóknar um hreyfiþroska.

Þessi niðurstaða sýnir hversu mikilvægt er að setja skýr viðmið svo niðurstöður rannsókna verði nákvæm og gefi glögga mynd af því hvernig og hvar börn standa varðandi hreyfiþroska og hvort einhverjar raskanir séu til staðar. Mikilvægt er að samhæfa skor á hreyfifærniprófum svo hægt sé að skilgreina hvaða börn þurfa á hvatningu og þjálfun að halda vegna hreyfi erfiðleika.

Þrátt fyrir að mörg börn glími við hreyfivandamál, eru þau ekki öll með andleg eða líkamleg vandkvæði sem falla undir það að vera greiningarhæf (Sigmundsson og Haga, 2010). Þau börn sem flokkast undir það að vera *klunnaleg* eiga ef til vill ekki heima í rannsókn sem leitast við að greina ástæður samhæfingarvandamála og hvernig hægt er að minnka áhrif slakrar hreyfifærni á barn með snemmtækri örvun og

þjálfun. Niðurstöður rannsókna og matstækja eins og hreyfifærniþróf, ákvarða hvaða hæfni skal þjálfra og læra, hvað er mikilvægt fyrir barnið að geta og kunna. Aukin athygli beinist að því hvernig þjálfra skal barnið og hvort skilyrði í umhverfinu eru hvetjandi eða letjandi til slíks (Sigmundsson og Haga, 2010).

2. Snemmtæk íhlutun - e. early intervention

Allir foreldrar fylgjast spenntir með þroska barna sinna og vilja veg þeirra sem mestan. Við skynjum því fljótt ef barnið okkar er seinna til en önnur börn og líkur eru á að hreyfiproski þeirra sé hægari en eðlilegt getur talist. Við gerum samanburð við önnur börn og áhyggjur vakna ef eldra systkini eða barn vinafólks er fljótara til en okkar eigið barn. Mikilvægt er að við berum áhyggjur okkar undir bæði fjölskyldu, vini og heilbrigðisstarfsfólk. Því fyrr sem hreyfivandi er greindur því betur gengur að viðurkenna og greina vandamálið og hefja fyrirbyggjandi aðgerðir (Tryggvi Sigurðsson, 2008). Rannsóknir hafa sýnt að góð hreyfifærni styrkir sjálfsmynd barna og hefur áhrif á félagslega stöðu þeirra (Hermundur Sigmundsson, 2001).

Með snemmtækri íhlutun er átt við þjónustu sem veitt er börnum frá fæðingu til 6 ára aldurs, með fötlun eða önnur frávik í þroska og hegðun og fjölskyldum þeirra, rannsóknir hafa sýnt að frá 0-6 ára aldurs er þroskaframvinda hröðust og hæfni til náms hvað mest (Tryggvi Sigurðsson, 2000). Snemmtæk íhlutun í dag er ekki einungis til þess fallin að efla greind og vitsmunapróska heldur er lögð áhersla á eflingu félagsþroska og betri hegðun, en sýnt hefur verið fram á að þeir þættir hafa afgerandi áhrif á það hvernig börnum með þroskahamlanir vegnar í skólagöngu sinni (Tryggvi Sigurðsson, 2008).

Snemmtæk íhlutun er þýðing á enska hugtakinu *early intervention*. Erfitt er að þýða hugtakið þannig að innihald orðsins komist fullkomlega til skila. Fyrri hluti orðsins höfðar til þess sem gerist snemma á lífsleiðinni, síðari hluti þess höfðar til aðgerða eða inngríps af einhverju tagi. Snemmtæk íhlutun vísar því til inngríps eða aðgerða sem eiga sér stað snemma í lífi barns (Tryggvi Sigurðsson, 2008). Hugtakið á sér áratugalanga sögu, skilgreiningar snemmtæktrar íhlutunar eru fjölmargar en flestar eru þær sammála um að áherslan skal lögð á að hafa áhrif á þroskaframvindu barna með frávik í þroska eins snemma á lífsleiðinni og unnt er. Aðaláhersla snemmtæktrar

íhlotunar er að styrkja fjölskyldur barnanna og þannig geta til dæmis erfiðar félagslegar aðstæður gefið tilefni til íhlotunar áður en barnið fæðist. Námsárangur barna getur staðið og fallið með félagslegum þroska þeirra (Tryggvi Sigurðsson, 2008).

Margar rannsóknir frá fyrri hluta síðustu aldar renndu stoðum undir kenningar þess efnis hversu mikilvæg fyrstu æviárin eru fyrir allan síðari þroska einstaklingsins (White, 1975). Um miðbik síðustu aldar var byrjað að nota skiplegar aðgerðir til þess að hafa áhrif á þroskaframvindu barna undir grunnskólaaldri, þessar aðgerðir litu dagsins ljós áður en hugtakið *snemmtæk íhlotun* varð þekkt og notað eins og í dag. Rannsóknir frá árinu 1960 hafa sýnt að greindarvísitala barna með Downs-heilkenni lækkaði töluvert á fyrstu árunum ef þau nutu ekki mikillar örvunar (Tryggvi Sigurðsson, 2008). Þannig er hægt að álykta að árangur af snemmtækri íhlotun er ekki alltaf mældur í auknum vitsmunabroska heldur einnig hvort að hægt sé að koma í veg fyrir afturför.

Nauðsynlegt er að hefja íhlotun um leið og einhverjar grunsemdir vakna um erfiðleika hjá barninu, eins og seinkun á hreyfifærni (Tryggvi Sigurðsson, 2008). Þar með má segja að gamlir frasar eins og *bíðum og sjáum til og þetta lagast örugglega* séu úreltir því þetta viðhorf leiðir til þess að mjög dýrmætur tími, þar sem auðveldast er að hafa áhrif á þroska barnsins, glatast. Rannsóknir sem gerðar hafa verið á snemmtækri íhlotun hafa sýnt fram á að slíkt inngríp hefur áhrif til aukins þroska ásamt betri heilsu og líðan barna (White, 1975). Mikil áhersla er lögð á íhlotun með þjálfun í athöfnum daglegs lífs, eins og málþroska, félagslegum samskiptum, gróf- og fínhreyfingum. Þannig eru þessir hæfnisþættir örvaðir hjá barninu og ýtt undir þroskaframvindu þess (Tryggvi Sigurðsson, 2008).

2.1. Hreyfileikir

Flest börn á leikskólaaldri hreyfa sig yfirleitt mikið og fá þau oft útrás fyrir hreyfiþörf sína í gegnum leik. Hreyfiþroski barna örvast í gegnum hreyfileiki og einnig hjálpa leikir barninu að kynnast líkama sínum og öðlast betri færni við líkamsbeytingu sína (Gundersen, 1994). Í gegnum leikinn læra börn margt og þau finna sér erfiðari verkefni og ögra sjálfum sér, með því að prófa eitthvað nýtt og krefjandi í umhverfi sínu, finna nýjar og þroskandi hreyfingar sem auka um leið hreyfifærni þeirra. Ekki

eru öll börn dugleg að finna sér ný og krefjandi hreyfi verkefni og börn sem eru klunnaleg þurfa oft hvatningu og fyrirbyggjandi aðgerðir í forni þjálfunar og örvunar, bæði varðandi hreyfingu og skynjun (Þóra Þóroddsdóttir, 2001).

Þar sem mörg börn dvelja stóran hluta dagsins á leikskólum skipar hlutverk leikskólans stóran sess varðandi hreyfingu ungra barna og hvatningu til hreyfingar. Á mörgum leikskólum eru skiplagðar hreyfistundir og hreyfileikir en samkvæmt Lýðheilsustöð (2008) ættu ung börn að stunda hreyfingu af einhverju tagi, bæði erfiða og miðlungs erfiða, í það minnsta 60 mínútur dag hvern (Ráðleggingar um hreyfingu, 2008). Með fjölbreyttri hreyfingu er hægt að styrkja flesta þætti líkamshreystis, eins og lungu, hjarta og æðakerfi, vöðvastyrk, viðbragð, liðleika og samhæfingu. Mikilvægi þess að leikskólar og heimili vinni saman er mikið, þannig er hægt að veita þeim börnum sem sýna einhver veikleikamerki varðandi færni af einhverju tagi eftirfylgni og greina vanda þeirra snemma og veita þeim markvissa og viðeigandi þjálfun og örvun með snemmtækri íhlutun (Tryggvi Sigurðsson, 2008).

Áætlað er að í Svíþjóð séu 5-7% allra 6 ára barna með vandamál sem krefjast sértækra úrræða og eru drengir þar þrisvar til fimm sinnum fleiri en stúlkur (Gillberg og Rasmussen, 1982). Við upphaf skólagöngu verða vandamál klunnalegra barna yfirleitt mun augljósari en á leikskólaaldri. Erfitt getur verið fyrir þau að greina á milli b og d eða 49 og 94, svo bæði lestur og stærðfræði vaxa þeim í augum (Þóra Þóroddsdóttir, 2001). Mikilvægt er að vandamál þessara barna séu greind snemma og að unnið sé með veikleika þeirra og styrkleikar eflir og nýttir á jákvæðan hátt eins snemma og hægt er til að koma í veg fyrir aukinn vanda og efla færni þeirra og styrk.

Rannsókn sem gerð var á íslenskum börnum sem höfðu sótt ungbarnasund á aldrinum 2-7 mánaða sýndi að þau stóðu framur varðandi samhæfingu handa og augna um 4 ára aldur en þau börn sem höfðu ekki farið í ungbarnasund (Sigmundsson og Hopskins, 2009). Niðurstaða þessarar rannsóknar sýnir að miklar líkur eru á að hreyfing og örvun barna á fyrstu æviárum sínum sé þeim til hagsbóta, sér í lagi þeim sem síðar eiga við hreyfivandamál að stríða. Sund er áhrifarík hreyfing þar sem örvun er margvísleg og hreyfing í vatni er flestum auðveld, með eða án aðstoðar.

Einkenni góðrar snemmtækrar íhlutunar eru fyrst og fremst markviss vinnubrögð sem byggja á vísindalegum aðferðum, samvinnu fagfólks og náinni samvinnu með foreldrum (Tryggvi Sigurðsson, 2008). Til þess að snemmtæk íhlutun beri tilætlaðan árangur þarf hún að vera vel upp byggð og útfærð þannig að hún stuðli að auknum framförum og aukinni færni varðandi þá þætti sem unnið skal með, hvort sem um ræðir hreyfifærni, málþroska eða vitsmunapróska. Í dag eru fleiri þættir taldir mikilvægir eins og félagsfærni barns ásamt aðlögunarhæfni og hegðun. Þegar barn fær markvissa þjálfun og kennslu er mikilvægt að taka mið af aldri þeirra og þroskastigi.

Þrjár meginástæður eru fyrir því að áriðandi er að byrja snemmtæka íhlutun strax og frávik af einverju tagi koma í ljós hjá barni. Mikilvægt er að ýta undir þroskaferli barna með því að veita viðeigandi stuðning. Í öðru lagi að veita fjölskyldunni viðeigandi aðstoð og þriðja er að efla fjölskylduna til þess að skapa samfélagslegan ávinning (Tryggvi Sigurðsson, 2008). Þessi atriði skipta miklu máli að ótaldri stöðugri viðleitni til að bæta þá þjónustu sem stendur ungum börnum með þroskavandamál og foreldrum þeirra til boða.

3. Félagssproski

Öll fæðumst við sem félagsverur og strax í frumbersku reyna börn að tengjast öðrum með eftirhermu áhrifum, eins og að blikka augunum, reka út úr sér tunguna og opna og loka munninum, þannig fá þau jákvæð viðbrögð frá öðrum (Bee, 2000). Sem félagsverur þarfnast börn náinna tengsla bæði við fullorðinna og önnur börn, þessi tengsl eru mjög ólík en jafn nauðsynleg á sinn hátt. Kenningar Willard Hartup og John Bowlby eru að mörgu leyti líkar, báðir tala um mikilvægi þess að börn eigi góð félagsleg tengsl við bæði fullorðna og einnig börn á sama þroskastigi. Með þessum ólíku samskiptum er mismunandi markmiðum barnins og þörfum uppfyllt og þannig þróa börnin með sér skilvirk félagsleg tengsl. Nauðsynlegt er að börnin finni að þau séu vernduð og finni til öryggis. Leiðbeinslu finna börn hjá þeim fullorðnu en samskipti á jafnréttis grundvelli finna þau hjá öðrum börnum með sömu áhugamál og á svipuðu þroskastigi. Suma reynslu geta þau aðeins lært af jafningjum sínum, eins og samvinnu og hvað felst í einlægri vináttu (Shaffer og Kipp, 2007; Bee, 2000). Auðvelt er að glöggva sig á mikilvægi þess að tengjast félagslega og tilfinningalega

fullorðnum og börnum og hversu stórt atriði það er að eiga vini. Góða vini sem fylgja manni í gegnum barnæskuna og jafnvel fram á fullorðinsár.

3.1. Félagsfærni

Félagsfærni er lærð hegðun sem börn öðlast smátt og smátt allt sitt líf (Bee, 2000). Þau læra af þeim sem eru í þeirra nánasta umhverfi hvernig æskilegt er að haga sér. Félagsfærni getur skipt sköpum þegar kemur að því að eiga í samskiptum við aðra og hefur áhrif á það hvernig börn mynda tengsl við önnur börn. Félagsfærni hefur einnig áhrif á það hvernig börnum gengur að takast á við tilfinningar sínar og tjá bæði jákvæðar og neikvæðar tilfinningar, með orðum jafnt og líkamstjáningu. Sá sem býr yfir ríkri félagsfærni á auðvelt með að lesa í umhverfi sitt og aðstæður og sjá hvaða hegðun er æskileg þá stundina.

Félagsfærni barna tekur miklum breytingum á árum miðbernskunnar. Þegar börn eru á aldrinum 6-12 ára er þörfin fyrir að eiga félagi á sama aldri og tilheyra einhverjum hópi mikil (Shaffer og Kipp, 2007). Það er einmitt á þessum aldri sem börn tengjast sterkum tilfinningaböndum við vini sína, meira en áður og oft meira við þá sem hafa svipuð áhugamál en ekki eins mikið eftir atferli eða gildum (Bee, 2000). Vináttubönd á þessum aldri mótast meðal annars af breyttum skilningi barna á vináttu og aukinni innsýn í hugarheim annarra. Hugmyndir þeirra um vináttu fela í sér að vinum falli vel hvor við annan, þeir hafi ánægju af að umgangast hvorn annan, hjálpið að, hafi sömu áhugamál eða segi hvort öðru leyndarmál. Þannig leggja þau áherslu á tvíhliða samband (Shaffer og Kipp, 2007).

Samkvæmt kenningum Selmans eru börn á 3. stigi gagnkvæms samskiptaskilnings þegar barnið getur greint í sundur sitt eigið viðhorf frá almennum viðhorfum (Shaffer og Kipp, 2007; Bee, 2000). Það getur sett sig í spor annarra og veit að aðrir geta sett sig í þeirra spor. Einnig getur barnið samræmt sjónarmiðin út frá meðalsjónarmiðinu í hópnum (Shaffer og Kipp, 2007). Um leið og samskiptaskilningur þróast, þróast einnig vináttuskilningur. Elkind talar um að á aldrinum 8-10 ára sé bilið á milli kynja mikið og börnin sækja mest í vináttusambönd við aðra af sama kyni (Turner og Helms, 1995). Rannsóknir hafa sýnt að börn kjósa frekar að leika við börn af sama kyni eða öðrum kynþætti en af gagnstæðu kyni (Bee, 2000). Hér kemur sterkt inn hversu ólík áhugasvið telpna og drengja eru og um leið þeir leikir sem þau aðhyllast.

Börnin verja æ meiri tíma með jafnöldrum sínum og eignast gjarnan ákveðna vini (Shaffer og Kipp, 2007) Í slíkum samskiptum þroskast félagsleg hæfni barna mikið, jafnvel meira en í samskiptum við fullorðna að mati sumra, einnig þroskast sjálfsvitund þeirra (Bee, 2000). Börn öðlast öryggi við að eiga vini og hefur sú tilfinning jákvæð áhrif á þá mynd sem þau hafa af sjálfum sér í samskiptum við aðra. Börn sem ekki eiga vini og er jafnvel hafnað í félagahópi sýna minni félagshæfni en önnur börn. Til dæmis eiga vinalítill börn erfitt með að tileinka sér almennar reglur í samskiptum sem lærast í félagahópnum, eins og tillitssemi, sem skiptir svo miklu máli þegar reynt er að aðlagast vinahópnum. Leikir, íþróttir og starfsemi í frístundum heilla börnin og þau velja sér vini og féлага með svipuð áhugamál og þau sjálf. Samkeppnin er mikil á þessum aldri, sérstaklega hjá drengjum (Turner og Helms, 1995). Þeirra vinasambönd einkennast oft af stórum hóp féлага og þeir eiga gjarnan marga góða vini á meðan stelpur eiga frekar eina góða vinkonu og þeirra samband er kært og náið.

Hópiþróttir eru vinsælar á miðbernskunni. Það að vera partur af liði er börnunum mikilvægt og gefur þeim færi á að þróa líkamlega og andlega færni sína og leggja sitt af mörkum. En hópiþróttir geta líka verið börnum erfiðar (Þóra Þóroddsdóttir, 2001), það að þurfa að standa sig vel svo það bitni ekki á liðinu er krefjandi hlutverk (Shaffer og Kipp, 2007). Þau börn sem ekki eru með góða hreyfifærni eru sérstaklega veik fyrir þarna, þar sem gerðar eru miklar kröfur til þeirra og að þau skemmi ekki möguleika hinna í hópnum til að sigra. Í sumum hópleikjum eru börnin látin velja sjálf í lið og eins og gefur að skilja vill engin hafa þann *vonlausu* í liði með sér. Börnin með slöku hreyfifærni eru venjulega valin síðust og sitja þá uppi með þá tilfinningu að vera ekki eftirsótt eða vera hreinlega óvelkomin í liðið. Skilaboð sem þessi hafa mikil áhrif á sjálfsmýnd þeirra.

Sjálfsmýnd barna á þessum árum hefur þroskast á þann hátt að hún er sálrænni, sértækari og samræmdari (Shaffer og Kipp, 2007). Hún er ekki lengur bundin við líkamlega eiginleika, heldur vísar nú einnig til innri eiginleika og hæfileika. Á þessum aldri kemur í ljós hvaða börn eru leiðtogar í hópnum og hverjir fylgja (Turner og Helms, 1995). Þau þróa með sér framtakssemi eða vanmáttarkennd og á þessum aldri vinna þau sér inn ákveðna stöðu innan hópsins í gegnum tiltekna hæfni. Ef börn

finna til veikleika sinna og þeim mistekst að þróa með sér þá hæfni sem samfélagið og hópurinn ætlast til af þeim munu þau þróa með sér vanmáttarkennd í stað framtaksssemi (Bee, 2000). Álit félaganna á þeim skipta börnin miklu. Mikið keppnissskap einkennir þennan aldur, oft meira en góðu hófu gegnir og viðmiðun við aðra er áberandi. Börnin einblína gjarnan á takmarkanir sínar og vankanta. Það að mistakast í hópleikjum og íþróttum rennir stoðum undir þá ímynd sem börn með lélegt sjálfstraust hafa á sjálfum sér (Shaffer og Kipp, 2007).

3.2. Vinsæl börn

Í flestum hópum eru börn sem eru vinsælli en önnur, þau eru leiðandi og vinamörg. Það er margt sem virðist hafa áhrif hverjir verða vinsælir og enginn einn afgerandi þáttur. Þau eru passlega áræðin, það er að segja hvorki of frek eða of feimin. Gott lundarfar hjálpar til og þau eru oft dugleg að leysa vandamál og kunna að beina reiði sinni og annarra í þann farveg að það eyðileggi ekki samskiptin og auki ekki ósættið í hópnum (Shaffer og Kipp, 2007). Þau kunna að meta aðstæður og koma á réttan hátt inn í leiki eða samræður sem eru þegar í gangi. Að vera aðlaðandi í útliti og með heillandi persónuleika hefur einnig mikið að segja.

Námshæfileikar eru líka einn þáttur sem er mikilvægur. Mikilvægara er þó að sýna góða félagsfærni og vitræna færni og að geta hagað sér á réttan hátt í mismunandi félagslegum aðstæðum. Það er reyndar misjafnt eftir samfélögum hver þessi „rétti háttur“ er, það fer eftir menningu og hún er breytileg milli staða (Shaffer og Kipp, 2007). Börn sem eru félagslega sterk eru mótandi aðilar fyrir tískustrauma og setja oft viðmið sem hinir eiga að fylgja. Oft er nauðsynlegt að eiga „réttu“ gallabuxurnar, skólatöskuna og þess háttar. Rannsóknir hafa sýnt að uppeldishættir hafa áhrif á félagshæfni barna. Svo virðist vera að leiðandi foreldrar sem setja börnum sínar skýrar, en sanngjarnar reglur ali upp börn sem eru vel liðin í jafningjahópnum (Shaffer og Kipp, 2007).

3.3. Óvinsæl börn

Stærsti hluti barna, ef svo má að orði komast, eru í miðjunni, þau eru hvorki vel né illa liðin, fljóta með straumnum. En því miður er samt sem áður einhver hluti barna sem eru beinlínis óvinsæl. Þau börn skortir félagslegu hæfnina sem er svo nauðsynleg í samfélaginu. Ástæðurnar geta verið margar, en þó er rétt að benda á að það er oft

eins og litla sem enga ástæðu þurfi til að lenda í þessum hóp. Börn sem að eiga erfitt með skap sitt eiga oft á hættu að verða óvinsæl, þau reiðast illa, eru viðkvæmari og grátgjarnari, það sama á við um þau feimnu og hlédrægu (Shaffer og Kipp, 2007).

Börn sem skortir félagslega hæfni eiga oft erfitt með að lesa í aðstæður og koma á óviðeigandi hátt inn í samræður eða leiki (Shaffer og Kipp, 2007). Sum börn eru óaðlaðandi í útliti og það er eins og það sé nóg, eða að þau geti ekki tekið þátt í þeirri félagsmótun eða tískustefnum sem börn sem eru þeim sterkari félagslega setja. Á þessum árum er sjálfsmynd barna að mótast og tengist áliti sem aðrir hafa á þeim (Bee, 2000). Sjálfsmynd óvinsælu barnanna er yfirleitt ekki sterk fyrir og verður hún enn neikvæðari við þennan félagslega stimpil og þau álíta sig oft heimsk, misheppnuð og vonlaus. Þau gefast upp og loka sig stundum af (Shaffer og Kipp, 2007). Einmanaleikinn er mikill hjá þessum börnum, sum þeirra eiga engan að sem þau geta kallað vin. Vinaleysi og einmanaleiki getur haft langvarandi áhrif svo sem kvíða og depurð sem getur fylgt einstaklingnum fram á fullorðinsár ef ekki er gripið inn í.

3.4. Félagsfærniþróf

Margar skilgreiningar eru til á hugtakinu félagsfærni og á meðal fræðimanna eru hugtök eins og félagshæfni, félagsgreind, félagsþroski og samskiptafærni notuð yfir sama hlutinn, félagsfærni. Fjölmörg þróf hafa verið hönnuð og skilgreiningar hafa verið settar fram varðandi félagsþroska og hversu sterkir einstaklingar eru á sviði félagslegrar færni. Félagsfærniþróf sem Gresham og Elliott (1990) þróuðu til að mæla félagsfærni hefur komið mjög vel út í samanburði við önnur slík þróf, prófið kallast Social skill rating system (SSRS) (Gresham og Elliott, 1990) og er talið mun yfirgrípsmeira og ítarlegra en önnur slík þróf (Demaray og Ruffalo, 1995). Prófinu er stigskipt eftir aldri þeirra barna sem taka eiga prófið og einnig eru ólíkar útgáfur af prófinu sem fer eftir þátttakendum, þetta fyrirkomulag þykir einn stærsti kostur prófsins, mismunandi útgáfur eru fyrir börn, foreldra og kennara. Prófið mælir ákveðni, sjálfsstjórn og samvinnu barna á mismunandi aldurskeiðum (Gresham og Elliott, 1990).

Annað þróf til mats á félagsfærni hefur einnig notið nokkurrar vinsældar, það er þróf sem kallast Social skill inventory (SSI) (Riggio, 1989). SSI prófið metur félagsfærni eftir 6 sviðum, þrjú atriði flokkast undir félagslega sviðið og hin þrjú undir

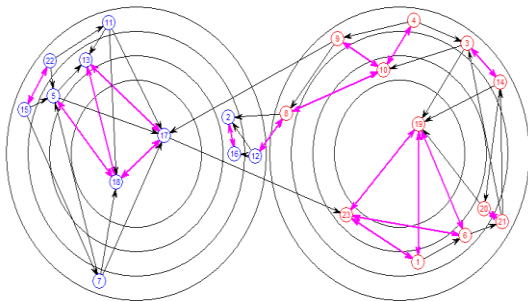
tilfinningalega sviðið. Þannig flokkast samtöl og orð undir félagslega færni en samskipti milli fólks án orða (líkamstjáning) flokkast undir tilfinningalega færni. Tilfinninga- og félagslega færnin flokkast svo í næmni, tjáningu og stjórn. Félagfærnin er metin sem félagsleg og tilfinningaleg næmni einstaklingsins ásamt tjáningarfærni og sjálfstjórn. Skilgreiningin á félagslegri næmni er getan til þess að túlka orð og taka eftir, kunna að sýna umhyggju og hafa þekkingu á þeim reglum og gildum sem ríkja í samfélaginu (Shaffer og Kipp, 2007). Getan til að túlka og virða tilfinningar annarra, viðhorf þeirra, yferráð og skoðanir flokkast undir tilfinningalega næmni (Riggio, 1989). Tilfinningaleg og félagsleg tjáning er getan til að tjá tilfinningar og langanir sínar ásamt því að hefja og halda uppi samræðum. Félagsleg stjórn er að hafa stjórn á orðum sínum og hvernig einstaklingur kynnir sig og kemur fram, stjórnin sem einstaklingur býr yfir á þögul samskipti sín flokkast sem tilfinningaleg stjórn.

Verkfæri sem er orðið þó nokkuð þekkt og notað í grunnskólum á Íslandi er svokölluð tengslaggreining (Socoan Tengslaggreining, án árs). Forritið sem um ræðir kallast Socoan tengslaggreining, forritið vinnur úr gögnum frá tengslakönnun sem lögð er fyrir heilan bekk, framkvæmir tengslaggreiningu á niðurstöðum og býr til tengslarit og skilar tengslaskýrslu. Með því að leggja slíka tengslakönnun fyrir bekkinn má á fljótlegan og nokkuð einfaldan hátt fá mynd af tengslum innan hópsins. Myndin sýnir hverjir eru líklegir til að vinna vel saman eða vera saman við tiltekna aðstæður, eins og útifrí eða ferðalög. Einnig gefur tengslakönnunin nokkuð skýra innsýn inn í félagslega stöðu einstaklinganna, eins og vinsældir og höfnun. Vel sést hvaða nemendur eru einangraðir félagslega og þannig hægt að kanna hverju sætir, ástæður geta verið margsvíslegar og ekki alltaf neikvæðar. Viðkomandi getur t.d. átt vini í öðrum bekkjum. Ef þurfa þykir er nauðsynlegt að grípa til viðeigandi aðgerða til þess að reyna að koma þeim einstaklingum sem standa utan við hópinn inn í hann. Einnig þarf að skoða hvort einelti gæti verið orsök fyrir þessari einangrun.

Áður en tengslakönnunin er lögð fyrir bekkinn er mikilvægt að börnin þekkist nokkuð vel, treysti þeim sem tekur könnunina og að allir viti hver tilgangurinn er og að úrvinnsla verði unnin af sama aðila og leggur könnunina fyrir þau og aðeins sá aðili fái að sjá svör þeirra (Socoan Tengslaggreining, án árs). Könnunin er uppbyggð á

nokkrum spurningum, eins og hjá hverjum þau vilja helst sitja í kennslustund eða með hverjum þau vilja helst vera með í útifrí, ekki er gott að spyrja um fleiri en 8 atriði. Hver nemandi þarf að telja upp 3 félagi sem hann vill vera með eða vinna með við tiltekna aðstæður.

Úrvinnsla er tvíþætt, annars vegar í formi stigatöflu þar sem nemendur fá stig þegar þeir eru valdir af félagi sínum (Socoan Tengslsagreining, án árs). Þannig sýnir taflan hversu oft Jón lendir í 1. sæti hjá félögum sínum, við það fær hann 3 stig, 2. sæti gefur tvö stig og 3. sæti eitt stig, taflan telur stigin. Þegar stigin hafa verið talin teiknar forritið svokallað tengslarit eða tengslamynd.



Tengslamynd sem sýnir pílta og stúlkur aðgreind, tveir hringir. Vinsælu börnin eru innst í hringnum en óvinsæl yst í hringnum.

upp, stúlkur og pílta aðskilda og einnig í einni mynd. Þeir einstaklingar sem fá flest stig og eru þá *vinsælust* í hópnum raðast innst í hringinn og fæst stig yst. Þeir sem ekki fá nein stig lenda utan við hringinn. Ef tengslin eru gagnkvæm þá er litað breitt strik á milli einstaklinga með ör í báðar áttir, ef tengsl eru hins vegar aðeins í aðra áttina er strikið mjórri og píla vísar á þann sem valinn er.

Þrátt fyrir að tengslakönnun taki stuttan tíma og niðurstaða sýni glögga mynd af félagslegum tengslum innan hópsins er mikilvægt að fara varlega í túlkun niðurstöðunnar, þeir nemendur sem standa vel innan hópsins geta samt sem áður átt við vanlíðan að stríða. Einnig þarf að fara varlega í túlkun á þeim einstaklingum sem fáir velja, það segir okkur í raun eingöngu að fáir í þessum tiltekna hóp völdu þennan einstakling. Góðir vinir gætu leynst í öðrum félagahópi. Því er mikilvægt að fylgjast vel með öllum þeim sem í bekknum eru og hvernig þeim líður bæði andlega og félagslega. Þessi tengslakönnun er hugsuð til glöggvunar á félagslegum tengslum og stöðu, nauðsynlegt getur verið að notast við aðrar leiðir til að styrkja niðurstöður hennar.

Fjallað er um félagslega hegðun undir mörgum ólíkum nöfnum og skilgreiningum. Félagsleg hegðun eða atferli stjórnast af ákveðnu félagskerfi, félagsleg hegðun mótast af hegðun annarra, hegðun sem hefur einnig áhrif á einstaklinginn (Bee, 2000). Að geta sett sig í spor annarra, sýnt samkennd og samhyggð og tekið þátt í tilfinningum annarra er grundvöllur félagslegrar hegðunar. Félagsfærni er samspil atriða í fari fólks sem auðvelda samvinnu og samskipti við aðra. Viðeigandi hegðun er mikilvæg og skiptir máli til að öðlast viðurkenningu og samþykki í því samfélagi sem við hrærumst og lifum í, hvort sem það er í leik eða starfi.

Niðurstaða

Í byrjun var það von mín að fá svar við rannsóknarspurningu minni; „*Hefur klunnaskapur barna áhrif á félagslega stöðu þeirra?*”, hef ég og leitast við að fá svar við þeirri spurningu með rannsóknarvinnu minni. Niðurstöður gefa sterklega til kynna að samhengi sé á milli hreyfifærni barna og félagslegrar stöðu þeirra og vinsælda innan hópsins. Eftir þetta mjög svo áhugaverða og skemmtilega ferðalag mitt í gegnum rannsóknir, greinar, hugtök og tengt efni, er mér ljóst að það er ekkert eitt svar við þeirri spurningu hvort börn með góða hreyfifærni eru vinsælli en önnur.

Svo virðist sem börn sem búa yfir góðri hreyfifærni öðlist með því ákveðna stöðu meðal jafnaldra sinna og verði því vinsælli félagar fyrir vikið. Börn sem eru klunnaleg eiga það til að hreyfa sig minna og taka jafnvel ekki þátt í leik með öðrum börnum sem eykur líkur á félagslegri einangrun þeirra. Slík einangrun getur valdið því að félagsfærni þeirra verður ekki eins sterk og þau standa oft höllum fæti gagnvart því að eignast féлага á sama aldri. Það eru þó aðeins vísbendingar sem gefa okkur jú ástæðu til að ætla að vinsældir og hreyfifærni haldist í hendur, líklega er það vegna margra samverkandi líkamlegra og andlegra þátta sem tengjast og valda jafnvel vandkvæðum á fleiri sviðum, eins og hreyfiþroska, málþroska og félagsfærni.

Börn á aldrinum 6-10 ára með skerta hreyfifærni geta lent í því að vera skilin útundan vegna klunnaskapar, oft geta þau ekki sparkað í bolta, hlaupið hratt og hrasa jafnvel í sífellu. Barn getur líka kosið að draga sig í hlé vegna eigin vanmáttarkenndar og vill ekki að aðrir sjái þegar því mistekst. Erlendar skólaskýrslur sýna einnig að börn sem eru klunnaleg eiga oft færri vini og eru líklegri til að lenda í neikvæðum aðstæðum og riskingum við aðra á skólalóðinni. Orsökina gæti hugsanlega verið sú að klunnaleg börn eru oft félagslega einangruð og eru ekki eins sterk félagslega og sú færni sem þarf til samskipta við önnur börn bíður hnekki. Færni þeirra til að eignast féлага er ekki góð og einnig getur félagsleg einangrun orsakað skerta sjálfsmynd. Rannsóknir hafa einnig sýnt fram á að börn sem eru með skerta hreyfifærni þurfa á markvissri þjálfun að halda, hreyfivandi hverfur ekki af sjálfu sér, þó litið geti út fyrir að einkenni dvíni með árunum. Njóti börn sem teljast klunnaleg ekki skipulagðrar og markvissrar hreyfiþjálfunar munu flest þeirra eiga við einhver vandamál að stríða, félagsleg og/eða líkamleg, tíu árum eftir að hreyfifærni þeirra var fyrst athuguð.

Athuganir hafa sýnt fram á langtíma áhrif skertrar hreyfifærni á félagslegu hliðina, mörg þessara barna eiga erfið unglingsár og glíma við erfiðleika seinna á lífsleiðinni ef ekki er gripið inn í á viðeigandi hátt, eins og með snemmtækri íhlutun. Þróunin getur orðið þannig að þessir einstaklingar eiga erfitt félagslega, andlega og líkamlega alla ævi.

Klunnaleg börn vilja oft gleymast eða verða útundan vegna þess að þau eru ekki með greiningu á vandamáli sínu því oft er hvorki líkamlega né andlega orsök að finna á hreyfivanda þeirra. Mikilvægt er að vandamál þessara barna séu greind og að unnið sé með veikleika þeirra og styrkleikar eflir og nýttir á jákvæðan hátt. Þar koma leikskólar sterkir inn og hlutverk þeirra er mikilvægt því mörg börn dvelja stóran hluta dagsins þar. Með eftirfylgni frá heimili og leikskóla ásamt mati á hreyfifærni barna á leikskólaaldri má grípa inn í fyrir en ella með viðeigandi hætti, með snemmtækri íhlutun má þjálfar upp hreyfifærni þessara barna. Markviss hreyfiþjálfun ungra barna getur haft jákvæð áhrif á fjölmarga þætti sem varða almenna færni einstaklinga. Skipulögð hreyfing og leikir efla félagslegan þroska barna og sjálfstraust þeirra, eykur færni við fín- og grófhreyfingar, örvar ímyndunaraflíð og þjálfar skynfæri þeirra ásamt því að æfa jafnvægi og samhæfingu. Þannig má með skipulagðri þjálfun má koma í veg fyrir aukinn hreyfivanda og þannig styrkja sjálfsmynd og um leið félagsfærni þessara einstaklinga.

Eins og sjá má hér að ofan eru sterkar líkur á því að hreyfifærni barna og félagsleg staða þeirra haldist í hendur. Með mati á hreyfifærni og snemmtækri íhlutun á leikskólum má efla klunnaleg börn og þjálfar færni þeirra. Með þjálfun standa þau betur að vígi gagnvart félögum sínum með góða hreyfifærni og þannig aukast líkur á því að þeim vegni betur félagslega. Hreyfing er öllum mikilvæg og skipulagðir leikir auðvelda þeim börnum sem vilja halda sig til hlés að taka þátt á sínum forsendum. Í gegnum leik öðlast börn færni og sjálfstraust sem hjálpar þeim að virkja félagsleg tengsl sín og efla félagsfærni sína.

Lokaorð

Það kom mér á óvart að samkvæmt rannsóknum í Noregi má fullyrða að 6-10% skólabarna á aldrinum 7-10 ára eiga við hreyfivandamál af einhverju tagi að stríða. Skert hreyfifærni er ört stækkandi vandamál sökum hreyfingarleysis, börn sitja við sjónvarp og tölvur meira en hollt getur talist. Ásamt tölvunni er farsíminn stór áhrifavaldur þegar kemur að hreyfingarleysi og einnig félagslegri einangrun. Börn sem nota SMS (smá skilaboð) kerfi farsímans mikið eru jafnvel minna hæf til að eiga mannleg samskipti þar sem stór hluti samskipta fer fram í gegnum tölvur (MSN) og farsíma (SMS). Hreyfingarleysi vindur svo upp á sig með fleiri vandamálum eins og offitu. Þá er kominn upp vítahringur sem erfitt getur verið að rjúfa og líklegt að fylgi barninu upp á unglings og fullorðinsár og verði viðvarandi vandamál. Það er því til mikils að vinna að grípa inn í og rjúfa hringinn og aðstoða viðkomandi í átt til betri líkamlegrar og þá um leið félagslegrar færni því eins og sýnt hefur verið fram á eru líkur á tengslum þarna á milli í yfirgnæfandi tilfella.

Hér þarf að koma til fræðsla um afleiðingar langsetu og hreyfingarleysis og jafnvel aukin samvinna á milli heimilis og leikskóla/skóla varðandi fjölbreyttari og meiri hreyfingu dags daglega. Gaman væri að sjá í nýrri aðalnámskrá grunnskóla, sem er í sífelldri endurskoðun, að aukin áhersla verði lögð á hreyfingu og útivist, útivist er góð og holl hreyfing og um leið hægt að fræðast um nærumhverfi og sjá möguleika til eflingar á hreyfingu í því umhverfi sem barnið býr í. Leikir sem stundaðir eru úti eru frjálsglegir og flest börn geta verið með á sínum forsendum og tekið þátt eftir eigin getu og vilja. Með því að setja ákvæði í námskrá að allir nemendur gangist undir hreyfifærniþróf í líkingu við MOT eða Movement ABC má í upphafi skólagöngu sjá hvernig börn standa á sviði hreyfifærni og grípa til fyrirbyggjandi aðgerða ef þurfa þykir.

Mannleg reisn er mikilvæg, öllum er það nauðsyn á hverjum tíma æviskeiðsins að halda reisn. Hafa tækifæri og stuðning til að vera til á eigin forsendum og vera viðurkenndur sem slíkur. Í seinni tíð hefur útlits og fullkomnunardýrkun verið vaxandi og henni hefur fylgt meira óþol fyrir frávikum. Sjálfskipaðar útlits- og heilsulöggur vaða uppi í fjölmiðlum og glanstímaritum með staðalímynd af fullkomnum einstaklingi og þau duldu skilaboð, að til þess að falla inn í hópinn, inn í

elítu fallega og fullkomna fólksins þurfi að samsvara þessari ímynd og þar er því miður ekki mikið rúm fyrir klunnalega einstaklinga. Það er nefnilega svo, eins sorglegt og það er, að sá heilsusamlegi lífstíll sem verið er að gera að tískufyrirbæri hjá ungu fólki snýst í raun mikið frekar um útlit og ljósabekkjabrána líkama með tígullegum og kynþokkafullum öruggum hreyfingum heldur en heilbrigðar sálir í hraustum mismunandi líkögum. Þetta getur hæglega aukið á vandamál þeirra sem geta ekki samsamað sig þessari tilbúnu ímynd, upplifa sig sem öðruvísi vegna einhverra frávíka í líkamsburði eða útliti. eru klunnaleg í hreyfingum og samsama sér ekki í þeim félagslegu aðstæðum sem eru í nærumhverfi okkar.

Öll börn eiga að eiga þess kost að hreyfa sig á sínum forsendum, það geta ekki allir skarað fram úr í leikjum og íþróttum frekar en lestri, skrift og reikningi. En eins og sést hér að ofan vill það því miður gerast að börn sem eru ekki með góða hreyfifærni verða útundan og hrekjast úr leikjum vegna klunnaskapar eða athugasemda frá öðrum börnum. Fordómar og vanþekking eru þar að verki og nauðsynlegt er að tala við börnin okkar og fræða þau á því að ekki séu allir jafn góðir í fótbolta eða körfubolta. Mörg börn kjósa að vera ekki með í hópíþróttum og eru þá litin hornauga og jafnvel dæmd út frá því. Margir einstaklingar sem ekki taka þátt í hópíþróttum eru afburða góð í sundi, bardagaíþróttum eða skíðum, vilja keppa sem einstaklingar ekki í hóp. Því miður er það oft svo að lítil bæjarfélög geta ekki boðið upp á mikið úrval þegar íþróttir eru annars vegar og fótboltinn er aðalmálið. Allir ættu þó að geta fundið eitthvað við sitt hæfi með lausnamiðaðri hugsun og öðlast þannig betri hreyfifærni, aukið sjálfstraust og öðlast betri sjálfsmynd. Það leiðir svo af sér betri líðan og öryggi og jafnvel þörf fyrir að prófa nýja hluti.

Sýnum gott fordæmi, vinnum saman að því að efla og styrkja hreyfingu barna okkar.

Í Fákum, ljóði Einarssonar, stendur þessi ljóðlína:

„Allt er lífsins þrá eftir hreyfing og krafti“.

Þannig er það með flest okkar en þó ekki öll.

Heimildaskrá

- Angela Koopers. (2003). Mot 4-6 (Motoriktest für vier- bis sechsjährige Kinder). *Heinrich Heine Universität Düsseldorf*. Þýskaland: Institut für Sportwissenschaft.
- Barkley, R.A. (1998). History. *Barkley RA, ed. Attention Deficit/ Hyperactivity disorder, 3-49*. Handbook for diagnosis and treatment (2. útgáfa). New York: Guilford.
- Bee, Helen. (2000). *The developing child*. Boston: Allyn & Bacon.
- Berg, A. og Kippe, K. (2006). *Smábarnas kroppsliege verden. Sansemotorisk utvikling hos barn 0-3 år*. Oslo: Sebu Forlag.
- Bouffard, M., Watkinson, E.J., Thompson, L.P., Dunn, J. L. C., Romanow, S. K. E. (1996). A test of the activity deficit hypothesis with children with movement difficulties. *Adapted Physical Activity Quarterly, 13*, 61-73.
- Carruth, B.R. og J.D. Skinner. (2002). Feeding Behavior and Other Motor Development in Healthy Children (2-24 Months). *Journal of American Collage of Nutrition, 21* (2), 88-96.
- Demaray, M.K. og Ruffalo, S.L. (1995). Social skills assessment: A comparative evaluation of six published rating scales. *School Psychology Review, 24*, (4), 648-672.
- Deway, D., Kaplan, B.J., Crawford, S. G. og Wilson, B. N. (2002). Developmental coordination disorder: Associated problems in attention, learning, and psychosocial adjustment. *Human Movement Science, 21*, 905-918.
- Erlingur Jóhannsson, Þórarinn Sveinsson, Sigurbjörn Árni Arngrímsson, Brynhildur Briem og Þórólfur Þórlindsson. (2003). *Holdafar, líkamsástand, hreyfimylnstur og lífnaðarhættir 9 ára barna í Reykjavík haustið 2002*. Reykjavík: Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.

- Friðrik H. Jónsson og Sigurður J. Grétarsson. (2007). *Gagnfræðakver handa háskólanemum* (4. útgáfa). Reykjavík: Háskólaútgáfan.
- Geuze, R. og Börger, H. (1993). Children who are clumsy: Five years later. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 10, 10-21.
- Gillberg, C. (2003). ADHD and DAMP: A General Health Perspective. *Child and Adolescent Mental Health*, 8 (3), 106-113.
- Gillberg, C. og Rasmussen, P. (1982). Perceptual, motor and attentional deficits in six-year-old children. Screening procedure in preschool. *Acta Paediatrica Scandinavica*, 71, 121-129.
- Goldstein, E. B. (2002). *Sensation and perception*. Pacific Grove, Canada: Wadsworth.
- Gresham, F.M. og Elliott, S.N. (1990). *The Social Skills Rating System*. Circle Pines, Minnesota: American Guidance Service.
- Gundersen, K.A. (1994). *Börn og íþróttir*. (Karl Guðmundsson þýddi). Reykjavík: Íþróttasamband Íslands, fræðslunefnd.
- Haga, M. og Sigmundsson, H. (2005). Hvilken betydning har motorisk kompetanse hos barn i forhold til sosiale, psykologiske og fysiske faktorer? Í Horghagen, S., Jacobsen, K., og Ness, N.E. (Ritstj.) *Aktivitesperspektiv på dugnad, deltagelse og dagligliv*. (bls.164-176). Norge: Tapir Akademisk forlag.
- Henderson, S.E. (1992). Clumsiness or developmental co-ordination disorder: a neglected handicap. *Current Paediatrics*, 2, 158-162.
- Hermundur Sigmundsson. (1999). Börn með hreyfivanda. *Uppeldi og menntun*. (bls. 143-150). Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands. Reykjavík: Steindórsprent – Gutenberg hf.

Hermundur Sigmundsson. (2001). Hreyfiþroski. *Glæður*. (bls. 45-49). Félag íslenskra sérkennara. Prentsmiðjan Grafík hf.

Íþróttir- líkams- og heilsurækt. (1999). Aðalnámskrá grunnskóla. Reykjavík:

Menntamálaráðuneytið. Vefslóð:

<http://www.ismennt.is/vefir/namskra/g/itrottir/formali.html> [Sótt 16. febrúar 2011.]

Leemrisje, C. (2000). *Developmental coordination disorder. Evaluation and treatment. PhD thesis*. Amsterdam: Department of Occupational Therapy, Academic Hospital, Vrije Universitet.

Losse, A., Henderson, S. E., Elliman, D., Hall, D., Knight, E. og Jongmans, M. (1991). Clumsiness in children: Do they grow out of it? A 10-year follow-up study. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 33, 55-68.

Moen, E., Jacobsen, K.B. og Sivertsen, A. (2007). *Skrutt for skritt: barn og bevegelse. Fysisk forstring/kroppsoving i barnehage og grunnskole* (5. útgáfa). Nesbru : Vett & Viten.

Poulsen, Anne A. og Ziviani, Jenny M. (2004). Can I play too? *The Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71 (2), 100-108. Canada: CAOT.

Ráðleggingar um hreyfingu. (2008). Lýðheilsustöð. Vefslóð:

http://www.lydheilsustod.is/media/lydheilsa/NM30399_hreyfiradleggingar_baeklingu_r_lores_net.pdf [Sótt 19. apríl 2010].

Riggio, R.E. (1989). *Social Skills Inventory: Manual*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.

Rintala, P., Pienimäki, K., Ahonen, T., Cantell, M. og Kooistra, L. (1998). The effects of a psychomotor training programme on motor skill development in children with developmental language disorders. *Human Movement Science*, 17, 721-737.

- Schoemaker, M.M. og Kalverboer, A.F. (1994). Social and affective problems of children who are clumsy: how early do they begin? *Adapted Physical Activity Quarterly*, 11, 130-140.
- Shaffer, David R. og Kipp, Katherine. 2007. *Developmental Psychology. Childhood and Adolescence* (7. útgáfa). Belmont: Thomson Learning, Inc.
- Sigmundsson, H. og Haga, M. (2010). Research on children with developmental coordination disorder – some challenges! *Perceptual and Motor Skills*, 110 (1), 114-116. Bandaríkin: Ammons Scientific.
- Sigmundsson, H. og Hopskins, B. (2009). Baby swimming: exploring the effects of early intervention on subsequent motor abilities. *Child: care, health and development*, 36, 428-430. Bandaríkin: Blackwell Publishing Ltd.
- Sigmundsson, H. og Pedersen, AV. (2000). *Motorisk utvikling – nyere perspektiver på barns motorikk*. Oslo: Sebu forlag.
- Sigmundsson, H., Ingvaldsen, R.P. og Whiting, HT.A. (1997). Inter- and intrasensory modality matching in children with hand-eye coordination problems: exploring the developmental lag hypothesis. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 39 (12), 790-796. Bandaríkin: ISI Journal Citation Reports.
- Smyth, M.M. og Anderson, H. I. (2000). Coping with clumsiness in the school playground: Social and physical play in children with coordination impairments. *British Journal of Developmental Psychology*, 18, 389- 413.
- Socoan Tengslagreining*. (Án árs). Sagos.is. Vefslóð:
<http://www.sagos.is/index.php?lang=is> [Sótt 12. mars 2011].
- Tryggvi Sigurðsson. (2000). Snemmtæk íhlutun. Í Bryndís Halldórsdóttir, Stefán Hreiðarsson og Tryggvi Sigurðsson (Ritstj.), *Proskahömlun* (bls. 54-57). Fræðslurit gefið út af Greiningarstöð Ríkisins.

Tryggvi Sigurðsson. (2008). Snemmtæk íhlutun – yfirlit og áherslur. Í Bryndís Halldórsdóttir, Jóna G. Ingólfssdóttir, Stefán J. Hreiðarsson og Tryggvi Sigurðsson (Ritstj.), *Þroskahömlun barna, orsakir, eðli og leiðir til íhlutunar* (bls. 119-125). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Turner, Jeffrey S. og Helms, Donald B. (1995). Middle Childhood. *Lifespan Development* (bls. 324-369). New York: Harcourt Brace College Publishers.

Þóra Þóroddsdóttir. (2001). *Að hreyfa sig og hjúfra*. Akureyri: Ásútgáfan.

White, B. (1975). *The first three years of life*. Englewood Cliffs: Prentice-Halls.

Wilson, P.H., Thomas, P.R. og Maruff, P. (2002). Motor Imagery Training Ameliorates Motor Clumsiness in Children. *Journal of Child Neurology*, 17 (7), 491-498. California: Sage Publications.