



Vår dato:  
09.03.2009  
Saksbehandler:  
Hege Skoghus

Vår ref.:  
[www.nasjomp.no](http://www.nasjomp.no)  
E-post:  
[bestilling@nasjomp.no](mailto:bestilling@nasjomp.no)

## AD/HD: TILTAK I UNDERVISNINGEN

Den vedlagte artikkelen "MBD-barn i klassen - Tiltak i undervisningen", stod på trykk i Spesialpedagogikk 5/1992.

Mange finner fortsatt rådene i artikkelen nyttige, selv om betegnelsen MBD er byttet ut med AD/HD, og vi har fått flere nye lære- og hjelpemidler siden 1992, som f.eks data.

Vi viser til fagboka som NK ga ut i 2. utgave februar 2009:

*AD/HD, Tourettes syndrom og narkolepsi - en grunnbok*

Boka har bidrag fra flere NK-ansatte og dekker alle de tre diagnosene i et livsløpsperspektiv. Innholdet er, som NK selv, svært tverrfaglig lagt opp. Boka er vinklet både fra medisinsk, pedagogisk og psykologisk ståsted.

Dette er en grunnbok som egner seg både for pasienter, pårørende, hjelpeapparat og studenter innen pedagogikk eller helseutdanning som vil lære mer om AD/HD, Tourettes syndrom og narkolepsi.

NK-boka er tilgjengelig i bokhandelen eller direkte fra Fagbokforlaget: [www.fagbokforlaget.no](http://www.fagbokforlaget.no)

Med vennlig hilsen,

Gerd Strand  
senterleder

Hege Skoghus  
kontorleder

vedlagt artikkel på tre sider

# Tiltak i undervisningen

Gerd Strand arbeider ved en barnenevrologisk poliklinikk tilknyttet Haukåsen skole i Oslo. Hun er utdannet cand.polit., med sosialpedagogikk hovedfag og 2. avd. spes. ped. Hennes arbeid har i 20 år nå vært konsentrert rundt nevrologisk betingede lære- og atferdsvansker. Gerd Strand er med i Fagrådet i Foreldreforeningen for MBD-barn.



*I denne artikkelen gir Gerd Strand en rekke konkrete råd til lærere når det gjelder undervisning av barn med MBD.*

Barn med ADHD/MBD har en felles diagnose, men de er på ingen måte blåkopier av hverandre. Noen har omfattende problemer både med atferd og læring, noen har «bare» atferdsproblemer, noen har «bare» læreproblemer av forskjellig grad og art. Årsakene til atferds- og læreproblemer kan være høyst forskjellige. Felles for alle barn med ADHD/MBD er at de er en utfordring for lærerne såvel som foreldre. De fleste ADHD/MBD-barn er underyttere i forhold til skolearbeid. Deres intellektuelle kapasitet ligger vanligvis over faglig prestasjonsnivå, hvilket er til stor frustrasjon for barnet selv, foreldre og lærer.

En lærer som vil bidra til at ADHD/MBD-barnet skal utvikle seg optimalt, må i første omgang foreta en skikkelig kartlegging av atferd, oppmerksomhetsevne, motorikk, persepsjon, språk og kunnskapsnivå. Dette sammenholdes med resultatene fra medisinske og psykologiske undersøkelser. Denne kartlegging er grunnlaget for å lage individuell studieplan for eleven. Individuell studieplan er helt nødvendig for de fleste ADHD/MBD-barn, da svært få av dem kan følge vanlig metodikk og/eller progresjon i alle fag.

## Individuell studieplan

I en individuell studieplan hører det med en vurdering av behov for ekstraressurser.

- Kan dette barnet følge undervisningen hvis en assistent

er i klassen og sørger for at riktige bøker blir tatt opp, arbeid påbegynt og fullført?

- Må en del av undervisningen foregå i enesituasjon eller i liten gruppe?
- Er problemene så omfattende at barnet må ha hjelp hele tiden og dermed trenger undervisning i spesialklasse/skole for kortere eller lengre tid?
- Er samvær med andre barn i friminuttene så konfliktfylt at ekstraressurser må settes inn her for å lære barnet å leke sammen med andre barn?
- Hva med gymnastikktimene? Har barnet så store motoriske og perseptuelle problemer at av/påkledning og/eller selve gymnastikktimen ender i katastrofe? Har skolen da mulighet til å gi barnet gymnastikk i liten gruppe, eventuelt fysioterapi?

Gå sammen med barnet og foreldrene gjennom den generelle skolesituasjon og hvert enkelt fag. Finn ut hva barnet mestrer, hva det ikke mestrer. Lag så en detaljert, konkret plan for hvilke langsiktige mål man skal ha i de forskjellige fag og hvilke delmål man skal begynne med. Bli også enig om når opplegget skal vurderes for eventuelt å gjøre forandringer.

## Forskjellsbehandling

Å arbeide på denne måten innebærer *forskjellsbehandling*. Det er derfor viktig at man i klassen arbeider med å få til en aksepterende tone og forståelse for at noen trenger mer hjelp enn andre, noen klarer ikke gjøre det samme som andre barn, noen trenger konkreter lenger enn andre, noen trenger spesielle hjelpemidler for å få gjort arbeidet sitt.

Noen barn trenger kanskje ekstra pauser eller å få bevege seg litt et par ganger i løpet av skoletimen. Gjøres dette riktig, vil barnet oppleve at det *mestrer* skoledagen. Mestring fører til økt *selvfølelse*. Økt selvfølelse fører til *trygghet*. Når barnet føler seg trygg på skolen, kan det *ta imot læring*.

## Konkrete råd

Barn med ADHD/MBD er forskjellige. Behovet for spesiell tilrettelegging varierer derfor sterkt. Noen av de følgende rådene vil passe for noen barn, men ikke for alle. Det understrekes derfor igjen at man må være nøye med kartlegging av hvert enkelt barns totale funksjonsnivå.

## Struktur og rutiner

Disse barnas problemer med aktivitetsnivå, impuls kontroll, konsentrasjon, persepsjon og språk, gjør struktur og rutiner svært viktig. Det kan være lurt å starte hver time med å skrive opp på tavla hva som skal foregå. Etter hvert som programmet følges, strykes det som er avsluttet. Gi ikke barnet valgmuligheter. Noen barn vil ikke klare å gjøre valg og planlegge egne rutiner. Gi korte, presise instruksjoner. Bruk ikke «fyllord». Sjekk at barnet har forstått hva beskjeden innebærer.

## Tavlebruk

Bruk tavla konstruktivt og som en støtte til muntlig instruksjon. Vær nøye med egen skrift. Forskjellige skrifttyper eller «slurveskrift» skaper stor forvirring på grunn av persepsjonsforstyrrelsene. Strek under viktige ord, gjerne med fargekritt. Stryk ordentlig av tavla. Små skriftrester kan forstyrre de nye ordene og føre til misforståelser.

## Klasserom – plassering – utstyr

Et vanlig, tradisjonelt klasserom er for de fleste langt bedre enn åpent landskap. I landskap blir det altfor mange ekstra lyd- og synsinntrykk som forstyrrer. Klassen bør ha fast rom, ikke ambulere for mye. Utstyr og materiell bør ha faste plasser slik at barnet vet hvor alt befinner seg til enhver tid. Det er vel unødvendig å si at det må være ryddig i rommet? Det kan være lurt å sette filtknotter under stoler og bord slik at unødig støy elimineres.

Prøv forskjellige plasseringer i rommet. Alle ADHD/MBD-barn trives ikke best foran i klassen. Noen av dem fungerer faktisk best bakerst. Dette gjelder særlig de barna som ikke kan undertrykke impulsen til å sjekke ut hva som forårsaker forskjellige lyder. Det tar kortere tid å få oversikt fra bakerste pult, enn om man sitter foran og må snu seg for å sjekke hva som skjer.

Skråstilt bordplate letter ofte lesing. Svaksyntpultene er utmerkede pulter. Noen barn mestrer skriving bedre der-

som de har tunge blyanter og linjaler, noen trenger ekstra grep, for eksempel trekant, korkhylse eller Stetro blyant-grep (Okani-katalogen).

De som har store visuo-konstruktive problemer, må få egnede hjelpemidler, for eksempel klistrebokstaver, skrivemaskin, aller helst data. Noen fungerer så dårlig skriftlig at de trenger å få oppgavene og besvare dem på bånd. Konkrete hjelpemidler må være lett tilgjengelig.

## Bøker

Hvis mulig, velg bøker med god kontrast mellom tekst og bilde. Tekst som er trykket inn i bilder eller på fargelagt bakgrunn kan være vanskelig å lese. Det er ønskelig med korte linjer, klar tekst og luft mellom linjene. Pass i hvert fall på dette på stensiler.

I mangel av gode bøker kan mange problemer unngås ved å ramme inn teksten som skal leses med svart tusj. Noen ganger kan det være nødvendig å skrive teksten på et hvitt ark og lime inn i boka. Da har man mulighet til å lage korte linjer, god avstand samt at vanskelig tekst kan forenkles.

La ADHD/MBD-barnet bruke engangsbøker så lenge som mulig. Det koster noen kroner mer, men letter arbeidet for barnet utrolig mye.

Kladdebøker bør ha linjer, og lærer lager marg gjennom hele boka. Matematikkbøker bør ha store, kvadratiske ruter. Det kan være nyttig å markere hva som er *opp* i boka, enten ved nummerering av sidene eller ved et bilde utenpå. Mange barn med retningsproblemer holder ikke orden på opp/ned. Bøker med spiralrygg kan være bra for noen, fordi de da kan nappe ut stygge sider.

## Norsk

Husk at norsk (inkludert lesing og skriving) skal læres med det mål at barnet skal ha nytte og glede av det.

*Primærmålet* for ADHD/MBD-barn med store lese- eller skrivevansker er at det lærer å lese.

*Sekundærmålet* er at det lærer å skrive noenlunde korrekt. Sannsynligvis er det svært få av dem som skal bli forfattere eller norsklærere, så hvis grammatikk er vanskelig, dropp det! Bruk blokkbokstaver i leseopplæringa. Det er flere grunner til det, en av dem er at blokkbokstavene «er seg selv» enten de speilvendes eller roteres. En B blir aldri D eller P. Snakk om hvordan bokstavene ser ut. Bruk flere sanser: lytte – se – kjenne på – bruk kroppen og fantasien. Finn fram til barnets interesser og lag om nødvendig egne bøker ut fra interessene. Vis barnet respekt. La ikke en 5. klassing sitte med 2. klasses bøker.

Bruk tekniske hjelpemidler. Et barn med visuo-konstruktive problemer får dessverre ikke bedre håndskrift ved å øve ekstra på håndskrift. Dette skaper i de fleste tilfeller aggresjonsutbrudd. Sørg for at dette barnet får skrivemaskin eller data, samtidig som det får fysioterapi. Da

har barnet med tid og stunder en sjanse til å få en håndskrift. Spør distriktslogopeden om opplegg for dyslektikere. Det passer ofte for disse barna.

## Matematikk

Lesevansker gir unødige problemer i matematikk. Sørg for at oppgavene blir lest for barnet tilstrekkelig mange ganger til at de har forstått problemet de skal løse. La barnet arbeide med konkrete så lenge det trengs. Er det for flaut, lær dem å regne på fingrene eller bruk linjalen til addisjon og subtraksjon, gangetabellen til multiplikasjon og divisjon. Ganske mange ADHD/MBD-barn klarer ikke huske gangetabellen, men det betyr ikke at de ikke vet når det skal ganges.

Lærebøker med mange regnestykker på hver side kan virke så overveldende at de ikke kommer i gang. Hjelp dem ved å dekke til eller lage rammer.

Engangsbøker er i matematikk like viktig som i norsk. Det kan være svært vanskelig å kopiere regnestykker korrekt. Er stykket feil kopiert, så blir svaret feil.

Utredning av matematikkvansker har ikke like lang tradisjon som lese- og skrivevansker, og det finnes heller ikke gode systematiske opplegg for å avhjelpe disse problemene. Forsøk derfor å kartlegge så nøyaktig som mulig hvor problemene ligger. Snorre Ostads kartleggingsmaterieell er et nyttig hjelpemiddel som gir innsikt i om barnet har de grunnleggende begreper som er nødvendige for å forstå matematikk. I tillegg er det nødvendig å få tak i hvordan barnet tenker når det regner. Be barnet tenke høyt. Dårlig nærhukommelse påvirker regneferdigheten. Barnet har kanskje også sekvensproblemer? Forstår barnet null? Null inne i flersifrete tall er meget vanskelig å forstå for noen. Jeg har sett barn som mestrer addisjon og subtraksjon med tier-overganger, men som får feil svar fordi de starter fra venstre! Noen kan også ha problemer med å skifte fra en regneart til en annen, slik at de for eksempel fortsetter å addere selv om de skulle ha gått over til subtraksjon.

## Musikk

ADHD/MBD-barn har vel stort sett samme forhold til musikk som andre barn. Noen er glad i musikk, noen er totalt uten gehør. Musikkundervisningen er derimot ganske problematisk for det store flertall. Dessverre hindrer motorikk- og persepsjonsproblemer dem i å utøve musikk. Blokkfløyte er spesielt vanskelig fordi det krever god motorikk, persepsjon og koordinering. La dem heller bruke rytmeinstrumenter eller instrumenter der de ikke behøver å koordinere 10 fingre, pust, notelesing.

Husk at musikkundervisningens mål er å få barn til å bli glad i all slags god musikk. Hensikten er *ikke* å lage profesjonelle, utøvende musikere. Til det kreves langt større tidsforbruk pluss et helt spesielt talent.

## Andre fag

Det vil føre for langt å gå gjennom alle fag så nøye som jeg gjerne ville, men de råd som tidligere er gitt, kan overføres til andre skolefag.

Jeg vil minne om at barn med funksjonshemninger har en del rettigheter: (se Skolens håndbok, 1990).

- Eget pensum i alle fag eller enkeltfag. Dette innebærer i praksis at faglærer sammen med foreldrene blir enig om pensum. Som oftest vil dette si redusert pensum.
- Eget prøverom under eksamen. De barn som lett lar seg forstyrre av andre, kan prestere bedre i eget rom.
- Forlenget prøvetid, inntil 2 timer kan gis.
- Oppgavene leses høyt for eleven tilstrekkelig mange ganger. Eksamensoppgavene finnes på bånd, men må bestilles spesielt.
- Bruk av skrivemaskin, data, skrivehjelp.
- Muntlig eksamen i skriftlige fag. Dette krever eget skriftlig/muntlig pensum som er forskjellig fra det vanlige muntlige pensum.
- Fritak fra karakterer i ett eller flere fag. (Foreldrene søker skoledirektøren).

Til slutt vil jeg kortfattet summere opp noen viktige punkter:

- Vær ekstra oppmerksom på positive ting og gi ros. Alle barn trenger anerkjennelse.
- Ta små skritt. Husk at disse barna ofte blir overveldet av mange oppgaver på en gang. Start med å gi dem en og en oppgave. Utvid etter hvert.
- Unngå kompliserte beskjeder. Gi korte, enkle beskjeder og sjekk at de er forstått. Gi gjerne beskjeden skriftlig i tillegg.
- Arbeid med kompensering. Finn fram til interesser og ting barnet mestrer. Bygg på det for å kompensere for problemene.
- Gi rom for muntlige besvarelser i stedet for skriftlige.
- Bruk kassettpiller. Læreforklaringer kan spilles inn på bånd som eleven får med seg hjem. Oppgaver kan gis og besvares på bånd.
- Lei lærebøker og skjønnlitteratur fra blindebiblioteket.
- La barnet bruke skrivemaskin/data.
- La barnet bruke kalkulator.
- Gi rom for bevegelse. La barnet få oppgaver som innebærer at det kan reise seg opp og gå litt rundt.
- Hjelp foreldrene til å klare oppdragsproblemer – ikke forstør problemene.
- Be om hjelp i tide. Ingen er tjent med utslitte, sykmeldte lærere.