Adhd i förskolan

Referensdokument

Detta material ingår i studiepaket NPF.

Innehåll

Adhd i förskolan	**1**
Målgrupp	1
Förkunskap	1
Om innehållet	1
Tidsåtgång	1
Moment 1 – Om adhd	**2**
Inledning	2
Om adhd	2
Perception	3
Motorik	4
Social kognition	4
Exekutiva funktioner	5
Reflektionsfrågor	**7**
Arbetslag	7
Specialpedagog	7
Resursperson	7
Referenser	**8**

Adhd i förskolan

Målgrupp

Materialet vänder sig till dig som arbetar i förskolan.

Förkunskap

Till den här delen är det bra om du har grundläggande kunskaper om NPF. Därför rekommenderar vi att du först tar del av innehållet i NPF i förskolan.

Om innehållet

Förskolans uppdrag är att alla barn ska ges förutsättningar och möjligheter att utvecklas så långt som möjligt enligt utbildningens mål. Det står i skollagen och i andra styrdokument. Ett barn behöver alltså inte uppfylla kriterierna för en neuropsykiatrisk diagnos för att få stöd. Förskolan ska alltid ge stöd om det finns behov (Skollagen 2010:800). Så när du läser formuleringen barn med NPF så inkluderar det även de barn som behöver stöd, oavsett om de har en diagnos eller inte.

Det här materialet syftar till att ge dig en övergripande kunskap kring vad adhd är och vilka pedagogiska konsekvenser adhd kan medföra. Med innehållet vill vi ge dig förutsättningar för att kunna möta barn med adhd och barn i behov av liknande stöd. I mötet med barnen är det alltid viktigt att se till den unika individens förutsättningar i relation till lärmiljön och omgivningens förhållningssätt.

Det är viktigt att tidigt identifiera och ta vara på barnens styrkor (Thorell, 2021). Med rätt stöd och i rätt sammanhang kan barnen vara kreativa, påhittiga, ha stor kunskap inom olika områden och ha en unik blick på världen. Därför är observationer och den pedagogiska kartläggningen central i arbetet med att hitta styrkor och behov av anpassningar i lärmiljön.

Det är svårt att hitta generella lösningar eller metoder som passar alla. Men med kunskap om adhd blir det lättare för arbetslaget att planera och forma tillgängliga aktiviteter och en tillgänglig lärmiljö (Petersson-Bloom 2021).

Tidsåtgång

Räkna med 10 minuter för inläsning. Reflektionstid tillkommer.

Moment 1 – Om adhd

Här får du information om de funktioner som kan vara påverkade vid adhd. Du får bland annat läsa om annorlunda perception och hur de exekutiva funktionerna kan påverkas. Du får också läsa om hur dessa svårigheter kan märkas i förskolan.

Inledning

Förskolan ska stimulera varje barns utveckling och lärande (Skollagen 2010:800, 8 kap. 2 §). Varje barn har olika styrkor och behov och utvecklas och lär olika. Förskolan ska erbjuda en verksamhet som bygger på omsorg, utveckling och lärande. Om utveckling och mognad inte sker som förväntat ska förskolan ge stöd. Det händer att barn får en adhd-diagnos i förskolan, men det är vanligare att det sker i skolåldern. Det är ändå viktigt att arbetslaget på förskolan har kunskap om adhd för att förstå barnen bättre och kunna anpassa lärmiljön.

Det är viktigt att funktionsnedsättningar upptäcks tidigt. Samtidigt är det helt naturligt med viss variation i barns utveckling. Svårigheterna kan också ha andra orsaker. Förskolan ska sträva mot att skapa lärmiljöer där alla barn har det bra (FN:s konvention om barnets rättigheter, 2020). Det är en fin balansgång mellan att vänta på utveckling och mognad och ta upp oron med vårdnadshavare, och att eventuellt föreslå kontakt med Barnavårdscentralen, BVC, för stöd.

Om adhd

Adhd står för Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Namnet visar att diagnosen bygger på några grundläggande symtom, nämligen uppmärksamhet och impulsivitet samt hyperaktivitet, överaktivitet eller hypoaktivitet, underaktivitet. Symtomen kan förekomma både var för sig och tillsammans och har stor betydelse för möjligheterna till lärande och aktiviteter i förskolan, skolan och i vardagen (American Psychiatric Association, 2013).

Adhd delas in i tre huvudgrupper

1. Adhd, huvudsakligen ouppmärksam form, det som tidigare kallades add. Det innebär att personen har svårt att rikta och behålla uppmärksamheten. Många har en mer långsam arbetstakt, svårare för att ta initiativ, komma igång och behöver ofta mer tid.
2. Adhd, huvudsakligen hyperaktiv-impulsiv form.

3. Adhd, en kombinerad form av både hyperaktivitet och ouppmärksamhet (American Psychiatric Association, 2013, Carlsson Kendall, 2015).

Studier visar att ungefär 3,4–7,1 procent hos barn och ungdomar har adhd (Polanczyk et al., 2015). Symtomen yttrar sig på olika sätt hos olika personer och under olika tidsperioder i livet (Gillberg, 2018, Thorell, 2021).

Olika funktioner påverkas

Barn kan ha svårt att koncentrera sig och styra sin uppmärksamhet. Det kan innebära att det är svårt att hålla fokus i olika situationer, till exempel när barnet ska lyssna på en bok eller stanna kvar i en lek. Barn kan också ha svårt att uppfatta och följa instruktioner.

Hyperaktivitet kan innebära att det är utmanande för barnet att sitta stilla när det förväntas. Impulsivitet kan göra att barnet har svårt att vänta på sin tur och att barnet pratar överdrivet mycket (Thorell, 2021).

Det vanligaste är att barn med adhd har koncentrations- och uppmärksamhetsproblem i kombination med hyperaktivitet. En del barn har främst uppmärksamhetsproblem. De kan uppfattas som dagdrömmare och behöver ofta hjälp att komma igång eller att komma vidare med olika aktiviteter. De har alltså få eller inga symtom på hyperaktivitet eller impulsivitet (Thorell, 2021).

Flickor och pojkar

Fler pojkar än flickor diagnostiseras med adhd. En av förklaringarna tros vara att flickors symtom skiljer sig från pojkars och att det därför kan vara svårt att upptäcka att flickornas svårigheter kan handla om adhd. Flickor har oftare adhd med endast koncentrationsproblem, medan pojkar har en kombination av koncentrationsproblem, hyperaktivitet och impulsivitet (Kopp, 2010).

Perception

Barn kan ha annorlunda perception i olika grad och beroende på dagsform. Det kan visa sig som en hypersensitivitet, en överkänslighet, då hjärnan registrerar sinnesintrycken alldeles för starkt. Eller som en hyposensitivitet, en underkänslighet, då hjärnan tolkar sinnesintrycken för svagt (Kutscher et al., 2016, Borg Skoglund, 2020).

Hypersensitivitet handlar om att vara mycket känslig för intryck. Vissa ljud eller andra stimuli upplevs som störande. Det kan bland annat vara en klocka som man upplever tickar för högt eller en fläkt som stör. Hyposensitivitet handlar om att inte uppfatta starkt ljus, höga ljud eller att det är kallt ute. För

ett barn med hypersensitivitet kan ljud störa all aktivitet och tankeverksamhet, vilket i sin tur kan leda till stress. Därför är det viktigt att observera vad som är svårt för barn med annorlunda perception och ha förståelse för orsaken. Det är också bra att se över de miljöer som barnet befinner sig i under dagen och försöka minimera det som stör i den mån det går.

Motorik

Det finns en stor variation i barns motoriska utveckling. Det är inte ovanligt att barn med adhd har en annorlunda motorik (Gillberg, 2018). Ungefär hälften har också motoriska svårigheter (Kadesjö, 1999, Gillberg, 2018). Motoriska svårigheter kan också benämnas som DCD (Developmental Coordination Disorder). Det kan exempelvis röra sig om att rörelser inte är koordinerade och att de är slängiga och oprecisa, det kan märkas när barnet ska springa eller klättra. Barnet kan också ha svårt att avväga hur mycket kraft det skall lägga i en rörelse och ha problem med att hålla balansen (Gillberg, 2018). När ett barn till exempel inte lär sig att cykla, åka skidor eller leka med en boll i samma takt som jämnåriga, kan det finnas risk att barnet får dåligt självförtroende och känner sig utanför (Gillberg, 2014).

Finmotoriska svårigheter i förskoleåldern kan visa sig genom att barnet har svårt att hålla i en krita och rita eller att använda kniv och gaffel. Det kan också vara svårt att fånga en boll och att skilja fina handrörelser från större kroppsrörelser (Gillberg, 2018).

Social kognition

Social kognition handlar om våra relationer och hur vi tänker och förstår andra. För vissa barn kan förmågorna inom social kognition vara nedsatta i olika grad. Det kan bero på att uppmärksamhetssvårigheterna minskar möjligheten att hålla fokus och behålla intresset i lek och samtal. Det kan också vara svårt att läsa av sociala koder under spel och lek (Edfelt et al., 2019). Det kan leda till att barnet hamnar i konflikter på grund av missförstånd i det sociala samspelet och bristande impulskontroll (Barkley, 2013).

Exekutiva funktioner

Exekutiva funktioner är ett samlingsbegrepp för flera olika kognitiva förmågor som hjälper oss att styra och reglera våra tankar, känslor och beteenden. De hjälper oss bland annat att samordna information, fungera målinriktat, dra lärdomar av tidigare erfarenheter och att anpassa oss till olika situationer och miljöer (Otero et al., 2014).

Vilka exekutiva funktioner som är påverkade, och i vilken grad, varierar mycket från person till person.

Vid adhd kan det finnas svårigheter inom områden som:

- känslor och impulser
- arbetsminne
- uppmärksamhet och koncentration
- att planera och organisera.

Känslor och impulser

För barn med svag impulskontroll kan det vara svårt att reglera sina egna känslor. Att kunna reglera känslor handlar om en förmåga att kunna iaktta sina egna känslor, uttrycka dem och reglera styrkan i dem (Gross, 2002). Svårigheter med känsloregleringen kan visa sig genom att barnet reagerar starkt med extrem ledsnad, ilska eller glädje i vissa situationer (Gillberg, 2018).

Barn kan ha svårt med att reglera sin aktivitetsnivå. En del har väldigt hög aktivitetsnivå, andra väldigt låg. Ibland kan omgivningen felaktigt tolka en låg aktivitetsnivå som att barnet är lat, passivt eller ointresserat. En hög aktivitetsnivå kan visa sig genom att barnet kan ha svårt att komma till ro. Det gör att det kan vara svårt att sitta stilla längre stunder (Edfelt et al., 2019).

Att ha impulskontroll innebär att man hinner fundera på olika alternativ innan man agerar, eller att man håller tillbaka olika reaktioner. Om den förmågan är nedsatt kan det leda till många utmaningar i förskolan, bland annat i det sociala samspelet. Barnet behöver till exempel kunna vänta på sin tur att svara på en fråga eller hålla tillbaka impulsen att prata rakt ut (Edfelt et al., 2019).

Arbetsminne

Arbetsminnet är den minnesförmåga som hjälper oss att hålla kvar information samtidigt som vi bearbetar den under en kort stund. Hjärnan försöker då koppla ihop informationen med andra saker vi minns och har lärt oss. Arbetsminnet används bland annat för att komma ihåg en uppmaning

eller en instruktion. Om vi inte förmår hålla kvar den nya informationen ett ögonblick och föra den vidare till minnet så försvinner den.

När vi har bearbetat informationen i arbetsminnet flyttas kunskapen till andra minnesstrukturer i vår hjärna. Om vi inte hinner repetera, sortera och jämföra den nya informationen tillräckligt snabbt riskerar den att försvinna. Kunskapen hinner helt enkelt inte lagras (Sjölund et al., 2017).

Nedsatt arbetsminne kan göra det svårt att hålla kvar för mycket muntlig information i minnet. Arbetsminnet kan lätt bli överbelastat om för mycket information ges på samma gång. Det kan då underlätta för barnet att man visualiserar med bilder och bildsekvenser (Heide, 2020). Det är också bra att ge korta tydliga instruktioner och möjlighet till att repetera information.

Uppmärksamhet och koncentration

Svårigheter med att behålla uppmärksamheten kan visa sig genom koncentrationssvårigheter, svårigheter i att skifta fokus och att hålla kvar intresset. Barnet kan ge intryck av att varken lyssna eller att vara uppmärksam på det som händer.

Barn som har svårt att behålla uppmärksamheten och koncentrationen blir lätt distraherade och har svårare att uppfatta det som sägs. Genom att använda bildstöd kan du hjälpa barn att behålla sin uppmärksamhet (Heide, 2020).

Det kan bli extra utmanande att fokusera om det samtidigt förekommer andra ljud och rörelser i rummet, utanför fönstret eller i korridoren. Sådana ljud eller rörelser kan distrahera och försvåra barnets uppmärksamhet och koncentration.

Att planera och organisera

För att kunna planera och organisera krävs en god arbetsminnesfunktion (Edfeldt, et al., 2019). Det handlar exempelvis om att kunna se i vilken ordning saker ska göras, minnas hur saker har gjorts tidigare och att dra lärdomar av det. Svårigheterna kan ofta bli tydligare i skolåldern (Kutscher et al., 2016). I förskolan kan svårigheterna visa sig när barnet ska ta på kläder i rätt ordning, gå på toaletten eller i andra rutinsituationer.

Reflektionsfrågor

Reflektionsfrågorna kan användas enskilt eller i grupp och formuleras om så att de passar olika yrkesgrupper.

Arbetslag

Med tanke på det ni just läst, vilka anpassningar har ni redan gjort i förskolans lärmiljö?

- Utgå från olika situationer i förskolan, som påklädning, vila eller utelek. Hur kan ni stötta barnen i dessa aktiviteter?
- Vilka svårigheter kan ni se att barn med adhd kan möta i leken med andra barn? Hur kan ni stötta dessa barn?

Specialpedagog

- Hur stöttar du ett arbetslag i deras arbete med en lärmiljö som kan möta alla barn?
- Hur kan du stötta arbetet med att främja leken för barn med adhd?

Resursperson

- Vilka förutsättningar och rutiner finns för samarbete på er förskola?
- Vad behöver utvecklas?

Referenser

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5 uppl.) American Psychiatric Publishing.

Barkley, R. A. (Red.) (2013). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment*. Guildford.

Borg Skoglund, L. (2020). *ADHD från duktig flicka till utbränd kvinna*. Natur och Kultur.

Carlsson Kendall, G. (2015). *Elever med neuropsykiatriska svårigheter*. Studentlitteratur.

Edfeldt, D., Sjölund, A., Jahn, C. & Reutersvärd, M. (2019). *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur Akademisk.

FN:s konvention om barnets rättigheter.

Gillberg, C. (2018). *ESSENCE: Om adhd, autism och andra utvecklingsavvikelser.* Natur & Kultur Akademisk.

Gillberg, C. (2014). ESSENCE samlar diagnoserna till en helhet. *Läkartidningen*, *111*(CU47), 1–5. Hämtad från http://läkartidningen.se/EditorialFiles/47/%5BCU47%5D/CU47.pdf

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39*(3), 281–291. doi:10.1017/S0048577201393198

Heide, E. (2020). *Bättre samspel med socialt bildstöd, handbok för förskola och skola*. Studentlitteratur.

Kadesjö, B. & Gillberg, C. (1999). Developmental coordination disorder in Swedish 7-year-old children. *Journal of the American academy of child & adolescent psychiatry, 38*(7), 820–8.

Kopp, S. (2010). *Girls with social and/or attention impairments*. [Doktorsavhandling], Göteborgs universitet.

Kutscher, M. L., Attwood, T. & Wolff, R. R. (2016). *Barn med överlappande diagnoser. ADHD, inlärningssvårigheter, autism, Asperger, Tourettes, ångest med flera.* Natur & Kultur.

Otero, T. M., Barker, L. A. & Naglieri, J. A. (2014). Executive function treatment and intervention in schools. *Applied Neuropsychology Child, 3*(3), 205–214. https://doi.org/10.1080/21622965.2014.897903

Petersson-Bloom, L. (2021). Professional development for enhancing autism spectrum disorder awareness in preschool professionals. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 51*(3)*,* 950–960. https://doi.org/10.1007/s10803-020-04562-9

Polanczyk, G. V., Salum, G. A., Sugaya, L. S., Caye, A. & Rhode, L. A. (2015). Annual research review: a meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, *56*(3), 345–365. doi: 10.1111/jcpp.12381

Skollagen (2010:800).

Sjölund, A., Jahn, C., Lindgren, A. & Reuterswärd, M. (2017). *Autism och ADHD i skolan. Handbok i tydliggörande pedagogik*. Natur & Kultur.

Thorell, L. (2021). Neuropsykologiska svårigheter – så kan adhd påverka barn och unga i skolan. *FoU skriftserie* (11). Specialpedagogiska skolmyndigheten.