

# Lekens plass i barnefysioterapi

Ragnhild B. Håkstad, PT, Phd, Postdoktor ved UiT Norges Arktiske Universitet.

## Lek, læring og utvikling – tre sider av samme sak?

Evnen til å leke er en grunnleggende egenskap for både mennesker og dyr. Men spørsmålene om hva lek egentlig er og hvorfor den opptar oss er vanskelig å besvare på en entydig måte (Fagen, 2012; Sutton-Smith, 1997). Slår vi opp i leksikon så finner vi at lek først og fremst handler det om lystbetonte aktiviteter som gjøres uten noe mål utover seg selv (Alver & Skre, 2016). Men hvis lek bare har en underholdningsverdi, hvordan kan det da ha seg at den opptar så mye av barns tid og oppmerksomhet, nettopp i denne fasen av livet der læring og utvikling skjer fra dag til dag? Lekens plass i barndommen gjør det vanskelig å forestille seg at barns sosiale, kognitive og motoriske utvikling ikke skal ha noen sammenheng med den leken som barnet engasjerer seg i. Dette er det også flere teoretikere som er enig i.

I et fenomenologisk perspektiv står leken sentralt i barns erfaring og realisering av seg selv (Henricks, 2015). Ved å bevege egen kropp, håndtere objekter og samhandle i lek med andre, konstruerer og utvikler barna sin opplevelse av seg selv og sin forståelse av verden (Sheets-Johnstone, 2011). Kunnskap om nervesystemets utvikling og nevroplasticitet bidrar også til å forstå lekens betydning for barns utvikling og læring. Sutton-Smith (1997) sammenligner barns nervesystem med en jungel, der det fra starten av er uante muligheter av både eksisterende og potensielle nerveforbindelser. I denne jungelen kan barns lek forstås som en test-arena for og etter hvert en konsolidering av de ulike nevrologiske forbindelsene, ettersom barna erfarer hvilken betydning de har i interaksjon med sine omgivelser.

Når det gjelder sanse-motorisk lek og læring hos de yngste barna, viser Adolphs' (2008) økologiske perspektiv hvordan barns bevegelsesutforskning kan forstås som en «lære å lære» prosess, der barna gjennom prøving og feiling utvikler sin forståelse av hva de selv er i stand til, i møte med de muligheter og begrensninger som finnes i omgivelsene. Et vesentlig kjennetegn ved disse læringsprosessene er at barna lykkes oftere og feiler sjeldnere, etter hvert som de tilegner seg mer erfaring (Adolph, 2008). Dette forklares med at barna gjennom sine tidligere forsøk har lært seg å forutse hvordan de skal bevege kroppen mest mulig hensiktsmessig. Men samtidig, som et sentralt ledd i denne læringen, vil barna også etter hvert unnlate å prøve seg på utfordringer som de på forhånd anser som for vanskelige for dem. Med andre ord så tyder Adolph's forskning på at barn gjennom å «prøve og feile» først og fremst

lærer hva de *ikke bør gjøre*, mens det er gjennom å «prøve og lykkes» at de lærer hva de faktisk *kan gjøre*.

Sammen viser disse ulike teoretiske perspektivene at lek ikke bare er barns måte å underholde seg selv. Det er gjennom leken at barn lærer om seg selv og hva de kan utrette i møte med sine omgivelser (Adolph, 2008; Casby, 2003; Lifter, Foster-Sanda, Arzamarski, Briesch, & McClure, 2011; Sheets-Johnstone, 2011). Lek utgjør dermed både en kontekst og en drivkraft for læring og utvikling (Henricks, 2008; Lifter, Foster-Sanda, et al., 2011; Lobo, Harbourne, Dusing, & McCoy, 2013), der barn eksperimenterer med ulike sider av sin virkelighet, oppdager hvilke muligheter de har, og tidvis også tester ut det umulige for å se om det kan være mulig allikevel.

## Funksjonshemmede barn og lek

Dette eksperimentet om hva som er mulig å utrette i verden kan by på utfordringer for barn med funksjonshemming. Forskning viser at barn som har eller er i risikozonen for utviklingsforstyrrelser er forsinket i sine lekeferdigheter, og at de har behov for støtte og hjelp til å strukturere sin lek (Childress, 2011; Cress, Arens, & Zajicek, 2007; Lifter, Mason, & Barton, 2011). Retter vi igjen blikket mot sanse-motorisk lek spesielt, så har ikke barn med fysiske funksjonsnedsettelse de samme forutsetningene som funksjonsfriske til å lykkes i sin sanse-motoriske lek og utforskning. Samtidig er det verdt å spørre seg om på hvilken måte, eller i hvilken utstrekning, vi som fysioterapeuter kan tillate oss å gripe inn i barnas lek, uten at vi samtidig spolerer denne.

Sett i lys av Adolph's forskning kan en tenke seg at et funksjonshemmet barn som blir overlatt til å «prøve og feile» på egen hånd, risikerer å lære mye om hva han eller hun *ikke bør gjøre*, og mindre om hva han eller hun faktisk *kan gjøre*. I arbeidet med disse barna er det derfor avgjørende at vi som fysioterapeuter bidrar til at barn med funksjonshemming opplever å «prøve og lykkes» med sin sanse-motoriske lek og utforskning av sine bevegelsesmuligheter. I forbindelsen med mitt doktorgradsarbeid (Håkstad, Obstfelder, & Øberg, 2017) oppdaget vi hvordan fysioterapeuter gjorde dette i sine møter med for tidlig fødte barn i alderen 3-14 mnd. Gjennom å jobbe spesifikt med å fremme barnets motoriske funksjon kunne barna utrette nye ting i leken, noe som igjen bidro til å fremme barnas motoriske prestasjon og gav barna en opplevelse av suksess. Samtidig viser datamaterialet at det er en skjør balansegang i samhandlingen mellom fysioterapeut og barn. Dersom fysioterapeuten har en agenda som

stadig avbryter barnets lek så står lekeprosjektet i fare for å bryte sammen. Det er derfor avgjørende at fysioterapeut og barn klarer å skape et felles prosjekt, der fysioterapeutiske mål og tiltak kan integreres i barnets lek.

## Et nytt konsept

I artikkelen fra doktorgradsarbeidet (Håkstad et al., 2017) etablerer vi på bakgrunn av disse funnene konseptet «Enaktiv terapeutisk sanse-motorisk lek», der vi identifiserer noen grunnleggende prinsipper for å lykkes med å ta i bruk lek som et terapeutisk virkemiddel. Dette konseptet bygger på teorifeltet enaktivisme, der innsikter fra dynamisk system teori, nevrovitenskap og kroppsfenomenologi integreres og videreutvikles (Froese & Di Paolo, 2011). Det enaktive perspektivet understreker hvordan vi som mennesker utvikler vår forståelse av verden ikke bare gjennom våre egne handlinger i møte med omgivelsene, men også gjennom gjensidighet og anerkjennelse i våre samhandlinger med andre mennesker.

I lys av dette perspektivene ser vi at barns sanse-motoriske læring fremmes gjennom nye, lek-baserte sanse-motoriske erfaringer, der fysioterapeutene anerkjenner barnas initiativ og legger til rette for at barna når sine mål i leken. I dette arbeidet kan fysioterapeuten ta i bruk handlingsrommet som leken tilbyr. De kan tilrettelegge oppgaver og omgivelser som bidrar til nye muligheter i leken, og de kan anvende hands-on teknikker som understøtter barnets selv-initierte utforskning og utvikling av bevegelsesstrategier. Et sentralt moment er at leken foregår på barnets premisser, der fysioterapeuten gjennom sine tiltak bidrar til at innholdet i leken og barnets motorisk prestasjon gjensidig påvirkes og drives fremover av hverandre. Dermed bidrar fysioterapeuten til at barnet strekker seg videre og får nye erfaringer i sin eksperimentering omkring hva han eller hun er i stand til å utrette.

## Et nytt prosjekt

På bakgrunn av dette arbeidet ser vi ved UiT at det er behov for videre forskning for å utvide konseptet «Enaktiv terapeutisk sanse-motorisk lek». Med midler fra Fond for etter- og videreutdanning for fysioterapeuter er vi derfor i gang med et nytt prosjekt, der vi vil observere og intervjuer fysioterapeuter som er opptatt av å bruke lek i sitt terapeutiske arbeid. Gjennom datainnsamlingen ønsker vi å få se en større bredde i hvordan fysioterapeuter kan anvende lek som et terapeutisk virkemiddel. Vi vil derfor rekruttere fysioterapeuter både i Norge og USA, og se på hvordan de bruker lek i sitt arbeid med barn i alderen 0-3 år, uavhengig av diagnose.

Målet med prosjektet er å videre utvikle forståelsen av hvordan sanse-motorisk lek kan inngå i fysioterapeuters virksomhet. Vi ønsker å frembringe ny kunnskap om hvordan vi som fysioterapeuter kan gi barn med funksjonshemning varierte, motiverende sanse-motoriske erfaringer som bidrar til å fremme lek, læring og utvikling. Vi har nettopp satt i gang med rekrutteringen av deltagere, så hvis du er opptatt av lek i ditt arbeid og har lyst til å vite mer om prosjektet og hva din deltagelse vil innebære, så vil vi gjerne at du tar kontakt!

## Litteraturliste

- Adolph, K. E. (2008). Learning to Move. *Current Directions in Psychological Science*, 17(3), 213-218. doi:10.1111/j.1467-8721.2008.00577.x
- Alver, B., & Skre, I. B. (2016). Lek: aktivitet. In *Store norske leksikon*.
- Casby, M. W. (2003). The development of play in infants, toddlers, and young children. *Communication Disorders Quarterly*, 24(4), 163-174.
- Childress, D. C. (2011). Play behaviors of parents and their young children with disabilities. *Topics in Early Childhood Special Education*, 31(2), 112-120. doi:10.1177/0271121410390526
- Cress, C. J., Arens, K. B., & Zajicek, A. K. (2007). Comparison of engagement patterns of young children with developmental disabilities between structured and free play. *Education and Training in Developmental Disabilities*, 42(2), 152-164.
- Fagen, R. M. (2012). Play and Development. In P. Nathan & A. D. Pellegrini (Eds.), *The oxford handbook of the development of play*. doi:10.1093/oxfordhb/9780195393002.013.0008
- Froese, T., & Di Paolo, E. A. (2011). The enactive approach: Theoretical sketches from cell to society. *Pragmatics & Cognition*, 19(1), 1-36. doi:10.1075/pc.19.1.01fro
- Henricks, T. (2008). The nature of play: An overview. [1]. *American Journal of Play*, 1(2).
- Henricks, T. (2015). Play as experience. *American Journal of Play*, 8(1).
- Håkstad, R. B., Obstfelder, A., & Øberg, G. K. (2017). Let's play! An observational study of primary care physical therapy with preterm infants aged 3–14 months. *Infant Behavior and Development*, 46, 115-123. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.infbeh.2017.01.001>
- Lifter, K., Foster-Sanda, S., Arzamarski, C., Briesch, J., & McClure, E. (2011). Overview of play: Its uses and importance in early intervention/early childhood special education. *Infants and Young Children*, 24(3), 225-245. doi:10.1097/IYC.0b013e31821e995c
- Lifter, K., Mason, E. J., & Barton, E. E. (2011). Children's play: Where we have been and where we could go. *Journal of Early Intervention*, 33(4), 281-297. doi:10.1177/1053815111429465
- Lobo, M. A., Harbourne, R. T., Dusing, S. C., & McCoy, S. W. (2013). Grounding early intervention: physical therapy cannot just be about motor skills anymore. *Physical Therapy*, 93(1), 94-103. doi:10.2522/ptj.20120158
- Sheets-Johnstone, M. (2011). *The Primacy of Movement: Expanded second edition* (2nd ed.). Amsterdam/ Philadelphia: John Benjamins Publishing Company.
- Sutton-Smith, B. (1997). *The ambiguity of play*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.