

Denne artikel er let redigeret version af den oprindelige artikel bragt i Muskeltrykket, juni 2004

Trivselsproblemer hos børn.

Når forældre ringer og bestiller tid til en behandling, er det ofte nogle af følgende ord der bliver brugt om deres børn:

- **de er vrede, sure, kræsne,**
- **de har ofte problemer med kammerater eller søskende,**
- **de er urolige, ukoncentrerede, uopmærksomme,**
- **de har eksem, hudproblemer, de tisser i sengen,**
- **de har svært ved at lære,**
- **de har svært ved at der stilles krav til dem,**
- **de er bange for at sove alene/være alene,**
- **de har lavt selvværd, lav selvtillid.**

Der kunne såmænd skrives en hel side om adfærdsproblemer og/eller manglende trivsel.

Disse er en del af almindelige børns udvikling, og der behøver ikke at være problemer af den grund.

Men varer det ved i flere uger/ måneder er det en god ide, at finde ud af hvorfor barnet reagerer med en adfærd der er til besvær for alle. Ikke mindst for barnet. Så almindelig opdragelse indebærer også at barnet lærer at begå sig hjemme og ude blandt andre.

Som lærer og specialundervisningslærer ved jeg at det hele jo er meget lettere, hvis eleverne er indstillet på at skulle yde noget henne på skolen og være det vi kalder indlæringsparate.

Men som kinesiolog ved jeg også, at der kan være mange gode viljer, men at energien ikke slår til, og at det er svært at "bruge sit hoved" når man er stresset. Derfor er det at have 100 % god energi på en opgave og 0 % stress på det følelsesmæssige område efter min vurdering nødvendigt for at eleven kan bruge de evner, der er til rådighed.

Et eksempel:

Peter Andersens far ringer og bestiller tid til en behandling.

Peter er 7 år og går i 1. klasse. Han har umiddelbart ikke svært ved at lære, hvis det interesserer ham, men skolen klager over at han ofte er i sin egen verden, er ukoncentreret og ikke når ret meget. Desuden har han det svært med kammeraterne, og har svært ved at glide ind i de andres lege i frikvartererne.

Derhjemme er han ofte meget sur, og reagerer på krav ved at blive meget vred. Forældrene er skilt og han bor mest hos far og dennes nye kone og deres fælles barn, men har en god kontakt til sin mor og til bedsteforældrene.

Målet var "**det er godt at være Peter, både hjemme og i skolen og jeg ved far og mor elsker mig**". Herunder en meget lang dialog med den 7-årige Peter om hvorfor voksne skælder ud og vil bestemme over et barn. Også vil bestemme hvad han skal henne på skolen. Ordet *godt*, **hvordan det er, når det er godt** vendes med Peter. Der gives flere eksempler fra faderen.

Første gang jeg afbalancerede Peter, var der mange ubalancer der skulle rettes op. Utrolig megen stress på bare at være Peter. Energien til hjernen var på under 30%, kranieknoglerne var fastlåste, 35 % kropslige "misopfattelser". Peter reagerede bl.a.

ved at være meget kræsen, og senere viste det sig at hans fordøjelse ikke fungerede optimalt. Han havde ikke allergi, men allergiske reaktioner i tyktarms og tyndtarms området. Desuden en stor ubearbejdet krise fra 10 måneders alderen. Det var på det tidspunkt, det var begyndt at gå galt i forældrenes parforhold.

Afbalanceringen var lige ud ad landevejen, og Peter reagerede hurtigt på det hele. Hjemmearbejdet var en Konkylie-essens. Disse essenser går ind på mange områder, både på fordøjelsen og psyken.

Næste gang var det en stor afbalancering på det genetiske område. Også maden kom op som prioritet. Hvad tror et barn der hele tiden bliver skældt ud? Og som ikke bor sammen med far og mor? Jeg valgte at forklare faderen om læge, psykiater og kinesiolog John Diamond's teorier om sindets betydning for meridiansystemet. JD forklarer at manglende selvtillid og megen skyldfølelse påvirker fordøjelsen. Når man er 7 år, er det svært at finde ud af at være rigtig, og når alle hele tiden skælder ud og stiller krav kan en lille stresset fyr ofte reagere, ved bare at blive vred og gal!

Ved testen viste det sig, at specielt hvidt mel og brød gav store problemer i fordøjelsen. En lang snak med faderen om muligheder for at skåne fordøjelsen i en periode mandede ud i, at de ville prøve at erstatte 80 % af alle pasta- og melprodukter med anden mad og brødet med speltbrød - som det i øvrigt viste sig at mormor og farmor gerne ville bage. Ligeledes kunne de i SFO'en have noget liggende i fryseren, så der ikke var problemer på skolen og i fritidsordningen. Desuden ville de gerne prøve Quad lydene fra Dawson Programmet, da det var let! Der var ikke tid til besværligt og tidskrævende hjemmearbejde.

Tredje gang var der meget bedre humør. Skolen kunne registrere en langt bedre koncentration, og humøret var generelt bedre derhjemme. Faderen havde fået læst flere afsnit i "Sig mig hvad du spiser (om madens betydning for sindet)" af Jonna Deibjerg, og det gjorde, at de nu var klar til at fastholde nogle kostændringer. Ligeledes var de blevet meget glade for Quad lydene. De gav ro i hovedet, som Peter sagde.

7 uger senere kom Peter igen. Denne gang valgte vi at afbalancere faderen, idet der igen var megen stress på det genetisk-ernæringsmæssige område. Og Peters gener stammer jo fra far og mor.

Denne gang var der hjerne-gymnastik til hjemmeøvelse for både far og søn.

Skolen vil sikkert kalde ham forkælet, og påvirket af skilsmissen, vil jeg tro? Der var endnu ikke foreslået psykolog. Men der havde været dårlig trivsel også i børnehaven. Den metode skolen var nødt til at bruge når Peter sad i sin egen verden ville være venlig påmindelse, derefter kraftigere påbud, "se så at komme i gang Peter", eller "så må du lave det derhjemme"! og hvis det ikke hjalp, ville de være nødt til at opfordre til psykologundersøgelse for at finde ud af om Peter ikke **kunne** koncentrere sig, eller om han havde så mange tanker i sit lille hoved, at der ikke var plads til læring.

Skolepsykologerne og lærerne generelt arbejder ikke ud fra at der kan være stress og energiubalancer, der kan rettes, at kranieknogler kan fastlåses, eller at maden har indflydelse på læring generelt.

Juni, 2004,
Ulla Balle Laursen