

Massage kan hjælpe urolige børn

Fire ud af 10 ansatte i dagplejen og daginstitutioner oplever manglende koncentration og ro hos børnene. Hos dagplejer Camilla Sjøgren er massage med til at få børnene ned i gear.

Af: Merete Nielsen

De har svært ved at koncentrere sig og finde ro. De støjer meget og ryger ofte ud i konflikter.

Flere end fire ud af 10, der arbejder med børn i 0-6-alderen, oplever i høj eller nogen grad børn med de nævnte kendetegn.

Blandt dem, der arbejder med de mindre børn, oplever hver tredje desuden, at de har børn, der har svært ved at falde i søvn.

Det viser en undersøgelse, som Fagbladet FOA har foretaget blandt ansatte i dagplejen, vuggestuer og børnehaver. 414 har deltaget i undersøgelsen.

Brug for mere langsom tid

Den urolige og støjende adfærd fylder mere end tidligere, fremgår det af undersøgelsen. Hver femte vurderer, at der er kommet flere af de børn inden for de seneste to år. Ingen mener, at der er færre.

Tendensen kommer ikke bag på familievejleder og forfatter Lola Jensen, der blandt andet holder kurser for ansatte i dagplejen og daginstitutioner.

"Mange børn har for lidt langsom tid, hvor de får plads til at sortere i dagens indtryk. Derfor anbefaler jeg, at personalet skaber stunder, hvor børnenes hjerner får lov til at restituere," siger hun til Fagbladet FOA.

Ned i tempo med massage

Undersøgelsen viser, at medarbejderne forsøger sig med forskellige aktiviteter for at få børnene ned i gear. Flest har brugt ture i naturen eller en stille stund med afslapningsmusik eller bøger. Men også opdeling af børn i mindre grupper og massage scorer højt.

Og netop massage har dagplejer Camilla Sjøgren fra Næstved gode erfaringer med. Hun har det seneste år deltaget i forskningsprojektet Barnet i Centrum, hvor hun har afprøvet, hvad penselmassage kan betyde for nærvær og ro hos børnene. Projektet slutter ved årsskiftet, men Camilla er ikke i tvivl om, at hun vil fortsætte.

"Jeg kan virkelig mærke, at det tilfører børnene noget positivt. Bare det at få lov til at være og mærke sin krop er jo guld værd i en hektisk hverdag, som mange børn har," siger hun.