



Eksekutive funktioner – fra forskning til praksis

Disse temaer vil Sarah Ward gennemgå i løbet af Københavnerkonferencen 2020:

Fremtidstænkning: En ny forståelse af eksekutiv funktionskompetence

Lær at forstå, hvordan børn og unge udvikler kompetence i at bruge de eksekutive funktioner og få et nyt perspektiv på, hvad der ligger i begrebet "eksekutive vanskeligheder". Få indblik i "Tænk 360-modellen" ([læs mere om den i denne engelsksprogede pdf, "The 360 Thinking Executive Function Model and Program"](#)). Forstå sammenhængen mellem motivation og eksekutiv kontrol. Forstå hvordan eksekutive kompetencer udvikles, og hvordan strategier til udvikling af eksekutive kompetencer kan generaliseres.

The Get Ready * Do * Done Model

Børn og unge med eksekutive vanskeligheder har normalt en lav såkaldt "forarbejdningshastighed". Det er et mål for, hvor hurtigt information opfanges, forstås, sprogliggøres og anvendes, og det er ikke det samme som intelligens. Man kan være velbegavet og alligevel være længe om at bearbejde information.

Forskning viser, at 80 pct. af alle unge med ADHD og en IQ inden for normalområdet har en signifikant langsommere forarbejdningshastighed. Blandt elever med autisme, børn med sprogbaserede indlæringsvanskeligheder og børn med dysleksi ses der hos alle en langsom forarbejdningshastighed.

Forarbejdningshastigheden har afgørende betydning for de eksekutive funktioner. Man kan sammenligne det med en bil, hvor forarbejdningshastigheden er motoren. Jo kraftigere en motor, jo hurtigere bil. De eksekutive funktioner afhænger af hjernens forarbejdningskapacitet, lige som bilens effekt afhænger af motorens.

Nedsat forarbejdningshastighed begrænser arbejdsvejen og den del af de eksekutive funktioner, som er i spil, når vi løser opgaver, følger instruktioner, udfører hjemmeopgaver, lytter, læser, tager notater, sammenfatter og tolker, tilegner os information, forholder os til komplekse problemstillinger, tolker hentydninger, dæmper forstyrrelser, skifter mellem opgaver, følger samtaler, søger nuancer i social kommunikation, tænker og handler under pres, tager beslutninger vedrørende valg af tøj og mad, hvilke emner man kan tale om i skolen osv.

Langsom forarbejdningshastighed kan bevirke, at elever kommer til at fokusere for længe på detaljer. Dermed får de problemer med at skelne væsentligt fra uvæsentligt og med at forstå

sammenhænge. Langsom forarbejdningshastighed kan bevirke, at elever får svært ved at komme på nye ideer eller måske fremsætter spredte ideer, som ikke knytter an til konteksten. Dette begrænser muligheden for at overføre tidligere erfaring til nye situationer og dermed for at skabe et hurtigt overblik og en plan for, hvordan en "ny" opgave kan løses.

Sarah Wards præsentation vil indeholde konkrete strategier til, hvordan man hjælper børn og unge til en øget forarbejdningshastighed på områder som det at tage beslutninger, forstå instruktioner, tolke billedsprog, tænke fleksibelt og øge automatiseringen af kognitive processer knyttet til planlægning, initiering, selv-vurdering og færdiggørelse af simple og komplekse opgaver inden for en fastlagt tidsramme.

Selvregulering og aflæsning af kontekst

Forstå de underliggende forudsætninger for eksekutiv kontrol og lær strategier til at støtte motivation, planlægning, initiering og at nå frem til et resultat.

Lær elever at skærpe deres opmærksomhed over for konteksten, så de får strategier til at "stoppe op og læse rummet" samt en øget selvregulering.

Lær hvordan elever kan udvikle strategier til at tænke struktureret og fleksibelt i forhold til selv at tage initiativ til og håndtere påklædning, personlige ejendele, skoletaske og arbejdsopgaver såvel hjemme som i det offentlige rum.

Lær elever at visualisere handlinger (Mind MIME):

Forstå hvordan man hjælper elever til at visualisere fremtidige handlinger og skabe mentale billeder af de elementer og trin, som fører til målet. Planlægning foregår ofte et andet sted end der, hvor opgaven skal udføres. Brugen af visuelle og motoriske strategier hjælper til at opbygge en "mental fremtidshukommelse", som guider og støtter elevens selvstændige opgaveløsning.

Forstå hvordan man øger elevens spatial-temporale vindue, som bestemmer hvor langt ind i fremtiden eleven kan planlægge og fastholde fokus på en opgave.

Under dette tema vil du blive præsenteret for en række effektive strategier til at øge informationsbearbejdning og kognitiv fleksibilitet.

At være et skridt foran: Følge rutiner, tage initiativ til opgaver, håndtere skift

Lær eleven, hvordan man udvikler en "fremtidshukommelse".

Hjælp eleven til at blive mindre afhængig af støtte udefra (prompts). Øg elevens selvstændighed og mulighed for selv at håndtere skift og overgange. Styrk evnen til at regulere adfærd og sansestimuli undervejs i opgaver, så disse klares med mindre støtte og kontrol udefra.

Styrk elevens evne til at skifte mellem mentale forestillinger og fra den opgave, de lige nu er beskæftiget med, til at kunne forberede sig til en kommende opgave.

Organisering af rummet (Space Makeover)

Få strategier til at organisere et undervisningslokale eller arbejdsområde, så selvstændige eksekutive færdigheder øges i takt med, at behovet for ydre støtte og vejledning mindskes.

Få nye ideer til, hvordan et lokales indretning kan støtte elevens selvregulering. Hvordan indrettes læringsrummet på skole, arbejdsplads eller i hjemmet, så de eksekutive kompetencer øges?

Få ideer til, hvordan elever lærer at bevare koncentrationen og at håndtere personlige materialer og ejendele i klasselokalet, holde styr på hjemmeopgaver samt finde løsninger, når de "kører fast" i en opgave eller behøver hjælp til at komme i gang.

Lær nye strategier til, hvordan du fremmer elevens evne til at evaluere eget arbejde og at bruge sådanne erfaringer til at opstille nye mål.

Håndtering af tid

At kunne se og mærke tidens gang er en afgørende evne, som eleven har brug for at udvikle, hvis denne normalt konstant kommer i tidsnød.

Lær hvordan sådanne elever kan hjælpes til at vurdere, hvor lang tid en opgave vil tage, og hvordan de lærer at fastholde eller ændre deres arbejdstempo, så opgaver fuldføres inden for en aftalt tidsramme.

Opgaver, som strækker sig over tid, er en udfordring for elever med eksekutive vanskeligheder, idet de har svært ved at se ind i fremtiden og dermed svært ved at se de pejlemærker og delopgaver, som fører frem til opgaveløsningen. Oplægget vil vise, hvordan eleven gennem visuelle strategier kan lære at bryde en større opgave op i mindre sekvenser, beregne det nødvendige tidsforbrug til hver sekvens, udarbejde et skema for processen samt benytte visuelle strategier til at forstå elementer, som sinker processen og derfor betyder, at dele må udelades eller springes over.

Vurdering af elevernes eksekutive funktioner og fastsættelse af mål for den enkelte

I det daglige arbejde møder vi ofte følgende problemstilling: "Denne elev har klaret sig som gennemsnittet eller over gennemsnittet i samtlige standardiserede pædagogisk-psykologiske test, og alligevel kæmper han dagligt med at gå i gang med arbejdsopgaver, huske beskeder, komme til tiden, passe aftaler og aflevere opgaver til tiden. Findes der en bedre måde til at vurdere og beskrive elevens eksekutive udfordringer? Hvordan opstiller man gode udviklingsmål for en elev med eksekutive vanskeligheder?"

Det vil på denne konference være muligt at lære, hvordan man som professionel kan foretage en screening af elevers eksekutive færdigheder i de situationer, hvor de standardiserede test ikke formår at udrede og forklare elevens eksekutive udfordringer.

Sarah Ward vil på konferencen gennemgå *"The Informal Executive Function Assessment"* (EF Assessment).

"EF assessment" er væsentligt i forhold til elever med ADHD og autisme, idet testen gør det muligt at bestemme elevens evne til at danne en visuel forestilling af fremtiden. Det afdækker elevens forudsætninger for at planlægge og fuldføre en kompleks opgave samt for at danne et realistisk billede af tid og rækkefølge i forbindelse med opgavens elementer.

"EF assessment" giver en dybere forståelse for, hvorledes eleven danner billeder af fremtiden, holder styr på "ikke-sproglig arbejdshukommelse" og fornemmer tidsaspektet under opgaveløsningen, formår at bryde opgaven op i sekvenser og afsætte en realistisk tid og ramme for at gennemføre hver af disse sekvenser.

"EF assessment" afdækker relevant viden og information, som gør det muligt at opstille en individuel udviklingsplan med klare mål for den enkelte elev, så centrale elementer i brugen af eksekutive funktioner udvikles.