

Metodeguide

Legetræning til børn og unge med autisme og udviklingshandicap i socialpædagogisk kontekst



Metodeguide

Legetræning til børn og unge med autisme og udviklingshandicap i socialpædagogisk kontekst
©DEFACTUM, Region Midtjylland, december 2025

Emneord: Legetræning, PLAY Project, guide, autisme, udviklingshandicap, behandlingstilbud, socialpædagogisk praksis

Udgivet af: DEFACTUM®, december 2025

Rapporten er udarbejdet af:

Malene Vinther Christensen, Konsulent, DEFACTUM.

Christina Emborg, postdoc, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet.

Publikationen kan frit refereres med tydelig kildeangivelse.

Denne publikation citeres således:

Forfatter(e): Christensen MV, Emborg C

Titel: Metodeguide: Legetræning til børn og unge med autisme og udviklingshandicap i socialpædagogisk kontekst

Aarhus: DEFACTUM, Region Midtjylland, 2025

For yderligere oplysninger rettes henvendelse til:

DEFACTUM

Olof Palmes Alle 15

8200 Aarhus N

E-mail: defactum@rm.dk

Hjemmeside: www.defactum.dk

Rapporten kan downloades fra www.defactum.dk.

Forord

Himmelev Behandlingstilbud er et specialiseret tilbud under Region Sjælland for børn og unge mellem 5 og 18 år med autisme, ofte i kombination med andre psykiatriske, neurologiske eller kognitive udfordringer. Tilbuddet omfatter både døgnbehandling (Barnets Lov §46/47) og dagbehandling (Barnets Lov §32.1.5) samt internt behandlings- og specialundervisningstilbud (Folkeskoleloven §20.2). Målet er at give børnene og de unge et trygt og udviklende behandlingstilbud, som bygger på tværfagligt samarbejde mellem lærere, pædagoger, social- og sundhedsassistenter og -hjælpere, omsorgsmedhjælpere, socialrådgivere og psykologer. Den faglige tilgang tager udgangspunkt i at skabe en *tilpas forenkling* af miljøet omkring barnet/den unge med genkendelige, overskuelige og trygge rammer, så den enkelte kan være i sin nærmeste udviklingszone. Udover den *tilpasse forenkling*, inkluderer faglige tilgange blandt andet *Legetræning* baseret på PLAY Project, som er en evidensbaseret intervention, hvor leg på barnets præmisser bidrager til udvikling af sociale og kommunikative kompetencer (Himmelev 2025, Solomon et al., 2014).

Legetræning har fungeret på Himmelev Behandlingstilbud de seneste 10 år, og i foråret 2023 udbød Region Sjælland et forskningsprojekt med det formål at beskrive metoden og undersøge dens effekt på udviklingen af sociale og kommunikative kompetencer. Forskningsprojektet er gennemført i samarbejde mellem DEFACTUM, ph.d. Christina Emborg og Himmelev Behandlingstilbud. Otte børn og unge har deltaget i undersøgelsen. De var, ved projektets start, mellem 11 og 15 år, har alle autisme og syv har en grad af mental retardering. De fleste kommunikerer nonverbalt eller med enkelte ord. En række datakilder; en log over legesessioner, videooptagelser af legesessioner i tre nedslag, referater fra løbende statusmøder i projektet samt en række semistrukturerede interviews, udgør grundlaget for at vurdere metodens implementering og resultater. Data er indsamlet fra oktober 2023 til maj 2025.

Der ses en positiv udvikling hos seks af de otte børn og unge. Udviklingen omfatter øget kropssproglig kontakt til legetræneren, styrket anvendelse af Alternativ og Supplerende Kommunikation og/eller verbalt sprog, forbedret evne til at føre gensidige interaktioner, styrkede relationer samt flere legekompeter. Tre børn og unge viser markante fremskridt, mens udviklingen hos tre er mere begrænset. Desuden viser undersøgelsen, at den positive udvikling smitter af på dagligdagen, da flere børn og unge har fået mere opmærksomhed på deres omgivelser, større koncentrationsevne og/eller ro og bedre kan guides i hverdagen. Legetræningens succes afhænger dog af, om legetræneren formår at tilpasse både rammen for og indholdet af legetræningen til barnets/den unges individuelle behov for mere eller mindre struktur. To børn/unge viser ikke tydelig udvikling i datamaterialet, de har begge i udgangspunktet verbalt sprog, gode kommunikative kompetencer og er dygtige til at lege. Legetræningen synes umiddelbart, baseret på denne undersøgelse, bedst egnet til at udvikle mere basale sociale og kommunikative færdigheder. En uddybning af undersøgelsens metode og resultater kan ses i Christensen og Emborg 2025, der afrapporterer hele projektet.

Denne metodeguide har til formål at beskrive legetræning, hvor PLAY Project er tilpasset en socialpædagogisk kontekst og specifik til målgruppen på Himmelev Behandlingstilbud. Guiden fremhæver en række centrale opmærksomhedspunkter, refleksionsspørgsmål og eksempler til inspiration, hvis man ønsker at anvende metoden på et tilsvarende behandlingstilbud. Vi gør opmærksom på, at metoden kræver tilknytning af en certificeret PLAY Project-konsulent. Denne metodeguide kan således ikke stå alene, hvis man ønsker at tilbyde legetræning. Guiden er en kort opsamling på væsentlige erfaringer fra Himmelev Behandlingstilbud, som kan hjælpe til at vurdere metodens relevans og kvalificere arbejdet hermed. Det skal anses som et tillæg til legekonsulentens metoder og værktøjer.

Indholdsfortegnelse

1 Metoden legetræning	5
1.1 Udgangspunkt i PLAY Project	5
1.2 Legetræning i den socialpædagogiske kontekst.....	6
2 Legetræningen forberedes.....	8
2.1 Matchet mellem barn/ung og legetræner skal være velovervejet.....	8
2.2 Legetrænerne introduceres til metoden.....	9
3 Legetræningen tilpasses den enkelte.....	10
3.1 Valg af tilgang til legetræningen	11
4 Legetræning prøves af i praksis.....	14
4.1 Håndtering af udfordringer	14
4.1.1 Uro	14
4.1.2 Vigende opmærksomhed.....	14
4.1.3 Repetitiv leg	15
4.1.4 Udfordrende tematikker i leg	15
4.1.5 Uhensigtsmæssig eller udadreagerende adfærd	15
5 Legetræningen udvikles løbende	16
5.1 Supervision, kollegial sparring og læring	16
5.2 Dokumentér udviklingen	17
6 Bilag	19
Bilag 1: Refleksion over tilgang til legetræningen.....	19

1 Metoden legetræning

1.1 Udgangspunkt i PLAY Project

PLAY Project (Play and Language for Autistic Youngsters)¹ er en legebaseret intervention til mindre børn med autisme, udviklet af den amerikanske børnelæge Richard Solomon som en praktisk videreudvikling af den såkaldte DIRFloortime-metode (Developmental, Individual-difference, Relationship-based model).² Begge metoder bygger på de samme grundlæggende principper; at børn med autisme udvikler sig bedst gennem relationel og emotionelt engageret leg, hvor den voksne i en en-til-en-leg "på gulvet" følger barnets initiativer og gradvist udvider legens kompleksitet ud fra barnets aktuelle udviklingsniveau. Legen foregår i barnets naturlige miljø, fx i hjemmet eller på legepladsen.

DIRFloortime-tilgangen bygger på udviklingspsykologiens studier af, hvordan børn typisk udvikler sig. Greenspan (1992) beskrev seks stadier, som karakteriserer børns udvikling, samt de lege, der matcher hvert af disse udviklingsstadier; fra barnets selvregulering og første interesse i omverdenen, i det tidligste stadie, til forestillet og symbolsk leg i det sidste stadie. DIRFloortime tager udgangspunkt i tre nøgleelementer: 1) barnets udviklingsmæssige niveau nu, og hvor de kan nå hen (Developmental), 2) individuelle forskelle i, hvordan man opfatter, regulerer og responderer på verden omkring sig (Individual-difference) og 3), at relationer er nøglen til udvikling (Relationship-based). Formålet er at understøtte barnets følelsesmæssige og kommunikative udvikling gennem gentagne, gensidige interaktionscirkler, hvor barnet og den voksne skiftes til at initiere og reagere på hinandens handlinger. Den voksne følger barnets interesse, initiativ og emotionelle udtryk ved fx at gentage lyde og ord, imitere eller verbalt italesætte barnets handlinger eller med mimik, gestik og toneleje at udvise positiv interesse. Dette skaber afsæt til kontakt og fælles opmærksomhed (Greenspan & Wieder 1997).

PLAY Project operationaliserer den teoretiske ramme fra DIRFloortime. Her trænes forældre, eller andre primære omsorgspersoner, i at gennemføre legesessioner med deres barn i hverdagen; typisk minimum 15 timer om ugen fordelt på korte sessioner af ca. 20 minutters varighed gennem 8–12 måneder. Forældrene modtager løbende undervisning, vejledning og feedback fra en certificeret PLAY-konsulent (legekonsulent) på baggrund af observationer og videooptagelser af legesessionerne. Det væsentlige her er at afdække barnets udviklingsstadie og finde forslag til lege og samspilsstrategier, der kan støtte barnets næste udviklingstrin. Forældrene gennemgår i arbejdet med metoden følgende syv trin:

1. Introduktion og undervisning: Forældrene undervises i PLAY Project-principperne og i, hvordan disse tilpasses barnets behov og udviklingsniveau.
2. Udarbejdelse af individuel profil: Sammen med legekonsulenten kortlægges barnets styrker, interesser og udfordringer.
3. Udvikling af aktivitetsliste: Der udarbejdes en konkret liste over lege og aktiviteter, der passer til og motiverer barnet og samtidig understøtter udviklingen.
4. Følg barnets signaler: Forældrene lærer at observere og følge barnets initiativer og nonverbale signaler for at skabe engagement.
5. Konkrete teknikker: Forældrene får teknikker til at lade barnets interesse lede legesessionerne.

¹ <https://playproject.org/>

² <https://www.icdl.com/dir>

6. Feedback: Forældrene modtager løbende feedback på baggrund af observation og videooptagelser for at udvikle deres kompetencer til at anvende metoden.
7. Justering: Interventionen justeres løbende, efterhånden som barnet udvikler sig.

PLAY Project er således både en metode og et læringsforløb, hvor forældrene bliver aktive medspillere i deres barns udvikling.

Forskningen i PLAY Project har vist lovende resultater. Et pilotstudie med 68 børn med autisme viste fremskridt i funktionel udvikling hos næsten halvdelen af deltagerne (Solomon et al., 2007). I et senere randomiseret kontrolleret studie med 128 børn påviste Solomon og kolleger (2014) forbedrede interaktionsfærdigheder, øget fælles opmærksomhed samt fremgang i socio-emotionel udvikling hos børn i PLAY-gruppen sammenlignet med kontrolgruppen. Samtidig rapporterede forældrene mindre stress og øget oplevet kompetence i samspillet med deres børn. Effekten afhænger både af interventionens intensitet; hvor meget, der leges, og den voksne adfærd; hvor godt de formår at se og følge barnets initiativer. Studier viser, at børn, hvis forældre formår at være responsive og følge barnets initiativer, udviser større fremgang i sociale og kommunikative færdigheder end børn, hvor forældrene er mere styrende i legen (Solomon et al. 2007, Mahoney & Solomon 2016).

1.2 Legetræning i den socialpædagogiske kontekst

På Himmelev Behandlingstilbud er PLAY Project oversat til en socialpædagogisk kontekst. Her er det lærere, pædagoger eller omsorgsmedhjælpere, der legetræner med børnene og de unge i skolen eller i boligen. Se afsnit 3.1 i Christensen og Emborg 2025 for en gennemgang af, hvordan legetræningen her er organiseret. På Himmelev Behandlingstilbud har børnene og de unge gennemsnitligt legetrænet ca. 20 minutter om ugen, hvilket dog dækker over store individuelle forskelle (ibid., p. 19). Vi kan ikke, på baggrund af undersøgelsens resultater, sige noget entydigt om, hvor meget man skal legetræne for at opnå en effekt, men baseret på øvrig forskning må vi forvente, at en højere intensitet i indsatsen giver bedre resultater. Man skal også være opmærksom på, at legetræningen sandsynligvis skal fortsætte over længere tid end de oprindelige 8-12 måneder, som anvendes i PLAY Project. Udviklingen går langsommere, når der er tale om en målgruppe, som udover autisme er præget af udviklingshandicap.

Legetræningen, i den socialpædagogiske kontekst, bygger på de samme principper og gennemgår de samme trin med en legekonsulent, som præsenteret i afsnit 1.1. ovenfor. Der er dog en række tilpasninger til konteksten og målgruppen:

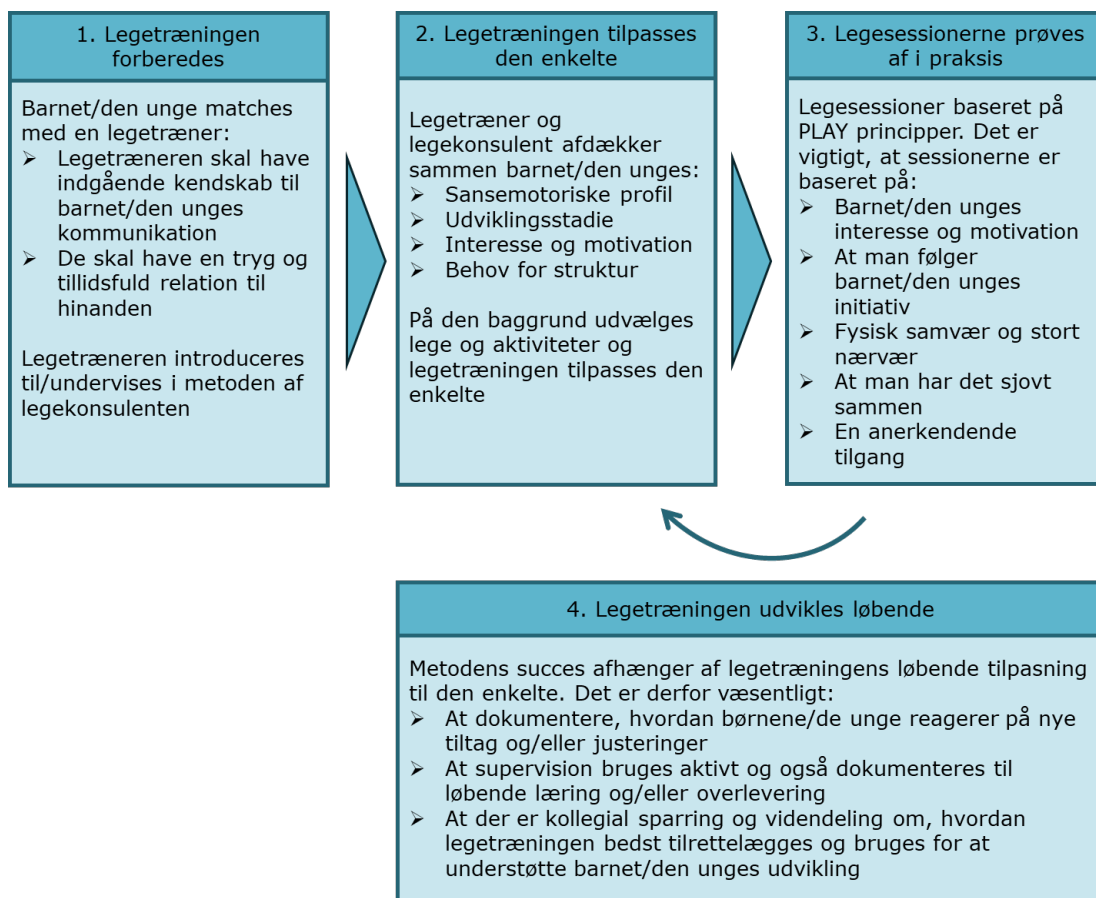
- Matchet mellem barn/ung og legetræner er væsentligt og skal foretages velovervejet. Det er vigtigt, at legetræneren har indgående kendskab til barnet/den unges kommunikationsformer, fx at vedkommende forstår ord, lyde, kropssprog og mimik, og at de har en god relation baseret på genkendelighed, tryghed og tillid. Med denne målgruppe af børn og unge er det en forudsætning for, at legetræningen overhovedet kan komme i gang og kan lykkes.
- Det er væsentligt at overveje det enkelte barns eller unges behov for struktur. Den oprindelige PLAY Project-metode er børnestyret; her følger forældrene børnenes initiativ i naturlig interaktion i hverdagssituationer. I denne målgruppe er der nogle børn og unge, som ikke (til en start) er i stand til at udvise initiativ eller som ikke kan honorere de krav, der kan være, når de skal sætte dagsordenen i legen. Der kan også være børn og unge, som ikke kan koncentrere sig, hvis der ikke er sat en fast og uforstyrret ramme for legetræningen. Disse børn og unge har gavn af en mere struktureret tilgang til legetræningen. Andre børn og unge har bedst af en mere fleksibel tilgang, som ligger nærmere den oprindelige metode. Dette varierer

indenfor målgruppen, og det bør være en del af overvejelserne, når man tilrettelægger legetræningen.

- Løbende supervision, på baggrund af observation og videooptagelser, med legekonsulenten er en del af metoden – også i den socialpædagogiske kontekst. Men i modsætning til en forældre-leveret intervention, har man her også mulighed for at anvende sit dokumentationssystem og kollegial sparring til løbende faglig refleksion om og udvikling af legetræningen. Dette anbefales.

Legetræning til målgruppen af børn og unge med autisme og udviklingshandicap i den socialpædagogiske kontekst er opsummeret herunder. I de følgende afsnit præsenterer vi centrale overvejelser, refleksionsspørgsmål og illustrative eksempler under de tre overskrifter: Legetræningen forberedes (kapitel 2), Legetræningen tilpasses den enkelte (kapitel 3), Legetræning prøves af i praksis (kapitel 4) og Legetræningen udvikles løbende (kapitel 5).

Figur 1: Legetræning i socialpædagogisk kontekst



2 Legetræningen forberedes

Før man når så langt, at selve legesessionerne kan forberedes, er der naturligvis en række forudgående trin, hvis man ønsker at arbejde med en ny metode. De vil afhænge af det specifikke behandlingstilbud: hvilke rammer, man arbejder under; økonomi, ledelsesstruktur, lovgivning mv, medarbejdersammensætning, kompetenceniveau, kultur på arbejdspladsen, beboersammensætning, -behov, ønsker etc. Det er udenfor denne publikations formål at give konkret implementeringsvejledning, som vil afhænge af det specifikke sted, men man kan starte med at afklare grundlaget for at implementere en ny indsats:

- Passer legetræning til målgruppen; vil de have gavn af det, og vil de synes, det er sjovt?
- Bidrager legetræning til behandlingstilbuddets formål?
- Stemmer det overens med tilbuddets lovgivningsgrundlag og værdigrundlag?
- Kan der (og hvordan) sikres organisatorisk og ledelsesmæssig opbakning og forankring af legetræningen?
- Er der ressourcer til både tilknytning af PLAY-konsulent, kompetenceudvikling af medarbejdere, gennemførelse af legetræningen og løbende sparring og kvalitetssikring?

Man skal her også overveje, hvor stor en forandring det er at arbejde med legetræning som en ny metode. Det er sandsynligvis langt lettere at gå til, for både medarbejdere og børn/unge, hvis det ligger tæt op ad tilgange eller metoder, man allerede benytter, end hvis det er en helt ny måde at tænke og arbejde på. Her vil man formegentlig skulle lægge langt flere kræfter i kapacitetsopbygning, planlægning og implementering, som vil kræve længere tid og flere ressourcer. Efter en afklaringsfase kan man arbejde med strukturen for implementering af legetræning fx med en implementeringsplan. Man kan lade sig inspirere af Metodecentrets publikation *QIF – Quality Implementation Framework. Implementering med kvalitet (Høgh 2022)*,³ som er baseret på implementeringsforskningen og præsenterer centrale spørgsmål, der hører til de forskellige faser af en implementeringsproces.

2.1 Matchet mellem barn/ung og legetræner skal være velovervejet

Når legetræner og barn/ung sættes sammen, er det vigtigt, at de kender hinanden godt og har en tryk og tillidsfuld relation. Ligeledes er det vigtigt, at legetræneren kender og forstår barnet/den unges kommunikationsformer fx lyde, gestik, mimik eller ord, så de kan gribe deres initiativer. Hvis barnet/den unge er utryk, interagerer de ikke og kaster sig ikke ud i at udforske nye lege. En legetræner formulerer det således:

”En ting er, hvad jeg kan, en anden ting er, hvad [barnet/den unge] er klar til. (..) Når jeg introducerer nye til [navn], så siger jeg, ’lad nu vær med at gå tur med ham, for han er ikke tryk ved dig’. Så det kan godt være, du kan gå med [ham], at du er klar til det, men hvis [han] ikke er klar, så er det ikke særlig sjovt at gå en tur med [ham]. Så jeg tænker, at det faktisk er lige så vigtigt, når man matcher, at barnet er med til at vælge også. Ikke bevidst, men hvis det er, der er et barn, man ser (..) har en særlig relation til en voksen, at det er den vej

³ https://metodecentret.dk/wp-content/uploads/2018/08/Metodecentret_Quality_Implementation_Framework_QIF.pdf

man skal gå. Så tror jeg, at man har større succes med det. Fordi de her børn er jo heldigvis ligesom alle andre mennesker, det er ikke alle, de kan lide, det er ikke alle, de er trygge ved, og så rykker du dem ikke. Altså vi kan ikke byde nyt, med et nyt personale. Det er næsten helt sikkert klart til en dødsdom.”
Legetræner.

Det kan tage børnene/de unge lang tid at blive trygge i relationen til legetræneren, som kan være en ny rolle, og til at vænne sig til hele konceptet omkring legetræning. Legetræneren må understøtte denne proces bedst muligt og acceptere, hvis legetræningen er svær i en periode. Hvis børnene/de unge bliver utrygge undervejs, må de mødes med omsorg og anerkendelse af, at noget er svært, og med rolige og tydelige signaler, som ikke problematiserer deres adfærd. Børnene/de unge og legetræneren udvikler tættere bånd i løbet af legetræning, hvilket er med til at danne grundlag for gode lege, større grad af interaktion mellem dem og derved også mulighed for at prøve kræfter med nye kommunikative praksisser. En tryk relation mellem barn/ung og legetræner er naturligvis også vigtig ved skift af legetræner, hvis det bliver nødvendigt. Her giver legetrænerne på Himmelev Behandlingstilbud udtryk for, at skiftet er relativt uproblematisk, fordi de har godt kendskab til barnet/den unge på forhånd.

En anden ting, man kan overveje, i matchet mellem barn/ung og legetræner er, hvor naturligt det falder legetræneren at lege på den måde, barnet/den unge foretrækker. Det er klart, at det at fjerne, danse, synge eller tumle mv. falder mere naturligt for nogle end for andre, ligesom man kan være interesseret i eller begejstret for forskellige ting. Begejstring smitter imidlertid. Man kan derfor, hvis muligt, skele til, hvem der er mest komfortabel med og interesseret i at lege på barnets/den unges præmisser. Det er naturligvis en kompetence, man kan lære, men har man fx et barn/ung, som er meget motiveret af fysisk leg; tumleleg, fangeleg, kildeleg mv. kan det være bedst at sætte vedkommende sammen med en voksen, der også begejstres heraf.

2.2 Legetrænerne introduceres til metoden

Inden legetræningen påbegyndes, skal legetrænerne introduceres til PLAY Project-metoden. På Himmelev Behandlingstilbud har legekonsulenten holdt et oplæg på ca. en time for legetrænerne, så har hun observeret en kendt leg mellem legetrænerne og børnene/de unge og taget udgangspunkt i dette til første supervision. Legetrænerne har ikke haft yderligere forberedelsestid, men har kastet sig ud i det og lært metoden hen ad vejen med løbende supervision baseret på videooptagelser og observation, ca. en time om måneden. Legekonsulenten kalder det en 'dobbeltoplæring', hvor både børn/unge og voksne bliver oplært i metoden sammen, mens de leger. For flere af legetrænerne på Himmelev Behandlingstilbud, var det naturligt at gå i gang med, fordi det ligger tæt op ad Marte Meo, som er en anden faglig metode, der anvendes. En legetræner uddyber:

”Jeg tænker, det her [legetræning] passer så fint til Himmelev, fordi vi har Marte Meo. Jeg tænker, de her principper taler så meget ind i det; den der klar-start, klar-slut, benævne osv., det passer rigtig godt ind. Jeg tror også, det er derfor, det er lidt.. altså, det ikke virker så fremmed at skulle gå ind i det. Det er en mere nem opgave at gå ind i, i legetræning, for det er ikke noget helt kinesisk man skal sætte sig ind i.” Legetræner.

Hvis legetræningen er en ny måde at tænke eller arbejde på, skal man sandsynligvis sætte mere tid af til den indledende introduktion, eller et kortere uddannelsesforløb, for at sikre sig, at medarbejderne føler sig klædt på til at gå i gang.

3 Legetræningen tilpasses den enkelte

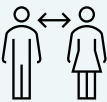
Efter legetrænerne er blevet introduceret til PLAY Project-metoden, udfylder de et observationsskema for det barn/den unge, de skal legetræne med. Der er tale om Greenspans *Social-Emotional Growth Chart*, som er et screeningsværktøj oprindeligt udviklet til at vurdere og følge små børns sociale og følelsesmæssige udvikling. Det indeholder 35 spørgsmål, hvoraf de første otte afdækker barnets sansemotoriske udfordringer, mens de resterende afdækker den socio-emotionelle udvikling på seks stadier (Greenspan 2004). Skemaet udfyldes først af legetræneren, med udgangspunkt i deres kendskab til barnet/den unge, og rettes herefter til af legekonsulenten baseret på observation af den første legesession. Legekonsulenten observerer også, hvad barnet/den unge umiddelbart synes er interessant og finder glæde ved. Dette danner et samlet grundlag for at vælge specifikke aktiviteter, der passer til barnet. Den første supervision sker på denne baggrund.

Legetræning er en særlig måde at være sammen på, hvor leg bruges som en indgangsvinkel til at styrke social- og kommunikativ udvikling. Det er helt centralt, at legen oprigtigt interesserer barnet/den unge, da det er sådan, man når ind til dem. Det er derfor vigtigt, at det er barnets initiativ, der styrer legen og legetræneren må være nysgerrig og opmærksom på at opdage og følge barnet/den unges interesse og initiativer. Legekonsulenten kalder dette 'et opklaringsarbejde' og giver et eksempel på et barn, hvis eneste interesse det er at svinge et rør i luften:

"Vi må lave nogle antagelser. (..) Hvis han ikke havde nogen tale, så kan man jo gå ud fra, han kan lide det, fordi han kan lide lyden af det rør, der svinger. Det kan også være han kan lide at dreje rundt, og der er noget modstand på. Så må vi ligesom gå efter, hvad er det, der er tiltrækkende her, og finde noget variation til det". Legekonsulent.

Legetræneren skal indgå aktivt i legen med stort nærvær og øjenkontakt og skal have en positiv, entusiastisk og anerkendende tilgang, hvor ros, grin og high-fives skaber sjov, tryghed og lyst til mere samspil.

Legetræningen tager altid udgangspunkt i barnets/den unges nuværende udviklingsniveau og ressourcer. Er barnet/den unge fx på stadie ét, er det udelukkende legetræneren, der tager initiativ i legen og arbejder for at opretholde opmærksomhed og kontakt. Her er lege ofte sensoriske eller motoriske. På stadie tre er der intentionel to-vejs-kommunikation med ord, lyde eller kropssprog og barnet/den unge tager initiativ i legen. Her kan lege baseres på turtagning for eksempel ved at kaste en bold til hinanden. På stadie seks er der gensidig verbal kommunikation og opmærksomhed, og barnet/den unge kan lege længerevarende forestillingslege baseret på et plot med en forståelse for komplekse følelser og sociale dynamikker. Med udgangspunkt i barnet/den unges udviklingsniveau bygger man gradvist ovenpå med små variationer i legen, der udfordrer på en overkommelig måde. Det kan være at introducere en ny karakter eller et nyt element i en leg fx at bondegårdsdyrene pludselig kan danse, eller ved at sige eller gøre noget uventet. På den måde kan børnene/de unge udvikle sig, mestre nye legeelementer og opdage glæden ved kontakt til et andet menneske. Eksempler på lege kan ses herunder.

	Sensorisk og motorisk leg	Legetræneren puster en ballon op og skaber forventning hos barnet/den unge, inden der gives slip, og den suser rundt i rummet. Legetræneren puster sæbebobler, så barnet/den unge kan kigge på dem, fange dem eller selv prøve at blæse bobler. Lege med vandkugler eller sand, som føles sjovt mellem fingrene. Fangeleg, rulle på en madras eller yoga-bold, kildeleg og tumleleg. Hoppe på air-track, køre på karrusel eller gynge.
	Turtagningslege	Legetræneren og barnet/den unge kan trille en bold til hinanden, køre en bil frem og tilbage, skiftes til at vælte kegler, lade et bondegårdsdyr spise mad eller fylde benzin på en legetøjsbil. Det kan også være at skiftes til at sætte legesager op på række eller pakke dem sammen igen. Turtagning kan inkorporeres i alle lege og bliver naturligt en del af legene på højere stadier, som legene bliver mere gensidige.
	Stille-siddende lege	Legetræner og barn/ung kan læse bøger sammen eller kigge på billederne og kommunikere om dem. De kan lægge puslespil, putte klodser i puttekasse, bygge med klodser eller Lego. Spille billedlotteri, vendespil, Uno mv. Lave perler, skære græskar eller andre kreative aktiviteter. Legetræneren kan også gemme popcorn eller andre spiselige ting under bægre og lade barnet/den unge finde dem.
	Sang og musik	Sanglege fx 'Jeg gik mig over sø og land', sange med tilhørende fagter, fx "Lille Peter Edderkop", som kan bruges i flere sammenhænge fx ved puttetid. Fri dans til musik, hvor man tager hinanden i hænderne eller hopper rundt. Der er også gode erfaringer med at sætte toner på eller synge sætninger for at skabe interesse eller forventning hos barnet/den unge.
	Forestillings- og fantasileg	Legeuniverser, hvor barn/ung og legetræner er forskellige karakterer i en historie, hvor der kan udspille sig et plot. Det kan for eksempel være biler på en racerbane med vaskehal, kommentatorer og publikum, feer og alfer, far-mor-og-børn-leg eller købmands- eller restaurantleg med legetøjsmad.

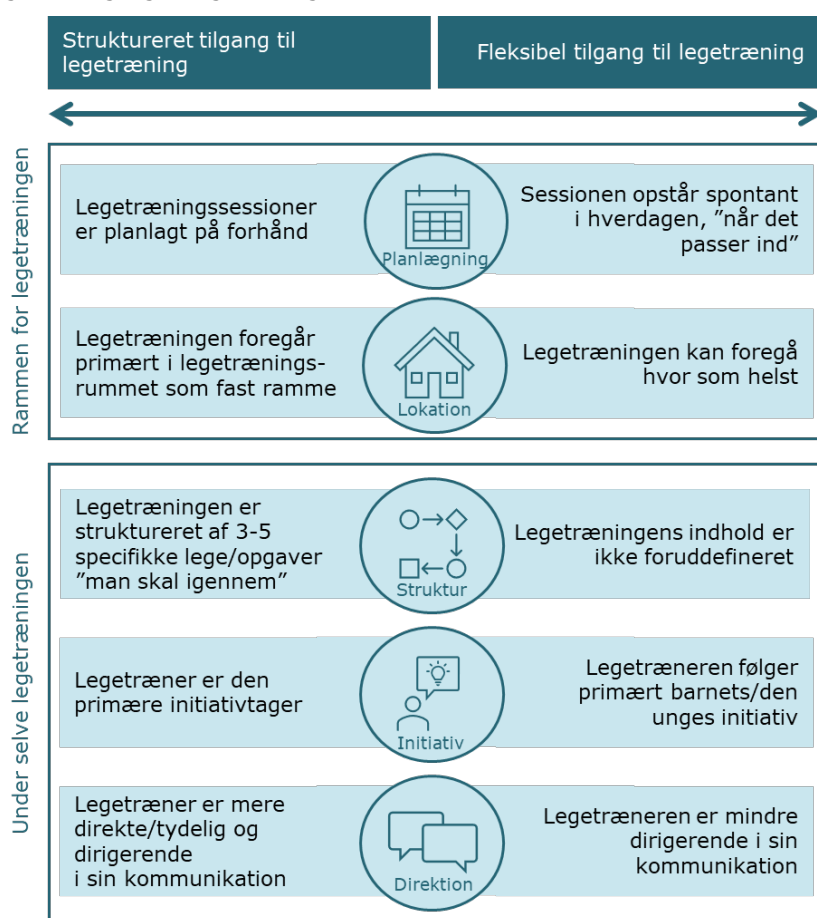
3.1 Valg af tilgang til legetræningen

Legetrænerens tilgang til legetræningen er afgørende for facilitering af kompetent adfærd og udvikling af nye sociale og kommunikative kompetencer hos børnene og de unge. I udgangspunktet er en interaktionsform, hvor de formår at følge barnet/den unge og være responsive i stedet for at være styrende i legen at foretrække (Mahoney og Solomon 2016). Dette kan dog være svært i praksis med en målgruppe af børn og unge som både er præget af autisme og udviklingshandicap. Der kan fx være børn/unge, der er på stadie 1, hvor udviklingen er langsom og legetræneren må arbejde hårdt for at holde legen i gang. Der kan være børn og unge, der ikke er i stand til at udvise initiativ, fordi de for eksempel 'zoner ud' eller 'forsvinder ind i sig selv', hvis ikke legetræneren kontinuerligt fastholder deres opmærksomhed. Ligeledes er der nogen, for hvem det er for store krav, at de skal være drivkraft i en løst struktureret leg, eller som ikke kan koncentrere sig, hvis legetræningen ikke har en fast ramme. På samme måde er der børn og unge, som udvikler sig mere, hvis de får frie rammer og får lov til at sætte dagsordenen. PLAY Project-metoden, med

børnestyret leg, må derfor nogle gange gradbøjes og tilpasses de enkelte børn og unge med deres udfordringer og ressourcer for bedst muligt at understøtte deres udvikling.

Man kan anskue legetræningen på et kontinuum fra en mere struktureret tilgang til en mere fleksibel tilgang. I den strukturerede tilgang er legetræningen planlagt, ofte foregår den i et dertil indrettet legetræningsrum, som en fast ramme, og her er det legetræneren, som tager initiativet og styrer sessionens forløb. Her kan legetræneren også, i sin kommunikation, være mere direkte, når barnet/den unge mister fokus og fx vil rejse sig fra bordet eller pakke legesagerne sammen. I den anden ende findes en fleksibel tilgang, hvor legetræningen opstår spontant i løbet af dagen, når barnet/den unges motivation og dagsform tillader det. Her kan legetræningen foregå hvor som helt, og det er i høj grad barnet/den unge, der bestemmer, hvad der skal ske. Dette er illustreret herunder.

Figur 2: Tilgang til legetræning



Der findes ikke én rigtig måde at lave legetræning på. Det afgørende er at tilpasse legetræningen til den enkelte, både med hensyn til rammen for legetræningen og legetræningens indhold. Fx er det for nogle børn og unge nødvendigt, at det er legetræneren, som er initiativtager, og driver legene frem efter en relativ fast struktur, så vedkommende kan mestre legene. Men at det samtidig er nemmere at få gennemført legetræningen, hvis det kan foregå, stort set, hvor som helst, når muligheden byder sig. På den anden side kan et barn/ung have gavn af, at der er en fast ramme med planlagte sessioner, som fx tillader en nødvendig pause fra andre aktiviteter inden legetræningen, og som altid foregår samme sted for at skabe ro og koncentration. Men indenfor denne ramme, kan man godt give barnet/den unge frihed til at sætte dagsordenen.

Det kan med fordel gøres til en del af den indledende tilrettelæggelse af legetræningen at overveje den enkeltes behov for struktur eller fleksibilitet på de forskellige parametre; planlægning, lokation, struktur, initiativ og direktion, ligesom legetræningen tilpasses udviklingsniveau, sanseprofil og interesse. Se bilag 1 for et forslag til et refleksionsværktøj. Dette kan være en del af den første supervision, men kunne med fordel også drøftes blandt kollegaer, fx i et behandlingsteam, som har et godt kendskab til barnet og ved, hvad der kan lade sig gøre i den organisatoriske ramme. Mulighederne for tilrettelæggelse af legetræningen afhænger naturligvis af vagtplanlægning, faciliteter, forberedelsestid mv. Det kan her også overvejes, om det er gavnligt, at et barn eller en ung har mere end én legetræner for at få vagtplaner til at gå op og få gennemført det ønskede antal legesessioner.

4 Legetræning prøves af i praksis

Når legetræningen er forberedt, skal sessionerne prøves af i praksis, og det vil her, som allerede nævnt, være en læringsproces for både legetræner, børn og unge, som alle skal blive fortrolige med konceptet. Man vil sandsynligvis være nødt til at prøve nogle forskellige ting af for at finde en model for legetræningen, som bedst muligt understøtter udvikling hos det enkelte barn/den unge. Her er løbende dokumentation, sparring og supervision vigtig, hvilket vi vender tilbage til i kapitel 5. I dette kapitel præsenterer vi først en række gængse udfordringer, som er optrådt på Himmelev Behandlingstilbud og eksempler på, hvordan de kan håndteres.

4.1 Håndtering af udfordringer

4.1.1 Uro

Flere børn og unge i målgruppen på Himmelev Behandlingstilbud kan have meget mental eller fysisk uro, som giver sig til udtryk ved fx koncentrationsbesvær, at gå hvileløst rundt, ikke at kunne sidde stille, utilpashed mv. Den uro kan være en hæmsko for legetræningen, da det er svært at samle sig om at gøre noget sammen med nærvær. Der kan være flere måder at arbejde med den uro, som en legetræner siger:

”Man kan bruge high arousal til at skabe low arousal. Så når [navn] er motorisk urolig, så går vi ned og hopper, eller vi har danset. Så på den måde er det (..) faktisk med til at skabe freden.” Legetræner.

Et andet eksempel er en legetræner, der har startet hver legesession med en såkaldt ”pizza-massage”. Her bliver det at mærke sin krop til en leg i sig selv, hvilket giver ro nok til, at de kan lege andre ting bagefter. Barnet/den unge ligger på en sofa eller seng, og legetræneren masserer vedkommende på ryggen – maskeret som æltning af dej til en pizza. Barnet/den unge får lov at vælge, hvad der skal på pizzaen, og der bliver således lagt peperoni på ryggen, skåret grøntsager på benene eller drysse ost i håret eller lignende. Barnet/den unge er selv med til at definere, hvornår pizzaen er færdig og skal i ovnen, og de kan gå videre til andre lege.

4.1.2 Vigende opmærksomhed

Det kan sommetider være svært at fange og fastholde børnene og de unges interesse for og opmærksomhed under legetræningen. På Himmelev Behandlingstilbud har de gjort sig den erfaring, at brug af sang, musik eller blot det at sætte toner på ord og sætninger kan være gavnligt, som en legetræner her illustrerer:

”Hvis [navn] måske ikke lige har dagen, hvor jeg kan komme tæt på ham, hvor han ikke rigtig gider at lege, så sidder han bare der på en gynge, og jeg kan ikke rigtig invitere mig med ind i den her leg, eller jeg bliver afvist. Der kan jeg godt sætte mig på en anden gynge, og så mens jeg gynger, så kan jeg synge '[jeg] gynger, [jeg] gynger' (..), [syngende] 'Øj han gynger højt' altså, hvis du sætter melodi på, så bliver han interesseret og fanget af det, fordi der er en eller anden rytme i det (..) Altså, det er ikke fordi det er en sang, men det er bare, at jeg synger benævnelser, og det kan jeg mærke, at han reagerer på.” Legetræner.

Ligeledes kan musik konkret bruges til at få børn og unge op i arousal, hvis de har tendens til at falde ind i sig selv eller zone ud. Her kan musik bruges som værktøj til mere vågenhed og opmærksomhed – også i legetræningssessionerne.

4.1.3 Repetitiv adfærd

Nogle gange er repetitiv leg, hvor børnene/de unge fx gentager den samme aktivitet eller bevægelse om og om igen, en udfordring. Her kan det kan være svært, som legetræner, at invitere sig ind i legen og tilføje variation. Det kræver, at man har tålmodighed, og at man er kreativ i at finde måder at få legen videre på, på en meningsfuld måde. Er den repetitive leg fx, at bondegårdsdyrene bliver ved med at hoppe, så kan de måske hoppe ned i kassen, og man kan gå videre med en helt anden leg. Er den repetitive adfærd, at legesagerne skal stilles op på række, kan man gøre dette til en leg i sig selv, ved for eksempel at række legesagerne til barnet/den unge, måske siger de noget fjollet, når de skifter hænder, eller invitere sig ind i en turtagning, hvor man skiftes til at sætte legesagerne op. Repetitive benævnelser af elementer udenfor legen (fx madvarer eller familiemedlemmer) kan håndteres ved at lade de ting, barnet benævner, danne grundlag for en kort interaktion herom for derefter at forsøge at styre barnets opmærksomhed tilbage på legen via spørgsmål som "hvad laver vi nu?".

4.1.4 Udfordrende tematikker i leg

Der kan opstå udfordrende og måske uhensigtsmæssige tematikker i legen, særligt i forestillings- og fantasileg. Det kan være hårdt sprog, konflikter, vold eller mord mellem karaktererne i legen, måske disse karakterer er rigtige personer, eller tematikker så som stof- eller alkoholmisbrug. Man må anerkende, at der lægges følelser i leg på højere stadier, og at det måske ikke er hensigtsmæssigt at give det for meget vægt eller gøre det forkert ved at påtale det eller irettesætte barnet/den unge. Legetræneren kan fx i stedet trække sig fra legen og lege noget andet parallelt ved siden af, indtil barnet/den unge fatter interesse for den mere hensigtsmæssige leg. Legetræneren kan også adressere udfordringerne gennem legen fx ved at en karakter siger fra eller ved at skabe en karakter, der skal beskyttes eller lægger op til en anden behandling eller omgangsform.

4.1.5 Uhensigtsmæssig eller udadreagerende adfærd

Der kan være adfærd i legen, som er uhensigtsmæssig eller grænseoverskridende for eksempel nærgående fysisk kontakt, som en legetræner her fortæller om:

"Jeg har oplevet lidt, nogle gange, at han kommer meget tæt på, at mine grænser bliver ligesom brudt lidt (..) altså kommer op i mit ansigt, (..). Der tænker jeg, man må gerne holde lidt afstand, altså den der personlige grænse man har. Han gør det jo også med andre, når han skal ud til andre, så vil de jo også have nogle grænser, og det har jeg prøvet at arbejde lidt med, at når han kommer for tæt på, så bakker jeg lige lidt. Han kommer hele tiden efter, men så prøver jeg noget, kilder, som han inviterer rigtig meget med, eller også så tager jeg, hvis vi sidder ned eller et eller andet, så kan jeg finde på at tage hans fod. Så jeg kommenterer det ikke, og jeg prøver at køre videre til noget andet, jeg undlader at give det opmærksomhed." Legetræner.

Noget adfærd kan selvfølgelig også være så alvorlig, for eksempel udadreagerende adfærd, at legetræneren må fjerne sig fra situationen eller undlade at legetræne i en periode, fordi det er for udsat at være alene med et barn/ung. I nogle tilfælde kan man derfor være nødsaget til at holde pause i legetræningen, at legetræne på en anden måde eller skifte legetræneren ud, hvis der er opstået noget uhensigtsmæssigt i relationen.

5 Legetræningen udvikles løbende

Legetræningen er en læringsproces for både legetrænere og børn og unge. De bliver med tiden mere fortrolige med konceptet, legene og med hinanden, ligesom børnene og de unge udvikler sig. Legetræningen skal derfor løbende udvikles og tilpasses den enkelte, som børnene og de unge får nye kompetencer.

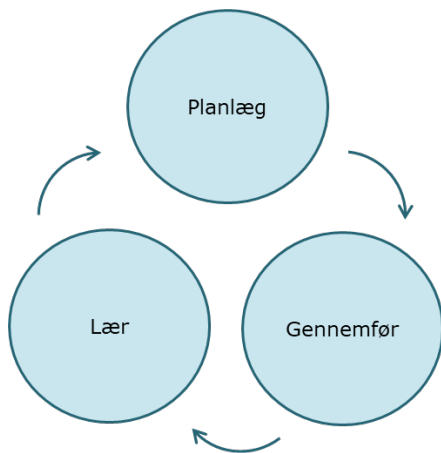
5.1 Supervision, kollegial sparring og læring

Supervision spiller en helt central rolle i den løbende udvikling af legetræningen, som et kerneelement i metoden. Supervision gives en gang om måneden, i ca. en time, med den eksterne legekonsulent, som overværer en legesession og tager små videoklip, som feedback til legetræneren sker på baggrund af. Det kan være, fx hvad man kan gøre mere eller mindre af, om der er et initiativ fra barnet/den unge, som kunne være grebet eller grebet anderledes, hvilke teknikker eller specifikke lege, man kan prøve af osv.

Legetræneren kan dog også med fordel selv være god til at dokumentere, hvordan børnene og de unge reagerer på deres tiltag. Man vil formegentlig være nødt til at prøve nogle forskellige ting af for at finde den form for legetræning, som bedst understøtter deres udvikling; de rette lege, der fanger barnets/den unges interesse, på det rette udviklingsniveau, det bedste tidspunkt og sted at lege, den rette struktur og rolle for legetræneren og vedkommendes kommunikation mv. Man kan med fordel være skarp på at observere, dokumentere og systematisk reflektere over, hvordan børnene/de unge reagerer på ændringer eller justeringer undervejs, måske med en prøvehandlingslogik. Det afgørende er her at kigge på børnenes/de unges adfærd: Viser de motivation for at lege; deltager de aktivt i legene; bidrager de til legenes udvikling; holder de koncentrationen på den igangværende aktivitet; og blomstrer deres kommunikative og sociale kompetencer op under legesessionerne? Så møder legetræningen sandsynligvis børnene/de unge det rigtige sted til gavn for deres udvikling. Virker de omvendt demotiverede; er de mere indesluttede og passive under legene; forstyrres de let af ikke-lege-relaterede tanker og elementer i omgivelserne eller kan legetræningen slet ikke gennemføres, så skal der prøves noget andet af.

Man kan lade sig inspirere af Social- og boligstyrelsens publikation *Prøvehandling som metode til at udvikle praksis*.⁴ Her foregår udviklingsarbejdet i en cirkulær proces, hvor man først planlægger at prøve noget nyt af, gennemfører det med øje for, hvad der opnås og til sidst evaluerer det; hvad fungerede, hvad gjorde ikke? Denne læring skaber igen grundlag for planlægning. Lad os give et eksempel: et barn/en ung er inde i en længere svær periode, og kan ikke motiveres af noget, men er urolig og går hvileløst rundt. Det lykkes derfor ikke at gennemføre legetræningen som planlagt. Det må gøres anderledes. Legetræneren beslutter sig derfor for at prøve fagtesange ved puttetid, når barnet/den unge har ro på. Her kan det godt lade sig gøre at opnå kontakt og nærvær om end i kort tid. Denne praksis kan således fortsætte, og man kan lede efter andre sådanne muligheder. På samme måde kunne man have en hypotese om, at det kunne være en god ide at legetræne i gymnastiksalen, hvor barnet/den unge er motiveret til at hoppe og kan få noget af uroen ud af kroppen. Det kan man prøve af og lære af det: kan legetræningsmetoderne bruges eller bliver man fx forstyrret af andre børn, unge og voksne? I bund og grund handler det om systematisk at reflektere over, hvad man prøver af, hvorfor, og hvad det resulterer i, i en løbende proces.

⁴<https://www.sbst.dk/Media/638101987925127958/Redskab%20Pr%C3%B8vehandling%20og%20Evalueringsvinduet.pdf>



Planlægning: Hvad kan vi prøve af, som kan forbedre legetræningen, og hvorfor? Er det nødvendigt at inddrage nogen i planlægning for at afprøvningen kan lykkes, fx kollegaer?

Gennemfør: Prøv det planlagte af i praksis, observer og dokumentér, hvordan barnet/den unge reagerer på forandringen/justeringen.

Lær: Saml op på det, der er observeret sammen med legekonsulenten under supervision. Hvad gik godt? Hvad gik mindre godt? Hvad skal vi gøre anderledes næste gang? Dette dokumenteres også.

Dette er naturligvis allerede en del af supervisionen, men det kan også inkluderes i fx barnets/den unges behandlingsteam, hvor andre kollegaer kan bidrage til at kvalificere legetræningen og i øvrigt lære af den. Samtidig er det også en god idé at skabe et rum for sparring legetrænerne imellem, hvor de kan dele udfordringer, løsninger og gode erfaringer.

5.2 Dokumentér udviklingen

Legetræningen kan til tider være krævende. Det kræver både stor tålmodighed og vedholdenhed hos legetrænerne, som har meget arbejde i at motivere børnene og de unge, og fastholde deres engagement i legen. Legetrænerne kan opleve at give meget af sig selv med begrænset respons, ligesom de kan blive afvist af børnene og de unge. Samtidig går udviklingen for nogle i målgruppen meget langsomt og kan være svær at få øje på. Her er det vigtig, også jf. ovenstående afsnit, at dokumentere legetræningen og udviklingen, så man bemærker de små sejre og kan gå tilbage og se udgangspunktet, altså hvor man startede, her kan man nemlig ofte få øje på, at der over tid sker meget. Det er en god måde at bevare motivationen.

Legetræning til målgruppen af børn og unge med autisme og udviklingshandicap har stort potentiale. Vi håber, at guiden her kan bidrage til at kvalificere arbejdet hermed på behandlingstilbud. God arbejdslyst.

6 Referencer

- Christensen, M.V. & Emborg C. *Metoden Legetræning: PLAY Project tilpasset en socialpædagogisk kontekst – Evaluering af Legetræning på Himmelev Behandlingstilbud*. Aarhus. DEFACTUM, Region Midtjylland, 2025
- Greenspan S. I. (1992). *Infancy and early childhood: The practice of clinical assessment and intervention with emotional and developmental challenges*. Madison, CT: International Universities Press.
- Greenspan, S. (2004). *Greenspan Social-Emotional Growth Chart* [Database record]. APA PsycTests.
- Greenspan, S. I., & Wieder S. (1997). An integrated developmental approach to interventions for young children with severe difficulties in relating and communicating. *Zero to Three*, 17, 5–18.
- Himmelev (2025). <https://www.himmelevbehandlingstilbud.dk/kommune-og-fagfolk>, tilgået maj 2025.
- Høgh, H. (2022). *QIF – Quality Implementation Framework. Implementering med kvalitet*. Metodecentret
- Mahoney, G. & Solomon, R. (2016). Mechanism of Developmental Change in the PLAY Project Home Consultation Program: Evidence from a Randomized Control Trial. *Journal of Autism and Developmental Disorders*; 46(5): 1860-71.
- Solomon R., Necheles J., Ferch C. & Bruckman D. (2007). Pilot study of a parent training program for young children with autism: the PLAY Project Home Consultation program. *Autism*; 11:205-224.
- Solomon R., Van Egeren, L. A., Mahoney G., Huber, M. S. Q. & Zimmerman, P. (2014). PLAY Project home consultation intervention program for young children with autism spectrum disorders: A randomized controlled trial. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*; 35(8), 475–485.

7 Bilag

Bilag 1: Refleksion over tilgang til legetræningen

Refleksion over tilgang til legetræning

Navn på barnet/den unge:

	Er det bedst for barnet/den unge at legesessionerne fastlægges fx i et ugeprogram eller under eksisterende aktiviteter på dagen eller er det en fordel, at legetræningen gennemføres med stor fleksibilitet i hverdagsaktiviteter, når muligheden opstår?
	Har barnet/den unge brug for en fast ramme om legetræningen i et legetræningsrum eller andetsteds for at kunne koncentrere sig, eller kan man med fordel være mere fleksibel angående lokation?
	I hvor høj grad er det nødvendigt, at legesessionens indhold struktureres af legetræneren? Hvordan tilbydes barnet/den unge meningsfulde valg indenfor den valgte struktur?
	Hvad er legetrænerens rolle i legetræningen – er man nødt til at tage en førerrolle og drive legen frem, eller kan man læne sig mere tilbage og lade barnet/den unges initiativ styre retningen? Hvordan sikrer man sig, at man er responsiv overfor barnet/den unge uanset hvad?
	Har barnet/den unge brug for mere eller mindre guidning, og er det en fordel at denne er mere eller mindre kort og kontant?

