



Erfaringer med Ergo Kid Flex stolen i forbindelse med ADHD, autisme, hyperaktivitet mv.

- uddrag af tilbagemeldinger



Kan en stol hjælpe ADHD børn?

Ergo Kid Flex stolen er afprøvet igennem flere år og mange steder af børn med ADHD, børn med autisme, andre igen med dobbeltdiagnose bl.a. Tourettes syndrom.

Afprøvningen har generelt været på af foranledning af **fagpersonale** som **ergoterapeuter, fysioterapeuter, psykologer, pædagoger i specialskoler m.fl.**

Resultaterne er meget enslydende. Stolen har en klar virkning på to basale områder:

- **koncentrationsvanskeligheder**
- **hyperaktivitet**

Den eneste konstaterede "bivirkning" er såmænd en bedre kropsholdning.

Erfaringer med Ergo stolen til voksne med ADHD, se side 6-8.

Erfaringer fra folkeskoler

Fra skole på Samsø

Hej Ergoforma

Jeg har haft lånt en stol til en dreng med ADHD og har nu haft den i 14 dage. Drengen, skolen og forældrene er meget begejstret for stolen. Jeg sender den i første omgang tilbage til jer d.d. Skolen vil muligvis købe den ellers vil forældrene helt sikkert søge om at få den bevilliget.

Det er nok ikke sidste gang i hører fra mig.

Med venlig hilsen
Trine Therkildsen
Ergoterapeut

Skole i Vestjylland

Stolen er afprøvet på elev, der ofte rejser sig og går rundt eller ud af klassen. Ved afprøvningen af stolen blev eleven hovedsageligt siddende. Hvad der overraskede elevens lærer var, at han nu får lavet meget mere af sit skolearbejde.

Børnefysioterapeut Hans G.

Fra skole i midtjylland. Bjarke fra artikel, som findes på vores hjemmeside under børnestole.

Hermed udtalelse fra skolen:

Bjarkes brug af stolen. Bjarke bruger sin stol hele skoledagen. Man kan mærke på Bjarke, at han får en roligere time, når han sidder på stolen. Jeg har oplevet Bjarke fra alm. skolestol til kuglepude og nu vippestolen. Og jeg mærker tydeligt en bedring i Bjarkes koncentration og arbejdsglæde. Det er tydeligt et godt ”værktøj” for Bjarke. Dorte Bragt – støttelærer

Skole i København

Ergo Kid Flex afprøvet på skolen af elev med Autisme.
Resultater er at eleven er mere fokuseret og har en bedre kropsholdning. Kan anbefales til børn med autisme.

Helle Larsen
Ergoterapeut

Skole i Hvidovre

Hej

To af stolene bruges i vores specialklasser, hvor vi har børn med diagnoserne ADHD og ASF*. Min ellers meget kritiske kollega har været ovenud begejstret for stolene.

Eleverne er rent faktisk mere rolige, de efterspørger stolene, hvis de er lånt ud til anden elev osv. osv. Faktisk har vi ofte vanskeligheder med at introducere nyt ting, men de har alle elsket stolen lige fra start.

I den almene skole bruger vi stolen til specielt en dreng, som er ekstremt urolig og ikke har kunne sidde på sin stol og koncentrere sig. Det har ændret sig betydeligt. Han kan nu være en del af undervisningen og klassen i længere tid af gangen (det synes jeg da godt, kan kaldes inklusion).

Mvh. Mette

*ASF = Autisme spektrum forstyrrelser. (vores kommentar).

Erfaringer fra specialskoler

Fra specialskole i København området

Vedr. Ergokid stolen.

Jeg har anvendt stolen siden januar 2010, til en elev med motorisk uro og som har en meget lav tonus. Historik: Eleven lå ofte ned i forskellige stillinger på sin almindelige stol og var motorisk urolig. Eleven havde brug for at få en stol som kunne anvendes til både at afhjælpe motorisk uro men også styrkelse af kropsholdningen (lav tonus).

Eleven har nu nemmere ved at sidde oprejst ved sit arbejdsbord, men har også brug for at være i bevægelse, dette hjælper stolen med. Det er for tidligt at sige om hvor meget stolen afhjælper og træner hans kropsholdning da det er en lang proces, men det tegner positivt. Eleven har andre sidde /liggestillinger som bliver anvendt sideløbende med anvendelsen af stolen.

Stolen er en rigtig god ide at have i klasseværelser da den nemt kan flyttes rundt af eleven selv, den fylder mindre end en stor træningsbold, den larmer ikke, afhjælper motorisk uro, øger opmærksomhed og støtter børn med lav tonus til bedre siddestillinger.

Lisbeth Hjorth Brandt
Ergoterapeut.

.....

Ergo Kids Flex stole:

Har haft stor succes hos børn der er motorisk urolige, sansesøgende og ikke kan koncentrere sig mere end et par minutter ad gangen. Det er børn, der ikke har ro i kroppen til at modtage undervisning, spise frokost, tage i mod beskeder mm. Ergo Kids Flex stolen hjælper børnene ved at de får opfyldt deres bevægelsesbehov, dette i sådan en grad, at de nu kan sidde ved et bord i klassen i et helt modul og modtage undervisning samt lave deres arbejdsopgaver. Børnene sidder og bevæger sig på stolene, så de ikke behøver at koncentrere sig om deres krop.

Ligeledes har stolene også effekt på børn med lav arousal og lavt energiniveau, som derfor ikke kan følge med i klassen. De går normalt glip af information, undervisning, og kan falde ned af stolen mm. Stolenes vedvarende stimuli bevirker at disse børn forbliver vågne og opmærksomme på, hvad der sker omkring dem i klassen og hvad de skal lave i undervisningen. Ligeledes, falder de nu ikke ned af stolene, men er opmærksomme og kan kommunikere med resten af gruppen.

Børnene elsker stolene og opsøger dem selv. De kan varmt anbefales.

M.M

Ergoterapeut v/ specialskole i København

.....

Ergoterapeut ved stor specialskole.

Vi kender alt, hvad der er på markedet. Der er intet, der virker så godt som de her stole.

L.H. Ergoterapeut

.....

Fra specialskole i Sydjylland

Prøveperiode i 4C med Ergo Kid Flex balancestole

Vi har, i samarbejde med fysioterapeut Jane Abild og firmaet bag stolene, haft mulighed for at afprøve stolene i en periode på ca. 1 måned.

Børnene synes at stolene var spændende, men også lidt svære i starten, det skete af og til at de røg af dem. Nogle af de voksne synes i starten at stolene gav mere uro på børnene, men det aftog hurtigt. De brugte dem hele tiden, både ved fællesbordet og på arbejdspladserne.

De første synlige tegn var, at børnene fik en meget bedre holdning. Et autistisk dreng på 10 år fik en markant bedre holdning, som også kunne ses derhjemme. (Moderen er fysioterapeut).

Eleven har tendens til sammenfald i ryggen, når han sidder på en almindelig skolestol, selvom han ugentlig deltager i motorisk, træning, svømning, ridning og 2x gymnastik/idræt.

Vi oplever, at der er mere ro på ham, når han sidder på vippestolen og han kan bedre koncentrere sig både ved fællesbordet og på arbejdspladsen.



En anden elev, en dreng på ni år med diagnosen ADHD samt Tourettesyndrom, som er meget motorisk urolig, har mange tics og er meget talende, har også stor gavn af stolen. Hvor han før kørte rundt på stolen, selv med kuglepude, pillede ved alt der var i umiddelbar nærhed, oplever vi nu at der er meget mere motorisk ro på ham og i stedet for at pille ved tingene, kan han nu sidde stille og holde den voksne, som sidder ved siden af ham, i hånden.

Når han sidder på vippestolen ved sin arbejdsplads, er der mærkbar forskel på den tid han kan koncentrere sig i, som når han sidder på en alm. skolestol. Han profiterer meget af vippestolen.

Generelt kan der konstateres, at eleverne opnår mere ro motorisk og kan bedre koncentrere sig, når de sidder på stolene.

Erfaringer fra hjemmet / hjemmearbejde

Midtjylland privathjem.

Hej Ergoforma

Jeg har de sidste 3 uger lånt en stol af ergoforma - Hammel neurocenter H5.

Og ja, stolen er rigtig god til børn med ADHD. Min dreng har haft, stor glæde af stolen. Den giver ham ro, da uro forplanter sig ned igennem stolen, i stedet for ud i kroppen. Jeg har anbefalet stolen, til brug i skolen. Og jeg ved, at de skal have en stol på prøve. Jeg kontakter kommunen for, at høre om muligheden for at få stolen bevilliget som et hjælpemiddel. Der kan gå lidt tid, inden de træffer en afgørelse, men når jeg har den, hører du fra mig igen.

Hvis I får en artikel skrevet på et tidspunkt, kan jeg da kun anbefale at sende den til ADHD foreningen.

Mange tak for lån

Venlig hilsen

Dorthe Iversen H5

Bjarke fra artikel, som findes på vores hjemmeside under børnestole. Fra hjemmet hvor Bjarke bruger Ergo Kid Flex til skolearbejde mv.

Tidligere kunne Bjarke ikke sidde og gennemføre et måltid sammen med familien. Nu efter at have brugt stolen i 7 måneder, kan Bjarke sidde i 2 timer og lave matematik uden at rejse sig.

Birgitte

Bjarkes mor

Middelfart privathjem.

Hej til Jer i Ergoforma

Lovede at skrive til Jer, for at fortælle, hvordan mit barnebarn modtog stolen.

Det blev en dårlig modtagelse af stolen, da han sprang op på den straks han så den. Vi nåede ikke at forklare noget før han væltede. Stolen var dum, han gad ikke sidde på den.

Det endte dog med, at stolen kom med i skolen (Fredericia Realskole) samme morgen, men den skulle blot stå henne i et hjørne, så han kunne se den.

Pædagogen, som var vikar denne morgen, snakkede godt med mit barnebarn, og stolen blev placeret. Der kom noget skam over at han skulle have en anderledes stol, end de andre i klassen. Han fik at vide, der var andre på skolen, som havde denne stol. De gik nu i 1. klasse og han måtte komme med og se stolene der. Det ville han gerne.

Mit barnebarn var ikke i tvivl om at denne stol blot var fordi han ikke kunne sidde stille i timerne. Han fik forklaret, at det var fordi han altid siger det gør ondt i hans numse, han havde fået denne stol... den havde et blødt sæde...

Næste dag ville han sidde på stolen, men det skulle være ovre ved det bord han sad ved, når det var sværest for ham at være stille. Det gik godt, så næste dag bad han om at stolen var ved hans normale plads.

Der har han nu siddet lige siden, uden brug af sine pause kort. Han er rigtig glad for stolen og han syntes selv det går meget bedre. Læreren syntes dog der er situationer, hvor hun mener han skulle bruge pause kort, men det vil han ikke... så mon ikke det kommer lige pludseligt – at han klarer dagen som læreren også ønsker...

Han har fået flere legeaftaler med de andre drenge, og klarer konflikter bedre og der er blevet meget få af dem. Er ved at lære at sige pyt til ting som driller. Det er som om hans overskud er vokset. Så forældrene og drengen er mere glade og håber det lykkes helt.

Ville dog ønske at lærer / pædagoger ville tænke denne stol, frem for alle de konflikter og afprøvning af diverse andre tiltag....de griber til, som koster barnet så meget... Vi skal have en stol til storesøster også.

Med venlig hilsen

Mormor til den lille dreng.
Pensioneret lærer



Samsø privathjem.

Luca, som har ADHD, har igennem 10 år brugt jeres Ergo Kid Flex Stol. Han har to stole. En stol ved spisebordet og en stol på hans arbejdsværelse foran sin computer. Han er utroligt glad for stolene, og bruger aldrig andre, når han er hjemme. Han vil ikke sidde på andet. Han er glad for, at der er skabt en stol, som tager udgangspunkt i hans behov. Hans ejerskab til stolene er ikke til at tage fejl af. Og som han selv siger: ”Stolene er fede til børn, som har krudt i røven lige som mig”.

Som forældre er vi sikre på, at hans kropslige uro forplantes i stolen, og har hjulpet ham meget gennem årene til at få mere ro i kroppen. Stolen er også god for hans balanceevne, og for hans evne til at fokusere på f.eks. sine lektier ved bordet. Den forbedrede fokuseringen bruger han nu generelt i sit liv og på almindelige stole på hans efterskole, hvor han opholder sig. Men hvis det stod til ham, havde han også sine stole på efterskolen den dag i dag. 18 år gammel. 😊

Marts 2019, Lone Krag, Samsø

Stol til voksne

Stolen findes også i en version til voksne. Her hedder den Ergo Multistol. Den er afprøvet til voksne med ADHD med lignende resultater.

Nedenfor er erfaringer fra kursusforløb i Østjylland.

Kursuslederen

Ergoforma, har været så venlig at vi måtte låne udvalgte stole fra deres sortiment.

Vi afholder motivations- og afklaringskurser for sygemeldte borgere for Jobcenteret i Hedensted kommune.

De borgere der er visiteret til vores forløb, er sygemeldte pga. bevægeapparatet, det er bl.a. piskesmæld, bækkenløsning, rygskader m.m.

På vores sidste forløb havde vi en borger med ADHD, de første 2 dage af undervisningen "forsvandt" denne borger ind i sig selv, hun havde koncentrationsbesvær og svært ved at holde fokus. På 3. dagen bad vi hende bruge Multistolen og allerede samme dag, kunne vi observere en bedring i borgerens koncentration. Dette blev bedre og bedre for hver dag, og resultatet blev, at hun kom i en virksomhedspraktik og blev bevilget multistolen som et hjælpemiddel.

Vi er selv meget forbløffende over, at stolen kunne hjælpe denne borger på så kort tid.

Pia Thybo /Kursusleder

Kursisten

Hej Ergoforma

Her et lille indlæg fra mig omkring min Ergo multistol

Jeg har haft min multistol siden oktober mdr. 2010, jeg fik den igennem et kursus jeg var på igennem kommunen, hvor vi skulle finde ud

af hvor meget jeg kunne klare efter en øjenoperation. Vi fandt ud af at øjet ikke var mit eneste problem, jeg har også ADHD og har ikke været opmærksom på før, hvor meget det hindrede mig i mit arbejde, før jeg fik min multistol, så jeg må sige at den har hjulpet mig meget. Jeg kan bedre koncentrere mig, når jeg arbejder, jeg falder ikke så let hen i mine egne tanker, og jeg sidder bedre. Multistolen har mange fordele, især den at jeg hele tiden kan bevæge mig, så jeg ikke bliver så rastløs, men også min koncentration er blevet væsentligt bedre. Den har også den store fordel at styrke ryggen og bækkenet, hvilket betyder rigtig meget for mig, med mine skavanker. Så alt i alt er dette den bedste gave jeg nogensinde har, kunne få, da jeg har fået det betydelig bedre krop og tankemæssigt. Jeg vil hermed sige mange tak til Ergoforma for den geniale stol, håber at andre får lige så stor glæde af den, som jeg har fået.

Hilsen
Birgitte Sørup, Tørring



Ergo Multistolen

Stolen bliver ligeledes anvendt af en kommune på mestringskurser for unge med ADHD.

I 2012/2013 foretog nogle ergoterapeuter en lille spørgeskemaundersøgelse om stolens effekt i forbindelse med en række mestringskurser for unge med ADHD, der alle var i behandling.

Resultatet var ret overbevisende, næsten alle oplevede en positiv effekt ved at sidde på stolen.



Kursisterne er meget glade for stolene og giver klart udtryk for, at det hjælper dem med at holde fokus på undervisningen.

Så effekten kan både ses og høres.

A.S. / Ergoterapeut



Uddrag af besvarelserne fra spørgeskemaerne fra mestringskurserne.

"Når jeg sidder på stolen har jeg ingen uro i kroppen".

"Når jeg sidder på stolen, kan jeg koncentrere mig, selv om benene kører på mig".

"Når jeg sidder på stolen, kan jeg bedre huske det der undervises i, også bagefter".

"Stolen hjælper mig til ikke at have så meget fokus på min indre uro".

"Er mere rolig resten af dagen, når jeg har siddet på stolen".

"Jeg kan sidde og vippe på stolen, uden det tager fokus fra undervisningen".

"Jeg ved ikke helt hvordan, men jeg har bare mere fokus på en ting af gangen, når jeg sidder på stolen".

"Den giver mig ro".

"Det er lettere at være urolig fordi stolen følger mine bevægelser, og den hjælper på uroen i benene".

"Den hjælper så min uro ikke påvirker min koncentration ligeså hurtigt. Altså jeg kan være koncentreret i længere tid".

"Jeg bliver mindre forstyrret af min egen uro. Hvis jeg sidder på en alm. stol forstyrrer jeg mig selv ved at rykke rundt".

"Kan huske noget mere – i hvert fald i starten af undervisningen".

"Dimser kun på min tunge, når jeg sidder på stolen".

"Er mere rolig inden i resten af dagen, når jeg har siddet på stolen".

"Den hjælper mig til ikke at have så meget fokus på min egen indre uro".

"Jeg var ikke så nervøs når jeg sad på stolen".

"Kan fortælle min kæreste hvad der undervises i – kan huske bedre".



Hvordan kan stolens bevægelser påvirke hjernen?

Ergo Kid Flex stolen har dobbelt vip. Den står på en rund fod, men sædet kan også vippe til alle sider. De to funktioner spiller sammen og gør stolen meget levende, selv når man kun rører sig ganske lidt. Stolens bevægelse holder hjernestamme-



aktiviteten oppe hos den siddende samt giver ro og koncentration. Hjerneforskningen fortæller, at intelligenserne i tindingelapperne netop har brug for elektriske aktivitet fra hjernestammen - for at man kan samle sig om, at få noget ud af sin begavelse.



Hvad bliver resultatet?

Det er tydeligt, det giver børn som voksne med ADHD, autisme, hyperaktivitet mv. nogle helt nye muligheder. De kan på stolen pludselig holde fokus og får ro i kroppen, så en ny verden åbner sig for dem.

Det har vist sig, at når disse børn anvender stolen gennem længere tid, kan de tage roen med sig til helt andre situationer.

Det giver selvfølgelig stof til eftertanke, at virkningen er lige god uanset om brugerne får ADHD medicin (Retalin) eller ej.

