

# Problemskapande beteende ur ett lågaffektivt perspektiv

Att börja med: Definiera problemet

- För vem är det ett problem?
- Finns gemensam problembild?

Vi definierar beteendet som ett problem  
när det är ett problem för oss



# Problemskapande beteende ur ett lågaffektivt perspektiv

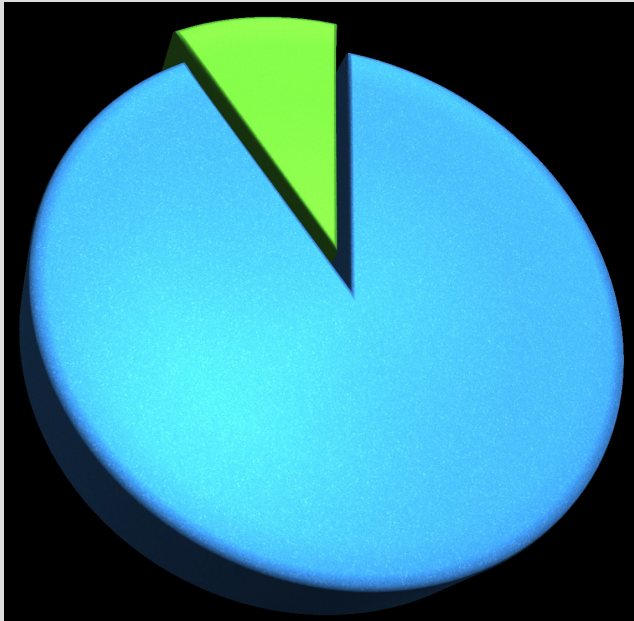
## Behaviours of Concern

- The term 'challenging behaviour' should be replaced with 'behaviour of concern' to highlight the ideal response of support staff rather than the challenge they must overcome. (Chan, et al, 2012).

Andy Mc Donnell, 2015



## Problemskapande beteende



Ca tio procent har  
svårt att inrätta sig i  
ordinarie  
sammenhang

# Nedsättning = Hinder?

## **Funktionsnedsättning**

Begränsning i individens förmåga eller kapacitet jämfört med allmänbefolkningens genomsnitt, eller i jämförelse med de fall då det finns en objektiv normalfunktion.

## **Funktionshinder**

När omgivningens krav överstiger förmågan. Uppstår i samspelet mellan individen och omgivningen.

# Krav & Förmåga

**Problemskapande beteende uppstår i diskrepansen  
mellan krav och förmåga**

# Symtom vid diskrepans mellan krav och förmåga

Ljud/ljuskänslighet

Ångest

Störd sömn

Infektioner

Tvångsbeteende

Aggressivitet

Irritabilitet

Humörsvängningar

Rastlöshet

Som tar sig uttryck i strategier

- Vägran

- Glåpord

- Skärmar av sig

- Självskada (copingsyfte)

- Trötthet och lättja

- Specialintressen

- Dator & spel

# Syn på problembeteenden

Vi tillskriver ofta andra våra egna subjektiva orsaker och avsikter utifrån vad vi ser, med hög risk för feltolkning.

Syn: *Vill inte* eller *Kan inte*?

Metod: Kamp eller Stöd?

Vill inte = Trots:

Lydnad – Fostran – Kamp – Misslyckanden

Kan inte = Svårigheter:

Anpassat stöd – Samarbete – Framgång

## Olika syn på problembeteenden

”Man får inte ha keps inomhus. Den regeln är enkel och gäller alla elever, det måste även Kalle förstå. Om Kalle inte tar av sig mössan får han inte äta i matsalen.”

”Att Otto slängde stolen visar att något blev för svårt för honom just där. Vi behöver förstå varför och lösa det, så det inte behöver hända igen.”



## En mängd specifika svårigheter

Impulsivitet	Generalisera/ Automatisera
Arbetsminne	Abstrakt tänkande
Flexibilitet	Sensorisk känslighet
Uppmärksamhet	Förstå sammanhang
Koncentration	Samordna information
Fokus	Tics
Planera/organisera	Socialt samspel
Komma igång	Kommunikation
Affektreglering	Stresskänslighet

# Flexibilitet

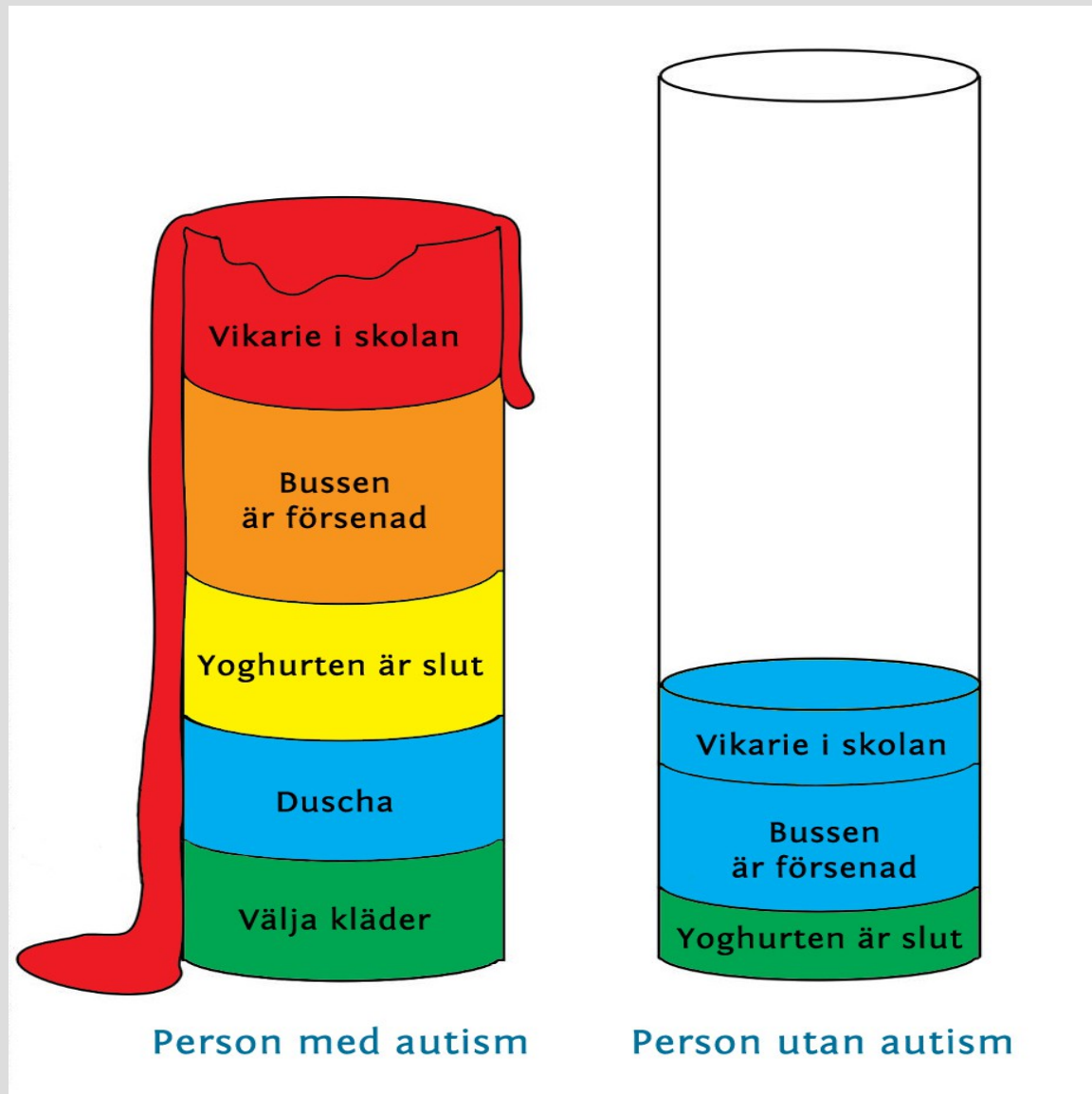


# Flexibilitet





# Ökad stresskänslighet



# Perception

## Sensorisk känslighet

*”Överbelastningen hade börjat.  
Förklaringar blev bara blaha blaha.  
Min synförmåga stegrades. Ljuset blev starkare.  
Det kittlade mina sinnen så jag började fnittra.*

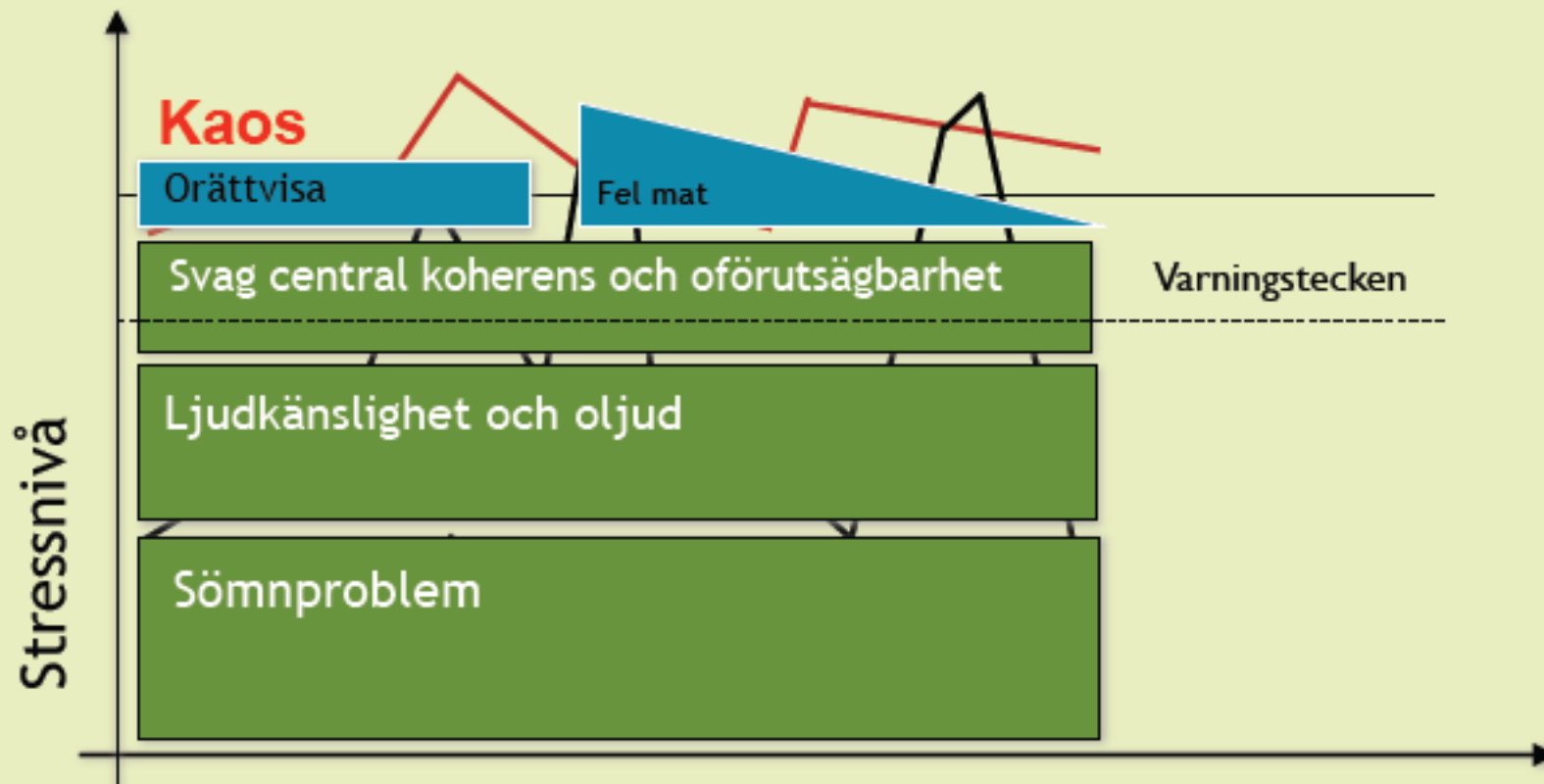
*Hypersensiviteten blev ännu starkare, jag kisade och grimaserade, ansträngningen och förvirringen över den snabba förändringen **från lycklig till exalterad till torterad** ägde rum inom loppet av femton minuter utan några ledtrådar till varför eller vad jag kände och ingen tid att tänka efter på.*

*Mitt skepp sjönk och **ingen** märkte något.”*

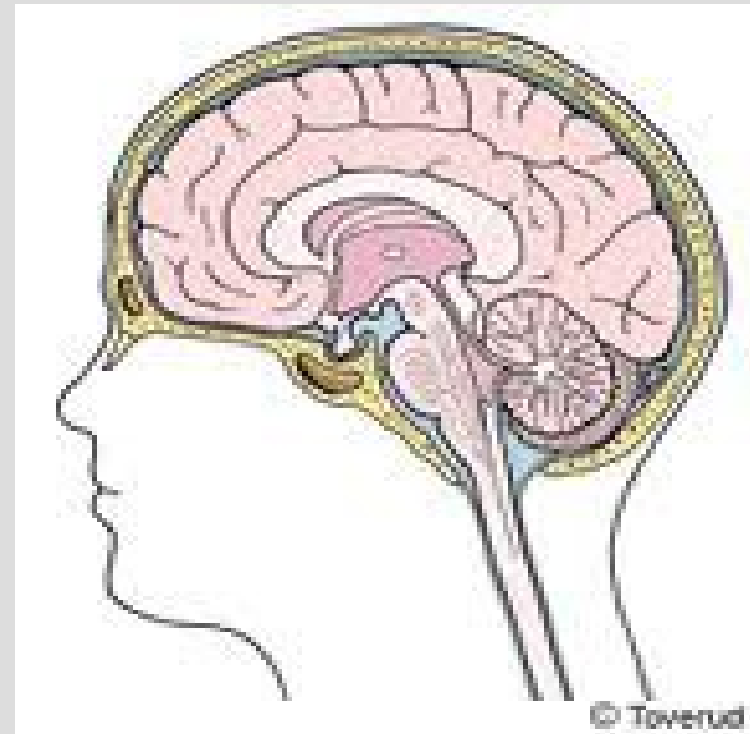
*(Williams ur Bogdashina, 2012, s 84)*

# Stress, sårbarhet och belastning

## Hejlskov-Uhrskovs belastningsmodell



# Svårigheter som inte syns på utsidan försvårar empati



# Central koherens

Bristande förmåga till central koherens ger svag förståelse för orsak och verkan och sammanhang

Hur funkar då **konsekvenspedagogik**?

- Förutsägbarhet, tydlighet och trygghet?
  - Om man inte ser/ förstår orsak och verkan?  
(vilket försvåras i takt med ökad komplexitet)
  - Om man inte kan förutse framtid?
  - Och inte heller andras beteende?



# Konsekvenspedagogik

## Socialstyrelsens rekommendation

Konsekvenspedagogik bör inte användas för att minska utmanande beteende i LSS-verksamhet.

## Motivering till rekommendationen

Metoden för med sig högt ställda krav, som lätt kan leda till att personen upplever att hon bestraffas om hon inte lyckas anpassa sitt beteende till förväntningarna. För personer med intellektuell funktionsnedsättning kan resultatet bli att man upplever sig bestraffad för att man till följd av sin funktionsnedsättning saknar vissa förmågor. Om konsekvenspedagogik leder till att personen utestängs från eller inte erbjuds vissa aktiviteter kan det strida mot intentionerna i LSS. Det förefaller inte finnas några särskilda manualer eller anpassningar av konsekvenspedagogik för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Att använda konsekvenspedagogik för gruppen medför risker och metoden är inte etiskt försvarbar.

# Fostran

- Vår egen fostran kan inte tillämpas.
- Riktat sina krav mot förmåga till central koherens (orsak-verkan).
- Vanlig fostran har effekt på ca 90 %, men alltså inte på alla.
- Man får särskilt stöd och ibland en diagnos *när vanliga metoder inte fungerar.*

När vi inte vet hur vi bör agera upplever vi maktlöshet, går i *metodtaket* - och börjar fostra.

*Metoder som inte fungerar ska inte upprepas*

# Fostran

Tillrättavisningar, kritik och skäll har inte kunnat påvisats ha positiv effekt. Risk att just det beteendet man riktar sig mot förvärras.

Effekterna blir därtill bl a:

- Skam och rädsla för att misslyckas
- Lägre grad av lust/entusiasm
- Sämre förmåga till uthållighet och koncentration
- Psykisk ohälsa
- Låg självkänsla och kritisk/negativ självbild

*Berätta/visa/hjälp hellre personen att lyckas,  
och dela personens glädje när det går bra.*

# Fostran

“Att lugnt och långsamt låta naturen hjälpa sig själv och endast tillse att de omgivande förhållandena understödja naturens eget arbete, detta är uppfostran.”

(Ellen Key, 1900)

# Fostran

”Tänk om man slutligen började följa denna naturens  
anvisning och inse att uppfostrans största hemlighet ligger  
innesluten just i

—

att *icke* uppfostra?!”

(Ellen Key, 1900)

# Fostran

Som sagt..

Konsekvenser upplevs ofta som oförutsägbara straff vid nedsatt förmåga att se/förstå orsak och verkan.

**Därför kan man inte använda konsekvenspedagogik på människor som tycker att konsekvenserna är orättvisa.**

# Fostran

Straff har ingen positiv effekt hos den som straffas.

Dock effekter vad gäller:

- Den negativa effekten:

Tydligt samband mellan straff och senare kriminalitet/ annat problemskapande beteende

- Den legitimerade effekten:

De Quervain-effekten: Den som straffar får en belöningsupplevelse (dopamin)

## Centrala lågaffektiva principer

- **A**nsvarsprincipen
- **K**ontrollprincipen
- **T**illitsprincipen
- **A**ffektsmittapprincipen



# Ansvarsprincipen

”Den som tar ansvar kan påverka”  
(Bernard Weiner)

- Vi definierar beteendet som problemfyllt när det är ett problem för oss, inte för personen själv.
- Kan endast lösas genom att hitta en lösning som inte är/blir ett problem för den andre.

*Att praktisera denna definition motverkar maktlöshet.*

# Ansvarsprincipen

När metoden vi använder inte fungerar förläggs ofta ansvaret någon annanstans. Ofta har dessa ingen möjlighet att ansvara, t ex:

- Föräldrar/ Anhöriga
- Andra verksamheter
- Chefen
- Politiker
- Personen själv



# Kontrollprincipen

Man måste ha kontroll över sig själv, om man ska kunna lämna över kontroll till andra.

# Kontrollprincipen

Att förlora kontrollen innebär kraftfull ångest och kan leda till reaktioner som

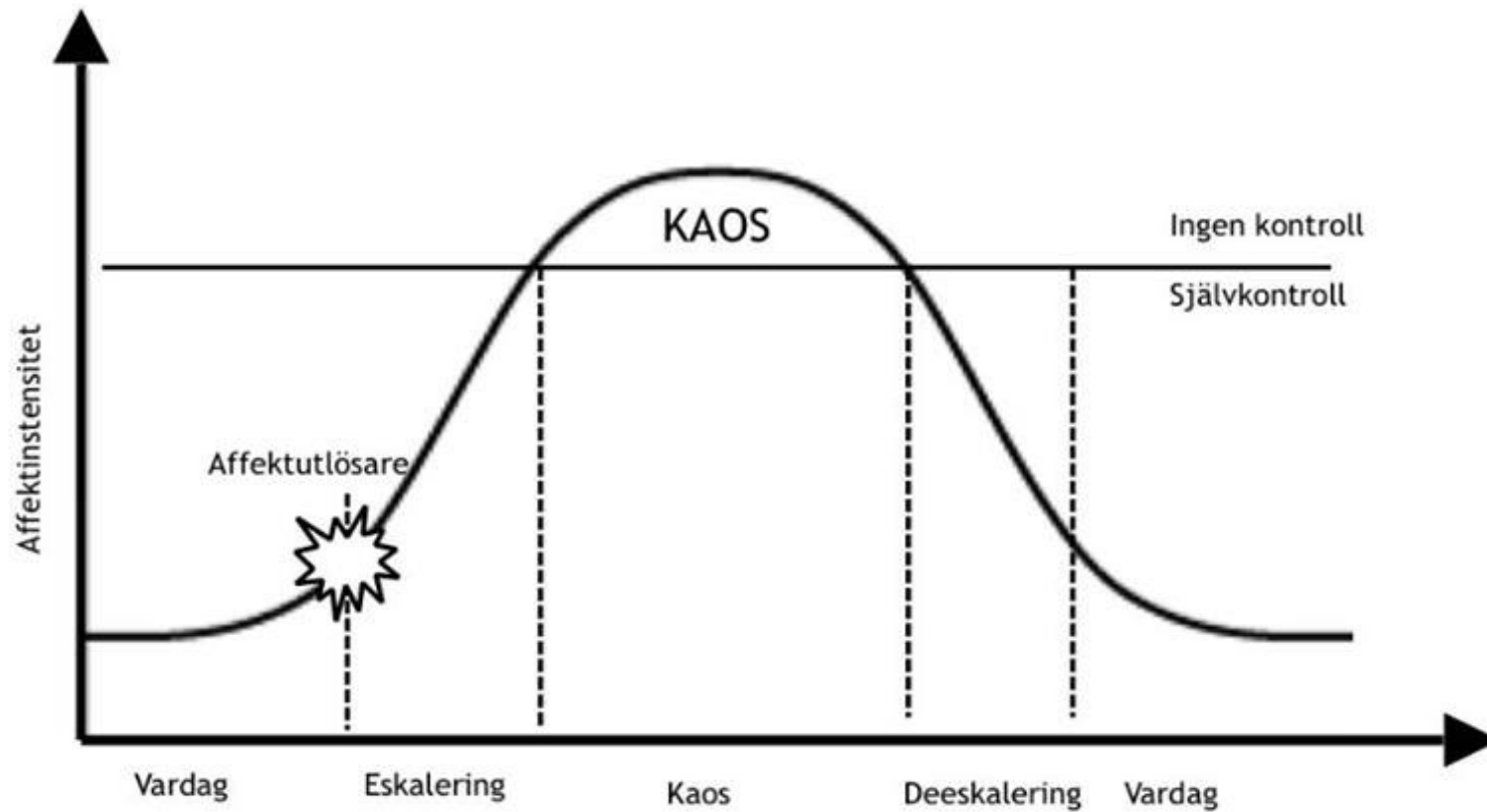
- Slag
- Sparkar
- Bett
- Skadegörelse
- Våldsam självskada

# Kontrollprincipen

Olika lösningar och strategier för att behålla kontrollen

- Att vägra
  - Att ljuga
  - Att fly (backa/springa iväg/"rymma")
  - Spotta, slå eller skrika
  - Hota
  - Självskada
  - Glåpord
  - Bli fysisk, "på", nypas etc
- Fly
  - Fäkta
  - Freeze

# Kontrollprincipen



# Kontrollprincipen

Därför måste allt vårt arbete ha som mål att personen har kontroll över sig själv.

Målet i varje svår situation måste vara att personen snabbast möjligt uppnår självkontroll igen.

Vi måste ha metoder som hjälper personen att lämna över lite kontroll till oss.

# Tillitsprincipen

Tillit och förtroende, en avgörande faktor för Kontrollprincipen.

## Princip:

*Metoder som föder förtroende för personalen är bra metoder, metoder som förstör tillit är dåliga metoder.*



# Principen om Affektsmitta

Affekter smittar!

Eftersom affekt smittar kan vi kompensera och hjälpa personen med egen nedsatt förmåga att reglera sina affekter.

Vi använder oss själva och våra uttryck som verktyg i detta.

## Sammanfattning - centrala principer

- Människor som kan uppföra sig gör det.
- Den professionelle (vuxne) har ansvaret för personens (barnets) beteende och reaktioner.
- Mål: att personen upplever självkontroll.
- Den som vinner förlorar. Båda förlorar. Alla förlorar.
- Medarbeta istället för motarbeta.

”Alla pedagogiska nederlag kräver en handlingsplan”

Matthews lag

## Fler lågaffektiva principer

- Den som är van att misslyckas lär sig inget av att misslyckas igen
- Människor gör det mest begripliga i varje situation
- Alla gör vad de kan för att behålla självkontrollen
- Det är aldrig för sent att ge upp
- Vi ställer krav som andra inte ställer på sig själva
- Kraven är anpassade och ställs på ett sätt så personen kan säga ja
- Det är inte rättvist att behandla alla likadant
- Man blir ledare först när någon följer
- Konflikter hanteras med lösningar
- Nederlag kräver en handlingsplan
- Häll inte bensin på elden
- Ett nej är en lösning och är därför ok

# Lågaffektiv nanoversion

- Jag deltar i samspelet som skapar problembeteenden. Jag ändrar samspel och miljö = beteenden ändras!
- Personen bråkar – ändra på det som utlöser bråken.
- Om personen har ett problem är det nog jag som måste hjälpa personen att lösa det. Det är mitt jobb.
- Om jag har ett problem med personens lösningar är det nog jag som måste erbjuda personen en lösning som är bättre för oss båda.
- Problem uppstår bara när kraven är större än förmågan.
- HUR jag ställer krav är ofta viktigare än vilka krav jag ställer!

Tina Wiman

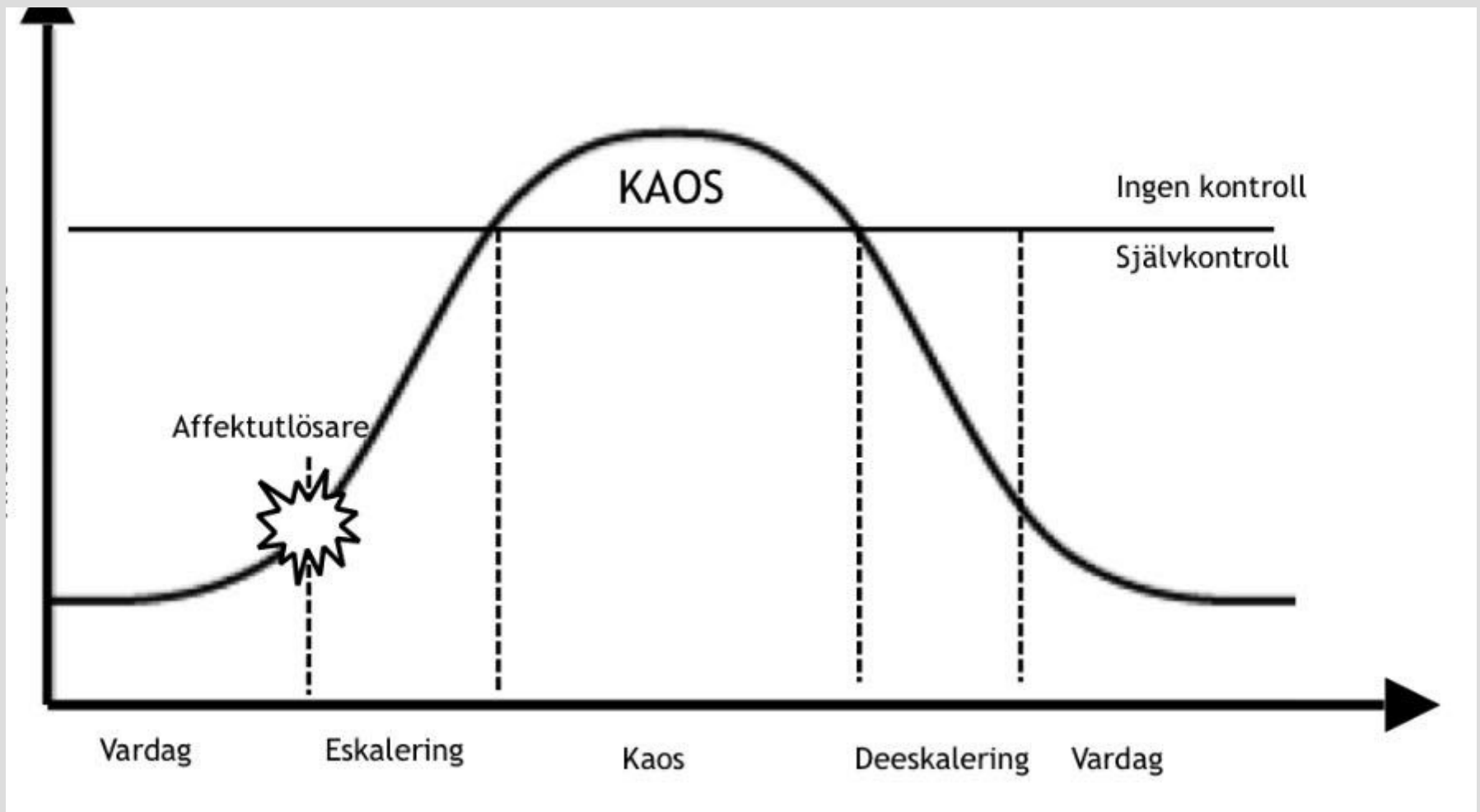
# Metod

Kravanpassning

&

Lågaffektivt bemötande

# Kaos-kurvan



# Kartläggning är A och O

## Stressreduktion (anpassning)

Kartlägg

- grundläggande belastningsfaktorer
- varningstecken
- kaostecken

Kvalificera belastningsfaktorerna

- vilka kan tas bort?
- vilka *vill* vi ta bort? (minskas? modifieras?)

Låt varningstecknen vara vägledande

# Grundläggande belastningsfaktorer

## Kognitiva

- Svag förståelse för orsak och verkan
- Arbetsminne
- Sociala svårigheter

## Överbelastande sinnesintryck vid perceptiva svårigheter

- Ljud
- Ljus
- Kläder
- Stökig omgivning
- Smärta (!)



## Grundläggande belastningsfaktorer

- Sömnsvårigheter
- Bristande överblick/struktur
- För höga eller för många krav, egna eller andras
- Ensamhet/Utanförskap
- Familjerelaterade problem, problem med vänner
- Tonårsexistens
- December (eller maj)
- Stora känslor hos personer i omgivningen

# Situationsberoende belastningsfaktorer

- Krav
- Konflikter
- Att inte förstå
- Huvudvärk, tandvärk (blodsockernivå)
- Plötsliga ljud
- Vikarier
- Personal som man inte tycker om
- Förändringar
- Att inte räkna till, klara av, förmå
- Bristande kontroll
- Mat
- Upplevda orättvisor
- Sociala händelser, särskilt utanför de vanliga rutinerna

## Att våga följa och säga ja

- Tillföra begriplighet, begriplighetstrick
- Medbestämmande, delaktighet
- Deala
- Vi-upplevelser
- Val
- Förberedelse, tid
- Att bli redo, att bli färdig
- Skapa överblick
- Skapa orsak och mening
- Skapa framtid
- Mutor och motiverande handlingar

*Utmaningen består av att ställa anpassade krav utifrån förutsättningar och behov, på ett sätt så att personen kan säga ja.*

# Skyddande faktorer

## Personliga

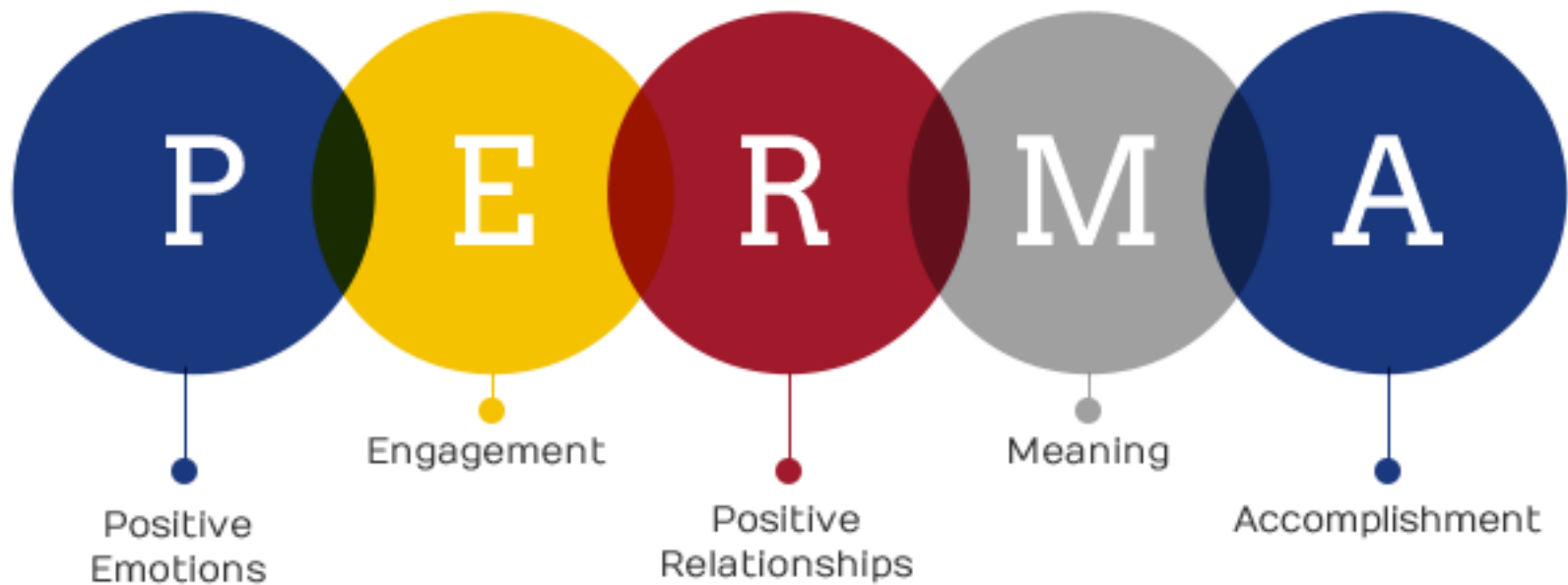
- Bra vardagsstrategier
- Copingförmåga
- God självförståelse
- Att vara bra på något
- Självvald identitet
- Att ha förtroende för någon

## Omgivande

- Struktur och Överblick
- Lugn
- Plats
- Stress-reduktion
- Anpassade krav
- Gemensam problemförståelse
- Nödutgångar, möjlighet att dra sig undan
- Bra nätverk & goda relationer

# Skyddande faktorer PERMA (Seligman)

Introducing a New Theory of Well-Being



# Lågaffektivt bemötande

- Dämpa känslouttrycken.
- Undvik förlängd ögonkontakt, särskilt vid krav eller konflikt.
- Respektera det personliga utrymmet.
- Om den andra backar från dig ska du också backa.
- Gå bakåt när du ställer krav.
- Placera dig inte mitt emot.

# Lågaffektiv verksamhet

Verksamheter som arbetar lågaffektivt kännetecknas av:

- Avsaknad av övergrepp, fysiska såväl som psykiska.
- Inga fasthållningar eller övriga begränsande/straffande/exkluderande åtgärder (inlåsningar etc).
- Fokus på samarbete och positiva upplevelser.
- Fokus på personens upplevelse av mening, autonomi och självkontroll.
- Man visar respekt för personens människovärde och rättigheter.
- Personal *praktiserar* de lågaffektiva principerna.

# Lågaffektivt bemötande

## Socialstyrelsens rekommendation

Lågaffektivt bemötande kan användas i bemötandet av personer med bristande förmåga till affektreglering för att i stunden förebygga eller minska utmanande beteende.

## Motivering till rekommendationen

Lågaffektivt bemötande kan användas både i förebyggande syfte och när ett utmanande beteende har uppkommit. Genom att personalen försöker anpassa bemötandet efter personens sinnesstämning och ställer rimliga krav utifrån den aktuella situationen kan de hjälpa personen att hantera sina känslor och på så vis förebygga ett utmanande beteende. Förhållningssättet är effektivt om personal förmår reglera och kontrollera sitt eget affektläge utifrån situationens krav.



# RAISING HUMAN BEINGS



.....  
CREATING A  
COLLABORATIVE  
PARTNERSHIP  
*with* YOUR CHILD



Ross W. Greene, PhD

*NEW YORK TIMES* BESTSELLING AUTHOR OF *LOST AT SCHOOL*



# Collaborative Proactive Solutions (CPS)

(Ross W. Greene)

- Fokuserar på att *lösa barnets/personens problem* istället för på beteendet i sig
- Problemlösningen sker i samverkan istället för enkelriktat "ovanifrån"
- *Förståelse* kommer *före* stödet och ses som den viktigaste aspekten i all hjälp



## Varför förstår ni inte?

Varför fattar ni inte att jag inte "fixar" skolan ?

Varför tror ni att jag kan bara jag anstränger mig lite mer?

Varför fattar ni inte att jag har så svårt för att somna?

Varför förstår ni inte att jag är ledsen för att det blir "strul" med kompisarna?

Varför slutar ni inte tjata på mig när jag blir så "himla" arg?

# CPS

Den viktigaste regeln i CPS filosofin:

**Barn som kan uppföra sig gör det**

Om barnet inte uppför sig måste man ta reda på *varför* för att kunna hjälpa.

**Lågaffektivt och CPS delar samma Människosyn.**

# CPS

*Varför* har barnet ett problemskapande beteende?  
Red ut, kartlägg.

*Vad ska vi göra nu, när vi vet varför?*

Mindre viktigt:  
Vad gör barnet när den har ett utmanande beteende?



# CPS

Det traditionella svaret varför barn har ett problemskapande beteende:

*På grund av passivt, strängt, för tillåtande, dominant, inkonsekvent, otryggt (eller vad som helst) föräldraskap.*

*Genom uppväxten har barnet lärt sig att använda sig av ett utmanande beteende för att*

- a) få något (t ex uppmärksamhet)
- b) undvika något (t ex krav)

# CPS

R Greene ställer frågan:

Om barnet hade *förmågan* att få, fly och undvika på ett mer socialt accepterat sätt,

varför gör då barnet detta på ett så uppenbart bristande adaptivt sätt?

Dessutom:

*Alla människor får, flyr och undviker*

# CPS

Mantra:

Att uppföra sig är alltid mer önskvärt än att inte uppföra sig.



# CPS

Problemskapande beteende orsakas av bristande förmågor.

(Exekutiva funktioner, språk, affektreglering, flexibilitet, sociala färdigheter osv)

# CPS

## De tre valen

Plan A: Auktoritär och enkelriktad problemlösning

Plan B: Collaborative Proactive Solutions

Plan C: Prioritera bort (åtminstone för tillfället)

# CPS

## Tillämpa CPS (B)

Steg 1: Identifiera de bristande förmågorna.

Steg 2: Organisera: Identifiera olösta problem. Skapa förutsättningar för kommunikation och förebyggande åtgärder.

Steg 3: Börja jobba: Lös problemen (och träna förmågor samtidigt).

CPS och lågaffektivt skiljer sig vad gäller Steg 3.

# CPS

## De tre stegen

**Empati:** Sträva efter bästa möjliga förståelse, orsaken till beteendet, samtala. Vad står på? Kan du berätta mer om...?

**Definiera problemet:** bådas perspektiv tydliggörs, ingen maktkamp, bådas perspektiv respekteras.

**Invitation:** Inleds med sammanfattning av problemet, sedan samarbete kring en lösning. *Jag undrar om det finns något sätt...?* Intresse för barnets förslag, ingen är "expert" - detta görs *tillsammans*.

*Observera att dessa steg kräver relativt goda förmågor vad gäller kommunikation och exekutiva funktioner. Det innebär att många av de elever vi möter inte förmår beskriva sina egna problem verbalt, ej heller komma på eller verbalt uttrycka problemlösningsförslag.*

# CPS

## Massachusetts Child Psychiatry Unit Study

- Låst avdelning för barn och ungdomar 3-14 år
- 80% haft tidigare svåra traumaupplevelser
- 95% togs in för "severe out-of-control behavior"
  
- Under 1 år fick personalen regelbunden träning i Ross Greene-programmet
- 100 barn togs in under perioden
- "Restraint" definierades som att hålla fast barnet i mer än 5 minuter, att ge medicin med tvång, eller att spänna fast barnet t.ex. vid sängen.
  
- Under 9 mån innan träningen användes "restraint" 281 gånger
- Under 15 mån efter träningen användes "restraint" 1 gång