Rova & Sjögren Psykologi AB

pedagogisk psykologi.se/material

Rova & Sjögren Psykologi AB

Lågaffektivt bemötande

- Att hantera och förebygga beteendeproblem

Lycksele 20/11

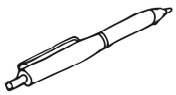
Leg. Psykolog Anton Sjögren

Rova & Sjögren Psykologi AB

Anton Sjögren
leg. Psykolog

Barn- & Ungdomspsykiatri
Skola/förskola
Rädda Barnen
Traumautbildare
Egen verksamhet

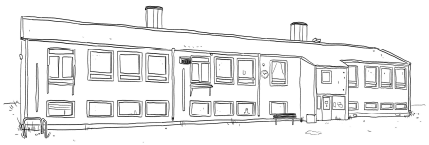
anton@rovasjogren.se
073-0301337



Rova & Sjögren Psykologi AB

Rova & Sjögren

- Elevhälsa och skolpsykologverksamhet
- Handledning och konsultation
- Föreläsningar och utbildningar



Rova & Sjögren Psykologi AB

Planering 2017/2018 - Fritids och förskola

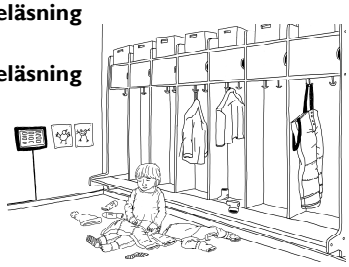
Föreläsning dag 1 – 20/11
Föreläsning dag 2 – 5/2

4 fördjupningsträffar med skolledning och elevhälsa under hösten

Rova & Sjögren Psykologi AB

Tider

17:30 – 18:15 **Föreläsning**
18:15 – 18:35 *Fika*
18:35 – 20:00 **Föreläsning**



Rova & Sjögren Psykologi AB

Böcker

Rova & Sjögren Psykologi AB

Förkunskaper?

Rova & Sjögren Psykologi AB

Lågaffektivt bemötande

Syfte idag:

- Gemensam teoretisk utgångspunkt och terminologi.
- Ta del av tre principer för att arbeta lågaffektivt.
- Diskussion/reflektion utifrån egna exempel.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Vad är lågaffektivt bemötande?

- Ett förhållningssätt, med metoder som är utvecklade för att hantera problemskapande beteende på ett etiskt försvarbart sätt.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Vad är problemskapande beteende?

- Problemskapande beteende är ett beteende som leder till problem.

Rova & Sjögren Psykologi AB

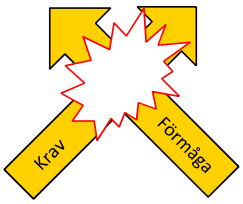
Vem uppvisar problemskapande beteende?

”Människor som kan lyckas sig gör det!”

Ross W. Greene

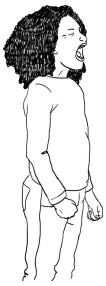
Rova & Sjögren Psykologi AB

Vad är problemskapande beteende?



Rova & Sjögren Psykologi AB

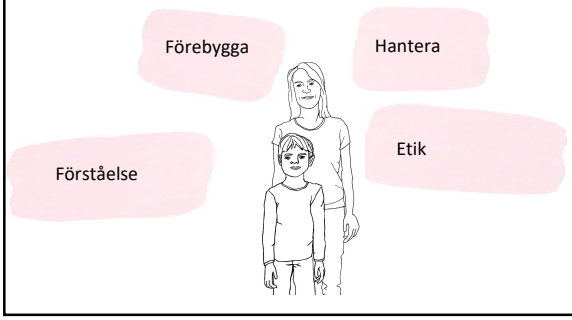
Vad är problemskapande beteende?



- Barn som ofta hamnar i situationer som leder till problembeteende har ofta svårigheter med:
  - Exekutiva förmågor
  - Språk och kommunikation
  - Känsloreglering
  - Adaptiva strategier
  - Flexibilitet
  - Sociala färdigheter

Rova & Sjögren Psykologi AB

Hur jobbar man lågaffektivt?



Rova & Sjögren Psykologi AB

Hur jobbar man lågaffektivt?

- Vi värnar om självbestämmande och autonomi
- När är det försvarbart att inskränka på självbestämmande?
  - Undvikande av fara
  - Omsorg
  - Öka faktiskt självbestämmande

19

Rova & Sjögren Psykologi AB

Hur jobbar man lågaffektivt?

- Alla har rätt att säga nej!
  Pedagogisk uppgift få ett ja.
- Vi använder metoder som bygger tillit
- Inte kravlöst utan krav som funkar!

20

Rova & Sjögren Psykologi AB

Vad är lågaffektivt bemötande?

- Ett förhållningssätt, med metoder som är utvecklade för att hantera **problemskapande beteende** på ett etiskt försvarbart sätt.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Tre pedagogiska principer för ett lågaffektivt bemötande

1. Ansvarsprincipen
2. Kontrollprincipen
3. Principen om affektsmitta

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 1: Ansvarsprincipen

”Den som tar ansvar kan påverka!”

-Bernard Weiner

Rova & Sjögren Psykologi AB

Människor som vill lyckas sig gör det!	***Människor som kan lyckas sig gör det!***
Motivation blir centralt	Outvecklade färdigheter, svårigheter. Utforskande
Stor risk för uppgivenhet	
Personal erbjuder mindre hjälp	Personal erbjuder mer hjälp
Tuffare att skilja person från beteende. Pessimism.	Lättare att skilja person från beteende. Optimism.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 1: Ansvarsprincipen

- Fokus på det man kan påverka minskar upplevd maktlöshet
- Minskad upplevd maktlöshet minskar risken för negativ interaktion mellan personal och barn (och andra)

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 1: Ansvarsprincipen

Var lägger vi ansvaret när vi inte lägger det på oss själva?

- BUP
- Socialtjänst
- Föräldrar
- Barnet själv

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 1: Ansvarsprincipen

Att lägga ansvaret på barnet

- Människor som kan uppföra sig gör det
- Om vi misslyckas med uppdraget måste vi söka lösningen hos oss själva i verksamheten
- Den språkliga beskrivningen spelar roll!

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 1: Ansvarsprincipen

Lat

Tjurig

Ouppfostrad

Manipulativ

Omotiverad

Bråkig

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 1: Ansvarsprincipen

~~Lat~~
Svårt att starta uppgifter

~~Tjurig~~
Svårt med övergångar

~~Ouppfostrad~~
Svårt att hitta bra strategier

~~Manipulativ~~
Svårigheter med socialt samspel

~~Omotiverad~~
Lyckas inte få överblick eller sammanhang

~~Bråkig~~
Svårt att reglera känslor vid motgångar

Rova & Sjögren Psykologi AB

Diskussion - Problembeskrivning

- Kan du komma på exempel där man med språket har lagt ansvar och problemet hos barnet?
- Har du exempel där problemformuleringen varit viktig för hur man kommer fram till nya lösningar?

Rova & Sjögren Psykologi AB

Sammanfattning ansvarsprincipen

Vad innebär detta för mig som personal?

- Genom att fokusera på vad jag kan påverka ökar min möjlighet att förändra situationen samtidigt som frustration och problembeteende minskar.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 2: Kontrollprincipen

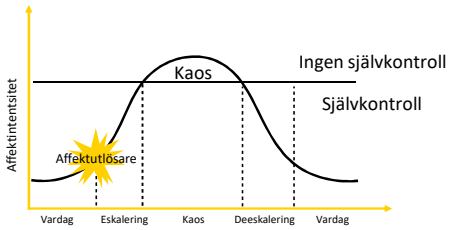
Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 2: Kontrollprincipen

- Man måste ha kontroll över sig själv om man ska kunna samarbeta med andra.
  - ✓ Vi måste ha metoder som säkerställer barnets självkontroll.
  - ✓ Vi måste ha förståelse för och kunskap om barnets agerande.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Självkontrollmodellen



Fritt från Hejlskov Uhrskov Kaplan and Wheeler (1983)

37

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 2: Kontrollprincipen

Kaosbeteende

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 2: Kontrollprincipen

- Strategiskt beteende
  - för att behålla eller återfå självkontroll

Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 2: Kontrollprincipen

Kaosbeteende

Vägra, ljuga, skapa avstånd, hota självskada

Rova & Sjögren Psykologi AB

Sammanfattning kontrollprincipen

Vad innebär detta för mig som personal?

- Vår uppgift är att hjälpa barnet behålla eller återfå självkontrollen.
- Ju högre affekt och stress desto sämre tillgång till förmågor.
- Självkontroll är nödvändigt för att kunna tillgodogöra sig pedagogiska interventioner

Rova & Sjögren Psykologi AB

Reflektion - Kontroll

- Hitta exempel där problembeteende kan ses som barnets strategier för att behålla självkontroll.
- Har du goda praktiska exempel då ett barn fått möjlighet att behålla självkontrollen. Vad gjorde personalen då?

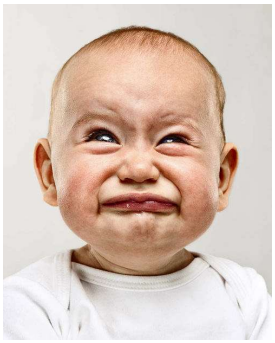
Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 3: Affektsmitta

Rova & Sjögren Psykologi AB

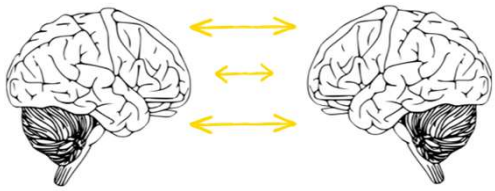
Rova & Sjögren Psykologi AB

Rova & Sjögren Psykologi AB



Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 3: Affektsmitta



Rova & Sjögren Psykologi AB

Princip 3: Affektsmitta

- Spegling sker på neurologisk nivå
- Vissa har av olika anledningar svårare att reflektera över och påverka sina egna affekter än andra.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Sammanfattning affektsmitta

Vad innebär detta för mig som personal?

- Vi påverkas av och påverkar andras affekter.
- Därför är det viktigt att vara uppmärksam på egna affekter och bibehålla lugn för att öka chansen att situationen skall präglas av lugn.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Reflektion - Affekt

- Hitta exempel på situationer där ni märkt att barnet smittats av personalens affekt.
- Kan du komma på praktiska exempel för att främja eller förhindra affektsmitta?

Rova & Sjögren Psykologi AB

Sammanfattning av lågaffektiva principer

Vi som personal måste förhindra att hamna i maktlöshet genom att **ta ansvar** för det vi kan påverka. Personen vi arbetar med ska inte förlora sin **självkontroll,** det måste finnas en utväg.

En bra utgångspunkt för att barnet ska behålla sin självkontroll är att vi har en trygg och lugn kontroll över vår egen **affekt**.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Missförstånd och begreppsförvirring

- Kravlöshet ≠ Kravanpassning
- Gränssättning ≠ Tydlighet
- Låg röst ≠ Lågaffektivt bemötande
- Låga förväntningar ≠ Lågaffektivt bemötande

Rova & Sjögren Psykologi AB

Lågaffektivt bemötande

Syfte idag:

- Gemensam teoretisk utgångspunkt och terminologi.
- Ta del av tre principer för att arbeta lågaffektivt.
- Diskussion/reflektion utifrån egna exempel.

Rova & Sjögren Psykologi AB

Frågor och reflektion?

Rova & Sjögren Psykologi AB

Tack för mig!

anton@rovasjogren.se
073-0301337

65