

## Samarbetsbaserad problemlösning (CPS)

När vi arbetar med ungdomar som uppvisar beteendeproblem behöver vi fundera över hur vi förstår dessa personer. Vår förståelse för vad ungdomarna gör och varför dem gör det spelar en avgörande roll för vårt bemötande. Den amerikanske psykologen Ross Greene har utvecklat ett förhållningssätt som kallas Collaborative and Proactive Solutions (CPS).

### Barn och ungdomar gör rätt om de kan

Ett grundantagande inom CPS är att *ungdomar gör rätt om de kan*. Om en person inte betar sig åldersadekvat i en situation beror det inte på att det inte *vill*. Tittar vi närmare på ungdomens störande beteende kommer vi ofta upptäcka att det uppvisas i vissa specifika situationer. Då ska vi ställa oss frågan vad det är i dessa situationer som är för svårt. Utgångspunkten i CPS är nämligen att personen inte utvecklat de färdigheter och strategier som krävs för att klara av just denna typ av situationer. Kraven överstiger ungdomens förmåga, och därför blir det är vår uppgift som personal att bistå personen i utvecklandet av mer välfungerande strategier.

### Olösta problem och outvecklade färdigheter

Ett annat grundantagande inom CPS är att det bakom varje störande beteende finns ett olöst problem eller en utvecklade färdighet. Ungdomens utvecklade färdigheter ger oss ledtrådar om varför ett störande beteende förekommer och de olösta problemen synliggörs i svaren på frågorna: när, var, med vem och i samband med vad sker beteendet? Som personal är det vårt ansvar att söka svar på de här frågorna och ta reda vad det är som besvarar personen. Kom ihåg: När vi nu utgår från att ungdomens saknar vissa nödvändiga färdigheter är det *inte* ett led i att ursäkta personens beteende, det handlar om att förklara beteendet. Genom att förklara beteendet utifrån bristande kognitiva färdigheter och olösta problem får vi möjligheter att hjälpa ungdomen att utvecklas.

### Traditionell disciplin lär varken ut färdigheter eller problemlösning

Ytterligare ett grundantagande inom CPS är att konsekvenspedagogisk metod inte är effektiv. Främst för att ett sådant förhållningssätt varken tar hänsyn till ungdomens bristande kognitiva färdigheter eller dess olösta problem. Det utvecklar heller inte personens förmåga att lösa sina problem. I arbetet med CPS utgår vi från att de störande beteendena är ungdomens nuvarande strategier att hantera för högt ställda krav. Avsikten är hela tiden att hjälpa personen att ersätta de problemskapande strategierna med mer välfungerande.

---

#### Rova & Sjögren psykologi AB

Västra Norrlandsgatan 27

903 29 Umeå

[www.rovasjogren.se](http://www.rovasjogren.se)

Leg. psykolog Erik Rova

070-236 32 00

[erik@rovasjogren.se](mailto:erik@rovasjogren.se)

Leg. psykolog Anton Sjögren

073-030 13 37

[anton@rovasjogren.se](mailto:anton@rovasjogren.se)

# CPS i praktiken

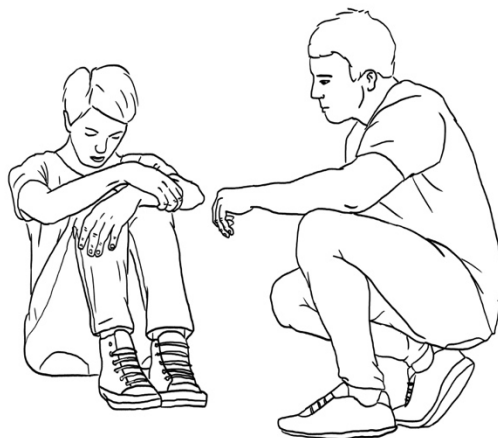
Metoden består av tre steg: empati, definiera problemet och invitation. Syftet med metoden är att ta reda på vad som besvärar ungdomen i de situationer där de störande beteendena uppvisas. Målet med metoden är att hjälpa personen att hitta alternativa strategier att använda sig av i de situationer där kraven blir för höga.

## 1. Empati

Det första vi behöver göra är att skapa oss en så bra förståelse som möjligt för hur ungdomen upplever de situationer där de störande beteendena uppvisas. Enklast är att observera situationen och därefter prata med personen om det som hänt. Kortfattat handlar det här steget om att visa nyfikenhet för ungdomens upplevelser, tankar och känslor utan att vara värderande. En del personer kan ha svårt att sätta ord på sin bild av situationen, därför är det vårt ansvar som personal att skapa så bra förutsättningar som möjligt för ungdomen att göra sig förstådd. Det viktiga är att vi som personal visar att vi är genuint intresserade av personens perspektiv och att vi utgår från att ungdomen gör så gott hen kan.

## 2. Definiera problemet

Det här steget innebär att vi som personal sätter ord på vår syn på problemet, utan att skuldbelägga ungdomen och på ett sätt som är begripligt. Det centrala här är att bådas perspektiv på problemet ska tydliggöras och tas i beaktning. Tillsammans med ungdomen kommer vi fram till en problembeskrivning som ger erkännande åt bådas upplevelser.



## 3. Invitation

Det sista steget går ut på att bjuda in ungdomen till att vara medskapare av den lösning som ska råda bot på problemet som vi definierat tillsammans. Som vuxna kan vi inleda med att sammanfatta problembeskrivningen och i det vara noga med att få med bådas perspektiv. Sedan initierar vi samarbetet genom att säga något i stil med: Jag undrar om det finns ett sätt för oss att lösa det här...har du några idéer? Genom att låta ungdomen börja visar vi intresse för hans förslag. Kom ihåg: när vi löser problem tillsammans med ungdomar är det viktigt att vi inte tror oss vara de som har ensamrätt på lösningarna. Inom ramen för CPS måste vi försöka att inte bestämma lösningen i förväg, för då går hela samarbetsmomentet förlorat. Enligt Greene är definitionen av en bra lösning den lösning som båda är överens om, vars genomförande är realistiskt och som dessutom är ömsesidigt tillfredsställande.

Läs mer: Greene, Ross W. (2016): Vilse i skolan. Hur vi kan hjälpa barn med beteendeproblem att hitta rätt. Studentlitteratur AB, Lund.

---

### Rova & Sjögren psykologi AB

Västra Norrlandsgatan 27

903 29 Umeå

[www.rovasjogren.se](http://www.rovasjogren.se)

Leg. psykolog Erik Rova

070-236 32 00

[erik@rovasjogren.se](mailto:erik@rovasjogren.se)

Leg. psykolog Anton Sjögren

073-030 13 37

[anton@rovasjogren.se](mailto:anton@rovasjogren.se)