

LowArousal.dk

LowArousal.dk

Facebook.com/LowArousal.dk

Twitter: @JakobLentz

Program



- **Intro**
- **Menneskesyn og principper**
- **Håndtering af bekymrende adfærd**
 - Hvordan stiller man krav på en effektiv måde?
 - Hvordan spiller vores affektniveau ind i kontakten med børnene?
- **Opsummering**
- **Spørgsmål**

Om mig selv

- Lærer fra 2000 – Studio III instruktør
- Arbejdede i mange år med et stort hjerte men lille viden, så oplevede jeg Bo Hejlskov Elvéns arbejde
- Ungdomspensioner, døgninstitutioner, folkeskolen, gruppeordning, støtte/kontaktperson, privat konsulentfirma, kompetencecenter, LowArousal.dk

Om Low Arousal

- Hvad betyder Low Arousal?
- Andy McDonnell – Studio III
- Evidensbaseret
- Håndtering vs. ”behandling”
- Hvad har vi lært om håndtering?
- Tilgangen virker til mennesker med eller uden diagnoser, mennesker med højt eller lavt funktionsniveau, i alle aldersklasser og til begge køn.

Intro

- **Om i dag**
 - I får slidsne bagefter
 - Vi holder en lille pause i timen
 - Bagest er der en litteraturliste
 - I er velkomne til at gå på Facebook og like LowArousal.dk og derved få løbende opdateringer om emnet

Spoiler 😊

Metodeloftet

D **Kontrol** lt

- Skældud
- Irettesættelser
- Straf
- Konsekvens

**Autonomi-
støtte**

- Kravtilpasning
- Affektsmitte
- Ansvarsprincippet
- Kontrolprincippet

Tilgangen

- Menneskesyn
- Ansvars-princippet
- Kontrol-princippet

**”Børn, der kan opføre
sig ordentligt,
gør det”
(Ross Greene)**

“Ansvars-princippet”

**“Den der tager ansvar kan påvirke”
(Bernhard Weiner)**

"Ansvars-princippet"

- Vi må påtaks adfærd.

- Vi skal i stedet bruge ord, der giver os mulighed for at påvirke. Fx ikke stædig men infleksibel.

“Ansvars-princippet”

Når vi kommer til at lægge ansvaret over på barnet.

- **“Hvor mange gange skal jeg sige det til dig???”**
- **“Kan du ikke forstå hvad jeg siger???”**
- **“Hvis du ikke opfører dig ordentligt, kommer du ikke med i Tivoli”.**

“Ansvars-princippet”



LowArousal.dk

Når vi kommer til at lægge ansvaret over på barnet.



Hvis man har gjort noget 9 gange og forventer en ny reaktion 10. gang, er man ikke rigtig klog.

“Kontrol-princippet”

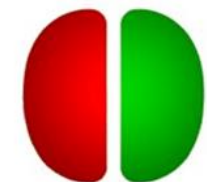
Kontrol-princippet

“Kontrol-princippet”

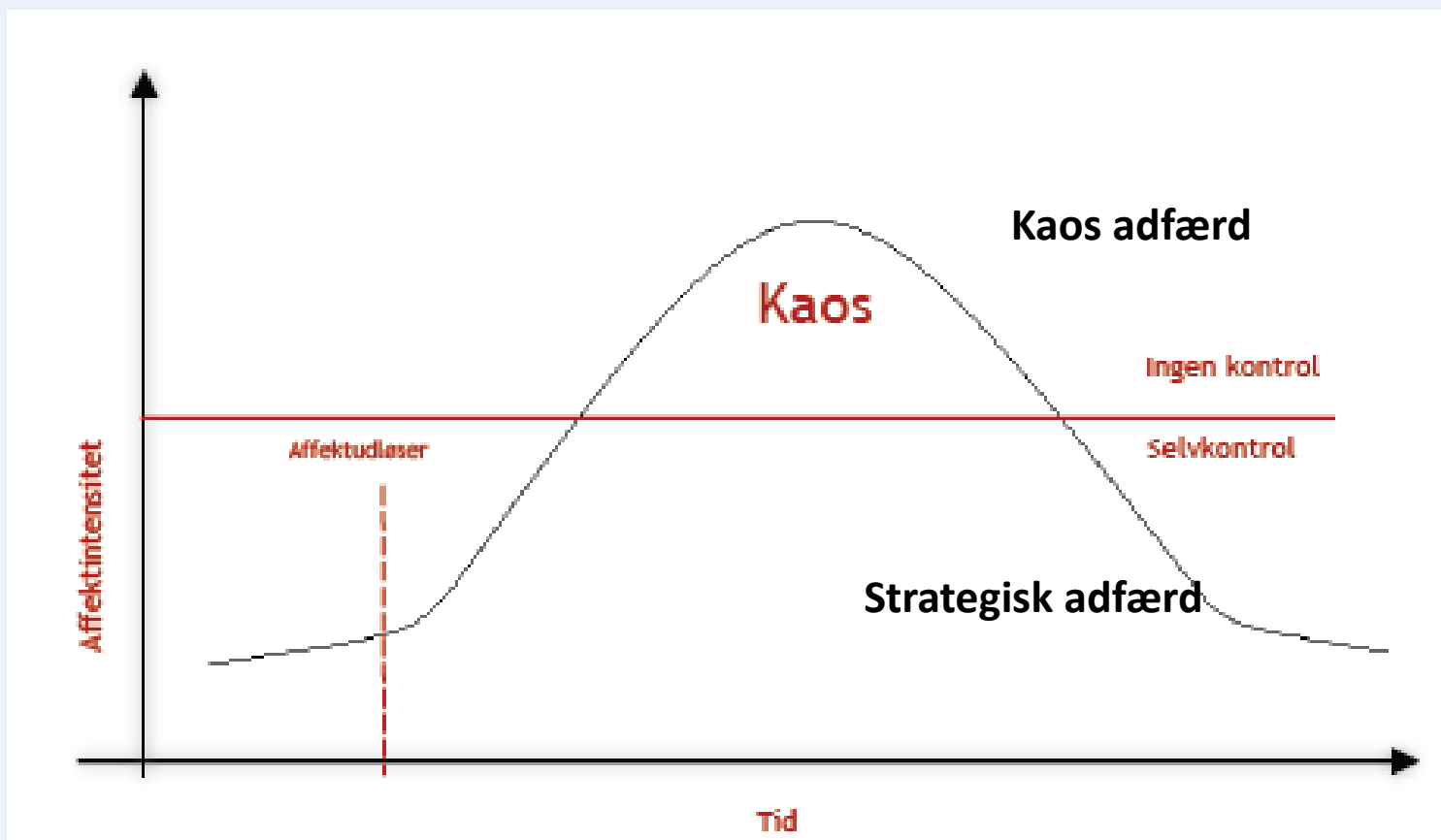


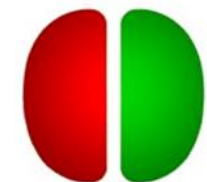
Vær søde at rejse jer op 😊

"Kontrol-princippet"



LowArousal.dk





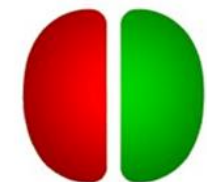
“Kontrol-princippet”

Strategisk adfærd

Strategisk adfærd er et forsøg på at bevare selvkontrollen

- **At nægte – refleksivt nej**
- **Stikke af**
- **At råbe skældsord, spytte eller slå ud efter os**
- **Trusler – ikke vold**

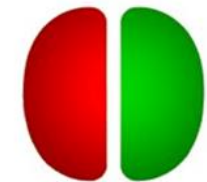
Vi skal derfor være opmærksomme på, hvordan vi intervenserer i disse situationer.



“Kontrol-princippet”

Strategisk adfærd

- **Vi skal ignorere trusler og grimt sprog, mens det står på.**
- **Herefter kan situationen tages op med barnet, når der er ro på igen – hvis det giver mening.**



"Kontrol-princippet"

Kaosadfærd

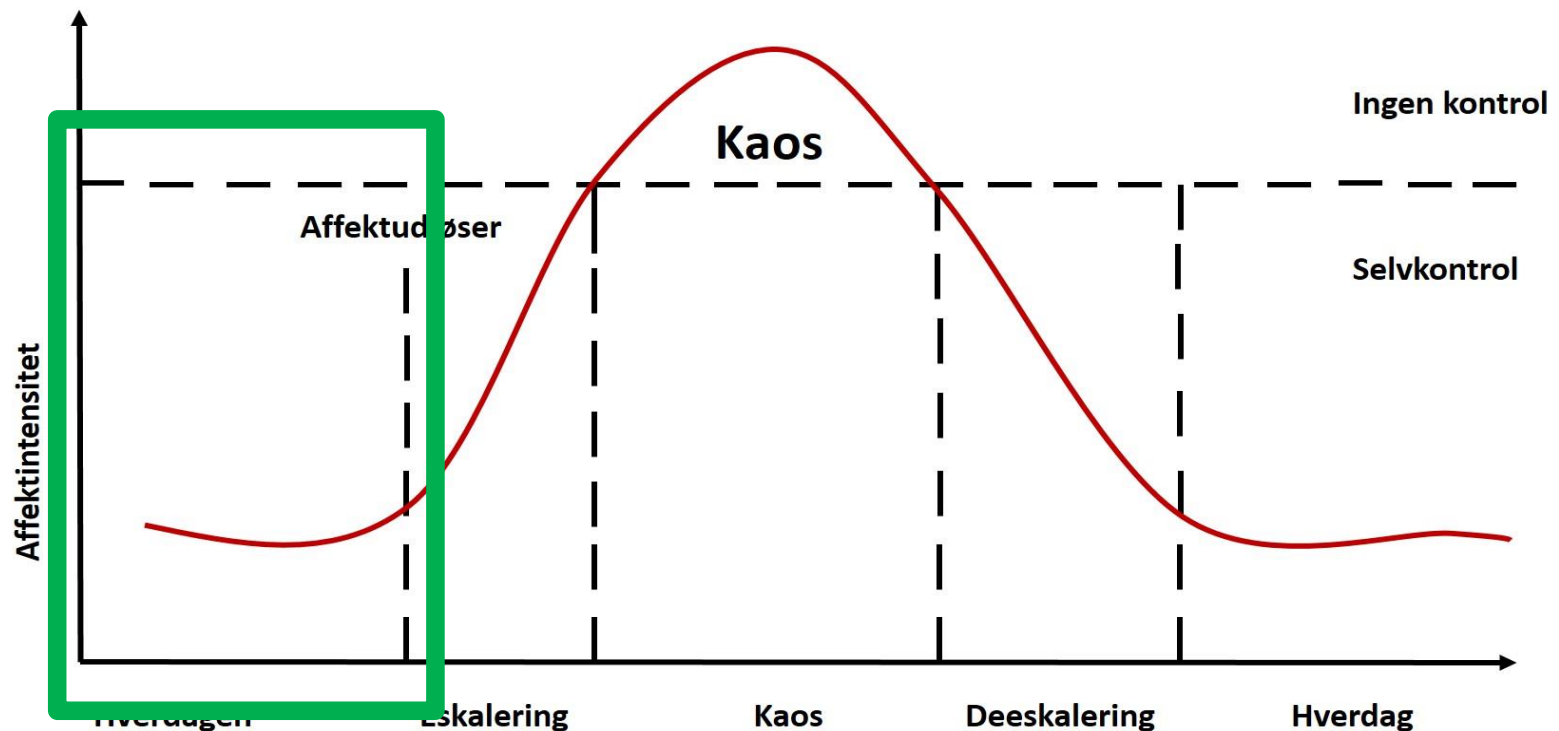
- **Kaosadfærd opstår ofte, hvis vi ikke har håndteret den strategiske adfærd rigtigt.**
- **Kaosadfærd kan være farlig, men er ofte ufarlig.**
- **Hvordan undgår vi det? – metoder m.m.**

Konfliktudvikling



LowArousal.dk

Affektudbrudsmodellen





LowArousal.dk

Krav

Kravssituationer

Når vi stiller krav:

- 1. Stil kun krav, som er mulige for barnet at opfylde.**
- 2. Forvent ikke, at barnet siger "ja".**

Husk, at barnet har ret til at sige "nej".

Vi har ansvaret for at få barnet til at sige "ja".

Minuskrav

- Hold op
- Lad være
- Stop

Minuskrav skaber ingen ændring i adfærden på sigt.

Pluskrav

- Kom her hen
- Børst dine tænder
- Tag din bog frem
- Sæt dig ned

Ved pluskrav bør vi tage ansvaret for reaktionen.

Alle metoder kan anvendes, hvis de opfylder følgende to kriterier:

- 1. Metoden skal virke.**
- 2. Efter metoden er anvendt, skal elevens relation til den professionelle være lige så god som før – men helst bedre.**

Kravtilpasning

- **Kravtilpasning handler om at tilføre mening til de krav, vi stiller til barnet.**
- **At stille kravene på en måde så det bliver let for barnet at sige "ja" til kravet.**
- **Mange børn siger "ja" til de fleste krav – enkelte siger "nej" til de fleste krav – efterrettelighed.**

Vi kan øge oplevelsen af medbestemmelse:

- Reel medbestemmelse i valg af opgaver eller aktiviteter
- Valgmuligheder
 - Valgmulighederne skal være i "familie" sammen
 - Valgmulighederne skal være på samme niveau

Vi kan øge oplevelsen af samhørighed:

- Vi – oplevelser
- Validering
- Bestikkelse – ikke belønning (pædagogisk kapital)

Kravtilpasning

Forberede barnet

- Feed forward
- Struktur – morgenritualer, putteritualer
- Find et færdigt i aktiviteten eller byg det ind
- Giv barnet tid til at blive klar

Tricks

- Prompter
- Påmindelser uden pres – træd væk når kravet er stillet
- Motiverende handlinger

Når intet virker

Strategisk kapitulation

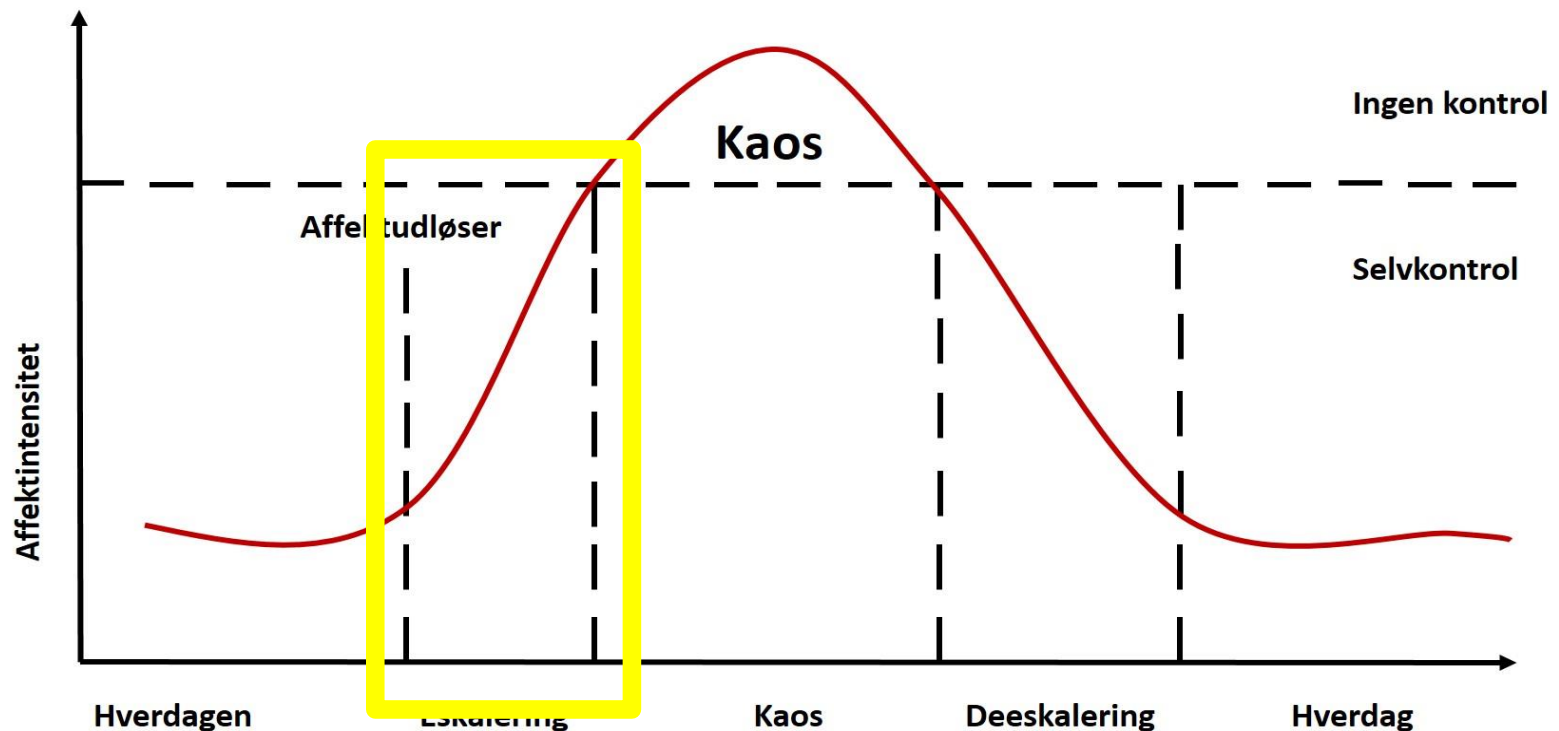
”Alle pædagogiske nederlag bør afføde en handleplan”

Konfliktudvikling

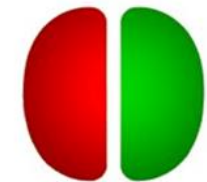


LowArousal.dk

Affektudbrudsmodellen



Krop og følelser



Affekter og emotioner

Emotioner er følelser, som er individuelle for os alle. Disse følelser er formet af oplevelser og erfaringer, vi har haft gennem vores liv. F.eks.

- Kærlighed
- Jalousi
- Skyld
- Tillid

Affekter er medfødte, og er de samme i hele verden – det betyder ikke noget, om man er født i Danmark eller Pakistan – affekterne er de samme.



Affekter

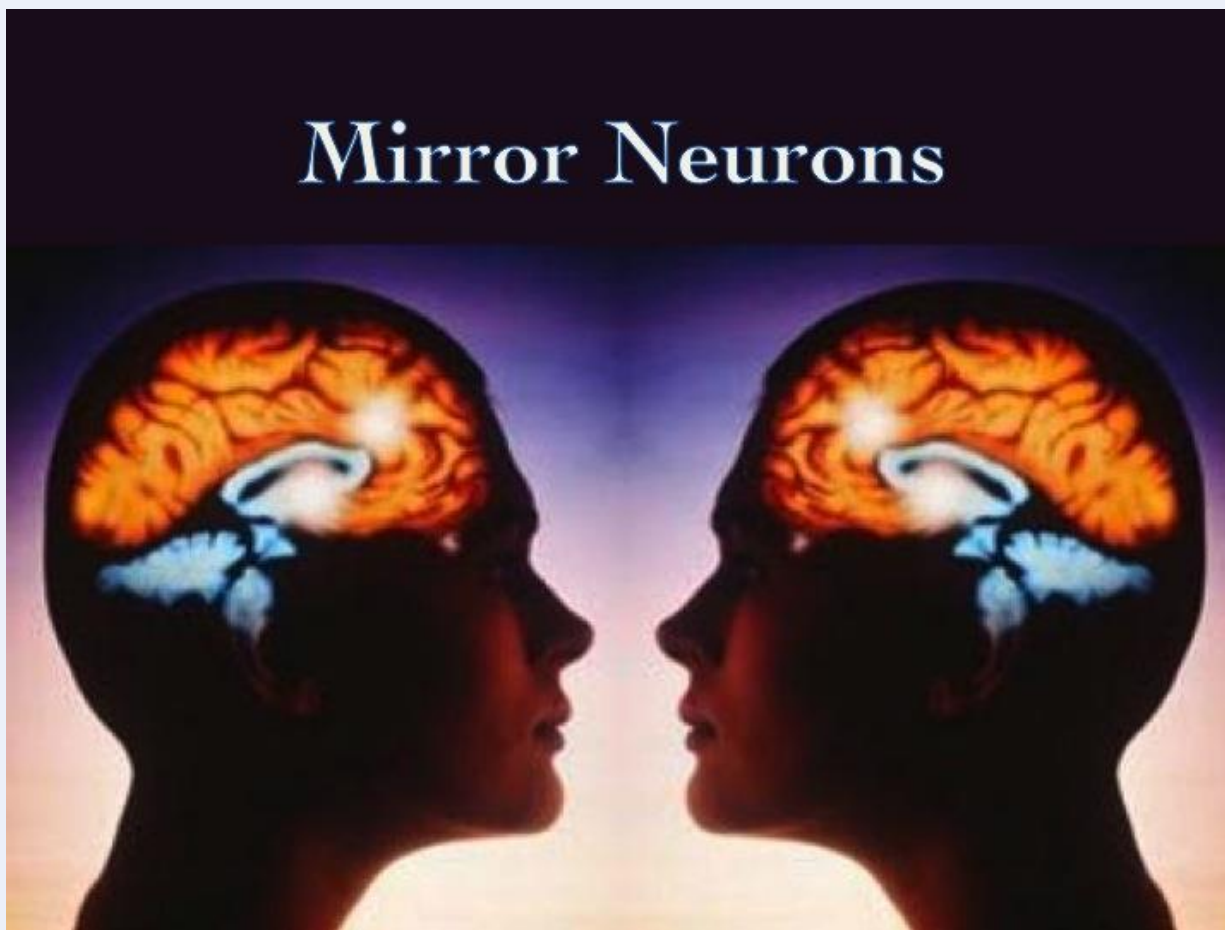
- Interesse
- Nedtrykthed
- Vrede
- Afsky/afsmag
- Lede
- Overraskelse

Medfødt

- Glæde
- Frygt
- Skam

**Inden for det
første leveår**

Spejlceller – affektsmittemotoren



Affektsmitte

Affekt smitter

- Barnet i mødregruppen
- Børnehavebarnet
- Øvelse – lad os se om affekt smitter 😊

Mennesker med bekymrende adfærd har meget svært ved at mærke, hvem der har følelsen – de er sårbare overfor affektsmitte.

- De bliver vrede, når vi skælder ud – de ved ikke hvem, der har følelsen.

Tips til at holde affekten nede

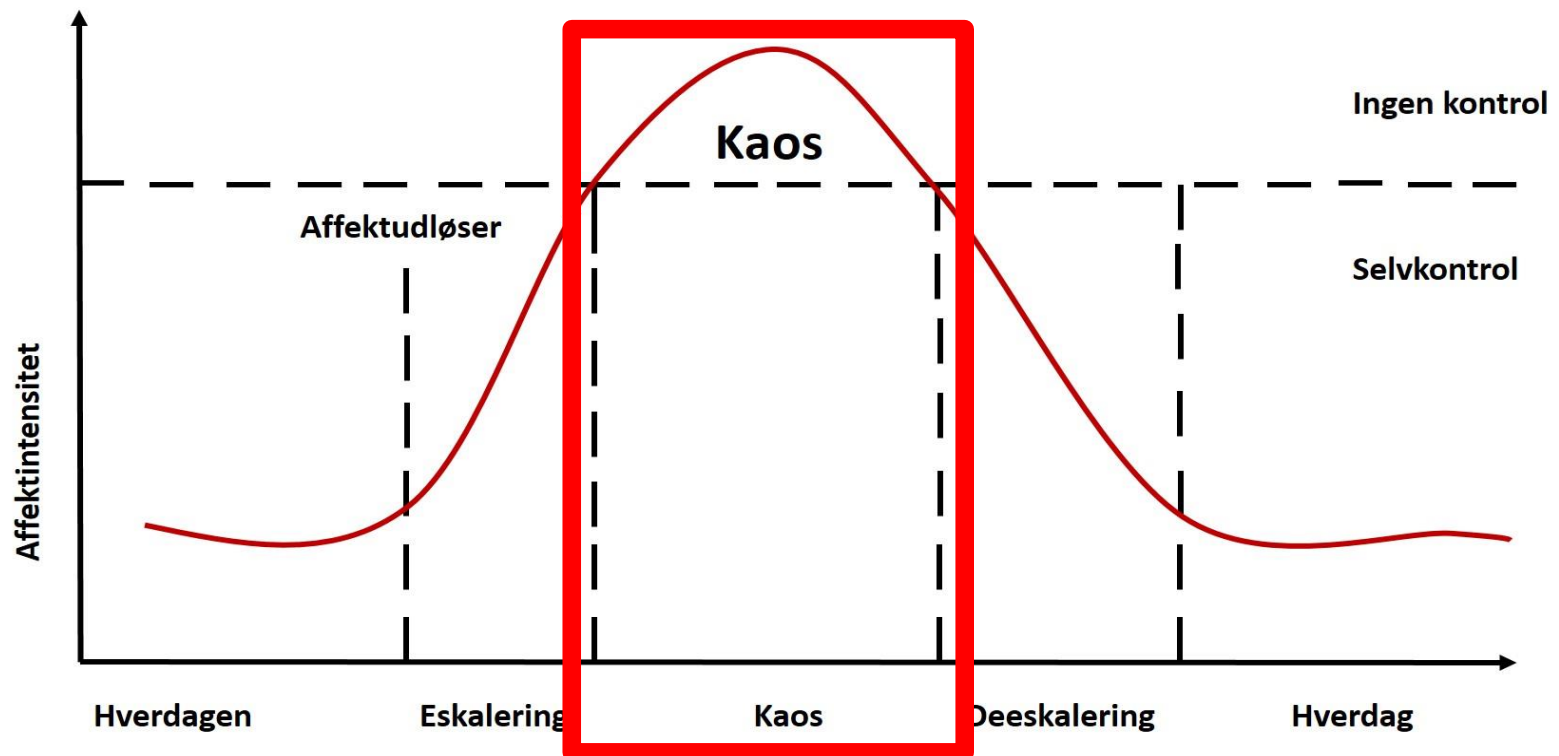
1. Man skal ikke stå lige overfor barnet.
2. Pas på med øjenkontakt.
3. Hold et roligt stemmeleje.
4. Lyt til eleven
5. Giv barnet plads.
6. Grounding.
7. Holder afstand.
8. Dybe vejrtrækninger.
9. Afled – konkrete, affektive og perceptuelle.
10. Fokus på det fælles tredje.

Konfliktudvikling



LowArousal.dk

Affektudbrudsmodellen



Affektudbrudsmodellen



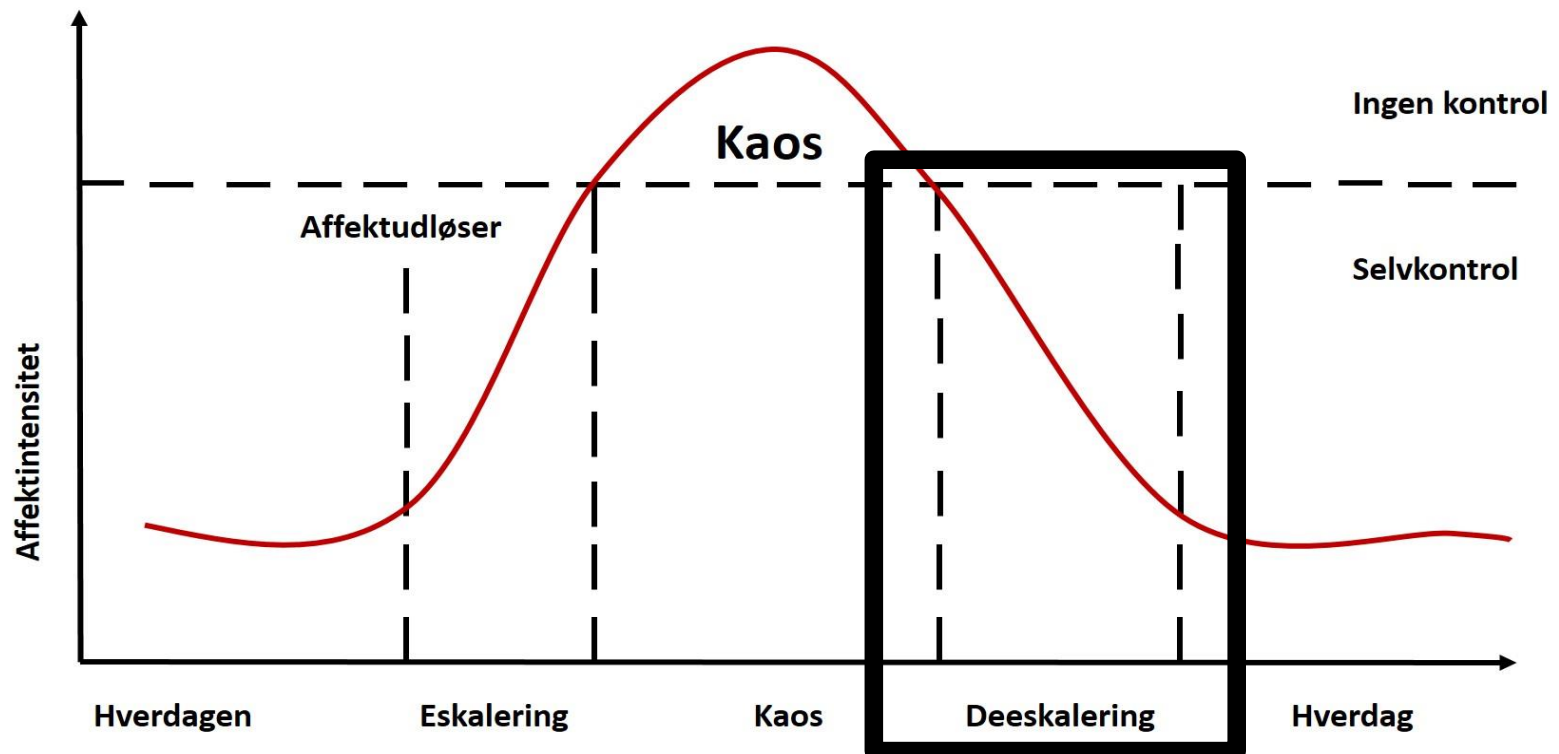
- Indgrebet bør være så kortvarigt som mulig og så nænsomt som muligt
- Mindst 1000 mennesker er døde de sidste 20 år i den vestlige verden i fastholdelser

Konfliktudvikling



LowArousal.dk

Affektudbrudsmodellen



Deeskalering – når det værste er overstået

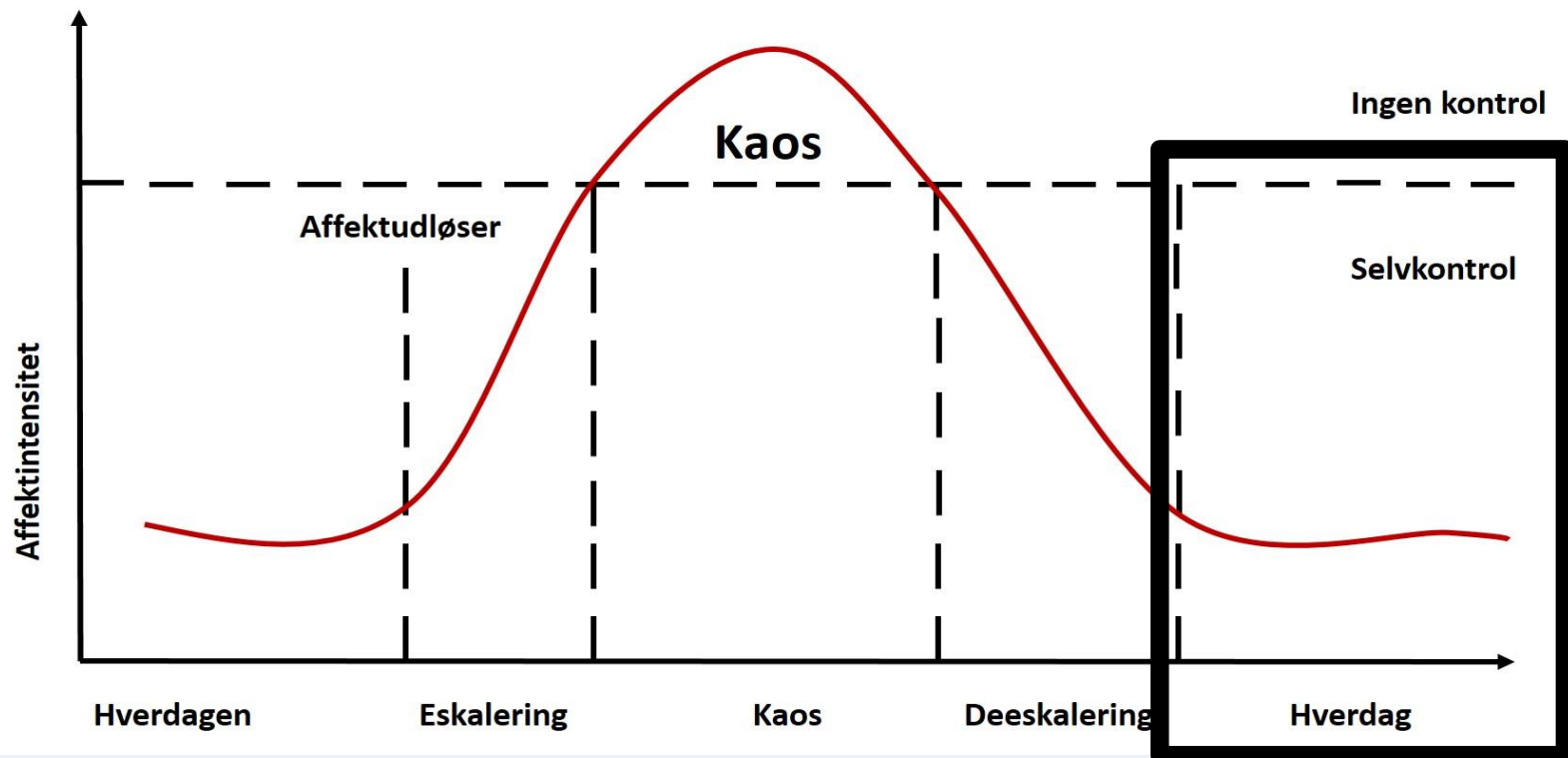
- Trøst barnet.
- Hold om barnet, hvis han/hun ønsker det.
- Spørg ikke: Hvad skete der?
- Ingen skyld og skam.

Konfliktudvikling



LowArousal.dk

Affektudbrudsmodellen



Konfliktudvikling



Efter konflikten

Håndtering – Evaluering – Forandring

Opsummering

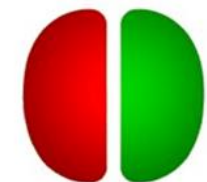
- Nu vil I aldrig mere opleve problemer med jeres børnenes adfærd, 😊 – fordi I har lært følgende...

Opsummering

- **Menneskesyn, ansvars- og kontrolprincippet**
- **Metoder**
 - **Kravtilpasning**
 - **Rogivende strategier (Low Arousal)**

Slut

Spørgsmål?

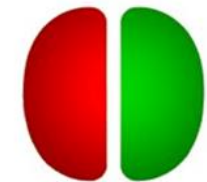


LowArousal.dk

Litteraturliste

Fagbøger

- **Udviklingsforstyrrelser og psykisksårbarhed. Af Bo Hejlskov Elvén, Hanne Veje og Henning Beier. (Skal man kun læse en fagbog så er det uden tvivl denne :-)**
- **Problemskabende adfærd ved udviklingsforstyrrelser eller udviklingshæmning. Af Bo Hejlskov Elvén**
- **Managing Challenging Behaviours using low arousal approaches. Af Andrew McDonnell**
- **Det eksplosive barn. Af Ross Greene**
- **Fortabt i skolen. Af Ross Greene**
- **Børn med blandingsdiagnoser. Af Martin L. Kutscher**
- **Et liv uden bremser. Af Martin L. Kutscher**
- **Autisme en gådes afklaring. Af Uta Frith**
- **Autisme og Aspergers syndrom - en introduktion. Af Uta Frith**
- **Den lærende hjerne - Hvad hjerne forskningen kan fortælle pædagogikken. Af Sarah-Jayne Blakemore og Uta Frith**
- **Udviklingspsykologi. Af. Leif Havneskjöld og Pia Risholm Mothander**



Litteraturliste

Fagbøger

- Adfærdsproblemer i skolen. Af Bo Hejlskov Elvén
- Adfærdsproblemer i psykiatrien. Af Bo Hejlskov Elvén
- Adfærdsproblemer i ældreplejen. Af Bo Hejlskov Elvén
- Rabalder i Børnefamilien. Af Bo Hejlskov Elvén
- Adfærdsproblemer i vuggestuen og børnehaven. Af Bo Hejlskov Elvén

Biografier

- Et rigtigt menneske. Af Gunilla Gerland
- En helt anden verden. Af Kasper Bastholm Elsvor

Film

- Temple Grandin (HBO)