

Att hantera känslostarka barn i vardagen

- om lågaffektivt förhållningssätt

Bo Hejlskov Elvén
Leg. psykolog

Ansvarsprincipen

Den som tar ansvar kan
påverka

Bernhard Weiner

Ansvarsprincipen

Om vi inte har rätt metod
försöker vi ibland bli av
med ansvaret



Ansvarsprincipen

Vi försöker då tyvärr att lägga ansvar på dem som minst kan bära det

- Föräldrar
- Barnen



Ansvarsprincipen

Man kan lägga ansvar på barnet genom att tycka att hon är

- Envis
- Omotiverad
- Kravavvisande
- Trotsig
- Olydig



Bosses bilverkstad

Vi jobbar i en bilverkstad

- Vem har ansvar för att serva och reparera bilen på verkstan?
 - Bilägaren?
 - Bilen?
 - Bilen behöver inte samarbeta
 - Bilen kan inte bara låta bli att vara trasig
- Mekanikern måste ha de verktyg och metoder som är nödvändiga





ZA-343 LD

BB-523

Bo
HEJLSKOVENVEN



offerta che
rà un **brivido.**

esca il tuo ambiente a partire da
299⁰⁰€

MORTILLARO
Via Duca della Verdura, 106/113 - Palermo
091 22 71 84 | mortillaro.it



DAIKIN
WAXA



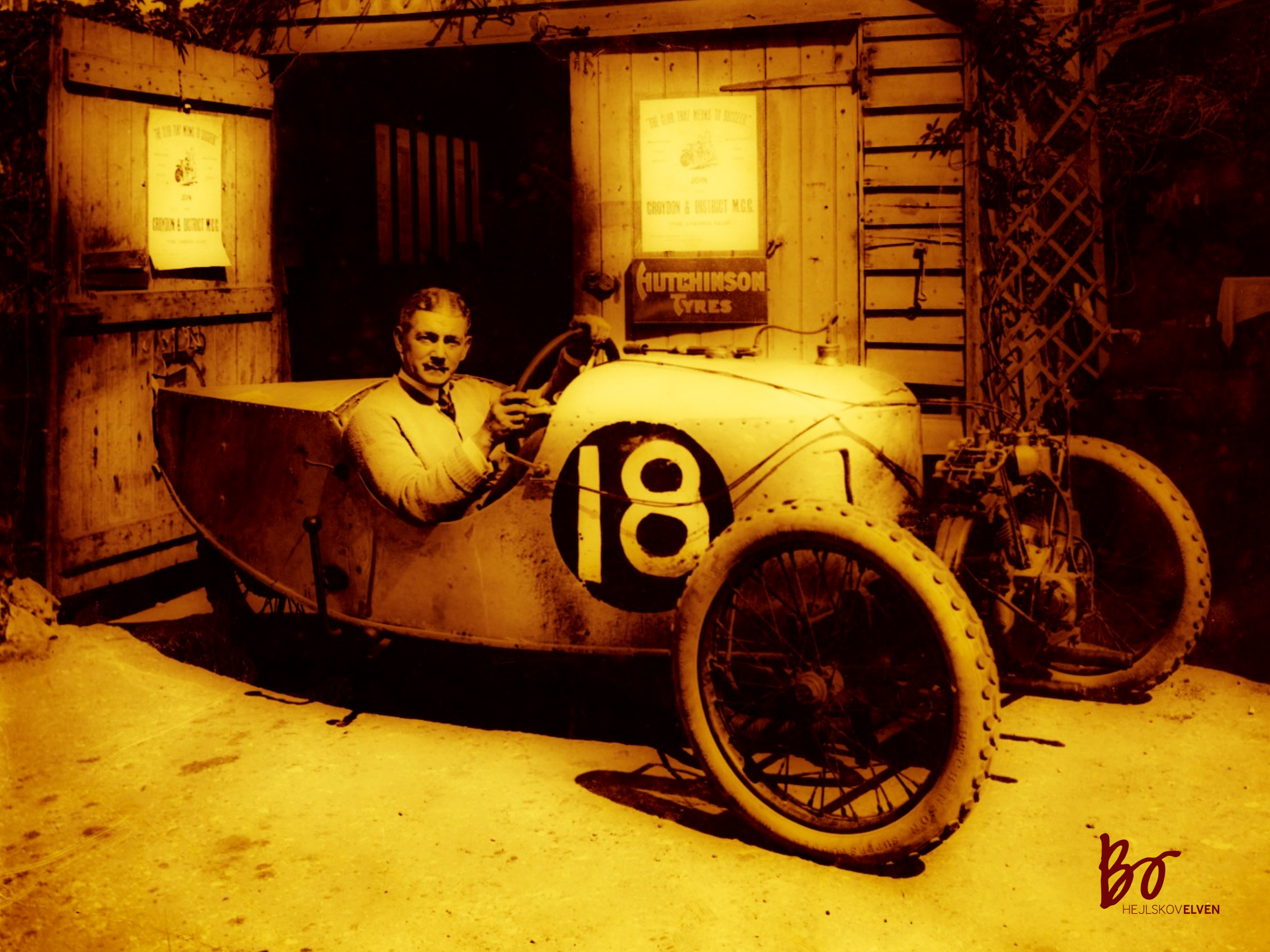
STANDORIE
€ 0,99/kg

CILIEGIE
€ 2,99/kg





Bo
HEJLSKOVENVEN



THE MAN WHO WANTS TO SUCCEED
JOHN
CROYDON & DISTRICT M.C.C.

THE MAN WHO WANTS TO SUCCEED
JOHN
CROYDON & DISTRICT M.C.C.

HUTCHINSON
TYRES

18

BO
HEJLSKOVÉLVÉN

Bosses bilverkstad

Vi jobbar i en bilverkstad

- Vem har ansvar för att serva och reparera bilen på verkstan?
 - Bilägaren?
 - Bilen?
 - Bilen behöver inte samarbeta
 - Bilen kan inte bara låta bli att vara trasig
- Mekanikern måste ha de verktyg och metoder som är nödvändiga



Parkeringsvakten

Får man en parkeringsbot kan man ta två utgångspunkter

- Jag ställde bilen fel. Det var dumt
- Parkeringsvakten är en idiot
 - Tar man sista utgångspunkten ställer man bilen likadant dan efter
 - Och får en ny parkeringsbot
 - Och blir bekräftat: Parkeringsvakter är idioter
 - Och inte lär man sig någonting



Bosses bilverkstad

Vi jobbar i en bilverkstad

- Vem har ansvar för att serva och reparera bilen på verkstan?
 - Bilägaren?
 - Bilen?
 - Bilen behöver inte samarbeta
 - Bilen kan inte bara låta bli att vara trasig
- Mekanikern måste ha de verktyg och metoder som är nödvändiga



Bosses bilverkstad

Mekanikern får inte ha metoder som riskerar skada bilen!

Lite korkat är det om metoderna innebär sämre funktion än förut



Barn som kan uppföra sig gör det

Ross W. Greene

Annars kan man kanske inte leva upp till krav och förväntningar kring

- Att förstå konsekvenser av eget handlande
- Flexibilitet
- Uthållighet
- Impulskontroll
- Sociala förmågor
- Stresstålighet
- Följsamhet

Barn som kan uppföra sig gör det

Ross W. Greene



Fostran?

Enda problemet är att det innebär att vi måste tänka om

Och glömma bort vad vi lärt oss genom vår egen fostran

- Man får särskilda insatser när det vanliga inte funkar
- Vi ska känna igen när det vanliga inte fungerar så att vi inte bara ökar på

Metoder som bevisligen inte fungerar ska inte upprepas!

Metod?

At tillrättavisa
Gränssättning
Att straffa
Konsekvenser



**Barn lär sig
ingenting av att
misslyckas**

Bråk

Bråk handlar ofta om ett lösningarnas växelspel

- Jag har ett problem som jag löser
- Min lösning blir ofta ett problem för en annan, som hen löser
- På ett sätt som blir ett problem för mig, som jag löser...

Man kan enbart lösa denna sortens bråk genom att hitta en lösning som inte är ett problem för den andra



Från motstånd till medstånd

Lösningar

Vi vill helst lära barn att använda sig av lösningar som inte är ett problem för oss

Det er mer logiskt att vi hittar lösningar som inte är ett problem för barnen

Då slippar vi maktlösheten det innebär att uppleva att man inte har kontroll



Kontrollprincipen

Man måste ha kontroll över sig själv, om man ska kunna samarbeta

Kontrollprincipen

Att förlora kontrollen är läskigt

Då blir det

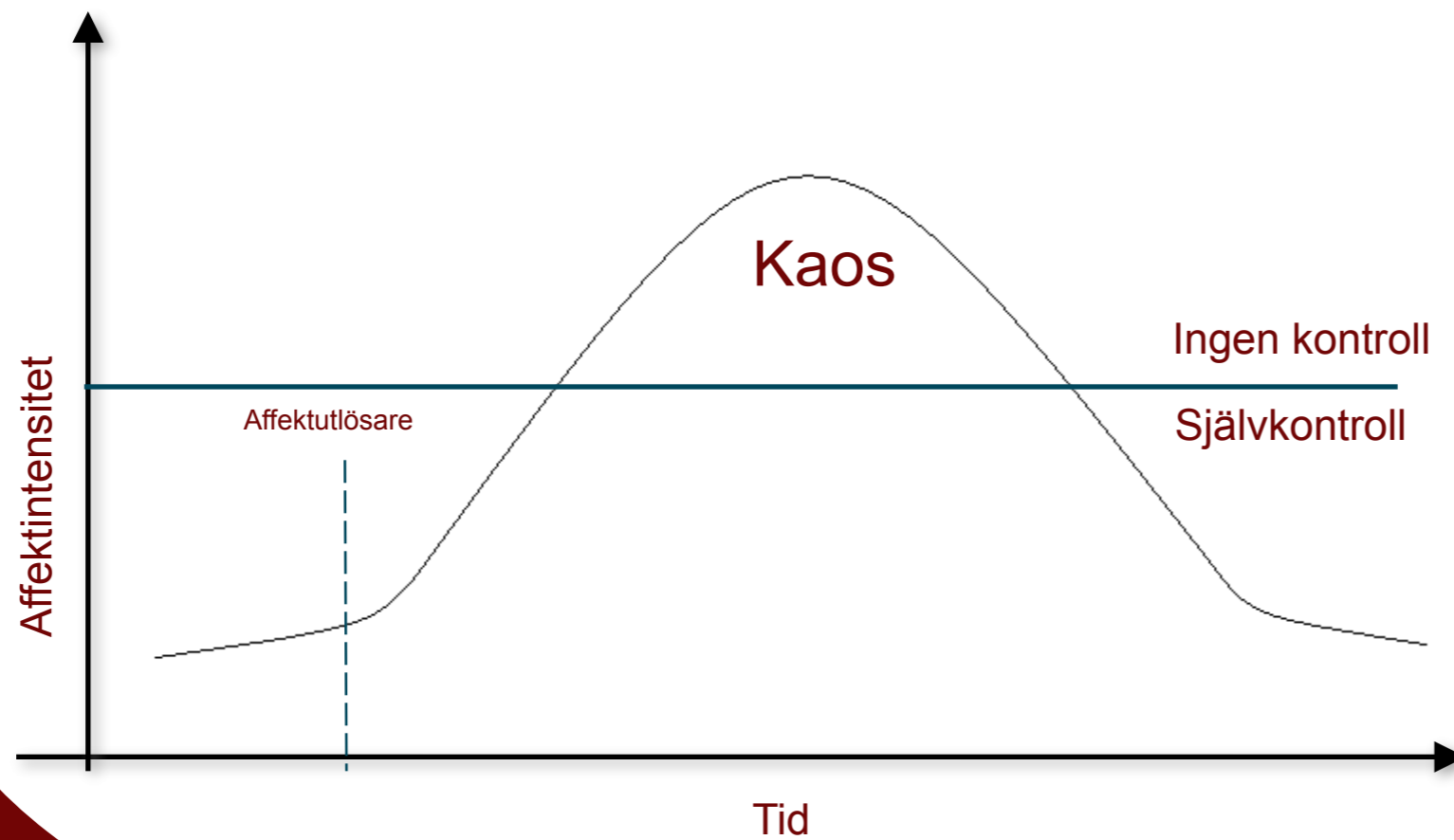
- Våldsam ångest
- Slag
- Sparkar
- Bett
- Skadegörelse
- Våldsam självskada

Kontrollprincipen

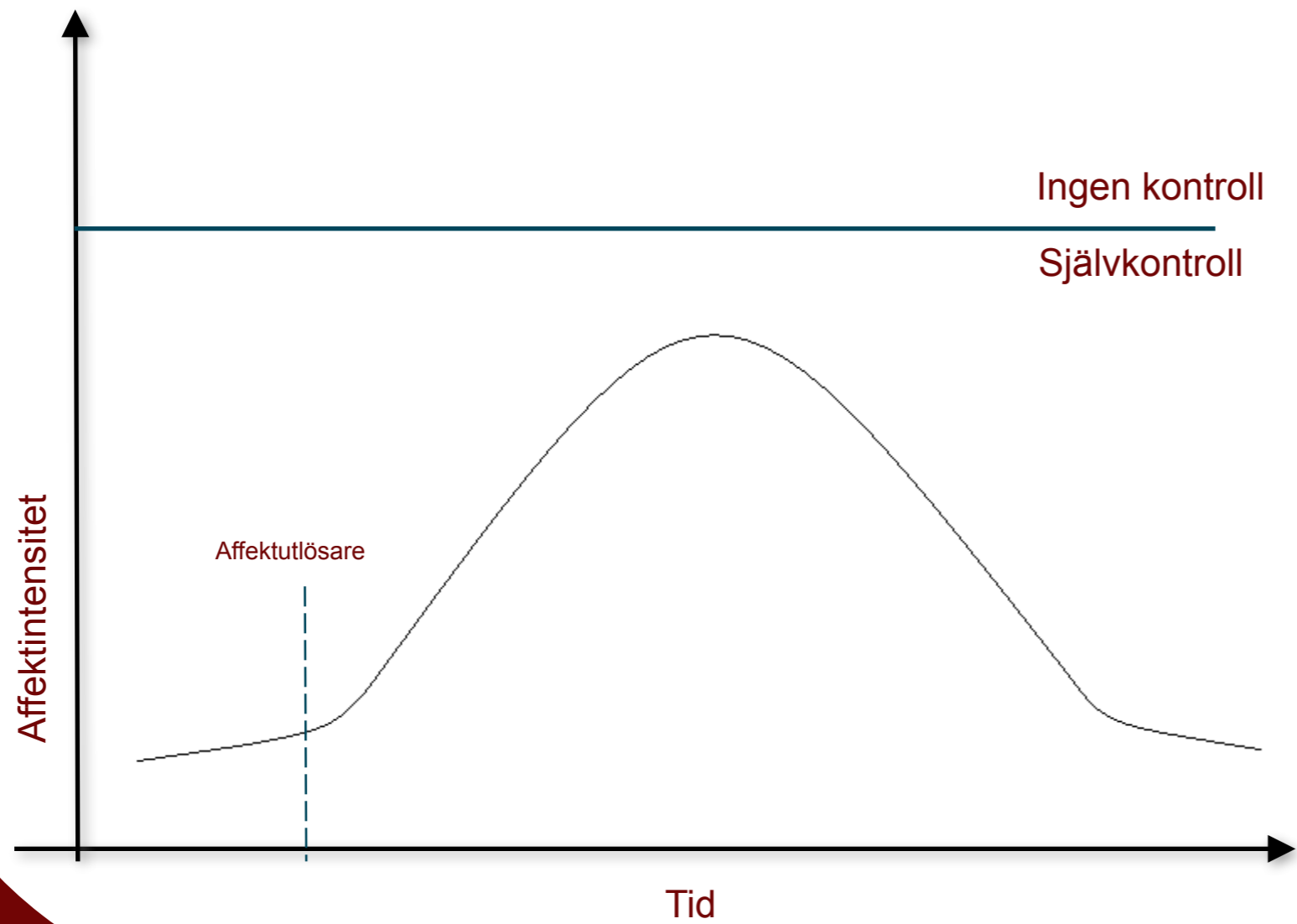
Därför har man olika lösningar och strategier för att behålla kontrollen

- Att vägra

Affektreglering



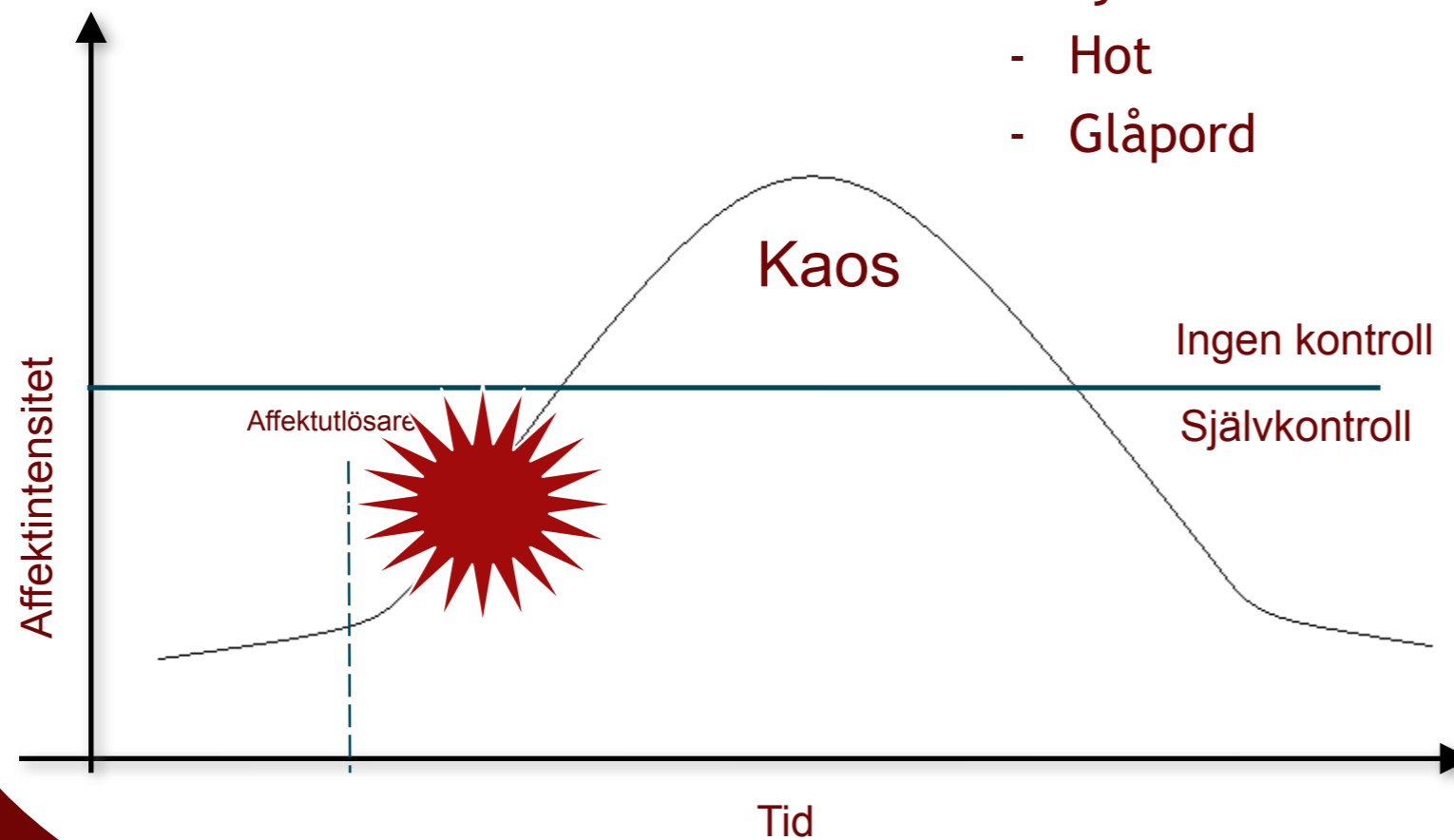
Affektreglering



Affektreglering

Strategier

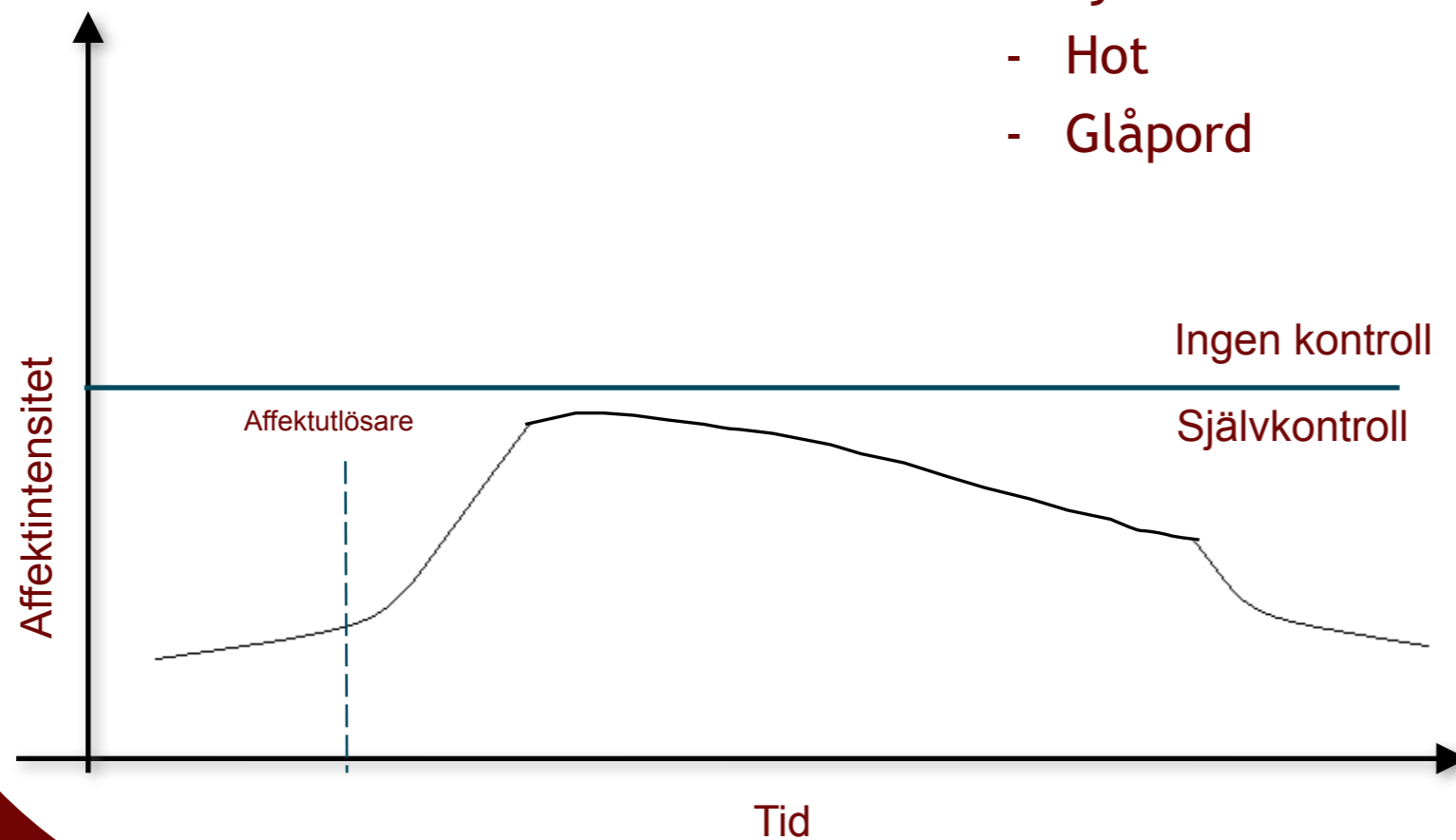
- Att vägra
- Att ljuga
- Att rymma
- Spottas eller slåss
- Självskade
- Hot
- Glåpord



Affektreglering

Strategier

- Att vägra
- Att ljuga
- Att rymma
- Spottas eller slåss
- Självskade
- Hot
- Glåpord





Contents lists available at [ScienceDirect](#)

Cognition

journal homepage: www.elsevier.com/locate/COGNIT



The moral pop-out effect: Enhanced perceptual awareness of morally relevant stimuli

Ana P. Gantman, Jay J. Van Bavel*

Psychology Department, New York University, 6 Washington Place, New York, NY 10003, USA



ARTICLE INFO

Article history:

Received 13 August 2013

Revised 20 February 2014

Accepted 23 February 2014

Available online 16 April 2014

Keywords:

Morality

Awareness

Vision

Perception

Ambiguity

ABSTRACT

People perceive religious and moral iconography in ambiguous objects, ranging from grilled cheese to bird feces. In the current research, we examined whether moral concerns can shape awareness of perceptually ambiguous stimuli. In three experiments, we presented masked moral and non-moral words around the threshold for conscious awareness as part of a lexical decision task. Participants correctly identified moral words more frequently than non-moral words—a phenomenon we term the *moral pop-out effect*. The moral pop-out effect was only evident when stimuli were presented at durations that made them perceptually ambiguous, but not when the stimuli were presented too quickly to perceive or slowly enough to easily perceive. The *moral pop-out effect* was not moderated by exposure to harm and cannot be explained by differences in arousal, valence, or extremity. Although most models of moral psychology assume the initial perception of moral stimuli, our research suggests that moral beliefs and values may shape perceptual awareness.

Moral pop-up effect

Ana Gantmans forskning visar att vi bearbetar moralisk information snabbare än annan information

Det betyder att vi har en tendens att se andras beteende med moraliserande glasögon



Moral pop-up effect

Därför lägger vi gärna ett moraliskt filter över strategisk beteende

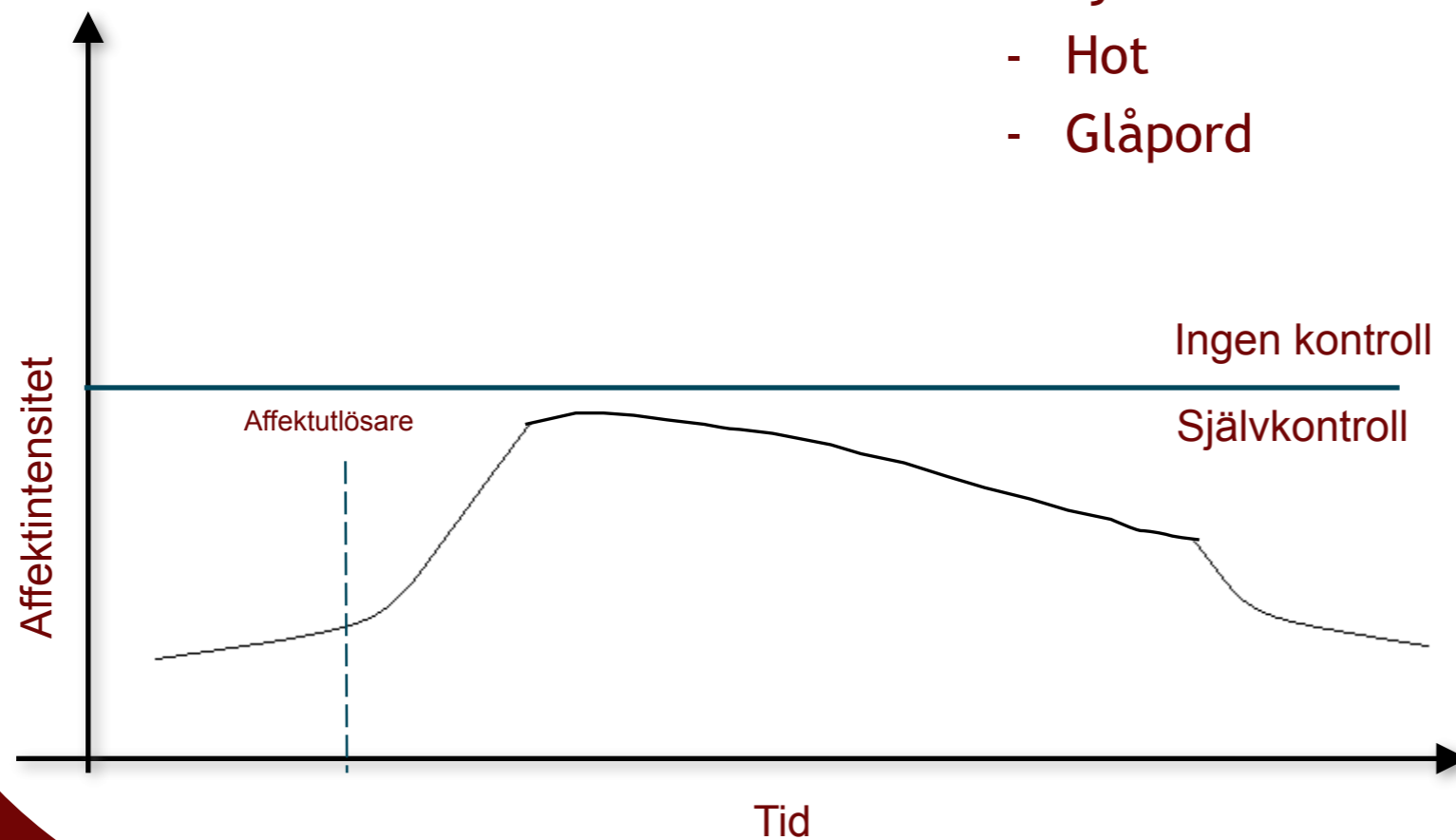
Vilket betyder att vi oftare fördömer än förstår barns beteende



Affektreglering

Strategier

- Att vägra
- Att ljuga
- Att rymma
- Spottas eller slåss
- Självskade
- Hot
- Glåpord



Kontrollprincipen

Därför måste vi se till att barnet har kontrollen över sig själv

Och vårt mål i varje svår situation måste vara att hen snabbast möjligt uppnår självkontroll igen

Och vi måste använda oss av metoder som gör det lätt för hen att lämna över kontroll till oss



Metod

Att hantera svåra situationer utan att eskalera dem

Att utvärdera varför det blev svårt

Att förändra så att det inte händer igen



Metod

Att hantera svåra situationer utan att eskalera dem

Att utvärdera varför det blev svårt

Att förändra så att det inte händer igen



Affektsmitta

Affekt smittar - vi känner
av varandras känslor



Bo
HEJLSKOVELVEN



BO
HEJLSKOVÉLVÉN





BO
HEJLSKOVÉLVÉN



Bo
HEJLSKOVELVEN



BO
HEJLSKOVÉLVÉN



Affektsmitta

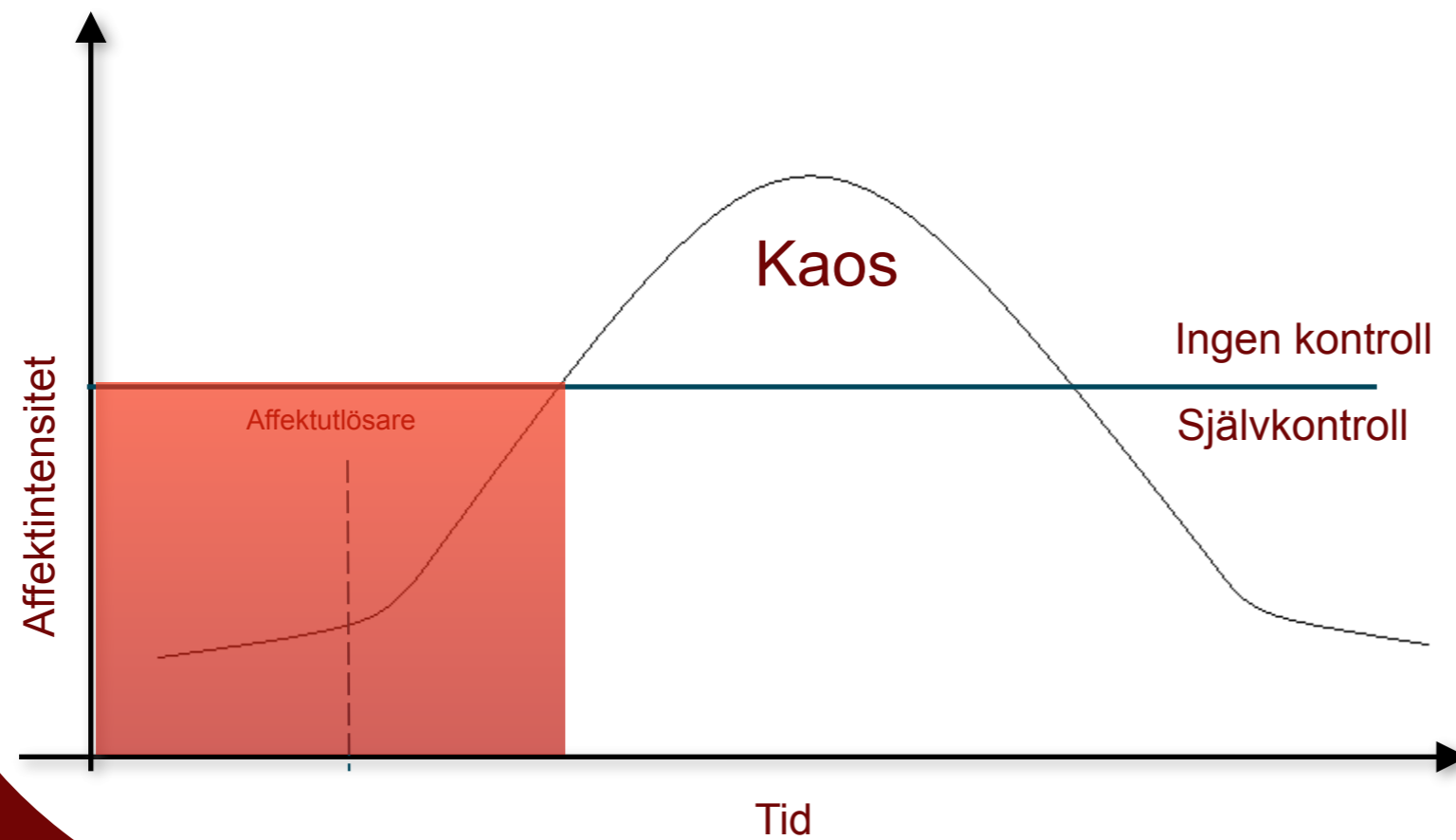
Alla barn är födda med förmågan till affektsmitta

Det är det första ledet i empatiutvecklingen

Vissa barn har svårigheter med den fortsatta empatiutvecklingen

De utvecklar inte förmågan att särskilja egna och andras affekter lika bra som andra

Metod: Låg-affektiva strategier





Låg-affektivt bemötande

Dämpa känslouttrycken

Undvik dominerande ögonkontakt

Prata lugnt utan att höja rösten och utan käkspänningar

Få barnet att tänka på annat - avleda

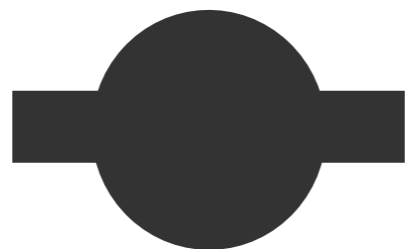
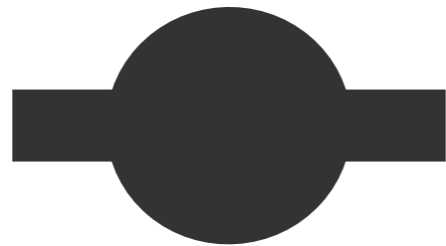


Låg-affektivt bemötande

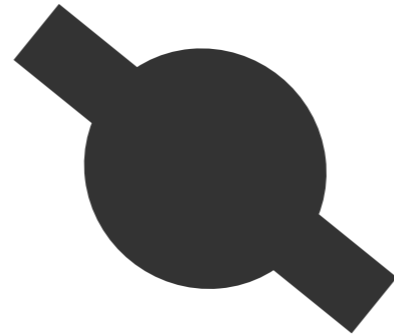
Respektera det personliga utrymmet

- Varje gång ett barn går två steg bort från dig ska du gå två steg baklänges
- Gå baklänges vid kravsättning
- Erbjud kontakt på barnets villkor
- Placera dig inte mitt emot barnet

Låg-affektivt bemötande



Låg-affektivt bemötande





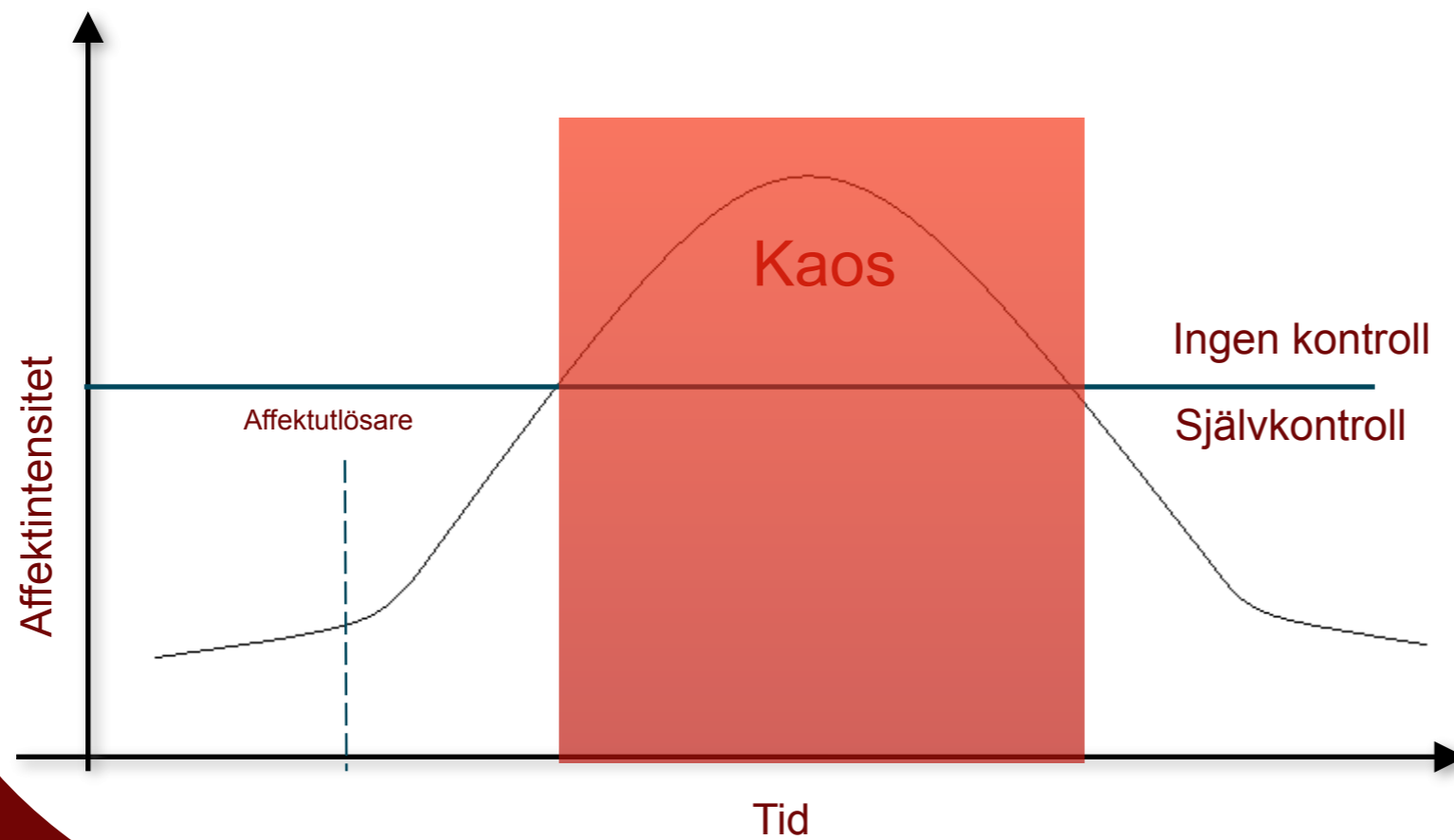
Låg-affektivt bemötande

Sätt dig när barnet blir oroligt
Undvik att markera dig fysiskt
Låtsas du är på väg hem från stan en mörk lördagskväll!

Undvik att smittas av barnets oro

Se till att smitta med ditt lugn

Metod: Vid kaos





Pergamon

Child Abuse & Neglect 30 (2006) 1333–1342

Child Abuse
& Neglect

Learning from tragedy: A survey of child and adolescent restraint fatalities

Michael A. Nunno^{*}, Martha J. Holden, Amanda Tollar

*Residential Child Care Project, Family Life Development Center, College of Human Ecology,
Cornell University, Ithaca, NY 14853, USA*

Received 3 March 2005; received in revised form 3 February 2006; accepted 24 February 2006
Available online 15 November 2006

Abstract

Objective: This descriptive study examines 45 child and adolescent fatalities related to restraints in residential (institutional) placements in the United States from 1993 to 2003.

Method: The study team used common Internet search engines as its primary case discovery strategy to determine the frequency and the nature of the fatalities, as well as the characteristics of the children and the adolescents involved.

Results: Male children and adolescents were over represented in the study sample. Thirty eight of the fatalities

Abstract

Objective: This descriptive study examines 45 child and adolescent fatalities related to restraints in residential (institutional) placements in the United States from 1993 to 2003.

Method: The study team used common Internet search engines as its primary case discovery strategy to determine the frequency and the nature of the fatalities, as well as the characteristics of the children and the adolescents involved.

Results: Male children and adolescents were over-represented in the study sample. Thirty-eight of the fatalities occurred during or after a physical restraint, and 7 fatalities occurred during the use of mechanical restraints. Twenty-eight of the deaths occurred in a prone restraint. In 25 of the fatalities, asphyxia was the cause of death.

Conclusion: In the 23 cases in this study where information is available, none of the child behaviors or conditions that prompted the restraint would meet the standard of danger to self or others: the commonly accepted criteria for the use of a restraint. The study points to deficiencies in fatality reporting, recommends reporting fatalities to established state child fatality review boards, and reinforces that restraints be governed by strict protocol and monitoring. The study also urges caution to policymakers in substituting or changing restraint procedures based on the incomplete data reported in this study.

© 2006 Elsevier Ltd. All rights reserved.



Låg-affektivt bemötande

- vid kaos

Vänta - oftast räcker det

Få ut andra så det blir
utrymme och lugn

Undvik beröring med spända
muskler

- Slappna av om barnet tar tag i dig



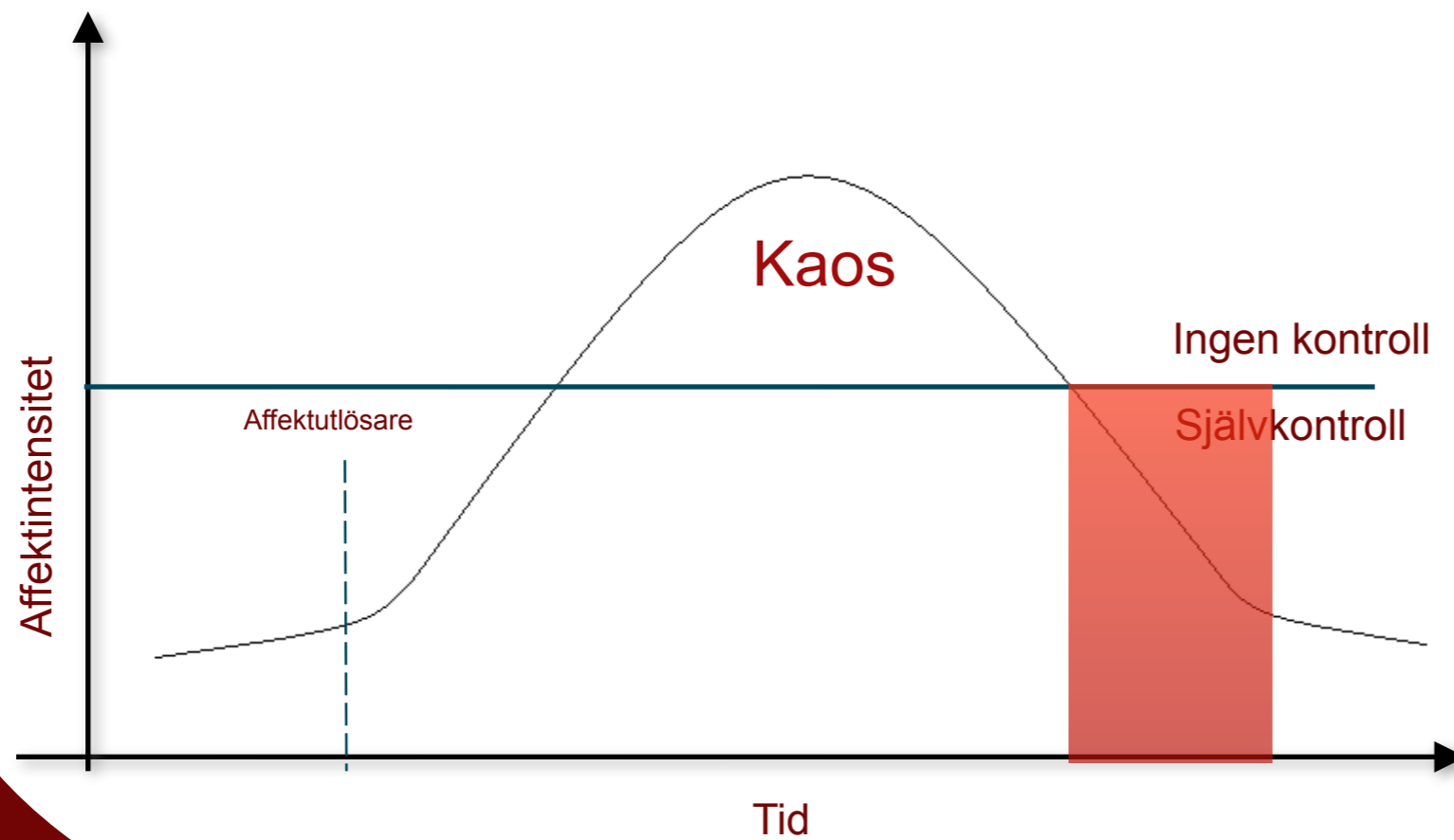
Låg-affektivt bemötande

- vid kaos

Och i nödsituationer, där du måste ta tag

- Använd rörelse, inte fastlåsning som ökar adrenalin
- Släpp aktivt efter några sekunder
- Se till att undvika smärta, det ökar stressen

Metod: Landa





Låg-affektivt bemötande

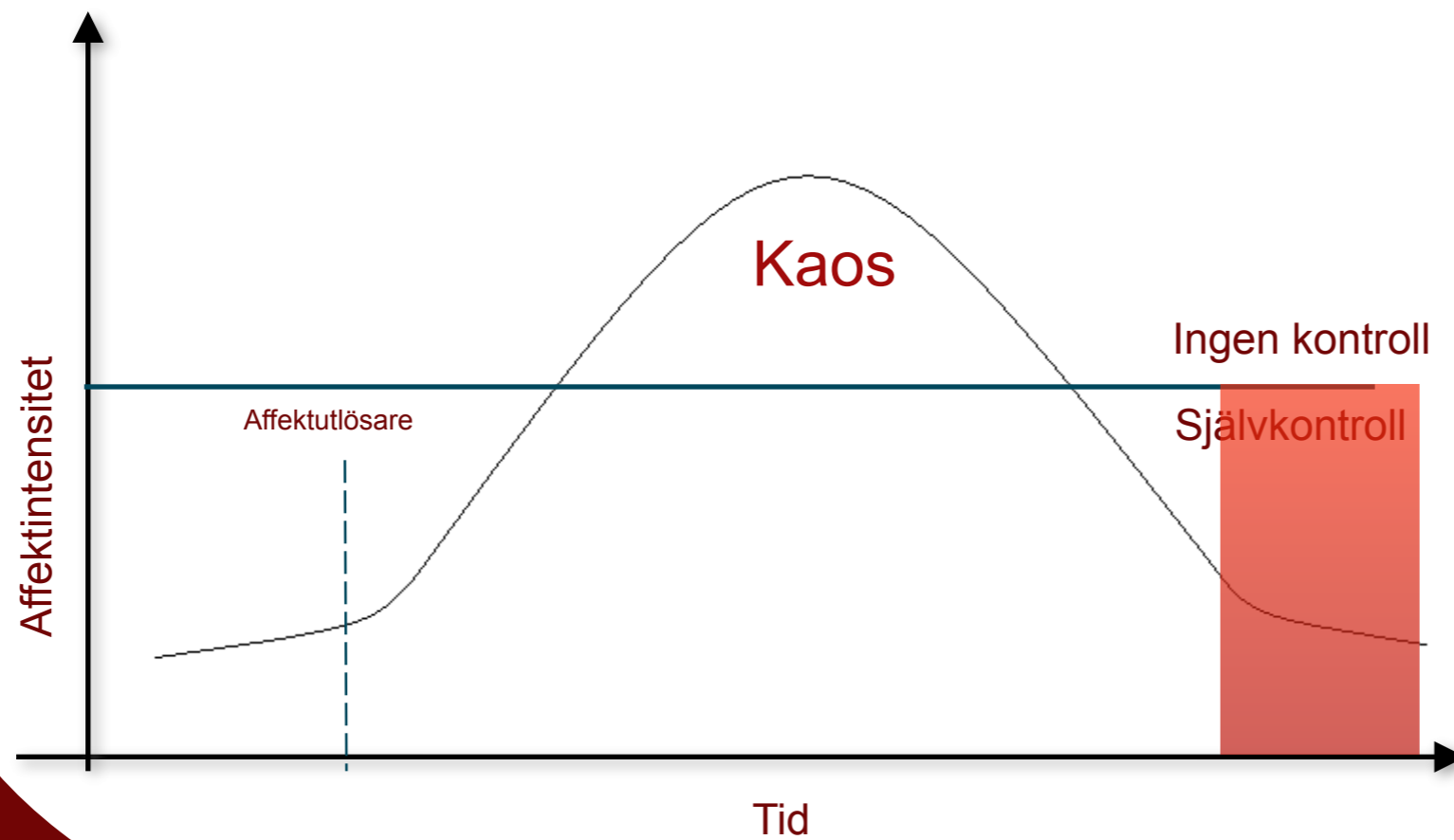
Lugn

Vänta ut

Återgå till vardagsaktiviteter

Avleda vidare

Metod: Vardag igen





Vardagen igen

Utvärdera



Metod

Att hantera svåra situationer utan att eskalera dem

Att utvärdera varför det blev svårt

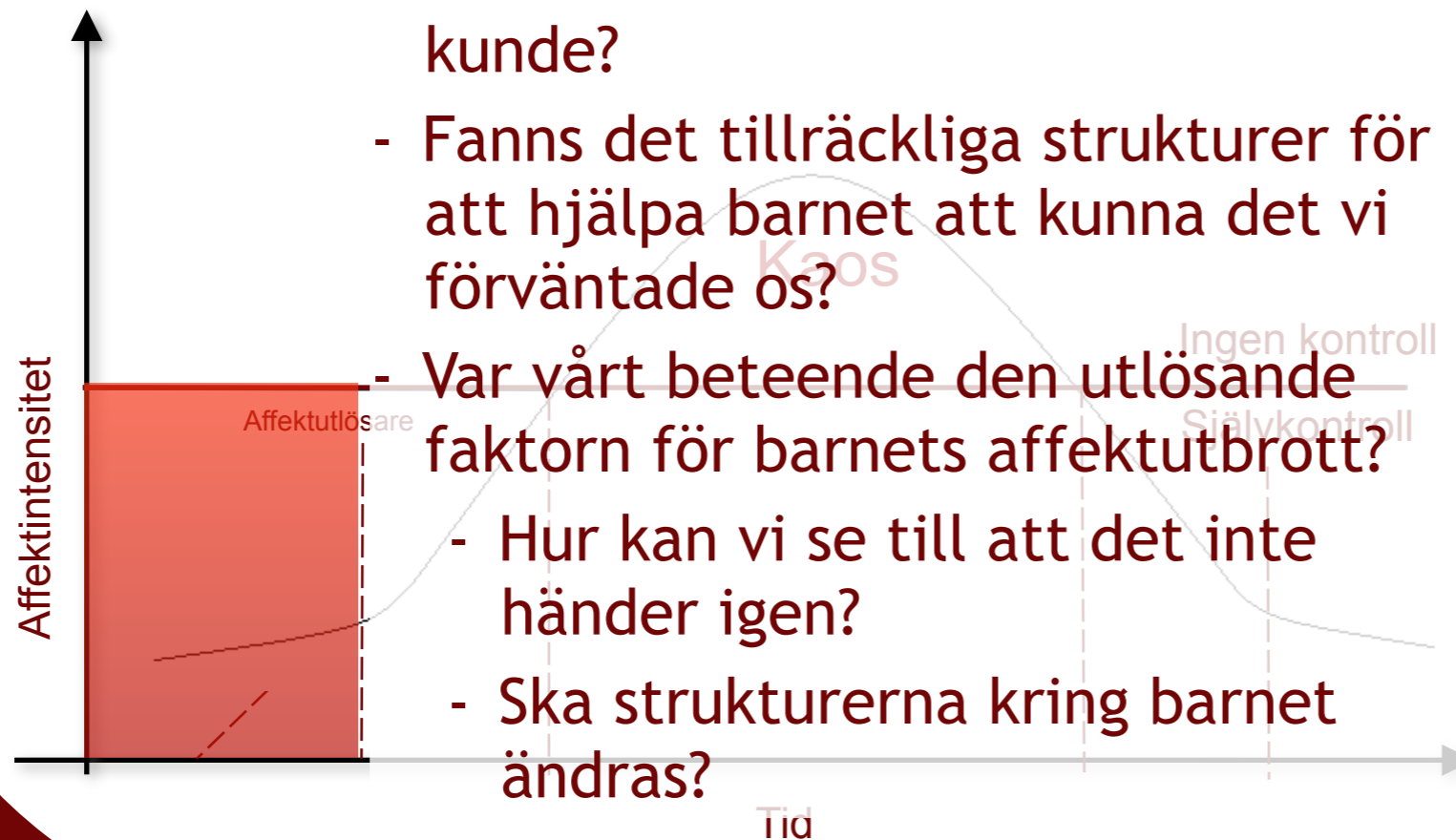
Att förändra så att det inte händer igen

**När något inte
funkar**

**är det något som är
fel**

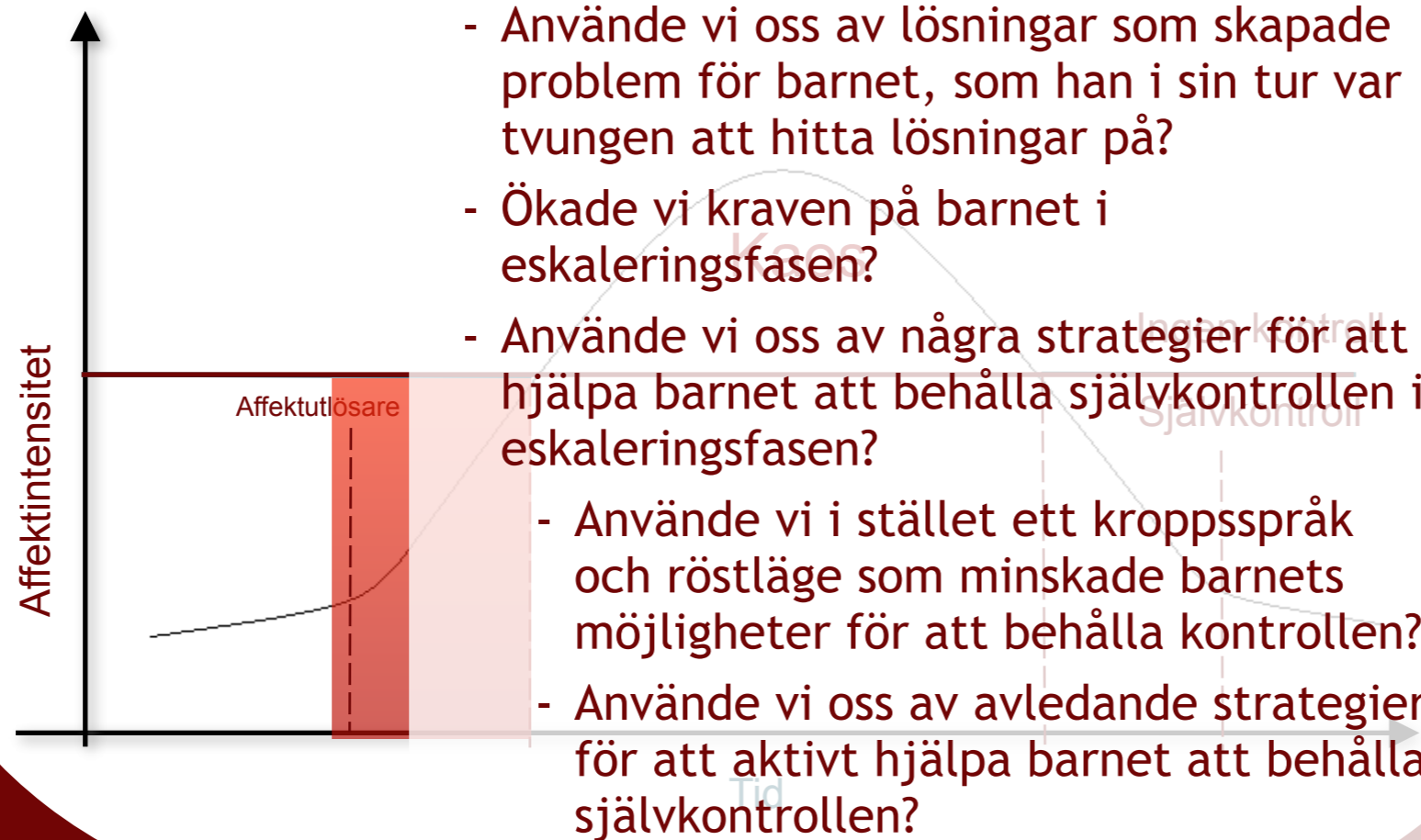
Vardagen - utvärdering

- Vad hände innan situationen uppstod?
- Vad förväntade vi oss att barnet kunde?
- Fanns det tillräckliga strukturer för att hjälpa barnet att kunna det vi förväntade oss?
- Var vårt beteende den utlösande faktorn för barnets affektutbrott?
 - Hur kan vi se till att det inte händer igen?
 - Ska strukturerna kring barnet ändras?

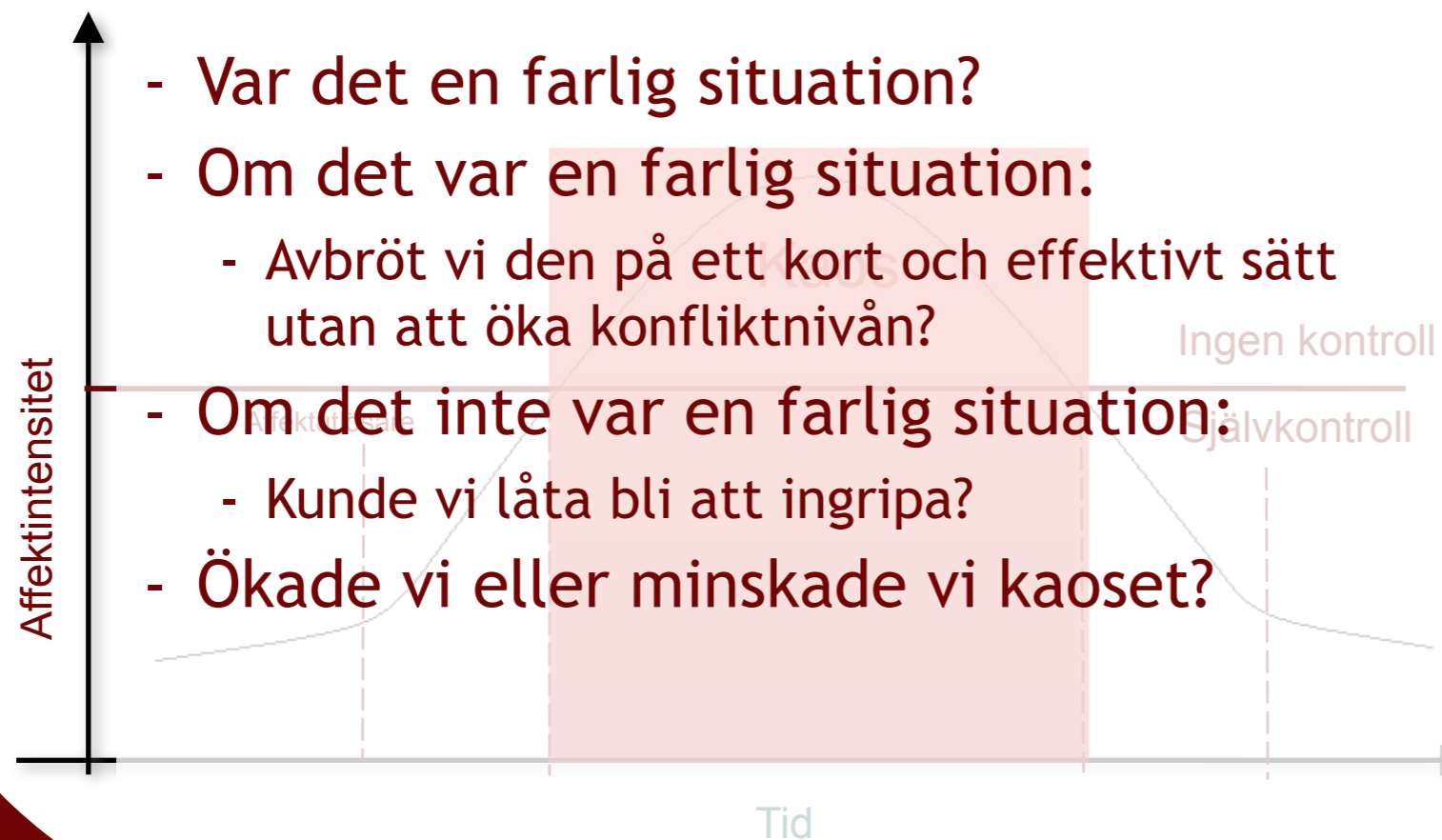


Uppträppningsfasen - utvärdering

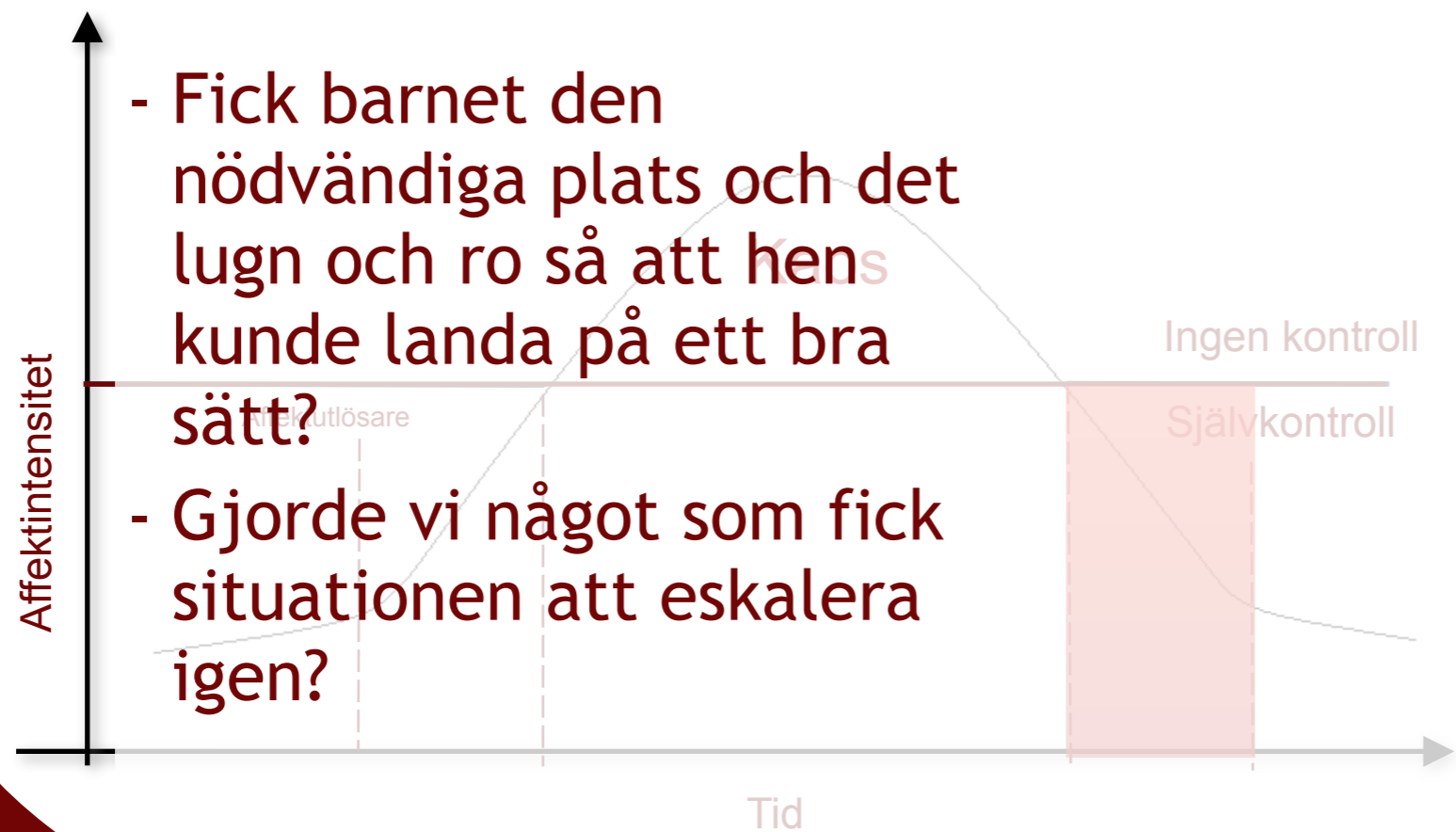
- Vilka lösningar försökte barnet sig på?
- Var barnets strategier okej?
- Fick barnet möjlighet att samla sig och behålla kontrollen?
- Använde vi oss av lösningar som skapade problem för barnet, som han i sin tur var tvungen att hitta lösningar på?
- Ökade vi kraven på barnet i eskaleringsfasen?
- Använde vi oss av några strategier för att hjälpa barnet att behålla självkontrollen i eskaleringsfasen?
 - Använde vi i stället ett kroppsspråk och röstläge som minskade barnets möjligheter för att behålla kontrollen?
 - Använde vi oss av avledande strategier för att aktivt hjälpa barnet att behålla självkontrollen?



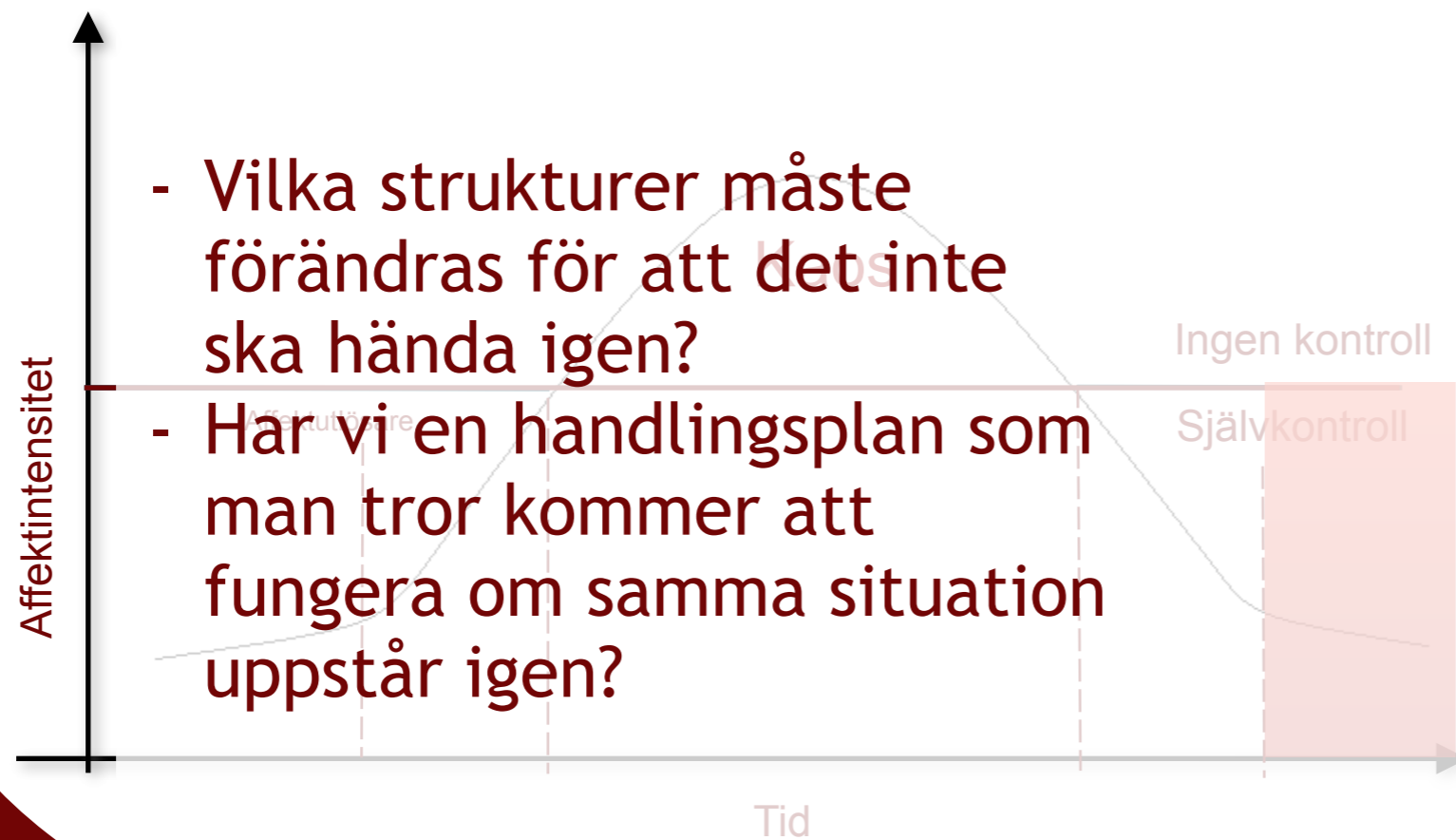
Kaosfasen - utvärdering



Nedtrappningsfasen - utvärdering



Vardag igen - utvärdering

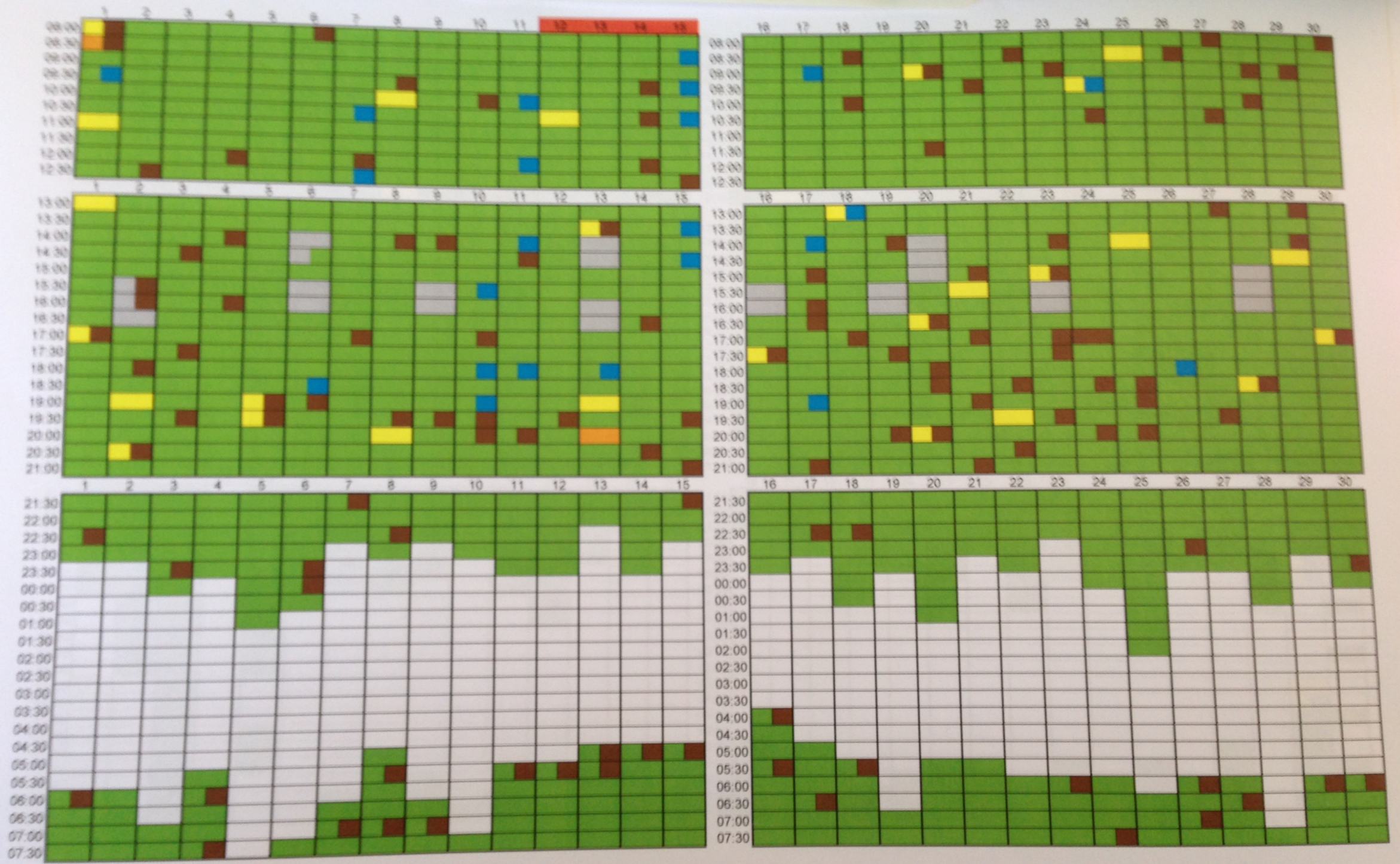


Registreringsschema

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | | | | |
|---|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Markera med färger | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



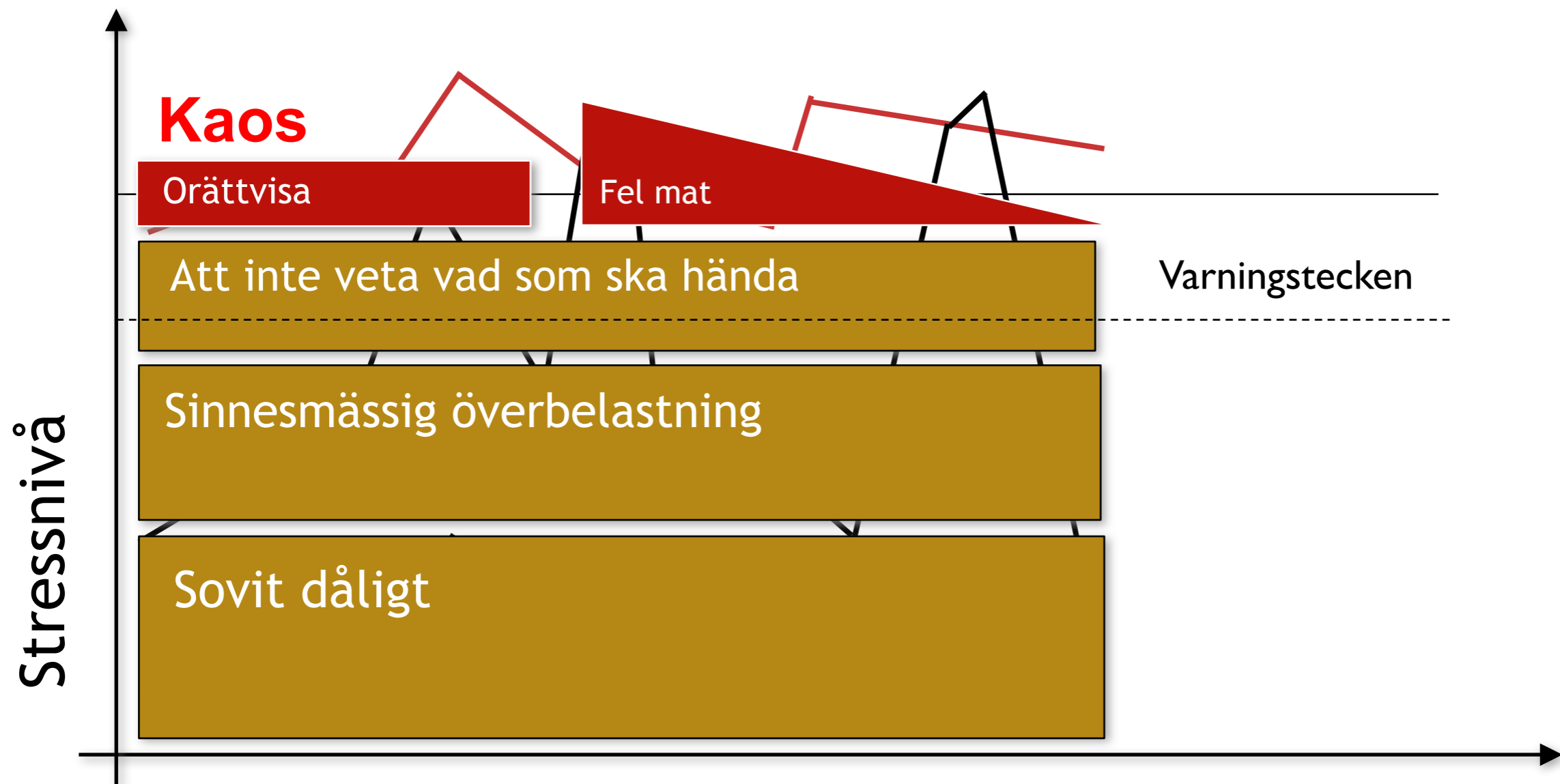
2013 Maj



APRIL 2014

Stresskartläggning

Uhrskov & Hejlskov Elvén 2007



Att jobba med stressmodellen

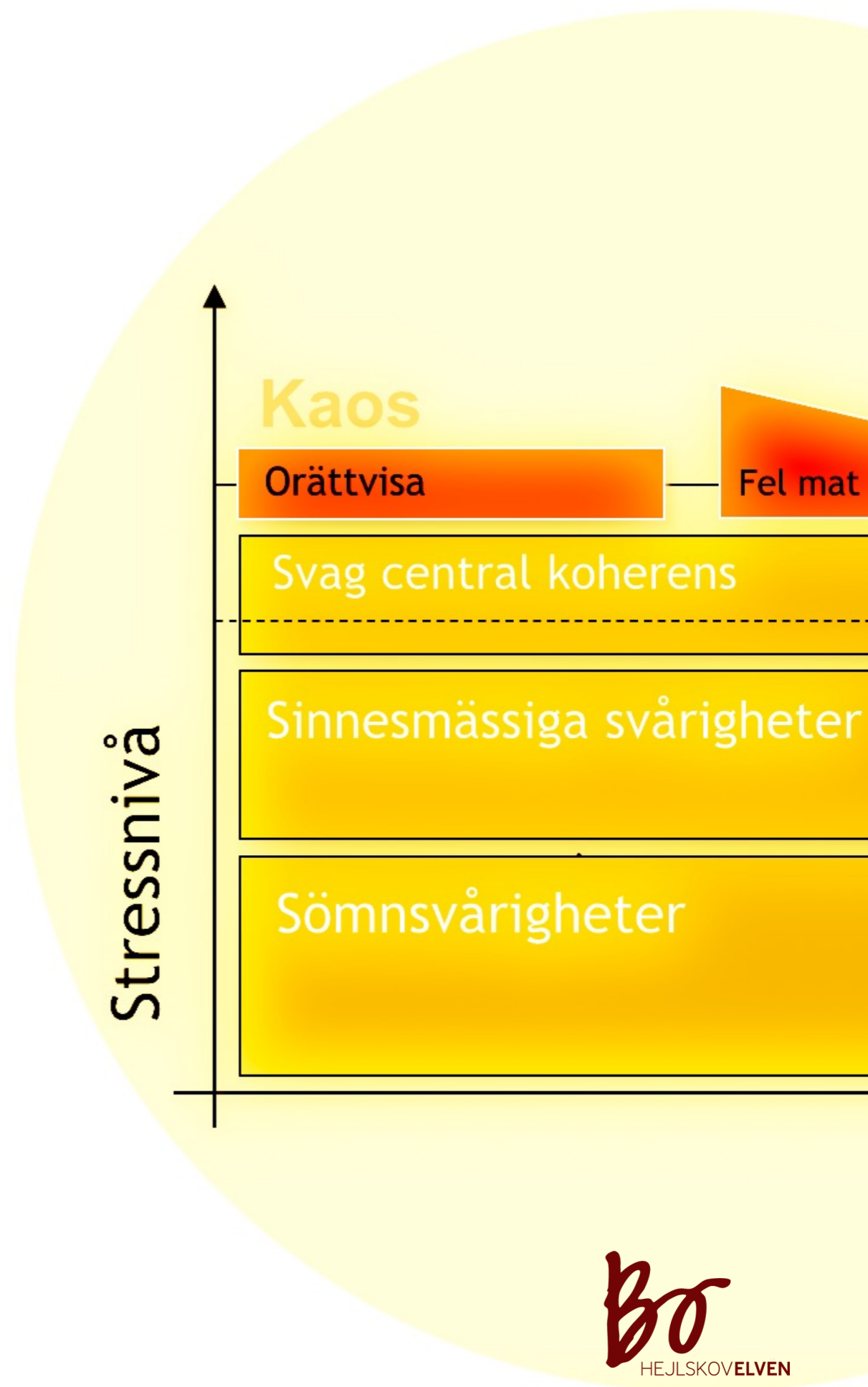
Kartlägga

- Grundläggande belastningsfaktorer
- Varningstecken
- Kaostecken

Navigera efter varningstecknen

Kvalificera belastningsfaktorerna

- Vilka kan vi ta bort?
- Vilka vill vi ta bort?















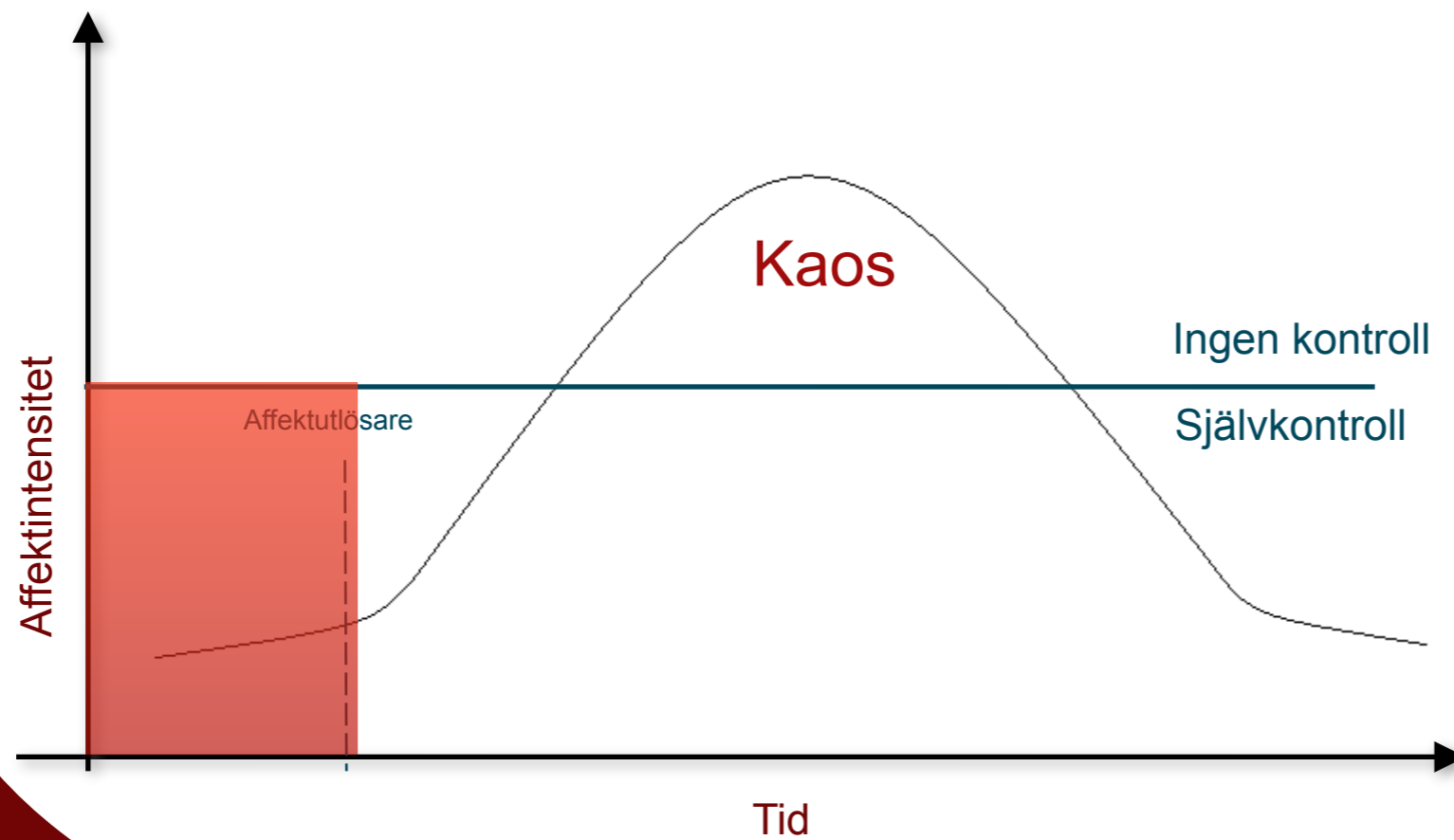
Metod

Att hantera svåra situationer utan att eskalera dem

Att utvärdera varför det blev svårt

Att förändra så att det inte händer igen

Metod: Vardagen



Krav

Vårt vanligaste verktyg är
kravet

Vi måste dock ställa krav

- Vi måste kompensera för barnens bristande förmåga att veta vad som är bra för dem



Ansvar för kravställningen

Vi måste säkra oss att våra förväntningar ligger inom det barnet kan just nu

- Barn som kan uppföra sig gör det

Och vi kan inte förvänta oss att barnet alltid säger ja



Kravanpassning

Ett nej är en lösning

Alla har rätt att säga nej!

Uppgiften är att ställa
kravet på ett sätt som
innebär att barnet säger ja

- Begripliga strukturer
 - Fysiska







Kravanpassning

Alla har rätt att säga nej!
Uppgiften är att ställa
kravet på ett sätt som
innebär att barnet säger ja

- Begripliga strukturer
 - Fysiska
 - Regler
 - Tidsmässiga
 - Tidsmässiga strukturer
kompenserar för att vissa inte
har koll på framtiden



Kravanpassning

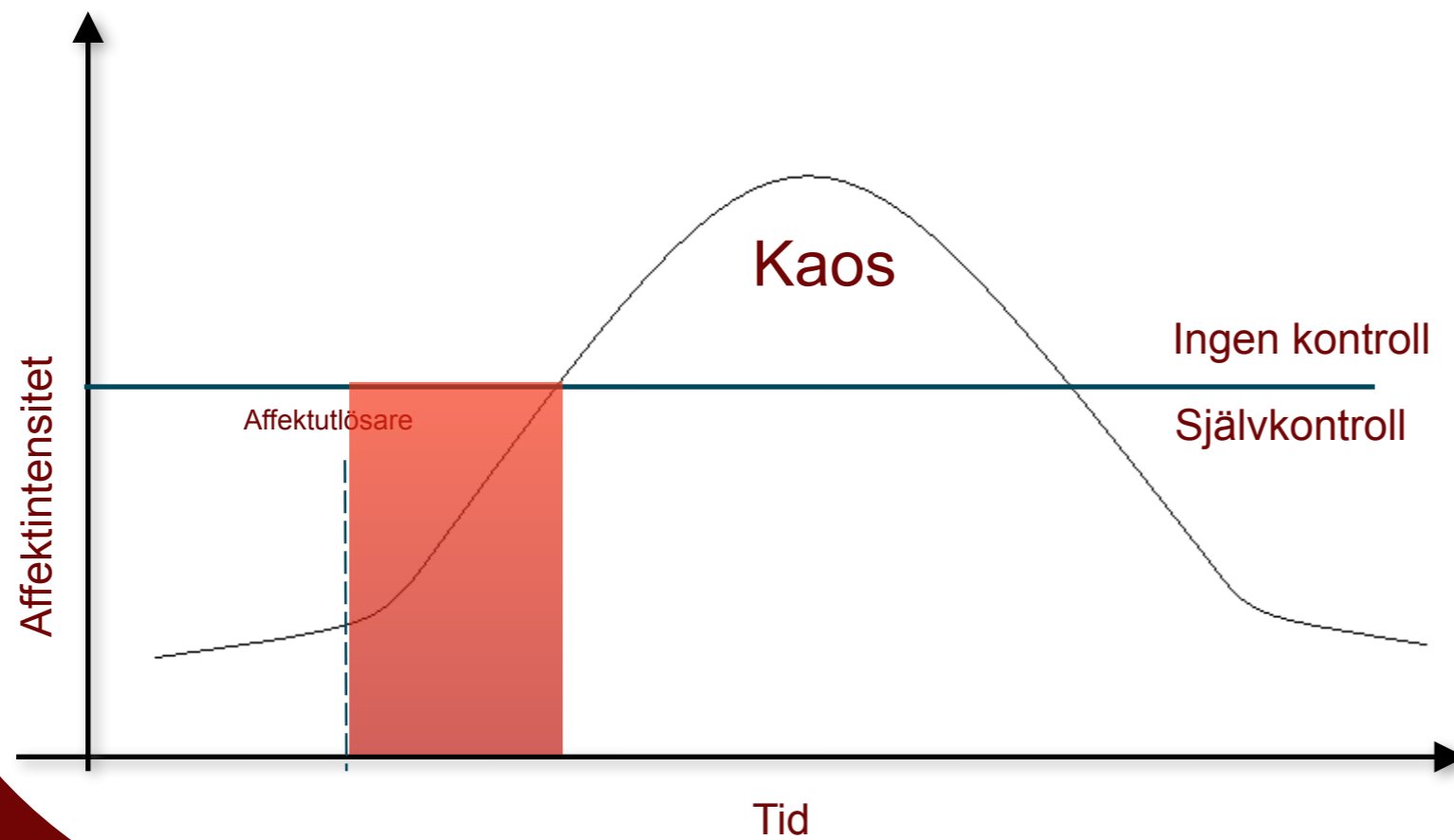
Och resten är medståndet

- Delaktighet
- Att bli bemött utifrån sina förutsättningar
 - Människor som kan uppföra sig, gör det
- Begriplighetsstöd
 - Validering
 - Promtar
 - Färdigt
 - Vänta ut
 - Skapa överblick
 - Skapa val
 - Snooza



**Människor gör
det mest
begripliga
i varje situation**

Metod: Upptrappningen



Avledning

Avleda konkret

- Prata om barnets intressen
- Frågor
- Se där!

Avleda med affekt

- Humor
- Personalbyte
- Trygg och välkänd aktivitet

Avleda med perception



Handlingsplanen

Handlingsplanen har fem punkter

1. Skapa utrymme för personens egna strategier
2. Använd en *konkret* avledning som har fungerat tidigare
3. Använd en *affektiv* avledning som fungerat tidigare
4. Använd en *konkret* eller en *affektiv* avledning som fungerat tidigare
5. Avbryt, antingen genom att alla lämnar eller genom rörelse



Inte tvinga Inte överge

Petra Björne

Lågaffektivt bemötande

- metod för hantering av beteendeproblem

www.hejlskov.se

Bo Hejlskov Elvén
Leg. psykolog



Bo
HEJLSKOV ELVÉN