





Barn gör rätt om de kan

Introduktionsmaterial



Bakgrund



Barn gör rätt om de kan var en kompetenssatsning 2015-2020 i Ystads kommun för samtliga pedagoger i grundskola, fritidshem samt grundskolor.

Syftet var ökad kompetens och kunskap kring problemskapande beteende där psykologerna Ross W. Greenes och Bo Hejlskov Elvéns arbetssätt och synsätt ligger som grund.

Detta material är tänkt som en introduktion till förhållningssättet.





En utgångspunkt för Ross W. Greene är

Kids do well if they can

Samma grund uttrycks av Bo Hejlskov Elvén

Människor som kan uppföra sig gör det





Ross W. Greene

CPS

Collaborate & Proactive
Solutions

CPS (samarbetsbaserade och proaktiva lösningar) är utvecklat av psykologen Ross W. Greene.

Problemskapande beteende beror på att barnet/eleven saknar förmågor för att hantera situationen annorlunda. Därför fokuserar vi i metoden på att förstå och lösa de problem som orsakar beteendet.

För att lösa problemen används en samtalsmodell som kallas *plan B* där den vuxne och barnet/eleven samarbetar för att hitta en lösning och som förebygger att barnet/eleven hamnar i svårigheter igen.



Bo Hejlskov Elvén
Lågaffektivt bemötande

Lågaffektivt bemötande är utvecklat av psykologen Bo Hejlskov Elvén.

Syftet är att skapa en miljö präglad av lugn och positiva förväntningar på de barn/elever vi arbetar med för att minska stress och problemskapande beteende.

Bo Hejlskov Elvén delar upp arbetet med problemskapande beteende i tre delar:

1. Verktyg för hantering av svåra situationer utan att trappa upp konflikter
2. Verktyg för utvärdering av varför det blev fel
3. Verktyg för förändring så att det inte händer igen

Film: Barn som kan uppföra sig gör det...



Klicka på länken nedan för att se filmen (6.50 min):

<https://www.youtube.com/watch?v=cBHp8gll6h8&fbclid=IwAR2o2KEDFdzNwRMcbqQLFvQ9uBT-tIT-kCi5qyXtLBO5-Q8LAqb5zIMi2V8>

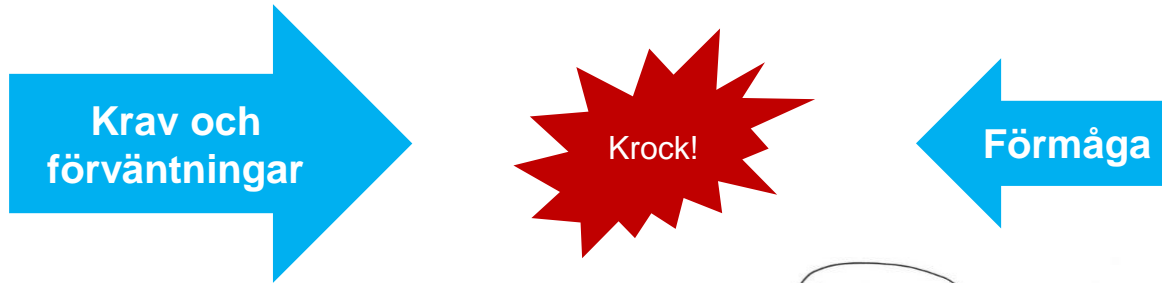
I filmen berättar Bo Hejlskov Elvén att det är effektivt att utgå från tanken att barn/elever som kan uppföra sig gör det. Ibland har vi för höga förväntningar på barns/elevers förmåga att till exempel:

- Förstå orsak och verkan
- Vara flexibla
- Stanna kvar, vänta
- Hålla tillbaka impulser
- Förstå andra människors avsikter
- Förstå vad du säger
- Hålla två tankar i huvudet samtidigt
- Förutsäga konsekvenser



Om ett barn eller en elev uppvisar problemskapande beteende är kraven och förväntningarna troligtvis för höga eller otydliga.

Barnet/eleven har inte de nödvändiga förmågorna att kunna leva upp till de krav som ställs.



Tre sätt att hantera uppfyllda förväntningar

Plan A - den vuxne försöker driva igenom sina förväntningar utan att ta hänsyn till barnets/elevens perspektiv.

Plan B - den vuxne tar reda på vad som är barnets/elevens angelägenhet i situationen. I plan B samarbetar den vuxne och barnet/eleven för att hitta en lösning på problemet som tar hänsyn till bådas perspektiv. Plan B används bäst förebyggande. *Det är med plan B Ross W. Greene menar att vi har störst möjlighet att lyckas.*

Plan C - den vuxne släpper helt och hållet sin förväntan på vad barnet/eleven ska göra (åtminstone tillfälligt).

Ross W. Greene



Film: Solve Problems Collaboratively and Proactively



I filmen visar Ross W. Greene delarna i ett plan B-samtal:

1. Empati
2. Definition
3. Invitation

Klicka på länken nedan för att se filmen (engelska, 6.29 min):

<https://www.livesinthebalance.org/step-three-third-video>



Plan B - exempel

1. Empatisteg

- Fråga: *Du, jag märkte att det hände något på rasten när ni spelade fotboll. Kan du berätta mer om det?*
- Låt barnet/eleven berätta i egen takt och med egna ord. Fråga barnet/eleven om vad hen tänker i situationen. Visa att du lyssnar.

2. Definitionssteg

- Beskriv problemet från bådars perspektiv.
- Barnets/elevens: *"Så det blir jobbigt för dig för att... Stämmer det?"*
- Pedagogens/omgivningens: *"Det som blir tokigt utifrån skolans regler är att..."*

I plan B samarbetar den vuxne och barnet/eleven för att hitta en gemensam lösning på problemet.

3. Invitationssteg

- Utväxla idéer om lösningar som båda parter kan göra och som tar hänsyn till vad som är angeläget för båda. Välj en lösning som ni provar.
- Följ upp - Uppmärksamma barnets/elevens framsteg - Leta nya lösningar vid behov.

Film: Om affektsmitta



En bärande princip i lågaffektivt bemötande är att affekter (känslor) smittar.

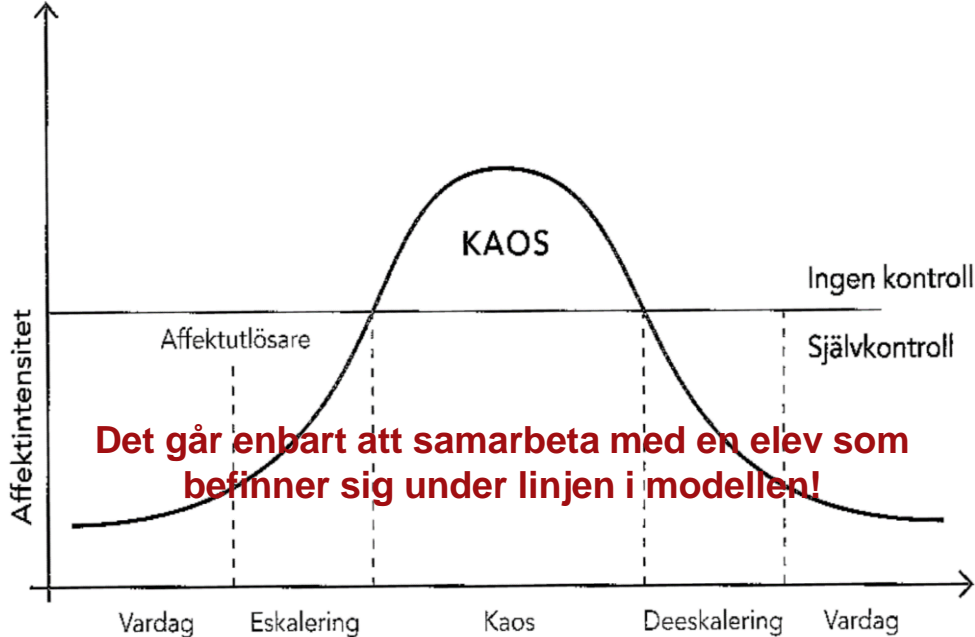
I filmen berättar Bo Hejlskov Elvén om affektsmitta. Till exempel sprider vi lugn genom att själva vara lugna.

Klicka på länken nedan för att se filmen (7.11 min):

<https://www.youtube.com/watch?v=I5J5NQJ1Olo&t=236s>



Affektutbrottsmodellen



Bo Hejlskov Elvén beskriver en modell som kallas för affektutbrottsmodellen. Den hjälper oss att förstå problemskapande beteende.

Kurvan i modellen illustrerar hur affektutvecklingen kan se ut i en konflikt- eller kaossituation. Det vågräta strecket i mitten visar hur mycket affekt en person tål innan självkontrollen förloras.

Lågaffektivt bemötande ger oss verktyg att bemöta barnet/eleven på ett sätt som gör att hen inte hamnar i kaos.

Lågaffektivt bemötande

Hantering av svåra situationer utan att trappa upp konflikten

- Om du hamnar i en svår situation som eskalerar är det viktigt att själv behålla lugnet.
- Prata lugnt med barnet/eleven eller var tyst.
- Kräv aldrig ögonkontakt, det kan trappa upp en konflikt.
- Sätt dig ner eller luta dig mot en vägg om barnet/eleven är orolig. Ditt lugn smittar.
- Ta ett steg tillbaka i potentiella konfliktsituationer. När du känner att du vill ta ett steg mot barnet/eleven för att skapa kontroll i situationen, ta två steg tillbaka.
- Stå eller sitt inte mitt emot barnet/eleven. Stå eller sitt hellre snett emot eller bredvid.

Kom ihåg - vi påverkas av varandras känslor!



Lågaffektivt bemötande

Hantering av svåra situationer utan att trappa upp konflikten

- Vänta ut barnet/eleven, oftast räcker det.
- Avled istället för att konfrontera. Genom att flytta barnets/elevens fokus tar du bort den affektsmitta som uppstår mellan dig och barnet/eleven. Du avleder genom att få barnet/eleven att tänka på något annat.
- Om du känner att du själv går upp i affekt (blir arg, stressad eller orolig) be en kollega att ta över. Detta kan bryta affektsmittan eftersom den finns mellan dig och barnet/eleven, inte mellan kollegan och barnet/eleven.
- Ta inte tag i ett barn eller en elev med spända muskler. Om du måste ta tag i ett barn eller en elev ska du göra det lugnt och följa barnets/elevens rörelser.
- Analysera efteråt vad som hände och varför, tillsammans med kollegor och med barnet/eleven för att kunna förändra så att det inte händer igen.



En lärmiljö som förebygger problemskapande beteende

Skapa lugn i lärandemiljön genom att satsa på:

- **Struktur och förutsägbarhet** t.ex. genom att använda listor eller scheman över vad som kommer att hända, både i undervisningen, på rasterna och i den fria leken.
- **Begripliga regler** som barnen/eleverna gärna följer för att de förstår dem.
- Att själv vara **lugn**.
- Att inte eskalera en konflikt genom att sätta hårt mot hårt, utan att i stället **satsa på samarbete**.
- Se till att barnens/elevernas **arbetsuppgifter** är intressanta, begripliga och meningsfulla.
- Se till att de **fysiska ramarna i lärmiljön** rörande t.ex. utrymme och ljudmiljö är goda.
- Arbeta aktivt på att skapa **god kontakt** med barnen/eleverna. Skoja gärna, trösta när det behövs och se till att känna till en del om barnets/elevens hela liv, som syskon, fritidsintressen och liknande.



Bygg en tillitsfull relation!

Om du vill hjälpa ett barn eller en elev kommer du att behöva en tillitsfull relation som underlättar dina försök att lyckas.

- Visa intresse för barnet/eleven
- Delta i lek/aktivitet
- Visa att du förstår att det kan bli svårt för barnet/eleven ibland
- Be om ursäkt när det blir tokigt
- Var tydlig med förväntningar
- Var tydlig i din kommunikation
- Var rättvis och håll det du lovar

There are many terrible things in this world, but the worst is when a child is afraid of his father, mother, or teacher. He fears them, instead of loving and trusting them. If a child trusts you with his secret, be grateful. For his confidence is the highest prize.

Janusz Korczak

Ur: Aspleflo, U. & Almsenius, E. (2019).
I relation till lärande

Här hittar du mer information

FÖR MER INFORMATION KRING CPS:

- *Vilse i skolan* (2011), Ross W. Greene
- *Explosiva barn* (2014), Ross W. Greene
- *Hitta rätt* (2017), Ross W. Greene
- *Att växa tillsammans, du och ditt barn genom livet* (2017), Ross W. Greene
- Hemsida Ross W. Greene:
<http://www.livesinthebalance.org/>

FÖR MER INFORMATION KRING LÅGAFFEKTIVT BEMÖTANDE:

- *Beteendeproblem i skolan* (2014), Bo Hejlskov Elvén
- *Beteendeproblem i förskolan* (2017), Bo Hejlskov Elvén & David Edfelt
- *HANTERA UTVÄRDERA FÖRÄNDROR, med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik* (2018), Bo Hejlskov Elvén & Anna Sjölund
- Hemsida Bo Hejlskov Elvén: <http://www.hejlskov.se/>
- Hemsida Stefan Boström:
<http://www.psykologiskt.net/blogg>



