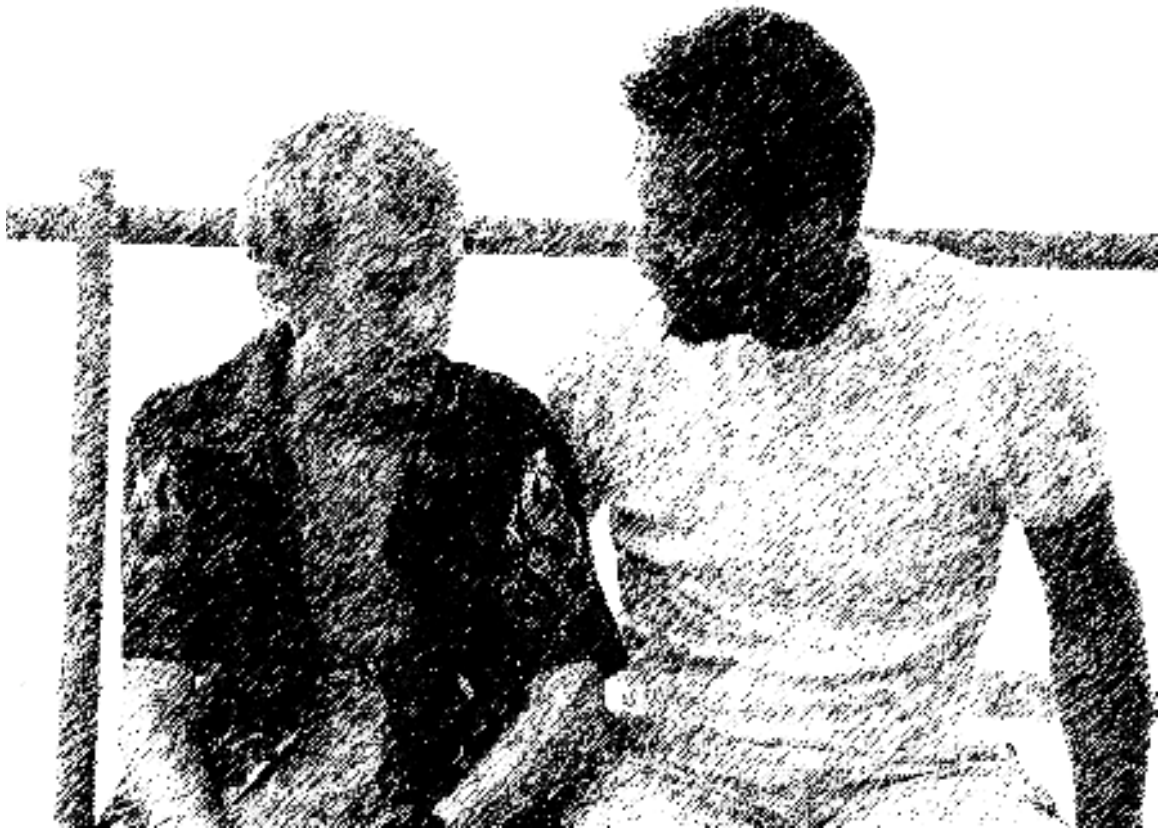


# Hantering av problemskapande beteende

Av leg. psykolog Bo Hejlskov Jørgensen, Hanne Veje och Hanne Stolt,  
PsykologCompagniet, Köpenhamn.



Denna text ger en inblick i hur man kan förstå och hantera problemskapande beteende hos barn med funktionsnedsättningar som till exempel ADHD, autism, Aspergers syndrom, nonverbal learning disorder (NLD), Tourettes syndrom och liknande tillstånd, samt utvecklingsstörning.

## Vad är problemskapande beteende?

Barn i grundskolan kan uppföra sig på många olika sätt, men generellt sett uppvisar de flesta barn ett beteende som vi vuxna kan förstå och hantera.

I sällsynta fall kan ett barns beteende ligga utanför vår omedelbara förståelseram, vilket kan göra det svårare för oss att hantera och/eller acceptera beteendet. En del av detta beteende kallas problemskapande beteende.

Barn med psykiska funktionsnedsättningar tänker och känner i många situationer mycket annorlunda än barn utan den typen av svårigheter och kan därför reagera på sätt som omgivningen inte är van vid. När vår förståelse inte räcker till i en given situation, kan våra handlingsmöjligheter vara begränsade. Det är helt förståeligt att man som lärare eller pedagog kan bli frustrerad eller känna sig maktlös om ett barn till exempel:

- skriker högt och länge
- ofta hamnar i konflikter/slagsmål
- spottar på andra
- biter andra
- förföljer andra
- sätter sig under bordet under lektionen
- ständigt vägrar att följa anvisningar
- är väldigt orolig under lektionen
- lämnar klassrummet utan anledning
- förstör saker
- använder våldsamma och/eller vulgära uttryck

Det kan även vara skrämmande för personalen om ett barn till exempel:

- sticker från skolan
- slår sig själv i huvudet
- biter sig själv i handen
- kommer med våldsamma hot
- slår de vuxna
- skär sig själv
- bankar huvudet hårt i golvet

Problemskapande beteende kan delas upp i två kategorier; farligt och ofarligt beteende. Det farliga beteendet skall begränsas direkt, så man förhindrar att ett barn skadar sig själv eller andra, medan man inte behöver handla direkt på det ofarliga beteendet. I båda fallen skall man arbeta med den bakomliggande orsaken till beteendet.

Man kan skilja mellan farligt och ofarligt problemskapande beteende genom att se på huruvida beteendet orsakar farliga eller skadliga konsekvenser för barnet själv eller för andra i dess omgivning. Om ett barn till exempel sticker från skolan, och skolan ligger långt ute på landet där barnet klarar att ta sig fram bra på egen hand, kan man inte kategorisera barnets beteende som farligt problemskapande. Om ett barn däremot sticker från en skola mitt i en stad, och barnet inte är kapabelt att färdas säkert på egen hand, kan man kategorisera beteendet som farlig problemskapande. Ett annat exempel är om ett barn i frustration slår sig själv i huvudet. Även om omgivningen blir alarmerad av denna typ av beteende, handlar det om ofarligt beteende som det inte är lönt att försöka begränsa direkt i situationen. Om det är mycket våldsamt kan man givetvis gripa in, men man bör tänka på att man vid ett ingrepp betydligt förvärrar barnets upplevelse av kaos.

Ofarligt problemskapande beteende kräver inget omedelbart ingripande. Det hanteras bättre genom rogivande pedagogiska metoder och att man arbetar med att finna beteendets orsak, så man kan förebygga att det uppstår igen. Att handla direkt på beteendet verkar ofta negativt, då man som lärare eller pedagog i sådana situationer lätt handlar på sina känslor och inte använder sina pedagogiska verktyg.

Problemskapande beteende kan vara väldigt provocerande, eftersom en del beteenden utmanar de vuxnas auktoritet. Det medför känslor av otillräcklighet och utbrändhet hos den pedagogiska personalen, om man inte har ramar och redskap att hantera utmaningarna. Det är förståeligt att man kan komma att reagera på sina egna känslor, inte minst eftersom man som vuxen ofta tänker: "Hur skulle det vara för mig, om jag gjorde så?" Detta gäller särskilt vid självskadebeteende. Man skall dock komma ihåg att många barn med psykiska funktionsnedsättningar har en annorlunda smärttröskel, så vi kan inte veta huruvida det gör ont på det sätt som vi föreställer oss. Det finns också beskrivningar av att självskadebeteendet ökar om man försöker stoppa det, men minskar om man inte griper in utan istället arbetar med orsakerna till beteendet.

## **Vad utlöser det problemskapande beteendet?**

Allt problemskapande beteende har en orsak. Erfarenhet visar på att de vanligaste orsakerna till problemskapande beteende är att det ställs för höga krav på barnens omställningsförmåga, följsamhet, sociala förmågor, kommunikativa förmågor m.m..

När barn med psykiska funktionsnedsättningar har svårt att anpassa sig till krav och förväntningar under skoldagen, beror det inte på avsaknad av vilja utan på nedsatta förutsättningar.

De barn som denna text handlar om, uppvisar olika grad av empatistörning och

inflexibilitet. Dessa två kärnområden kommer att medföra de största utmaningarna i det pedagogiska arbetet kring barnet.

Empatistörning innebär svårigheter med att föreställa sig vad andra tänker och känner. När man har svårt med det, har man svårt att förstå varför andra gör som de gör och svårt att räkna ut vad andra vill. Människor med empatistörningar har också svårt att föreställa sig hur något blir, och kan vara mycket otrygga i nya eller okända situationer.

Inflexibilitet handlar om stora svårigheter med att ställa om sig, vilket medför att man har svårt för att skifta mellan aktiviteter/miljöer m.m.. Det betyder inte att man inte alls kan ställa om sig, men att man oftast har behov av något längre tid och förberedelse till att göra sig redo för förändringar.

Om man är inflexibel kan andras krav på förändringar ibland komma på tvärs med ens egen uppfattning av vad man skall ta sig för här näst, och man kommer därför omedelbart att reagera med motstånd. På grund av inflexibiliteten och svårigheten med föreställningsförmågan skapar det, att företa sig något som man inte är redo för, en väldig ångest, och därför är det lättast att protestera och/eller att vägra att göra det som beds om/förväntas.

Inflexibilitet kan också upplevas i form av att ett barn håller fast vid sitt perspektiv i en diskussion, även när det är tydligt för alla att barnet inte har rätt. Barnet kan inte släppa sitt perspektiv efter som det i situationen skulle vara för ångestskapande.

Andra exempel på inflexibilitet är att hålla fast vid att man vill sitta på en viss plats i skolan, bilen, bussen etc., eller att hålla fast vid att man skall leka med ett visst lekredskap, även om man inte var den förste som valde det. Detta kan skapa många konflikter, både mellan barn och med lärare/pedagoger, och kan vara ytterst svårt att hantera.

Man kan likaså uppleva att barn med psykiska funktionsnedsättningar slår andra barn som hämnd, långt efter den händelse som skall hämnas. Ofta hyser barn med psykiska funktionsnedsättningar inte agg, men kan likaväl hämnas våldsamt. Man bör se det som ett uttryck för att barnet inte upplever att det är balans i tingen, och att barnet försöker att återskapa en balans. Det har således inte något med agg eller hat att göra, utan handlar snarare om inflexibilitet.

Slutligen har barn med psykiska funktionsnedsättningar oftast en lägre stresströskel än genomsnittet och är därmed extra sårbara. Det medför att de kommer att reagera kraftigare än andra på för höga krav i vardagen.

## **Vilken funktion har problemskapande beteende?**

Problemskapande beteende kan i många fall vara en copingstrategi. Att hantera en situation på ett sätt som fungerar för en, kallas coping. Om ett barn känner sig pressat, kan barnet kanske ta sig för att spotta, skrika eller slå för att på detta sätt skapa plats omkring sig. Ofta är slag i en sådan situation av väderkvarnstypen och inte överlagda/planlagda eller målinriktade slag. Man bör därför inte se reaktionen som viljestyrd, utan som tecken på ren och skär vanmakt och frustration från barnets sida.

I alvarligare fall ses självskadande beteende, till exempel i form av att ett barn slår sig själv när det är för många intryck omkring honom eller henne. På det viset inskränker barnet sitt fokus och kan hålla ångesten nere. Ofta har att skära sig själv i armarna eller att banka huvudet i golvet samma funktion. Det är inte någon bra copingstrategi, men är ofta den enda som barnet har. Om barnet hindras från att använda sin copingstrategi, antingen fysiskt eller genom att det förbjuds, finns det risk för alvarligare självskadande beteende, och det finns risk för att barnet utvecklar alvarliga psykiska besvär; ångest, depressioner och självmordstankar.

## **Pedagogiska överväganden och handlingsmöjligheter**

Utgångspunkten i arbetet med barn med psykiska funktionsnedsättningar är bra formulerat av Ross W. Greene i boken Explosiva barn:

*"Barn som kan uppföra sig gör det."*

Det innebär att problemskapande beteende har sin rot i att barnet inte har andra handlingsmöjligheter i situationen. Det är möjligt att man som den vuxne kan se en mängd andra och mer ändamålsenliga handlingsmöjligheter, men det kan inte barnet.

Orsaken till detta kan till exempel vara:

- Bristande överblick över situationen.
- Ångest, eventuellt framkallat av krav på flexibilitet.
- Bristande förmåga till att hitta en annan strategi i situationen.
- Att barnet blir överväldigat av känslor och/eller sinnesintryck.

Om barn som kan uppföra sig gör det, kan man inte förhålla sig till problemskapande beteende som något som kan fostras bort. Fostran i traditionell mening fungerar oftast effektivt i normalområdet, men kan vara direkt negativt i arbetet med barn med utvecklingsstörningar. Man blir därför tvungen att leta efter orsaken till beteendet i den situation där det kommer till uttryck:

- Vad var det barnet inte klarade av?
- Hur kan vi undgå att barnet än en gång kommer i den situationen?
- Vilka förutsättningar kan vi hjälpa barnet att utveckla?

Som utgångspunkt bör man inte se beteendet som barnets problem, utan som ett resultat av en situation som barnet saknade förutsättningar att hantera. På det viset kan man undvika att förvärra det problemskapande beteendet och på sikt lära sig att förebygga det. För att kunna det är det nödvändigt att förstå vad det är som orsakar beteendet.

Genom att tänka på detta sätt kan man få en grundläggande och djupare förståelse för barnets styrkor och svagheter och samtidigt få några pedagogiska redskap att använda i arbetet med barnet.

## **Minska känslointensiteten**

Problemskapande beteende är i de flesta fall ett direkt resultat av en känslomässig reaktion, antingen ångest, vrede, förvirring eller glädje. Den sista kan verka märklig, men det är ganska vanligt att barn med psykiska funktionsnedsättningar slår andre när de är glada. Detta är inte på grund av känslan i sig själv, utan på grund av intensiteten i den. Således kan vilken känsla som helst vara orsak till problemskapande beteende, bara känslan är stark nog.

Utgångspunkten i hanteringen av problemskapande beteende är därför att minska känslointensiteten i situationen.

Barn med psykiska funktionsnedsättningar har samma känslor som alla andra, men har ofta svårigheter med att förstå varifrån känslan kommer. Andra barn utvecklar, redan innan de börjar i skolan, en god förståelse för att när man blir glad av att vara tillsammans med glada människor eller ledsen av att vara tillsammans med människor som är ledsna, är det för att känslor smittar. Barn utan psykiska funktionsnedsättningar kan lätt skilja mellan andras och egna känslor. Barn med psykiska funktionsnedsättningar har ofta svårigheter med att värdera var en känsla kommer från och reagerar därför på andras känslor som om det vore deras egna. Det betyder att om en vuxen är arg på ett barn, upplever barnet vreden som sin egen och kan därför skälla tillbaka. Likaledes kommer en vuxens frustration att upplevas som barnets egen, och en vuxens glädje kommer att upplevas som barnets egen, utan att barnet kan förklara varför känslan uppstått. Känslor kan därför upplevas som oförutsägbara och rent kaotiska för barn med psykiska funktionsnedsättningar.

Om en vuxen ställer krav på ett barn, som barnet inte kan leva upp till, upplever barnet frustration. Om denna frustration blir stor nog, kommer den utlösa

problemskapande beteende, till exempel skällsord, slag, att bita sig själv etc.. Om den vuxne i den situationen fasthåller kravet, ökas frustrationen. Om den vuxne dessutom ökar känslointensiteten genom att tillföra vrede i situationen, genom att till exempel höja stämman, upprepa kravet eller skälla, blir barnet smittat av vreden och barnets upplevelse av kaos kommer att stiga och beteendet förvärras.

Den bästa, styrande, principen för att minska problemskapande beteende är därför:

*Håll känslointensiteten låg.*

Med denna princip som ledstjärna, får man som lärare eller pedagog en mycket bättre vardag, och barnen ett mycket bättre beteende.

I praktiken kan denna princip användas som följer:

- Gå två steg baklänges varje gång du får lust att ta ett steg framåt för att skapa kontroll i en situation (fysisk närhet ökar känslointensiteten).
- Ta inte tag i ett barn när barnet är frustrerat.
- Skäll inte ut, ge hellre lugna, framåtriktade anvisningar gällande hur barnet skall göra.
- Var inte dominerande med hjälp av kroppsspråk.
- Sätt dig ned (på en stol eller på golvet), när du upplever att barnet är frustrerat (så du kan smitta barnet med ditt lugn).
- Låt barnet få möjlighet att dra sig undan när han eller hon är frustrerad (erbjud detta som en möjlighet och inte formulerat som ett krav eller en "utvisning").
- Tala lugnt och dämpat, särskilt när barnet är frustrerat.
- Få bort andra barn om ett barn är i affekt (det kan skapa den ro som är nödvändig).
- Skifta personal om du som lärare eller pedagog upplever att du påverkar situationen negativt på grund av dina egna känslor (det kan vara svårt att inte låta sig påverkas av barnets frustration).
- Vid alvarliga situationer med självskadande beteende bör man skapa största möjliga ro genom att få ut andra ur lokalen, samt själv förhålla sig helt lugn. Om det är mycket våldsamt kan man självklart gripa in, men man bör tänka på att man genom att gripa in ökar barnets upplevelse av kaos betydligt.
- Ge tid och var inställd på att ett nej i en kravsituation oftast betyder: "Ge mig 10 minuter".
- När barnet håller fast vid en idé (om barnet till exempel står fast vid att vilja sitta på ett bestämt ställe i bussen), kan man på ett lugnt sätt försöka att avleda eller ge andra valmöjligheter.

- Kom ihåg att det aldrig är för sent att ge upp. Om du kan se att barnet är under press så innebär att backa från ett krav en bekräftelse av barnet, och inte att du tappar ansiktet.

Om man som lärare eller pedagog håller kvar barnet i krav, som barnet inte kan leva upp till, är risken för fysiska fasthållningar överhängande. Forskning från USA och Norge har visat att mellan 70 och 85 % av alla fysiska fasthållningar i pedagogiskt arbete är direkt framprovocerade av personalen i kravsituationer.

Det är viktigt att man i personalteamet skapar möjlighet för öppen reflektion och att man vågar ge uttryck för egen osäkerhet och/eller frustration. Det är också viktigt att man i samråd tänker ut, provar ut och utvärderar strategier i förhållande till det beteende som orsakar problem.

Om man som lärare eller pedagog upplever sig tvungen att ta till en fysisk intervention, får man enligt lagen inte hålla fast barnet längre tid än det tar att bryta beteendet. En fysisk intervention bör endast fungera som en tydlig avledningsmanöver, och bör därför inte vara längre än max 20 sekunder. Det är mycket bättre för alla parter att den vuxne hittar andra typer av avledningsmanövrar, som till exempel ett enkelt och konkret val, en paus, ett leende, tuggummi, en glass eller något liknande.

Om fysisk makt använts, är det nödvändigt, att man utvärderar episoden tillsammans med kollegor eller ledningen, så att man öppet diskuterar hur fasthållning fortsättningsvis kan undgås. Föräldrarna skall informeras strax efter att en fasthållning har ägt rum, och det är även viktigt att utvärdera händelsen med barnet själv, på en tidpunkt när barnet är i nog balans för att kunna prata igenom det som hänt.

Det är viktigt att man kommer igenom det hela på ett bra sätt med varandra. Barn med funktionsnedsättningar är mycket beroende av att vi som vuxna tar ansvaret för att kommunikationen och samarbetet fungerar. Om man upplever att det är någon som tar hand om en och förstår en, har man automatisk mer energi och känner ökad trygghet. God hantering av barnets beteende ger både barnet och personalen de resurser som är nödvändiga för att ta sig igenom skoldagen på ett bra sätt och ökar allas arbetsglädje.