

Atferdsproblemer: Gjør det som virker

NAFO-seminaret
Storefjell, 24.04.15

Are Karlsen

1

Konklusjon

- Atferdsproblemer skaper store utfordringer for barn, familier, barnehager og skoler.
- I mange tilfeller kan store forbedringer oppnås med relativt liten innsats.
- Det handler om å gjøre det som virker.

Agenda

- To påstander
- Atferdsproblemer
 - Hva er atferdsproblemer og hvilket omfang har det?
 - Kjente og virkningsfulle behandlingstilbud
 - Viktigheten av forebygging og tidlig innsats
 - Hva kjennetegner virkningsfulle intervensjoner?
- Eksempler fra hjem, barnehager og skole
- Hvordan formidle gode råd til personer som ikke er kjent med atferdsanalyse

Skal vi endre barns atferd
må vi starte med å endre det vi selv gjør!



Skal vi redusere utfordrende atferd må vi ha fokus på de positive tingene som barnet gjør!

Are Karlsen - Pedagogikk.no 5



Atferdsproblemer

Are Karlsen - Pedagogikk.no 6

Hva er atferdsproblemer?

Noen kjennetegn:

- Hyppige krangler med voksne
- Hyppige sinneutbrudd
- Setter seg opp mot eller nekter å følge beskjeder fra voksne
- Forstyrrer andre med vilje
- Bryter regler, og kan ikke innrette seg etter jevnaldrende
- Er aggressiv mot andre, fiendtlige og hevngjerrige
- Klandrer andre for sine feil
- Lyver og stjeler
- Manglende sosiale ferdigheter

For eldre barn og ungdommer kan det vise seg på andre måter, som for eksempel gjennom ulike former for kriminell atferd og rusbruk.

Omfang

- Alle barn er i opposisjon av og til, uten at det er snakk om alvorlige atferdsproblemer.
- Atferdsproblemer er den vanligste psykiske lidelsen blant barn og unge i Norge.
- Cirka fem prosent av barne- og ungdomsbefolkningen utvikler atferdsproblemer.
- Det er tre ganger flere gutter enn jenter (3:1) som utvikler atferdsproblemer.

Eksempler på kjente og virkningsfulle behandlingsopplegg

PMTO

- Foreldreveiledningprogram
- PMTO-terapi og TIBIR-rådgivning

Webster-Stratton (De Utrolige Årene)

- Flere ulike programmer, rettet mot barn, foreldre og barnehage/skole

Felles

- Atferdsteoretisk forankring
- Fokus på å bygge positive foreldreferdigheter

Forebygging og tidlig innsats

- I hjem, barnehager og skoler bør en i størst mulig grad forebygge utviklingen av atferdsproblemer.
 - Miljøer preget av hyggelig samhandling og positive tilbakemeldinger
 - Mild og konsekvent håndtering av uønsket atferd
- Når atferdsproblemer forekommer bør en umiddelbart gjøre en innsats
 - Jo tidligere en håndterer en utfordring jo større sannsynlighet er det for å lykkes

Hva kjennetegner virkningsfulle intervensjoner?

- Individuell tilpasning
- Involvering av nærpersoner
- Tidlig innsats
- Intensitet
- Innslag av atferdsteori/kognitiv atferdsteori
- Hyppige evalueringer og korrigeringer
- Tilpassede arenaer
- Utføres i miljø med engasjement og positiv tilbakemeldingskultur
- System for kvalitetssikring
- Plan for generalisering/opprettholdelse

Side 11

Eksempler fra familie, barnehage og skole

Are Karlsen - Pedagogikk.no

12

Syvåringen som ikke hører på foreldrene

Hvorfor er beskjeder viktig?

- En viktig forutsetning for et velfungerende samspill mellom foreldre og barn er at barna lærer å høre på de voksne.
- Hvis barn ikke følger beskjeder medfører det ofte problemer på tvers av arenaer over tid.
- Manglende ferdigheter i å følge beskjeder kan på sikt medføre mer alvorlige former for atferdsproblemer.

Hva ser vi når dette har blitt en utfordring?

- Foreldrene gir mange og lange beskjeder
- De følger ikke opp beskjedene
- Barna følger ikke beskjedene
- De kjefter og roper
- Dårlig "stemning"

Hva gjør vi?

- Få beskjeder
- Tydelige beskjeder
- Positive beskjeder
- Følge opp alle beskjeder
- Nærhet
- Riktig tidspunkt
- Skille mellom spørsmål og beskjeder
- Positive tilbakemeldinger

Det viktigste vi kan lære foreldre

- Gode beskjeder
 - Nærhet, øyekontakt, enkelt språk, tidspunkt, skille mellom beskjed og valg, antall beskjeder, oppfølging, unngå argumentering og spørsmål
- Positive tilbakemeldinger
 - Oppriktige, spesifikke, tidspunkt, variasjon
- Ignorering
 - Overse protester og små irritasjonsmomenter
- Positiv involvering og samhandling
- Dropp kjeftinga, men vær konsekvent

Femåringen som sloss i barnehagen

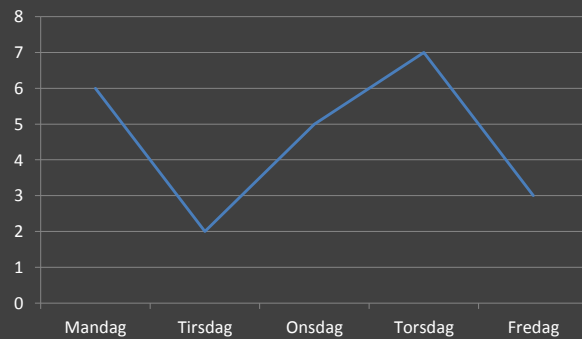
Samtale med barnehagepersonalet

- Hva er utfordringen?
- Hva kreves?

Definisjon av problematferden

- "Slag, spark, dytt eller annen fysisk vold mot andre som medfører negative reaksjoner fra den som blir utsatt for volden".
- Denne definisjonen ble valgt fordi den inkluderer alle former for vold som mottagerne reagerer negativt på, samtidig som det ekskluderer lekeslåssing og vennskapelige dytt, etc.

Frekvensregistrering



Are Karlsen - Pedagogikk.no

17

Funksjonell analyse

Foranledning	Atferd	Konsekvens
Gutten spør to andre barn om å få være med i leken. De sier "Nei"	Gutten sparker et annet barn	Gutten får verbal kjæft: "Sånn vet du vel at du ikke må gjøre," med mer
Gutten går alene mot et barn som sitter i sandkassa	Gutten dytter barnet	Gutten blir løftet opp på fanget til en voksen, som forteller hvor dumt det er å gjøre sånne ting
Noen jenter hopper tau. Gutten står og ser på	Gutten løper mot den ene jenta og slår henne med en lekespade	En voksen roper "Nei", mens han løper bort til gutten. Gutten blir tatt til siden og gis en verbal reprimande ("Du får ikke love til å slå," med mer)
Gutten leker med en lekebil. Et annet barn kommer bort og spør om å få være med	Gutten kaster lekebilen på det andre barnet	En voksen sier "Du får ikke lov til å leke med biler når du gjør sånn – nå må du gå ut i gangen"

Analyse/vurderinger

- Lite mønster i foranledningene
- Ulike konsekvenser hver gang
- Hypotese om at de ulike konsekvensene fungerer som forsterkere
- Når en atferd er opprettholdt av oppmerksomhet, kan det ofte være hensiktsmessige å utsette atferden for ekstinksjon.
- Ved slag, spark og lignende mot andre barn kan en imidlertid ikke benytte ekstinksjon

Mulig tiltak

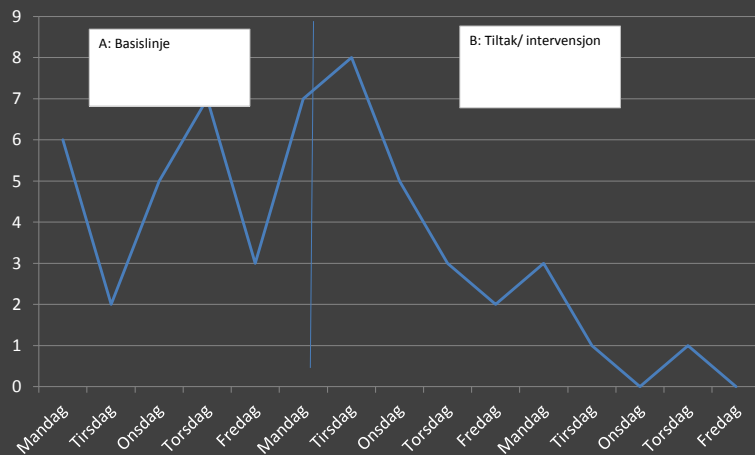
Stoppe handlingen på samme måte hver gang:

- Ta gutten i armen og før ham bort fra situasjonen.
- La ham sitte for seg selv i et halvt minutt.
- Dette gjøres uten prat, kjefting, formaninger, blikk-kontakt, etc.
- Etter et halv minutt får gutten gå tilbake til leken

Positiv oppmerksomhet

- Parallelt med dette er det avgjørende at en jobber aktivt med å fremme andre, alternative atferder.
- Han bør få hyppige positive tilbakemeldinger for ønskede handlinger.

Evaluering



Are Karlsen - Pedagogikk.no

21

Forebygging av uro i klasserommet

- Mange lærere vil beskrive uro i klassen som det største hinderet for effektiv læring hos elevene.
- Det er hensiktsmessig å skille mellom milde og alvorlige atferdsproblemer i klasserommene.
 - Milde problemer kan være prating med eleven en sitter ved siden av, sending av lapper, gåing mellom pultene, og så videre.
 - Alvorlige atferdsproblemer kan for eksempel være kraftige verbale utskjellinger, slåssing og kasting av ting.

Are Karlsen - Pedagogikk.no

22

Forebyggende tiltak

- Bør starte første skoledag i første klasse
- Den viktigste faktoren for å forebygge atferdsproblemer handler om å forsterke ønsket atferd, samt unngå å forsterke uønsket atferd.
 - Barna må fra første dag få mye positiv oppmerksomhet for ønskede handlinger.
 - Barn som ikke får nok oppmerksomhet på bakgrunn av ønskede handlinger, vil ofte fremvise uønskede handlinger
- Lærers viktigste oppgave er å forsterke ønskede handlinger i klasserommet.
- Parallelt med dette bør en anvende ekstinksjon på uønskede handlinger.
- Andre viktige faktorer:
 - Tydeliggjøre forventningene ovenfor elevene
 - Få og enkle regler
 - Positivt formulerte regler
 - Håndtering av regelbrudd på en rolig, forutsigbar og konsekvent måte.

Viktige temaer ved veiledning til barnehager og skoler

- Organisering
- Hvordan få ansatte til å jobbe likt
- Endre fokus fra brannslokking til forebygging
- Etablere alternative ferdigheter
- Foreldresamarbeid
- Samhandlingsstrategier, som:
 - Gode beskjeder
 - Positive tilbakemeldinger
 - Ignorering
 - Avslutte mens det går bra

Det viktigste vi kan lære bort i barnehager og skoler

- Forståelse for hvorfor mennesker gjør det de gjør?
- Forståelse for hvordan egen atferd påvirker andre sin atferd.
- Viktigheten av å ha fokus på det positive.
- Tilrettelegging av miljøer.

Sentrale temaer som må forklares på enkel måte:

- Funksjonell analyse
- Forsterkning
- Ekstinksjon

Hvordan formilde stoff til personer uten kjennskap til atferdsanalyse?

- Enkelt språk
- Positive tilbakemeldinger
- Respekt

Konklusjon

- Atferdsproblemer skaper store utfordringer for barn, familier, barnehager og skoler.
- I mange tilfeller kan store forbedringer oppnås med relativt liten innsats.
- Det handler om å gjøre det som virker.