

# Problembeteenden och inlärning

Emelia Fjällström leg logoped och beteendeanalytiker

Johanna Edervall leg psykolog och beteendeanalytiker

# Agenda

- Teori och bakgrund
- Frågesport
- Praktiska övningar och åtgärder
  
- Lärandemål:
  - Känna till och använda olika sätt för att skapa motivation
  - Strategier för att underlätta inlärning
  - Känna till olika sätt att förebygga problembeteenden

# Vad ska vi göra?

Han är så sur

Han äter bara spagetti

Hon får såna stora utbrott

Hon springer iväg

Hon skriker så högt

Han fastnar i att fråga hela tiden

Hon skrattar när jag blir arg

Han vill inte gå ur bilen

Han förstör lillebrors saker

Hon har så svårt att göra det jag säger

Hon tar andras saker

Han vägrar klä på sig på morgonen

Hon blir galen när vi ska åka någonstans

Hon kastar saker omkring sig

Han kommer inte i säng på kvällen

Han knuffar de andra barnen

Hon gör inte skolarbetet

Han bits

# Ett beteendeanalytiskt perspektiv

- Beteenden förekommer i ett sammanhang
- Bygger på inlärningsteori – tillämpad beteendeanalys
- Påverka viktiga beteenden i personens vardag för att uppnå ökad livskvalitet!

# Är det ett problem?

- Problembeteenden - vems problem?
- Social påverkan/ livskvalitet/inlärning
- Etik: vilka beteenden får man påverka?

# Bakgrund till problembeteenden

- Förändring
- Omgivning/Överkrav
- För få meningsfulla aktiviteter
- Speciella rädslor
- Överkänslighet för ljud, beröring mm
  
- Medicinsk orsak
- Mående
- Stress/oro

Situation



Beteende



Konsekvens

Situation	Beteende	Konsekvens
Sitter vid bord är törstig	Säger "vatten"	Får vatten
På affären vid godiset	Tjatar, skriker och kastar sig på golvet	Får godis (och stressad frldr)
Anna blir ombedd att städa sitt rum	Anna skriker och protesterar	Anna slipper städa sitt rum
Lisa ser en leksak på en hylla	Drar med pappa till hyllan	Pappa tar ner leksaken



# Motivation

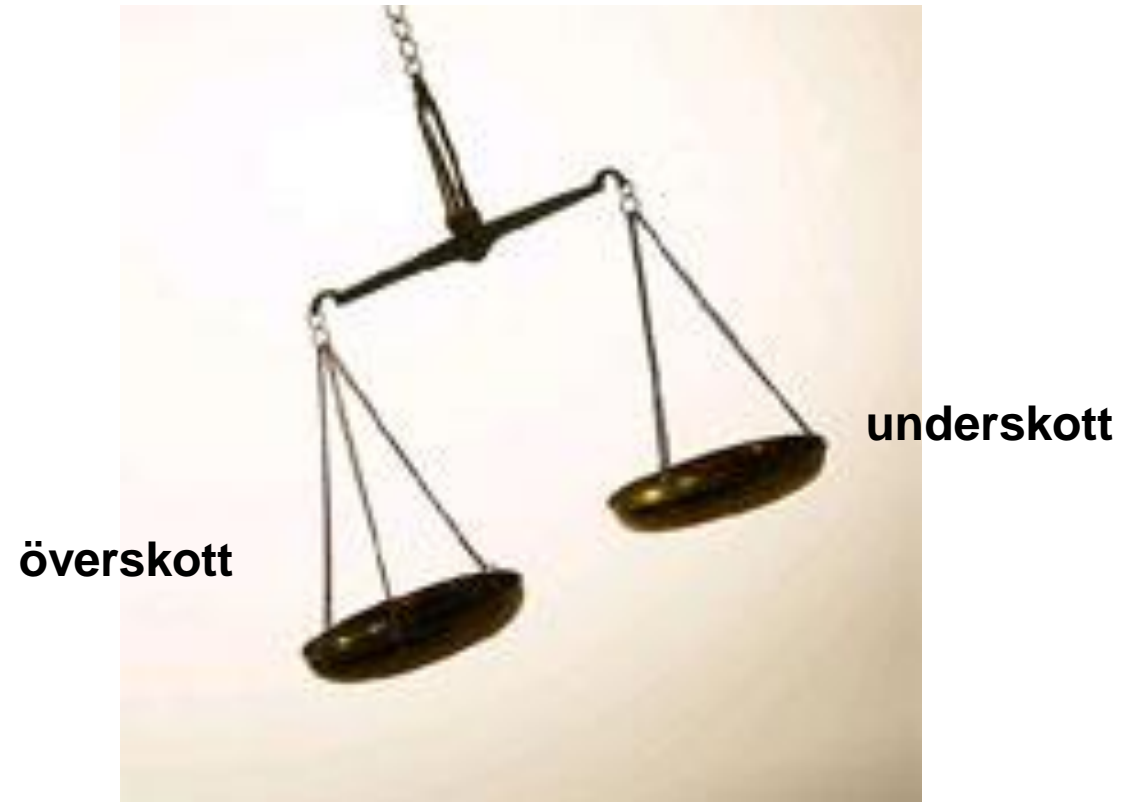
- Våra erfarenheter påverkar vår framtida motivation. Konsekvensen av våra beteenden styr hur vi gör i framtiden.
- Förstärkning är en **konsekvens** av ett beteende som **ökar sannolikheten** för upprepning av ett visst **beteende** i en liknande situation.

Nånting **tillförs** som ökar beteendet

Eller

Nånting **tas bort** vilket ökar beteendet

# Överskott vs. Underskott



# Beteendeöverskott

Kan delas in i tre grupper:

- Beteenden som alltid är **problematiska**: t.ex. självskadande, slå sönder, förstöra
- Bra beteenden som förekommer **för mycket**: t.ex. säga nej, fråga, sitta vid datorn
- I **fel sammanhang**: t.ex. kramas, klä av sig, hälsa



# Beteendeunderskott

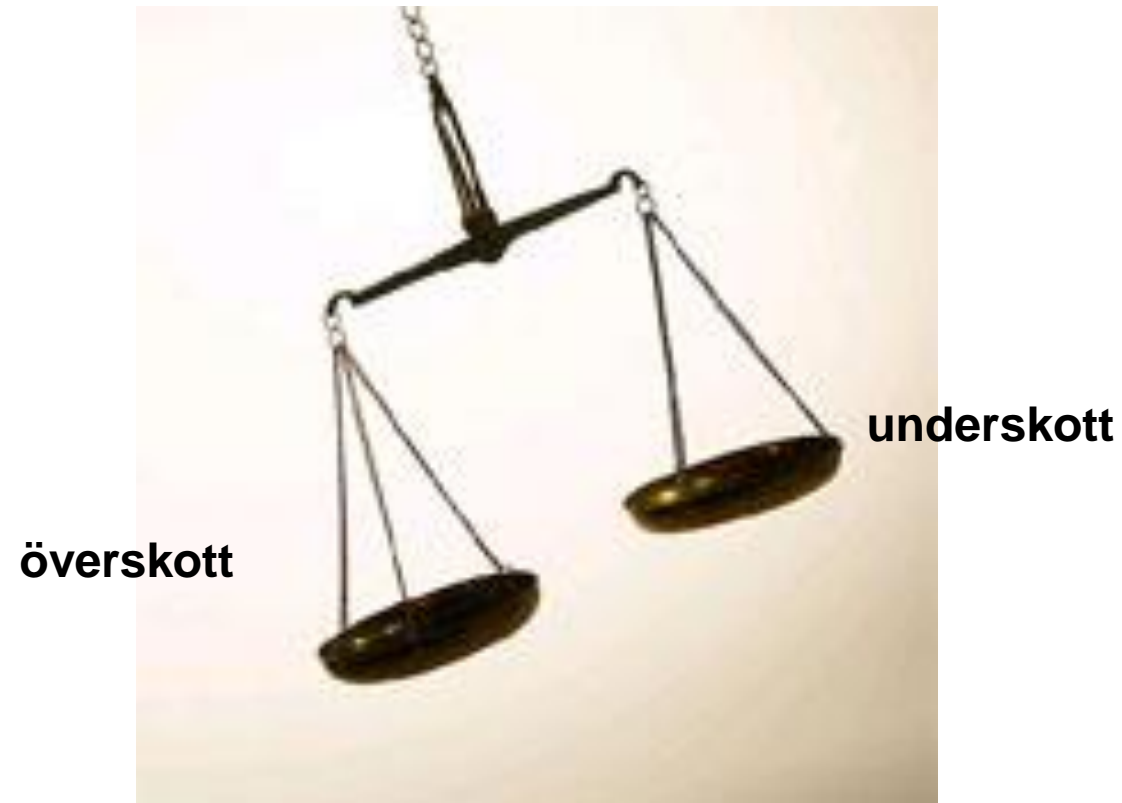
Kan bero på:

- **färdighetsbrister**, d.v.s. att personen inte kan utföra beteendet.
- **motivationsbrist**, d.v.s. att personen av olika skäl inte är motiverad att utföra beteendet.

<b>Överskott</b>	<b>Underskott/färdighetsbrist</b>
Slåss	Ta kontakt, leka ömsesidigt, kommunicera
Fråga hela tiden	Föra en konversation, sysselsätta sig självständigt , förstå vad andra svarar
Spela ipad	Leka med andra, fråga om lek,

# Underskott vs. Överskott

- För att minska överskotts beteenden jobbar vi på att **öka underskotts beteenden**



# Färdighetsbrist

- Lära sig ett annat sätt att få tillgång till ex. uppmärksamhet, roliga saker, få slippa något jobbigt m.m.
- Färdigheter som fyller samma funktion som problembeteendet
- Lära sig samarbeta
- Att vänta/ stå ut med att något ibland är lite jobbigt

# Brist på motivation

- Förstärk och uppmärksamma personens bra beteenden.
- Vad kan fungera förstärkande/motiverande?

Beröm, tummen upp, godis, uppmärksamhet, spela ipad, leksaker, datatid, applåder m.m.



# Felfri inlärnin9- lära sig genom att lyckas

- Hjäl9 personen att lyckas, guida, ge rätt svar några gånger först
- Visa
- Säga rätt svar
- Samma uppgift flera gånger
- Ge ledtrådar
- Guida

- $1+2=_$
- $1+_ =3$

- $1+2=3$
- $1+2=_$
- $1+2=_$
- $1+2=_$

Varje steg behöver förstärkas!

Klä på sig

Skriva sitt namn

Duscha utan påminnelse

Göra läxan

Klä på sig ytterkläder

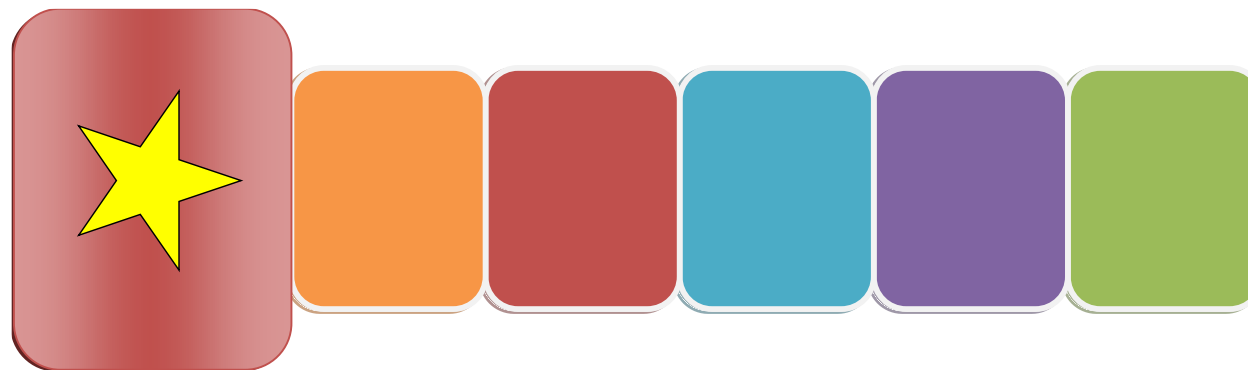
# Att motivera andra – använda förstärkning

- Viktiga principer:
  - Snabb förstärkning (max 2 sekunder för bäst effekt)
  - ”Rätt förstärkare”
  - ... för rätt beteende
- Kombinera med uppmuntran och beröm
- Vi har ansvar för att personen lyckas (felfri inlärning!)

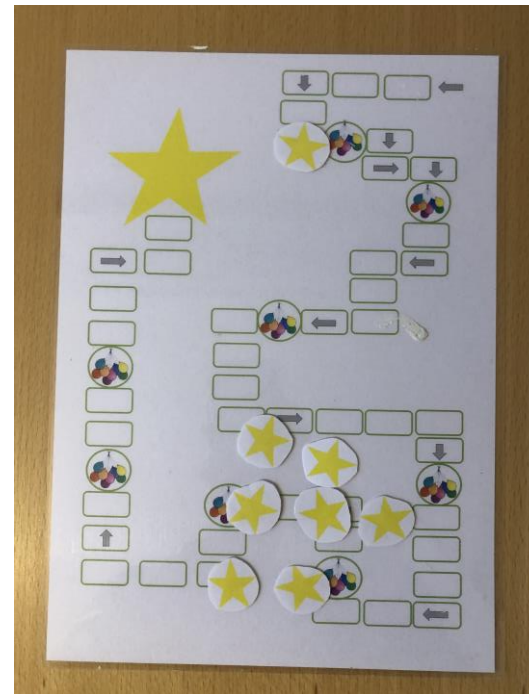
# Motivation och uthållighet

- När vi lär oss något nytt behöver vi förstärkning ofta!
- Sedan kan (och behöver) vi lära oss att det kommer mer sällan → och att utföra beteendet och upptäcka de konsekvenser som kommer efter är tillräckligt förstärkande på sikt.
- Målstege
- Belöningssystem/Teckenekonomi

# Målstege



# Teckenekonomi



# Nu är den teoretiska delen slut!

- Dags för en kort frågesport
- App: kahoot eller kahoot.it



# Dags för inläring!

- Vad ska ökas/ underskott?
- Vad ska minskas/ överskott?
- Målbeteende/ Vad ska personen göra mer av/ istället?
- Dela upp i små steg om det behövs.
- Förbered / tänk igenom förstärkning

# Att ge effektiva uppmaningar

- Kort och tydlig instruktion
- Undvik frågor (om det inte är svara på frågor som ska läras in)
- Ge uppmaningar när du har goda förutsättningar att lyckas

# Förebyggande

- ”Barnets stund”
- Förstärka bra beteenden
- Lära in funktionell kommunikation
- Tydliggöra dagen
- Omgivningens perspektiv
- Basala funktioner
- Meningsfull vardag, aktiviteter
- Vid svåra problembeteenden är det viktigt att söka hjälp

# Läsa mer:

- Beteendestöd i vardagen, Peter Karlsson
- Att förstå och påverka beteendeproblem, Olle Wadström



# Uppehåll för lunch

Passet om motorik startar kl. 13.00