



Malmö stad

**Stadskontoret**

**Enheten för FoU socialt hållbar utveckling**

# UTMANANDE BETEENDEN UTMANADE VERKSAMHETER

EN STUDIECIRKEL OM STÖD TILL PERSONER  
MED AUTISM OCH/ELLER INTELLEKTUELL  
FUNKTIONSNEDSÄTTNING

# INNEHÅLL

INLEDNING.....	4
INSTRUKTIONER TILL CIRKELLEDARE .....	5
1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR .....	6
Första tillfället.....	7
Inledande gruppuppgift .....	7
Uppgift 2.....	8
Uppgift 3.....	9
Reflekterande samtal .....	10
Hemuppgift .....	10
Andra tillfället.....	10
Uppgift 4.....	11
Hemuppgift .....	11
Tredje tillfället .....	12
Uppgift 5.....	12
Uppgift 6.....	12
Hemuppgift .....	13
2. KOMMUNIKATION .....	14
Inledande uppgift.....	15
Uppgift 2.....	16
Uppgift 3.....	16
Uppgift 4.....	16
Uppgift 5.....	16
Uppgift 6.....	18
3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA.....	19
Steg 1 .....	19
Uppgift 1 .....	19
Steg 2 .....	19
Uppgift 2.....	20
Steg 3 .....	20
Uppgift 3.....	21
Uppgift 4.....	22
Steg 4 .....	22
Uppgift 5.....	22
Uppgift 5 (forts).....	23
Steg 5 .....	24
4. FUNKTIONSNEDSÄTTNING.....	25
Uppgift 1 .....	26
Uppgift 2.....	26
Intellektuell funktionsnedsättning.....	27
Autismspektrum.....	28
Uppgift 3.....	28

5. ENGAGEMANG I MENINGSFULL AKTIVITET .....	29
Uppgift 1 .....	30
Uppgift 2 .....	30
Uppgift 3 .....	30
Avslutning.....	31
 BILAGOR .....	 32
 HANDLINGSPLAN MED STRESSTERMOMETER .....	 33
HANDLINGSPLAN MED STRESSTERMOMETER EXEMPEL .....	35
 SAMMANSTÄLLNING AV BETEENDEDATA.....	 36
Exempel på sådant som kan utlösa ett beteende .....	36
Exempel på resultatet av ett utmanande beteende .....	36
STAR (Sammanhang, Trigger, Aktivitet, Resultat).....	37
 CHECKLISTA FÖR EN KOMMUNIKATIV MILJÖ .....	 38
RÄTTEN ATT KOMMUNICERA .....	39
STRATEGIER FÖR EN EFFEKTIV KOMMUNIKATION .....	39
 AKTIVITETSBALANS MED KRAVANPASSNING .....	 41
AKTIVITETSBALANS MED KRAVANPASSNING .....	42
 VANLIGA FELTOLKNINGAR.....	 43
AUTISMSPEKTRUM.....	44
INTELLEKTUELL FUNKTIONSNEDSÄTTNING .....	46

## INLEDNING

Utbildningstiden är beräknad till sammanlagt 30 timmar. Den kan ges som studiecirklar över längre tid, ex. 10x3 eller 15x2 timmar, med arbetsuppgifter mellan tillfällena. Ett alternativ är att man har en startdag 8 timmar och sedan ger resten som cirkel. Materialet kan möjligen ges som en veckoutbildning på helfart, även om detta ger lite tid för reflektion och tillämpning.

En förutsättning för en framgångsrik implementering av den nya kunskapen är att första linjens chef närvarar vid cirkeltillfällena och hjälper medarbetare att bibehålla engagemanget mellan träffarna.

**Övergripande lärandemål:** Efter utbildningen ska deltagaren ha kännedom om faktorer som utvecklar, utlöser och bibehåller utmanande beteenden hos personer med autism och/eller utvecklingsstörning. Utbildningen ska ge deltagarna redskap för problemlösning. Deltagare får en ökad förståelse och kunskap om redskap som har sin grund i ett etiskt förhållningssätt utifrån LSS lagstiftningens intentioner. De ska också ha redskap för att kunna söka klargörande fakta, vilket leder till förmågan att finna alternativa förklaringsmodeller och lösningar.

Deltagaren ska kunna bidra till att anpassa förutsättningarna för målgruppen, genom att möta enskilda personers behov. På så sätt kommer utmanande beteenden att försvinna eller minska i omfattning.

Det bästa stödet leder till att utmanande beteenden inte äger rum. Därför kommer fokus att ligga på att utveckla ett förebyggande arbete med tillhörande systematisk insamling av information, inklusive beteendedata, planering av stödjande arbetssätt och strategier, implementering av arbetssätt och kontinuerlig uppföljning och utvärdering.

**Examination:** deltagande vid utbildningstillfällena är obligatorisk. Aktiv medverkan vid gruppdiskussioner kommer att bedömas. Efter genomgången utbildning kommer ett intyg att delas ut som anger det antal timmar deltagaren medverkat i cirkeln.

## INSTRUKTIONER TILL CIRKELLEDARE

Materialet är indelat i 5 huvudområden. Ordningen på uppgifterna är ett förslag till hur cirkeln kan genomföras. Materialet är däremot inte indelat i cirkeltillfällen förutom de tre första tillfällena. Olika grupper kommer att behöva olika lång tid med momenten, därför är också de första indelningarna ungefärliga. Vissa grupper kommer inte att hinna med allt material under cirkelns gång och alla delar kan inte fördjupas lika mycket. Förhoppningsvis ger cirkeln ett engagemang så att man tar till sig även övrigt material efterhand.

Ordningen är möjlig att ändra och anpassa till gruppens behov. Det kan vara så att en grupp kommer in på moment som ligger längre fram i materialet, för att det är relevant i diskussionerna. Använd gruppens dynamik och ta de steg som gynnar deltagarna.

Vid ett par tillfällen ges uppdrag till deltagarna mellan gångerna. Detta gäller framförallt i början, för att få igång läroprocessen och nyfikenheten i gruppen. Det är av värde om cirkelledaren lägger in hemuppgifter i form av reflektioner mellan gångerna. Någon gång är det bra att begära in skriftliga reflektioner på maximalt ½ sida.

Vid några tillfällen anges ”instrument”. Den som är cirkelledare måste inte kunna alla olika instrument/metoder/arbetsätt, utan informationen anges för att den som önskar ska kunna fördjupa sig. Det är utifrån de angivna instrumenten eller arbetsätten som studiematerialet hämtat sin form.

Det är inte ovanligt att arbetsgrupper efterlyser detaljerade instruktioner hur de ska arbeta med en viss brukare – de vill ha ett ”facit”. Sådan kunskap kan bli svår att generalisera till nya brukare, eller till nya beteenden hos kända brukare. Deltagarna behöver istället lära sig att reflektera över det de vet eller tror sig veta om brukare, och det de ännu inte vet. Därigenom utvecklar de färdigheten att diskutera sig fram till en gemensam brukarsyn utifrån fakta som är insamlade under en given tidsram. Därför är instruktionen i vissa övningar att deltagarna ska sammanställa det de kommit fram till om brukaren, exempelvis om kommunikation. I flera fall finns ingen färdig mall för sammanställningen. Så ser verkligheten ut – det finns inte mallar för allt. Det är viktigt att lära sig att skapa struktur kring sin kunskap när så behövs. Så del av uppgiften är att faktiskt sammanställa. Del av lärandet handlar också om att strukturera sitt arbete, och förstå att strukturen måste anpassas till brukarens behov.

Sammanfattningsvis: den viktigaste kunskapen cirkeldeltagarna kan ta med sig handlar inte om att ha svar på allt som rör en brukare. Den viktigaste färdigheten är att veta vilka frågor vi bör ställa oss kring en brukare och när det är dags att ställa dess frågor. På så sätt kan vi tillsammans med brukaren utveckla ett stöd som möjliggör en god livskvalitet!

# 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

Ett utmanande beteende är ofta personens reaktion på en situation som inte möter hans eller hennes behov (vi utesluter fysisk och psykisk ohälsa först). Beteendet är en (dysfunktionell) problemlösningstrategi. Genom anpassning av miljön är det möjligt att stötta brukaren att använda sig av andra strategier. Saknar brukaren alternativa strategier kan sådana läras in. Personen bör involveras i problemlösningen, så att lösningar och strategier blir relevanta för honom eller henne. Kravanpassning innebär att kartlägga om brukaren behöver prestera på för hög nivå över tid (dag/vecka/månad). Kraven kan dessutom behöva anpassas särskilt vid utmanande beteenden, alltså inte bara i det förebyggande arbetet.

Valet av begreppet utmanande beteende klargör att verksamheten är utmanad i att hitta vägar för att ge ett kompetent stöd åt brukaren. Brukaren är inte ett problem, utan har svårigheter att få sina behov tillgodosedda. Om brukarens beteenden utmanar organisationen, är det organisationen som måste öka sin kompetens att möta brukarens behov. Beteenden som utmanar verksamheter säger något väsentligt om organisationen.

För den enskilde brukaren innebär ett utmanande beteende risk för en minskad livskvalitet, isolering från samhället, ökad risk för övergrepp, medicinering, mm. Eventuella negativa konsekvenser för brukaren är ett resultat kvaliteten på stödet mer än av beteendet i sig. Med andra ord, det är verksamheten som ska anta utmaningen och ta ansvar för kvaliteten på stödet som ges.

Personer med autism och/eller en utvecklingsstörning (intellektuell funktionsnedsättning) löper en förhöjd risk att utveckla utmanande beteenden. Beteendet är inte en nödvändig följd av funktionsnedsättningen utan ett resultat av otillräckligt stöd och brister i anpassning. **Målet är att utveckla ett stöd som erbjuder brukaren möjligheter till en god livskvalitet.**

**Instrument:** Systematiska beteendedata, handlingsplan med stresstermometer och Collaborative problem solving (CPS), aktivitetsbalans och kravanpassning.

**Motto:** Det finns inga obegripliga eller oförutsägbara beteenden. Det finns beteenden vi inte vet tillräckligt om!

## **Kunskapsmål:**

- Ha kunskap om faktorer som spelar en viktig roll då en person utvecklar utmanande beteenden.
- Ha kunskap om faktorer som bidrar till att utlösa och bibehålla utmanande beteenden.
- Vara förtrogen med instrument som kartlägger och systematiserar relevanta faktorer.
- Vara förtrogen med instrument som involverar personen i problemlösningen.

# 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

## Färdighetsmål:

- Kunna beskriva en persons beteenden på ett sätt som leder till flera lösningsförslag, genom att identifiera personens egna funktionella och dysfunktionella problemlösningstrategier.
- Kunna identifiera faktorer som påverkar situationen för en enskild individ.
- Kunna förstå och identifiera olika aktiviteters kravnivå för personen, och därigenom skapa en bra balans av aktiviteter på kort och lång sikt.
- Tillämpa instrument som systematiskt utforskar möjliga faktorer och omvandla resultaten i en handlingsplan, som leder till en dynamisk anpassning av kraven.
- Tillämpa instrument som involverar personen i problemlösning.

## Första tillfället

Vad menar vi med utmanande beteenden?

Det finns inget enkelt sätt att ”åtgärda” utmanande beteenden. Det behövs en plan som anger ett flertal strategier för att möta brukarens behov. Fokus ligger på förebyggande strategier som bygger på brukarens förmågor. Planen stödjer brukarens förmåga att lära sig färdigheter kopplade till självständighet, kontroll, coping och kommunikation.

## Inledande gruppuppgift

Arbetet med ett positivt stöd till brukaren underlättas av om deltagarna har funderat igenom följande frågor:

- Varför började du arbeta med människor med funktionsnedsättning?
- Varför fortsätter du att arbeta med människor med funktionsnedsättning?
- Vem har ansvar för att ändra beteende om det behövs?

Be deltagarna reflektera enskilt och sedan diskutera i gruppen!

Svaren bör innehålla begrepp som:

- Stöd, service
- Göra skillnad
- Uppskatta, värdighet, integritet
- Demokrati, möjlighet att leva som andra
- Lärande, utveckling, kreativitet
- Glädje

Fortsätt med att be gruppen reflektera över hur stor del av tiden brukaren är engagerad i meningsfulla aktiviteter. Det är viktigt att gruppen kommer in på att diskutera vad som är meningsfullt för brukaren och hur mycket tid brukaren lägger på att vänta på personalens stöd alternativt ägna sig åt det personalen tycker är viktigt.

# 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

## Uppgift 2

Denna gruppövning har som syfte att förbereda gruppen inför kommande tillfällen genom att prata om **vad** man upplever som utmanande beteenden och **hur** man upplever dem. Målet är att få deltagarna att reflektera över sina egna och kollegornas upplevelser av olika situationer genom att sätta ord på dem.

- Var och en i gruppen gör en egen lista över de fem beteenden man upplever som allra mest utmanande. Reflektera över varför just dessa beteenden upplevs som utmanande.
- I nästa steg skriver alla upp det beteende de har som nummer ett på exempelvis ett blädderblock. Det brukar visa sig att olika personer prioriterar olika, att ett beteende som inte upplevs som utmanande för en person är det för någon annan. Låt gruppen reflektera kring vad detta beror på, vilka strategier var och en använder för att möta beteendet. Det finns inget bra eller dåligt svar, utan det handlar om vilka strategier och redskap man har tillgång till. För att avdramatisera är det bra om kursledaren själv ger exempel på beteenden han/hon upplever som utmanande.
- Skilj också mellan utmanande beteenden som är personalens problem, och sådana som är ett tecken på att brukaren behöver stöd för att kunna lösa ett bekymmer på ett bättre sätt.
- Diskutera nu *upplevelsen* av det utmanande beteendet. Består upplevelsen av att man exempelvis känner sig: fysiskt eller psykiskt kränkt, rädd, maktlös att förändra situationen, illa berörd av att kollegor drabbas? Välj de tre faktorer som tycks vara starkast i gruppen och be sedan alla ställa sig på den plats som är viktigast för dem. Diskutera möjliga lösningar! Om många känner sig maktlösa, diskutera vad som orsakar den upplevelsen och hur de gemensamt kan skaffa sig kompetens att möta brukarens behov. Ofta har man kompetens men använder den inte. Prata om hur man inom gruppen kan ge varandra stöd för att tillämpa bra arbetssätt.

En vanlig orsak till att brukares beteenden upplevs som utmanande är att beteende upplevs som obegripligt, att det kommer plötsligt och utan anledning, eller att det är personligt riktat. Introducera nu:

**Det finns inga beteenden som är obegripliga eller oförutsägbara, det finns bara beteenden vi inte vet nog om.**

För att kunna utforska ett beteende och nå en förståelse och förutsägbarhet, behöver man kompetens.

- Skapa en skala i rummet från 1-10. Fråga deltagarna hur de upplever sin kompetens att utforska beteenden. Poängtera att det inte handlar om hur bra de är, utan hur de upplever sin kompetens. Be dem ställa sig på skalan för att illustrera sin upplevelse. 1 är låg självupplevd kompetens, 10 är hög självupplevd kompetens. Ofta ställer sig deltagare någonstans i mitten. Fråga vad de behöver för att kliva upp mot 10.
- Ett område som nästan alltid kan bli bättre är att använda tillgängliga redskap, som beteendedata, handlingsplaner, aktivitetsplanering och reflekterande samtal. Fråga hur mycket de använder dessa redskap på ett systematiskt sätt. Be deltagarna ställa sig på skalan 1-10 (vänd gärna skalan i



## 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

rummet så att det blir lite förvirring och humor, det kan behövas några skratt). Är gruppen ärlig ställer de sig troligen ganska lågt. Diskutera vad de behöver för att komma upp mot 7-9, kanske t o m 10.

- Ibland uppstår en paradox: deltagarna tycker att de kan mycket men att de inte använder sina kunskaper. Diskutera!

Under dessa övningar kommer olika svar. Var lyhörd, följ upp. Var också lyhörd för de personer som inte pratar så mycket. Känn noga efter om de vill prata men har lättare att göra det genom att få frågor. En del personer vill inte prata i gruppen, det kan vara starkt nog för dem att uttrycka en åsikt genom att placera sig i rummet. Är kursledaren osäker kan han/hon fråga enskilt.

Beroende på gruppens erfarenheter kan det komma upp starka känslor. Det kan vara svårt att erkänna att ett beteende upplevs som utmanande och/eller att man upplever en brist på kompetens att möta just det beteendet. Ibland händer det att någon gråter. Låt personen göra det. Det är viktigt att sektionschefen följer upp efteråt.

I vissa grupper är det inte tillåtet att vara ”svag”, att erkänna att ett beteende upplevs som utmanande. Denna attityd kan bl.a. ta sig uttryck i en nedlåtande jargong kring brukare. Det kan också finnas enskilda deltagare som uttrycker sig nedlåtande kring kollegors reflektioner. Avbryt övningarna och lägg ansvaret på sektionschefen att lösa situationen. Vill inte gruppen gemensamt hitta vägar att stötta brukare på ett positivt sätt kan det vara den grundläggande förklaringen till att det alls förekommer utmanande beteenden. Och då ska det bekymret lösas.

### Uppgift 3

Antingen väljer cirkelledaren fall från exempelvis Socialstyrelsens hemsida. Eller också använder sig gruppen av en brukare i verksamheten. Om det är ett fall från Socialstyrelsen, behöver gruppen läsa fallet i lugn och ro.

Används en brukare i verksamheten är det nu gruppens uppgift att beskriva brukaren och det utmanande beteendet.

Be gruppen identifiera utmanande beteenden kopplade till faktorer i miljö.

Svaren bör innehålla:

- Sinnesupplevelser/perception
- Förståelse, kommunikation, besvikelser
- Trötthet, hunger
- Bemötande, påfrestning, stress

Hur skapar vi en narrativ som gör det möjligt att utforska olika lösningsalternativ?

Ofta beskrivs brukaren som farlig, omöjlig att hantera, svår att förstå. Beskrivningarna av utmanande beteenden fokuserar ofta på ett akut läge, det tillfälle när brukaren slår, springer ut på den trafikerade gatan, ”hotar” fysiskt

## 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

eller verbalt. Ska stödet bli bra måste beteendet sättas in i ett större sammanhang. Ett utmanande beteende är ett sätt för brukaren att försöka lösa ett upplevt bekymmer, en motgång, en svårighet, för hög stressnivå eller krav. För att förstå vilket stöd brukaren behöver måste omgivningen förstå vilket problemet är brukaren försöker lösa.

### Reflekterande samtal

Brukaren kan genom stöd lära sig funktionella problemlösningstrategier. Det är inte en oföränderlig egenskap hos brukaren att slå. Istället för att slå på personal eller sig själv kan brukaren exempelvis ta ner de delar av schemat han/hon inte vill/orkar göra. Samtala kring detta:

- Vad kan beteenden vara ett uttryck för? Ge flera förslag, fastna inte i det första!
- Vad behöver ni ta reda på för att veta vilken tolkning som är den troligaste? Hur kan ni gå till väga?
- Hur kan stödet till brukaren utvecklas för att det utmanande beteendet ska bli överflödigt? Vad behöver förändras (i miljön, över tid, i aktiviteter) och vilka färdigheter kan brukaren ha nytta av att kunna?

Ge en introduktion till olika former av systematiska beteendedata och hur man sammanställer dem. Förberedelser för beteendedata svarar på vilken kunskap som saknas om brukaren och hur tar man reda på det. Analysen av beteendedata strukturerar den kunskap man hittills har och ger möjliga lösningsalternativ.

För att man ska kunna arbeta framgångsrikt med beteendedata behöver man vara överens om tolkningen av beteenden. Om en brukare exempelvis pratar mycket vid vissa tillfällen kan man tolka det som att personen: söker kontakt, behöver stöd, är glad eller är orolig. Olika tolkningar kommer att leda till olika stöd och olika problemlösningar.

### Hemuppgift

Beskriv en brukare på ett sätt som ger möjligheter att hitta lösningar. Genomför beteendedata.

Beskriv hur personen visar tecken på psykisk eller fysisk ohälsa!

Beskriv hur personen visar tecken på stress!

Beskriv hur personen visar tecken på oro!

Beskriv hur personen visar tecken på att ha tråkigt!

Beskriv hur personen visar tecken på trötthet!

Beskriv hur personen visar tecken på ohälsa!

Beskriv hur personen visar tecken på glädje!

### Andra tillfället

Genomgång av hemuppgiften. Diskutera olika tolkningar av beteenden och olika lösningar utifrån de olika tolkningarna.

Introduktion till tankarna bakom kollaborativ problemlösning (CPS).

Introduktion av handlingsplan med stresstermometer.



# 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

## Tredje tillfället

Gå igenom förra gångens hemuppgift. Diskutera eventuella svårigheter!

Vi lär oss alla på olika sätt! Vissa lär sig genom att läsa och fundera i lugn och ro. Andra lär sig genom att återberätta för någon annan. En tredje grupp lär sig genom att lyssna på exempelvis en engagerad föreläsare. Och vissa lär sig enklast genom att observera andra och sedan prova själva i praktiken. Det finns många fler sätt att lära sig.

Vi lär oss olika saker på olika sätt. Exempelvis är det för vissa lättast att läsa en bruksanvisning och sen själv prova sig fram med den nya apparaten, medan det för andra är lättast att strunta i bruksanvisningen helt och hållet. Några tycker det är enklast att någon annan visar. Den som helst använder bruksanvisning kanske lär sig andra saker bäst genom att lyssna på en föreläsning. Vi är alltså inte alltid konsekventa i hur vi lär oss. Men vanligen är vi starka på olika saker: visuellt, auditivt eller motoriskt/taktilt.

Om vi tvingas in i en lärstil som inte fungerar för oss, kommer vi inte att lära oss lika mycket som om lärstilen är anpassad. Den som helst läser sig till ny kunskap lär sig inte lika lätt och mycket av en föreläsning. De som gynnas av korta filmklipp kommer att ha större svårigheter om materialet presenteras i text eller om de tvingas prova sig fram själva.

En framgångsrik pedagogik ger människor stöd att lära sig. Med andra ord, det är svårt att lära någon en sak, det är bättre att miljö, krav och lärstil anpassas så att personen kan lära sig. För en person med utvecklingsstörning och/eller autism behöver vi tänka på många faktorer som kan påverka lärandet.

### Uppgift 5

Be varje deltagare reflektera över när det har varit lätt att lära sig något och när det varit svårt att lära sig något. Fundera över vad som är gemensamt för de gånger när det fungerat. Guida dem så att de tar upp olika lärstilar.

De flesta människor med en utvecklingsstörning och/eller autism behöver visuellt stöd för att lära sig. Men de har, precis som alla andra, olika lärstilar. Be nu gruppen att diskutera brukarnas lärstilar! Diskutera också hur stödet kan anpassas för att möta brukarens lärstil!

Gå tillbaka till era diskussioner om handlingsplanen med stresstermometer tillsammans med CPS och uppdatera!

Ge sedan en introduktion till miljöanpassning – introduktion till aktivitetsbalans och kravanpassning.

### Uppgift 6

Gör en lista på faktorer som kan stressa och avstressa personer med autism och/eller utvecklingsstörning.

En viktig del i stress är att uppleva bristen på kontroll. Gå igenom strategier som kan ge brukaren kontroll över sin vardag. Gå också igenom vad som kan

## 1. GRUNDLÄGGANDE VÄRDERINGAR

oroa när vi pratar om brukarens kontroll. Ibland finns det en rädsla för att ge för mycket kontroll till brukaren. Det är lätt att måla upp bilder av allt som kan hända, allt som kan gå fel (katastroftänkande).

Om ni har utrymme kan det vara värdefullt att diskutera dessa katastrofbilder. Skärskåda sannolikheten av att katastroferna faktiskt inträffar. Skulle stämningssläget bli högt, påminn om att ett lågaffektivt förhållningssätt är värdefullt inte bara i bemötande av brukare utan också i sättet vi pratar om eventuella risker.

Respektera oron! Men följ inte med i den – en objektiv syn kan hjälpa gruppen att utveckla mer funktionella strategier. Det finns alltid en risk att situationer som kan upplevas som besvärliga uppstår. Hjälプ gruppen att sålla mellan sannolika och osannolika risker, och att sedan förbereda sig på bästa sätt genom gemensam kompetensutveckling.

Exempel på samtal som är tecken på ett katastroftänkande:

- Gruppen berättar med inlevelse om en händelse som faktiskt inträffat. Berättelsen är tydligt känsloladdad – trots att den kanske inträffat för flera år sedan.
- Gruppen berättar om något som skulle kunna inträffa om en rad osannolika förutsättningar inträffade först.
- Gruppen beskriver en möjlig risk med slutsatsen att exempelvis en aktivitet inte går att genomföra. Istället för en konstruktiv diskussion om hur aktiviteten skulle gå att genomföra på ett någorlunda säkert sätt.

Vi återkommer till konsekvenserna av att undvika risker under kapitlet om systematiska beteendedata.

### **Hemuppgift**

Gå igenom brukarens aktiviteter. Vilket stöd har personen idag för att kunna genomföra aktiviteter? Finns det något i det stödet som behöver utvecklas och hur upplevs av brukaren?

Formulera uppgiften så att den leder till nästa del: kommunikation och kommunikationsstöd. Anpassa till gruppens diskussioner så här långt. Det kan vara något som behöver repeteras eller sammanfattas innan ni går vidare till nästa steg!

## 2. KOMMUNIKATION

Kommunikation är det viktigaste stödet till en person med autism och/eller utvecklingsstörning. Möjligheten att kommunicera påverkar livskvaliteten. Därför måste stödet utformas så att kommunikation säkras i alla situationer, också vid stress. Bristen på möjligheter att kommunicera kan leda till frustration och ledsenhet. Upprepade misslyckanden att kommunicera kan hos vissa brukare leda till att de slutar försöka och istället drar sig undan.

Ges inte brukaren stöd i att kommunicera sina behov, och är omgivningen inte lyhörd inför det som brukaren uttrycker, kan detta leda till olika former av utmanande beteenden. Kan brukaren däremot kommunicera sina behov, kan vi tolka behoven och förmedla information, så minskar också utmanande beteenden. Ett lågaffektivt bemötande tillåter ett utrymme där kommunikation kan ge stöd.

Kommunikationen ska inte enbart tänkas enkelriktad. Dvs., att personal berättar för brukaren vad som kommer att hända och vad som ska göras, exempelvis i form av ett schema brukaren följer. Det är väsentligt att bygga en kommunikativ miljö, där brukaren ges rika möjligheter att uttrycka sina preferenser och tillfällen att på ett för brukaren meningsfullt sätt kommunicera med personalen. Detta sker i aktiviteter som främjar tillitsfull och meningsfull interaktion mellan brukare och personal.

**Instrument:** Triple C (Checklist of Communication Competencies), tydliggörande pedagogik, seriesamtal, sociala berättelser, PECS, mm. Lågaffektivt bemötande.

### **Kunskapsmål:**

- Ha kunskap om olika stöd för kommunikation och hur stöden anpassas individuellt.
- Ha kännedom om hur brister i kommunikation kan leda till att ett utmanande beteende utvecklas, utlöses och bibehålls.
- Ha kännedom om hur kommunikationsstöd kan förebygga utmanande beteenden.
- Ha kännedom om hur ett lågaffektivt bemötande kan skapa utrymme för kommunikation.

### **Färdighetsmål:**

- Kunna identifiera individuella kommunikationsmönster och -strategier.
- Kunna identifiera vad ett beteende som utmanar kommunicerar om den enskildes behov.
- Kunna identifiera lämpliga stöd för kommunikation, göra individuella anpassningar och tillämpa i praktiken.
- Kunna skapa utrymme för kommunikation genom ett lågaffektivt bemötande.

### **Inledande uppgift**

Arbeta två och två. Berätta för din granne vad du gjorde igår kväll. Du får inte använda dig av tecken, tal eller skrift!

Du som lyssnade – hur mycket förstod du av det som den andre försökte berätta?

Du som berättade – hur tycker du att det gick? Var du framgångsrik? Om ja, vad berodde det på?

Detta är den verklighet som många människor som har behov av stöd för sin kommunikation befinner sig i. Känner kommunikationspartnern brukaren väl och väljer att tolka beteenden som kommunikation, kan brukaren få tillräckligt stöd för att kommunikationen ska fungera hyfsat. Men framgångsrik kommunikation är skör och risk för frustration och misslyckanden omfattande.

Det är viktigt att komma ihåg att det hos personer med en utvecklingsstörning och/eller autism ofta finns en skillnad mellan det egna talade språket och förståelse för andras tal. Brukaren kan t.ex. använda ord eller fraser som han/hon egentligen inte förstår.

Brukarens behov av stöd att kommunicera innebär att alla runt brukaren har ett ansvar för att kommunikationen ska fungera. Alla måste fungera som kommunikationspartners för att säkra en framgångsrik kommunikation. Med andra ord, det är inte brukarens ansvar att lyckas med kommunikationen, det är omgivningens ansvar att skapa en kommunikativ miljö som möter brukarens behov av stöd.

För att lyckas med detta har vi ansvar för att:

- Uppskatta den enskildes uttryck för kommunikation
- Förstå hur varje person kommunicerar
- Vara lyhörda för och följsamma i brukarens kommunikation
- Lära oss och utveckla redskap för att framgångsrikt stötta brukarens kommunikation
- Ge brukaren utrymme för att uttrycka sina åsikter och önskemål
- Stötta brukaren i interaktion med andra

## 2. KOMMUNIKATION

### Uppgift 2

Använd er av Checklista för en kommunikativ miljö och strategier för en effektiv kommunikation ! Diskutera i gruppen inom vilka områden ni möter brukarens behov av kommunikationsstöd! Vilka områden behöver utvecklas? Hur kan ni göra det?

### Uppgift 3

Gå igenom Kommunikationsrättigheterna från Australien. Hur många av dessa rättigheter tillgodoses? Vad behöver ändras för att brukaren ska få sina rättigheter tillgodosedda?

Hur hanterar vi spänningen mellan rätten att välja kommunikationssätt och kulturellt adekvat kommunikation? Det är inte helt ovanligt att personer med autism kommunicerar på ovanliga sätt, sätt som inte alltid är kulturellt anpassade. Då får man inte hamna i läget att man vill uppfostra. Men vad gör man när någon exempelvis använder uttryck som upplevs som olämpliga av omgivningen?

### Uppgift 4

Fortsätt med samma brukare som tidigare.

1. Gör en lista över hans/hennes sätt att kommunicera. Exempelvis: gester, ta tag i personalen, ansiktsuttryck, ljud, ord och meningar.
2. Inte bara ord eller ljud, alltså vad som kommuniceras, ger information, utan också hur det kommuniceras: röstläge, hastighet, hårdhänthet, osv. Utvidga listan med kommunikationssätt som visar att brukaren är glad, arg, ledsen, lite upprörd, otålig, skojar med er, osv.
3. Ibland kommunicerar människor för att exempelvis få något, lösa ett problem, eller för att göra något annat. Ibland handlar kommunikationen mest om att umgås med andra. Båda funktionerna är mycket viktiga för den upplevda livskvaliteten. Utvidga nu listan med tillfällen när brukaren kommunicerar för att exempelvis få någon sak, och när kommunicerar han/hon för att umgås. Hur vet ni skillnaden?
4. Kommunikation genom aktivitet snarare än en aktivitet i sig.
5. En del personer med omfattande utvecklingsstörning kommunicerar känslor, smärta eller långtråkighet på ett annorlunda sätt. Ibland kan de upplevas inneslutna i sig själva, som att gunga eller vifta med händerna. Andra kastar saker, slår eller biter. Gör en lista över annorlunda sätt att kommunicera hos brukaren!

### Uppgift 5

Fortsätt med samma brukare

När, i vilka sammanhang och med vilka personer kommunicerar personen mest. När verkar brukaren mest nöjd med att kommunicera?



## 2. KOMMUNIKATION

Nu är det dags att skapa en kommunikationsordbok över brukarens kommunikation. Deltagarna får var sitt papper där de fyller i vad personen gör (gester, ljud, kroppsrörelser) eller säger. Sen anges en eller flera tolkningar. Till sist anges hur personal kan stötta och bekräfta brukaren i kommunikationen. Nedan finns en sammanställning över hur en ordbok kan se ut. Be deltagarna sammanställa sina exempel. Diskutera rikedomen i kommunikationen.

Vad gör/säger personen?	Vad det kan betyda	Vad kan du göra?
Gnisslar tänder och slår sig lätt med öppen hand på huvudet.	Brukaren är nöjd och glad, harmonisk i aktivitet.	Finnas tillgänglig på det sätt personen tycker om. Stötta i aktiviteten om det behövs.
Drar upp tröjan och klappar sig på magen.	Vill prata om mat (social interaktion).	Erbjud bilder och prata om mat.
Drar upp tröjan och klappar sig på magen, orolig, vankar.	Hungrig eller törstig.	Erbjud dryck och något att äta.
Drar upprepat i tröjan, går nära personal.	Ber om hjälp, något med kläderna eller annat sinnesintryck upplevs som obehagligt.	Erbjud byte av tröja, massage av huvud eller händer, eller ge dryck.

### Uppgift 6

Sammanställ nu den information ni samlat in kring brukarens kommunikation.

1. Vad behöver utvecklas i miljön så att brukaren har rik tillgång till möjlighet att kommunicera på ett sätt som skapar samhörighet med personal och andra?
2. Titta på det ni sammanställt – finns det något område där brukaren saknar möjligheter att kommunicera? Kan det finnas tillfällen när brukaren behöver berätta att han fryser eller har ont, men saknar bra strategier och istället slår? Hur kan ni hjälpa brukaren att använda andra sätt att kommunicera? Det kan handla om att brukaren får ett kommunikationshjälpmedel, men också att ni blir mer lyhörda för den kommunikation som finns.

Tänk på att kommunikation ska fungera i olika sammanhang. Tillvaron blir enklare för brukaren om han/hon exempelvis kan be om dricka i olika miljöer och i olika aktiviteter. Utvärdera om brukaren kan kommunicera om det som är viktigt för honom eller henne i de olika sammanhang som personen befinner sig i: hemma, dv, olika personal, olika aktiviteter, olika tider på dygnet, osv.

3. Vilka kunskaper behöver ni för att stötta brukarens kommunikation? Hur går ni vidare?

### 3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA

Nu har gruppen samlat ihop en del väsentlig information kring brukaren. Det är dags att påbörja en insamling av systematiska beteendedata och analys av resultaten. För att framgångsrikt arbeta med beteendedata är följande fem steg till hjälp:

**Steg 1:** beskriv beteendet som utmanar

**Steg 2:** samlar beteendedata

**Steg 3:** beskriv möjliga orsaker (hypotes), hur hypotesen kan prövas och utvärderas

**Steg 4:** testa hypotesen och följ upp

**Steg 5:** fortsätt att kartlägga vad som fungerar och gör nödvändiga justeringar

Vi går igenom stegen, med olika exempel. I slutet av materialet finns olika instrument som kan användas för att sammanställa resultat. Använd och anpassa instrument efter behov, beroende på de beteenden som man behöver veta mer om. Det viktiga är att man går från antaganden och upplevelser till fakta. Först då är det möjligt att hitta rätt former för ett anpassat stöd till brukaren.

#### Steg 1

Beskriv objektivt det beteende som orsakar bekymmer. Beskrivningen ska utformas så att:

1. man kan se beteendet framför sig, att det kan visualiseras. Tänk på att vara så konkret som möjligt genom att ange platser där beteendet sker, personer det riktas mot, uttryck det tar sig, osv.
2. det möjligt att sätta tidsramar kring beteendet: antal gånger det inträffar, tidpunkt på dagen eller i månaden, intensitet.
3. alla kan vara överens om att beteendet sker eller inte.

#### Exempel

*Anders kommer med sexuella närmanden mot personalen och hotar dem om han inte får som han vill. Han kan också göra det när han vill slippa undan hushållsyrslor.*

*Emmy slår huvudet mot väggen. Vanligtvis sidan av huvudet, men ibland också bakhuvudet. Hon gör det dagligen och så hårt att det blir bulor eller blåmärken. I perioder slår Emmy huvudet oftare och hårdare än annars.*

#### Uppgift 1

Analysera exemplen. Vilket följer rekommendationerna för en beskrivning som underlag för beteendedata? Skriv om den andra! Analysera nu er egen beskrivning och ändra vid behov!

#### Steg 2

Samla in information om det utmanande beteendet. Använd exempelvis STAR eller något annat formulär som ger information om:

- Vad händer innan beteendet?

### 3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA

- Vad händer under beteendet?
- Vad händer efter beteendet?
- Vad får det för konsekvens för brukaren? Dvs., vad gör personalen för att lösa den akuta situationen? Får brukaren ett glas saft, kommer ur en besvärlig situation, slipper borsta tänderna, osv?

Med hjälp av underlaget, tolka den funktion beteendet har.

Exempel

*Markus kastar möbler när personal kommer in i hans lägenhet. Personalen i boendet känner att det kan bli farligt om någon möbel träffar dem. I gruppen finns det flera som drar sig för att alls gå in till Markus lägre.*

Markus			
Sammanhang	Trigger	Aktivitet	Resultat
Sitter i sin lägenhet	Tina, personal i boendet, kommer in	Markus reser sig och kastar stolen	Tina säger åt Markus att ta upp stolen och hjälper honom att göra det

#### Uppgift 2

Sammanställ resultaten, gärna uppdelade på inre och yttre faktorer. Se också om det med hjälp av beteendedata kommer fram ny kunskap om de individuella varningssignalerna att allt inte står rätt till.

#### Steg 3

Med hjälp av sammanställningarna är det nu dags att formulera troliga orsaker till att beteendet uppstår. Genom sammanställningarna kan det uppstå misstankar att beteendet uppstår med viss tidsmässig regelbundenhet, exempelvis precis innan mat eller beroende på menstruationscykeln. Finns sådana antaganden kan det vara en fördel att i en enkel fil dokumentera tidpunkt för det beteende som utreds.

Detsamma gäller om det tycks finnas samband mellan olika händelser, som att beteendet uppstår de dagar brukaren stigit upp tidigt, eller måndagen efter en längre utflykt på söndagen. Vid sådana antaganden är det viktigt att ta reda på fakta, istället för att anta.

Titta på Markus igen. Finns det något i sammanhanget som gör att Markus tycker att det är svårt att Tina kommer in?

- Tina har inte knackat – Markus är oförberedd.
- Markus vet att Stefan jobbar och blir besviken när Tina kommer in.

### 3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA

- Markus har kommit hem från sin DV, är trött och behöver vara ifred längre innan någon personal stör honom.
- Markus har suttit ensam länge i sin lägenhet och är uttråkad, vilket leder till frustration.

Det är möjligt att steg för steg testa de olika hypoteserna. Vad händer om Markus förbereds på att Tina kommer in? Löser inte det bekymret, kanske Markus är hjälpt av att veta vem det är som kommer och hjälper honom. Det kan också vara så att Markus behöver tid för återhämtning när han kommit hem och möjlighet att kommunicera att han är redo att möta personalen. Eller mer sysselsättning och umgänge med personalen.

Det visar sig nu att vi har för lite information om Markus i sin lägenhet. Kastar han med stolen varje gång personal kommer in? Eller oftast när han kommit hem från DV? Hur länge har han varit i sin lägenhet? Sitter han utan att göra något särskilt, eller är han engagerad i någon aktivitet och vill inte bli störd? Förstår han varför Tina kommer in?

Orsaker till ett utmanande beteende kan bero på svårigheter eller avsaknaden av former för att förmedla sina behov och önskemål. Ett utmanande beteende kan bland mycket annat uttrycka att brukaren:

- söker social kontakt
- undviker krav
- försöker komma ur en för personen obehaglig situation
- har långtråkigt/behöver stöd för aktivitet
- söker sensorisk stimulans/skapar sinnesintryck (peta i ögonen, humma högljutt, bita sig)
- undviker sensorisk stimulans
- få kontroll över sitt eget liv
- minska oro och ångest

Personalens uppdrag är att ta reda på vilket behov beteendet förmedlar. Kastar en person möbler för att få komma ut och cykla t.ex., kan brukaren få stöd att kommunicera sitt behov på ett sätt som är bättre för alla!

#### Uppgift 3

Formulera en hypotes om varför beteendet uppstår. Även denna hypotes ska vara objektiv. Den ska dessutom vara formulerad så att det är möjligt att hitta former av stöd och anpassningar som gynnar brukaren.

Om beteendet exempelvis tycks uppstå när brukaren inte sovit bra på natten kan krav och stöd behöva anpassas sådana dagar. Andra dagar klarar brukaren kanske sina morgonrutiner självständigt, men dagen efter en sömlös natt kan han/hon vara hjälpt av att personalen dukar fram frukosten.

Exempel på hypoteser:

- Beteendet inträffar en viss veckodag. Anledningar kan vara:
  - En viss aktivitet inträffar den dagen, eller har inträffat dagen innan
  - Morgonrutiner är annorlunda just den här dagen

### 3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA

Brukaren går inte till sin dagliga verksamhet eller börjar senare

- Beteendet inträffar en viss tid på dagen. Anledningar kan vara:
  - Brukaren är trött
  - Brukaren är hungrig eller törstig
  - Det har precis varit eller kommer att vara ett personalbyte
- Beteendet inträffar med viss regelbundenhet under månaden. Anledningar kan vara:
  - Beteendet är kopplat till menstruationscykeln
  - Beteendet är kopplat till personalens arbetsschema
  - Beteendet är kopplat till en viss aktivitet

Andra faktorer som behöver utredas med hjälp av systematiska beteendedata är exempelvis sömnvanor, sinnesintryck, fysiska platser, personer.

#### Uppgift 4

Dela in era hypoteser i det som orsakar, det som utlöser och det som bibehåller ett beteende. Orsaken kan exempelvis vara att brukaren sovit för lite, medan den utlösande faktorn är att ljudmiljön är för rörig. En dag då brukaren sovit ut hade samma miljö fungerat bra för brukaren. Det som bibehåller beteendet kan vara att brukaren inte har en strategi för att ändra ljudmiljön.

Notera: utmanande beteenden leder ofta till att man i en personalgrupp vill undvika risker. Det kan leda till att brukaren istället för att få ett anpassat stöd tvingas leva ett avgränsat liv med få aktiviteter. Lugn och säkerhet ur personalens perspektiv blir viktigare än att brukaren får engagera sig i meningsfulla aktiviteter. Om exempelvis en viss aktivitet orsakar ett utmanande beteende innebär det inte att aktiviteten ska undvikas till varje pris. Det kan ju vara en aktivitet som ger brukaren nöje och meningsfullhet. Istället behöver aktiviteten ses över tillsammans med det stöd som ges före, under och efter.

Fortsätt med att beskriva hur hypotesen kan prövas på ett systematiskt sätt, genom anpassningar och förändrat stöd. Ange också hur dessa kan utvärderas.

#### Steg 4

#### Uppgift 5

Nu är det dags att pröva hypotesen genom att göra systematiska förändringar som kontinuerligt följs upp. Gå först igenom exemplet med Bosse.

Exempel

Beteende:

*När Bosse kommer hem slår han någon gång i veckan med knuten hand på personal. Samtidigt hummar han högljutt. Vissa veckor slår han inte alls, andra veckor ett par gånger.*

Hypotes: Personalgruppen antar att Bosse är stressad, eftersom hummandet vanligtvis är ett tecken på stress. Eftersom han bara slår vissa dagar, kan det vara något som har hänt innan. Beteendedata visar att slag är vanligast de dagar Bosse varit och handlat på en stor matbutik i ett närbeläget köpcentrum. När

### 3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA

han handlar på andra ställen inträffar inte slag. Bosses personal kommer fram till två hypoteser.

- Bosse har samma bild för ”att handla” oavsett om han ska till köpcentrumet eller en närliggande mindre matbutik. Bosses kommunikationsstöd kanske behöver bli tydligare, så att han vet om han ska till köpcentrumet eller till matbutiken.
- Det är möjligt att miljön på köpcentrumet är stressande för Bosse.

Slagen kan alltså antingen bero på att Bosse är besviken eller förvirrad om han trott att han skulle åka till den nära matbutiken och istället åkt till köpcentrumet. Med andra ord, otillräckligt anpassad kommunikation. Eller också är köpcentrummiljön för svår för Bosse att hantera.

Förändring och utvärdering:

- Bosse får olika bilder för köpcentrumet och matbutiken. Dessa prövas under tre veckor. Samtidigt samlas beteendedata.
- Visar sammanställningen att detta inte hjälper Bosse kommer Bosse de följande tre veckorna inte att åka till köpcentrumet. Under dessa tre veckor samlas beteendedata, men även information om Bosses humör. Det är viktigt att veta om Bosse påverkas negativt av att inte åka med till köpcentrumet.

Slutsats: Hypotesen att det är miljön på köpcentrumet som är bekymret för Bosse verkar stämma. Sedan han inte åkt dit har hans slag mot personalen när han kommer hem i stort sett upphört. Däremot gjorde det ingen skillnad med ändring av bilder. Bosse är nöjd och glad när andra brukare från boendet åker iväg, så det verkar inte heller vara en aktivitet han saknar.

I exemplet med Markus ovan kan det visa sig att Markus behöver mer återhämtning efter DV. Kanske kan Markus själv visa när han vill få stöd av personal.

#### **Uppgift 5 (forts)**

Planera hur ni prövar hypotesen genom att göra systematiska förändringar som kontinuerligt följs upp!

Strategier kan handla om att förändra i miljön, men också att underlätta för brukaren att lära sig nya strategier och att stötta brukaren på nya sätt så att brukaren får möjlighet att utveckla funktionella strategier. Valda strategier ska vara kopplade till hypoteserna om de bakomliggande faktorerna till brukarens beteende. Var noga med att ange hur länge ni prövar en förändring, vilka beteendedata som ska samlas in under tiden och vem som är ansvarig!

### 3. SYSTEMATISKA BETEENDEDATA

#### **Steg 5**

Fortsätt att utvärdera och följa upp strategier. Fundera över vad som fungerar och varför. Justera och gör ändringar efter behov. Samla och analysera beteendedata vid behov.

#### **Kollaborativ problemlösning (CPS)**

Gå nu tillbaka till övningen om CPS och handlingsplan med stresstermometer. Se över handlingsplanen med hjälp av den nya kunskap ni fått om brukaren med hjälp av systematiska beteendedata!



## 4. FUNKTIONSNEDSÄTTNING

Ett anpassat stöd till personer med utvecklingsstörning och/eller autism måste bygga på fakta om intellektuell funktionsnedsättning och autismspektrum. Vad innebär funktionsnedsättning i vardagen? Vad betyder begreppet ”att kunna”?

**Instrument:** dynamic assessment in practice.

Motto: med ett dynamiskt anpassat stöd kan brukaren ägna sig åt för personen meningsfulla och uppskattade aktiviteter.

### **Kunskapsmål**

- Kunna redogöra för diagnoserna intellektuell funktionsnedsättning och autismspektrum.
- Ha kännedom om hur diagnoserna uttrycker sig i vardagen.
- Ha kunskap om hur stöd kan anpassas dynamiskt, så att personen kan utföra meningsfulla aktiviteter i olika situationer.

### **Färdighetsmål**

- Kunna identifiera hur intellektuell funktionsnedsättning och autism uttrycker sig hos enskilda individer.
- Kunna identifiera situationsanpassat stöd, givet funktionsnedsättningen.
- Kunna bidra till att anpassa stöd på ett dynamiskt sätt.

## 4. FUNKTIONSNEDSÄTTNING

Inför det första tillfället om funktionsnedsättning ska deltagarna ta fram information om diagnoserna autism och utvecklingsstörning.

### Uppgift 1

Gör en lista på det som ingår i diagnoserna utvecklingsstörning och/eller autism!

Berätta hur det påverkar brukaren i vardagen!

Ge exempel på hur ni använder/kan använda kunskapen för att anpassa stödet!

Låt gruppen arbeta utifrån den brukare som är huvudperson för studiecirkeln. På så sätt aktiveras den kunskap de redan har om diagnoserna utan att det behöver kännas alltför teoretiskt. Det är sedan enklare att övergå till de mer formella diagnoskriterierna. Dels bekräftas den kunskap deltagarna har, dels lär de sig nytt.

I kunskap om funktionsnedsättning ingår också kunskap om hur funktionsnedsättningen uttrycker sig hos den enskilde. Då är det nödvändigt att se förbi vanliga feltolkningar av ett beteende.

### Uppgift 2

Gå igenom listan över vanliga feltolkningar (bilaga). Ge egna exempel på uttryck som ni använder, som skulle kunna stå för något annat. Kom ihåg att ibland kan även positiva uttryck dölja misstolkningar. Ett exempel är att utgå från att personen förstår allt som sägs.

Gå sedan över till diagnoskriterierna. Låt deltagarna berätta vad de kommit fram till!

Skriv upp de olika delarna i diagnoserna, gärna på en whiteboard eller ett blädderblock. Guida gruppen så att de kommer så nära en heltäckande beskrivning som möjligt. Komplettera!

## 4. FUNKTIONSNEDSÄTTNING

### Intellektuell funktionsnedsättning

(eller utvecklingsstörning) innebär begränsningar i

- intellektuella funktioner: problemlösning, planering, bedömningar, inläring
- adaptiva funktioner: färdigheter som behövs för att flexibelt kunna hantera vardagslivet.
- Personen utvecklas på ett annorlunda sätt fram till 18 års ålder. I vissa sammanhang sätts gränsen vid 16 års ålder.

### Adaptiva förmågor

De områden och funktioner som speciellt påverkas av att ha en utvecklingsstörning är de så kallade adaptiva förmågorna, dvs. färdigheter att självständigt och flexibelt hantera vardagen.

Kognitiva (begreppsliga) färdigheter:

- planera, prioritera, flexibel problemlösning
- korttidsminne
- språk och kommunikation
- läs- och skrivförmåga
- förståelse för pengar, tid och antal
- förmågan att styra sina egna aktiviteter och handlingar, liksom att förstå och reglera känslor

Sociala färdigheter:

- relationer och socialt ansvarstagande
- rollen man tar i relationer och grupper (social problemlösning)
- självkänsla och –förtroende
- att inte låta sig lurats, att vara försiktig (inte naiv) och att undvika att bli offer
- förmågan att följa regler/lagar

Praktiska färdigheter:

- komplexa aktiviteter i det dagliga livet (handla och laga mat, städa)
- arbetsfärdigheter
- hälsa
- resa/transport
- säkerhet, hantering av pengar
- fritidsaktiviteter

De adaptiva förmågorna kan påverkas positivt av ett gott stöd! Adaptiva förmågor påverkas t.ex. av utbildning, motivation, personlighet, sociala och yrkesmässiga erfarenheter, och eventuell psykisk och fysisk ohälsa.

Kom ihåg att även om en person med intellektuell funktionsnedsättning kan *utföra* en aktivitet, kan personen behöva stöd för att *minnas* hur man gör och *komma igång* med aktiviteten! Ibland räcker orken inte till för att *ta fram kunskap*, *planera* och *utföra*. Med rätt stöd kan och orkar personen mer!

## 4. FUNKTIONSNEDSÄTTNING

### Autismspektrum

Autismspektrum innebär att personen har bekymmer inom 2 huvudområden. En person med autism måste inte ha alla symptom, utan det som anges är exempel på hur diagnosen kan ta sig uttryck i vardagen.

1. Genomgripande begränsningar i social interaktion och social kommunikation.

Exempel är:

Begränsningar i social och emotionell ömsesidighet, vilket kan medföra

- svårigheter att ta sociala kontakter eller en social gränslöshet
- begränsningar i turtagning
- begränsad förmåga att dela intressen och känslor

Begränsningar i icke-verbalt beteende som reglerar social interaktion, vilket kan medföra

- annorlunda ögonkontakt och kroppspråk
- begränsningar i att använda och förstå gester
- begränsningar i ansiktsuttryck

Begränsningar i att utveckla, bibehålla och förstå relationer, vilket kan medföra

- svårigheter med att anpassa beteendet till olika sammanhang
- svårigheter att vara delaktig i fantasilek
- svårigheter att skaffa vänner
- begränsat intresse i jämnåriga

2. Begränsade och repetitiva beteenden, intressen eller aktiviteter

- Stereotyp och repetitiv motorik, användning av föremål eller tal.
- En vilja att allt ska vara lika, genom oflexibelt upprätthållande av rutiner. Fasta mönster för beteende, både verbalt och ickeverbalt.
- Kraftigt begränsade intressen som är ovanliga vad gäller fokus eller intensitet.
- Över- eller underkänslighet vid sinnesintryck

### Uppgift 3

Dela ut tabellerna över diagnoskriterierna. Be deltagarna arbeta två och två och fylla i så mycket som möjligt. Första spalten handlar om hur diagnosen märks i brukarens vardag, andra spalten om stödet anpassas. Be dem koppla ihop med handlingsplan med stresstermometer vad gäller brukarens strategier och det stöd som brukaren kan få att använda sina strategier!

Koppla tillbaka diskussionerna till värdegrund, kommunikation och systematiska beteendedata om gruppen inte gör det spontant.

## 5. ENGAGEMANG I MENINGSFULL AKTIVITET

Erbjuds brukaren möjligheten att vara engagerad i aktiviteter som personen uppskattar, med stöd som är anpassat efter brukarens behov, kommer utmanande beteenden att minska. Dessutom ger det tillfällen att kommunicera kring saker som är viktiga för brukaren. För vissa brukare innebär detta att aktiviteter bör utformas så att personen själv kan utföra sekvenser av handlingar ("följa sitt schema") medan det för andra är viktigt att ha tillgång till social interaktion.

Brukarens självständighet innebär inte alltid att brukaren kan utföra en aktivitet helt på egen hand. Självständighet innebär att brukaren har förståelse för och kontroll över det som händer. Detta lär man inte brukaren genom att lära ut avgränsade färdigheter, utan genom att vara lyhörd för brukarens initiativ.

**Instrument:** Person-centered active support, genomförandeplaner, intensive interaction, positive behavior support, aktivitetsbalans.

### Kunskapsmål

- Ha kännedom om olika arbetssätt och instrument som möjliggör planering av och stöd för meningsfulla aktiviteter inom livets alla områden.
- Ha kännedom hur de olika arbetssätten och instrumenten samverkar för att möjliggöra ett genomtänkt stöd på livets alla områden.

### Färdighetsmål

- Kunna tillämpa kunskap om personens funktionsnedsättning, behov av stöd för kommunikation och aktiviteter i utformningen av ett stöd som täcker behoven i alla sammanhang.
- Kunna följa upp och analysera utfallet på ett sådant sätt att kravanpassning sker fortlöpande och dynamiskt i samspel med den enskilde.

I lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) står det att personer med funktionsnedsättning ska få ett stöd som gör det möjligt för dem att leva som andra. Vi behöver diskutera vad detta innebär för den enskilde. Och vad som är "normalt", vad som är intressant och betydelsefullt för personen med en funktionsnedsättning.

Det är väsentligt att brukaren får möjlighet att engagera sig i aktiviteter som är intressanta för honom/henne i vardagen. Alla människor uppskattar att vara engagerade i sin omvärld och att lyckas med uppgifter. Personer med en utvecklingsstörning och/eller autism behöver ofta omgivningens stöd för att aktiviteter och delar av aktiviteter ska bli tillgängliga och möjliga att genomföra. Stöd att vara aktiv och engagerad är extra viktigt för målgruppen, eftersom de har lättare att umgås genom att göra saker tillsammans än genom att sitta och prata. Social interaktion i gemensamma aktiviteter ger goda möjligheter att öka brukarens livskvalitet.

## 5. ENGAGEMANG I MENINGSFULL AKTIVITET

Skötseln av ett hem eller en daglig verksamhet ger ett rikt underlag för meningsfulla aktiviteter och social interaktion. Det är emellertid inte ovanligt att en personalgrupp hamnar i ytterlägen: antingen sköter personalen allt det praktiska i gruppboenden medan brukarna väntar, oftast oengagerade, sysslolösa. Eller också ställer personalen krav på brukarens ”normalitet”, att utföra alla hushållssysslor själv. I det första fallet missar personal och brukare många tillfällen till social interaktion i meningsfulla aktiviteter. I det andra fallet är risken stor att brukaren använder sin energi till att bemästra uppgifter som är för svåra, att kraven är för höga, och därmed inte har energi över för att göra sådant som är roligt och ger energi. Det gäller att hitta nivån på stöd så att brukaren kan vara engagerad i meningsfulla aktiviteter men också har möjlighet till aktiviteter som ökar livskvaliteten.

### Exempel

*Ingela brukar komma och sätta sig i köket när personalen lagar mat. Hon sitter på en stol och ler lite, gungar och hummar. Ibland ställer sig Ingela nära den som lagar maten och gungar lite. Personalgruppen diskuterar: på vilket sätt skulle Ingela kunna vara involverad i matlagningen? Några i gruppen tycker att det är bättre att personalen lagar maten, det går lite snabbare så, och då blir det tid över för att ge Ingela fotmassage.*

### Uppgift 1

Hur skulle ni resonera? Hur tar ni reda på om Ingela vill laga mat?

Ingela lagar kanske redan mat, genom att stå bredvid personalen. Det är hennes perspektiv som gäller! Hon deltar i en aktivitet hon tycker om. Men hon skulle kanske kunna utföra delar själv, med stöd av personalen. För att komma igång kan hon behöva erbjudas aktiviteter, delmoment i matlagningen. Ingela tycker mycket om att äta grytor och såser. Hon ställer sig nära och tittar på när personalen rör i grytan. Gruppen bestämmer sig för att erbjuda Ingela att hjälpa till att röra.

### Uppgift 2

Diskutera i gruppen hur mycket brukaren ni arbetat kring är engagerad i uppgifter som är meningsfulla för honom eller henne och hur mycket tid som ägnas åt att vänta på stöd medan personalen ska bli klar med andra göromål. Aktiviteter som brukaren ägnar sig åt för återhämtning, som att lyssna på musik eller se en film, slappna av på sängen eller i en fåtölj, räknas som engagerad tid.

Ställ inte krav på ”normalt” engagemang. Personen kan tvätta genom att vara i tvättstugan medan personal fyller maskinen. Klargör därför också hur ni tolkar engagemang i meningsfull aktivitet och social interaktion.

Ibland är man inte överens i personalgruppen om hur mycket personen är engagerad. Hur skulle ni göra för att ta reda på fakta? Gör upp en plan! (Beteendedata, observationer, tidsdokumentation är några exempel.)

### Uppgift 3

Gör en lista på aktiviteter som brukaren tycks vara intresserad av, eller som ni tror att brukaren skulle kunna ha glädje av att vara involverad i. Om brukaren

## 5. ENGAGEMANG I MENINGSFULL AKTIVITET

inte verkar motiverad – var kreativ! Det finns många förklaringar till varför brukaren inte är aktiv. Det kan exempelvis handla om att brukaren inte förstår. Erbjud brukaren erfarenheter på ett för brukaren tryggt och roligt sätt, för att utforska vad som är intressant för honom eller henne!

Beskriv på vilket sätt brukaren kan genomföra aktiviteten och hur stödet utformas. Ett exempel bifogas. Anpassa till brukaren!

Aktivitet	Delmoment	Stöd
Diska	Hälla diskmedel i diskhon och sätta på vattnet. Se på skummet.	Visa flaskan med diskmedel. Dosera diskmedel i äggkopp.
Laga kaffe	Hälla upp kaffe i koppen.	Laga kaffe. Ge muggen till Sixten. När Sixten sätter muggen vid kaffebryggaren håller personal kannan och erbjuder Sixten möjlighet att lägga sin hand på personalens hand och hälla upp sitt kaffe.
Städa	Flytta ner saker från fönsterbrädan och sätta tillbaka dem.  Dra ut sladden till dammsugaren och sätta i kontakten.  Trycka på knappen så att dammsugarssladden dras in igen.	Visa dammtrasan för Sixten. Han tar ner sakerna från fönsterbrädan, personal torkar och Sixten ägnar sig åt att arrangera sina saker igen.  Dra ut sladden en liten bit så att Sixten får tag och visa för honom.  Dra ur kontakten och ställ dammsugaren i hallen. Sixten trycker på knappen.

### Avslutning

Hur upplever ni er kompetens? Ställ er på en skala i rummet, från 1-10. Återkoppla om hur skalan kändes första gången ni gjorde den!

## BILAGOR



## HANDLINGSPLAN MED STRESSTERMOMETER

Handlingsplanen med stresstermometer är ett instrument som synliggör brukarens egna resurser och funktionella problemlösningstrategier, och det stöd som kan ges för att brukaren ska kunna använda sina egna strategier. Handlingsplanen visar också tydligt att stödet måste anpassas till grad av stress hos brukaren. Personer med autism och utvecklingsstörning påverkas precis som alla andra människor vid stress. Ju mer stressad, desto svårare att tillämpa funktionella strategier.

Syftet med handlingsplanen är också att synliggöra de nivåer där brukaren inte har eller har tillgång till några funktionella strategier. Exempelvis kan brukaren gå från något förhöjd stressnivå, Gul nivå 1, till en hög stressnivå, Orange nivå 4, för att personen inte har några strategier vid de andra nivåerna att hålla sig kvar eller sänka stressnivån tillbaka till Gul eller t.o.m. Grön. Det är viktigt att uppmärksamma de låga gula nivåerna! Där finns försignalerna som visar att brukaren behöver stöd att återfinna sin balans. Inom detta område finns rika möjligheter att utforma stödet så att brukarens stress inte behöver eskalera!

Saknar brukaren sådana funktionella strategier för att hantera den stress som en situation orsakar, behöver man lägga upp en plan för hur brukaren kan lära sig lämpliga strategier. Man behöver också tänka igenom vilka redskap som brukaren kan vara i behov av för att bli påmind om sina strategier: sociala berättelser, bilder och föremål är exempel på stöd.

# HANDLINGSPLAN MED STRESSTERMOMETER

Namn \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_

TECKEN		NN kan göra	VI kan göra
Nivå 3			
	Kaos Kan graderas 1,2,3...		
Nivå 2			
	Upprörd Kan graderas 1,2,3...		
Nivå 1			
	Orolig Kan graderas 1,2,3...		
Nivå 0			
	Glad		

## HANDLINGSPLAN MED STRESSTERMOMETER EXEMPEL

TECKEN		EMMA kan göra	VI kan göra
Nivå 3			
Biter sig i handen så det blöder Slår sig i huvudet Slår mot personalen	Kaos Kan graderas 1,2,3...		
Nivå 2			
Ropar högt Svär Slår i dörrar Biter sig i handen Välter stolen	Upprörd Kan graderas 1,2,3...	Sitta ner och andas Ta en paus Be om massage Titta på en favoritfilm Bläddra i en tidskrift Cykla en runda	Uppmana att ta en paus Erbjud tidskriften, massage eller film Fråga om Emma vill cykla Sitt lugnt tillsammans med Emma utan att prata
Nivå 1			
Springer ut från rummet Pratar med sig själv med irriterad röst Slår armbågen i bordet	Orolig Kan graderas 1,2,3...	Fortsätta med aktiviteten Ta en paus Be om hjälp Dricka ett glas vatten	Visa tillbaka till aktiviteten Fråga om Emma vill ta en paus Erbjud ett glas vatten
Nivå 0			
Engagerad i meningsfull aktivitet Följer instruktioner Glada ljud	Glad		Positivt stöd Samtal Sjunga tillsammans

## SAMMANSTÄLLNING AV BETEENDEDATA

### Exempel på sådant som kan utlösa ett beteende

Yttre faktorer	Inre faktorer	Individuella varningssignaler
Personalförändringar Struktur och förutsägbarhet i miljön Aktivitetsnivå i miljön Grad av spänning eller stress i omgivningen Isolering/ensamhet Ljudnivå Mängd stimuli	Smärta Hunger Stress Spänningar Depression Trötthet Frustration Medicinska faktorer (sjukdom, mediciner och deras biverkningar)	Personen drar sig undan Upprepade frågor Ansiktsuttryck förändras Humöret förändras Vandrande Överaktivitet Svårighet att

### Exempel på resultatet av ett utmanande beteende

Vad uppnådde personen?	Hur reagerade personalen?
Tillgång till mat eller önskade föremål  Social interaktion  Komma ur en situation  Uttryck för känslor  Sensorisk återkoppling	Vad gjorde du/ni för att hjälpa personen ner i stressnivå?  Vilka strategier användes (avspänning, avledning, förhandling/överenskommelse)?

## STAR (Sammanhang, Trigger, Aktivitet, Resultat)

Datum och tid	Namn på den som fyller i	<b>Sammanhang</b> Var? Vem var där? Vad hände?	<b>Trigger</b> Vad hände direkt innan?	<b>Aktivitet</b> Vad gjorde personen? Beskriv!	<b>Resultat</b> Vad hände sedan?
		<p>Beskriv var händelsen ägde rum och varifrån brukaren kom.</p> <p>Beskriv miljön (varmt, kallt, antal andra människor, vilka personer, aktivitetsnivå, känslomässiga uttryck).</p> <p>Beskriv vad brukaren gjorde innan händelsen (äta, dricka, titta på TV, läsa, lyssna på musik, umgås med någon).</p>	<p>Beskriv vem som var med brukaren och vad den personen gjorde eller inte gjorde.</p> <p>Ändrades något i brukarens rutiner?</p> <p>Mådde brukaren dåligt/var brukaren sjuk?</p> <p>Försökte brukaren kommunicera något behov/verkade brukaren vilja/be om något?</p>	<p>Beskriv exakt vad som hände. Var specifik: att säga att någon är aggressiv är inte så bra, skriv ”slår personal i sidan med knuten hand”, ”slår bakhuvudet i väggen 3 ggr”.</p> <p>Hur såg beteendet ut, hur lät det, hur kändes det, eventuella lukter.</p> <p>Beskriv på ett sådant sätt att andra kan föreställa sig beteendet eller känna igen det när de själva upplever det.</p>	<p>Vilka steg togs för att de-eskalera?</p> <p>Vilka strategier användes (avledning, visa på annan aktivitet, avslappning)</p>

Tänk på när du dokumenterar:

Dokumentera bara det du själv observerat!

Dokumentera enbart de utmanande beteenden som ni kommit överens om!

Dokumentera så snart som möjligt efter att beteendet inträffat!

## CHECKLISTA FÖR EN KOMMUNIKATIV MILJÖ

- Kan brukaren uttrycka vad han/hon vill göra?
- Vet brukaren vad som kommer att hända under dagen?
- Kan brukaren påverka det som händer under dagen?
- Har brukaren tillgång till kommunikationsstöd/-hjälpmedel (bilder, blockord, föremål, osv)?
- Vet brukaren hur han/hon ska använda sitt kommunikationshjälpmedel (peka, titta på, ge till personalen, osv)?
- Har brukaren behov av förslag på vad han/hon kan kommunicera om (listor, bildkartor, föremål, valtavlor, osv)?
- Har brukaren stöd för att ta initiativ för kommunikation?
- Har brukaren roligt?
- Är brukarens kommunikationsstöd anpassat även till de dagar när han/hon inte mår så bra?
- Är brukaren självständig när han/hon använder sitt kommunikationsstöd?
- Kan brukaren förmedla sig till all personal?
- Kan brukaren förmedla sig i alla miljöer?
- Bygger brukarens kommunikationsstöd på brukarens egna strategier och resurser?
- Bygger brukarens kommunikationsstöd på det som han/hon är intresserad av?
- Har brukaren möjlighet att välja en lugn och avslappnande miljö när han/hon önskar det?
- Har brukaren möjlighet att välja en miljö som lockar till aktivitet när han/hon önskar det?
- Har brukaren möjlighet att avvisa eller säga nej till personal?
  
- Vet personalen hur brukaren använder sitt kommunikationshjälpmedel?
- Är personalen lyhörd för brukarens kommunikation eller försök till kommunikation?
- Delar personalen brukarens intressen?
- Är miljön tillåtande eller möts brukaren ofta av ett nej?
- Tolkar personalen brukarens beteende som ett försök till kommunikation?
- Förstår personalen vad brukaren försöker förmedla?
  
- Inspirerar miljön till aktivitet och kommunikation?
- Ger miljön brukaren stöd att lyckas?

# RÄTTEN ATT KOMMUNICERA

(från Australien)

Du har rätt att:

kommunicera och bli lyssnad på.

bli behandlad som en jämlik deltagare i samtal.

välja ditt sätt att kommunicera på.

uttrycka dina känslor.

begära information, föremål, händelser eller aktiviteter.

avvisa oönskade föremål, händelser eller aktiviteter.

inkluderas i social interaktion.

bli kommunicerad med på ett sätt som är värdigt och meningsfullt.

bli kommunicerad med på ett sätt som är kulturellt och språkligt lämpligt.

bo och arbeta i en miljö som erbjuder möjligheter, gynnar och stödjer din kommunikation.

## STRATEGIER FÖR EN EFFEKTIV KOMMUNIKATION

1. Låt kommunikation ta tid! Personer med autism och/eller utvecklingsstörning behöver tid för att förstå och bearbeta. De behöver tid för att formulera sina tankar och svar.
2. Kommunikation skapar gemenskap och samhörighet. Erbjud möjligheten att umgås i gemensamma aktiviteter som ger tillfälle till social interaktion och kommunikation om roliga saker! Lär känna brukaren, ge brukaren möjlighet att lära känna dig!
3. Tänk på att stress försämrar förmågan hos alla att kommunicera effektivt. Det kan behövas särskilt anpassat kommunikationsstöd för tillfällen med ökad stress. Exempelvis sociala berättelser, hjälpkort, föremål som signalerar avstressande aktivitet, osv.
4. Undvik att tjata! Genom att t.ex. upprepa en fråga avbryter du brukarens tankar, vilket kan leda till att personen får börja om i sin tankeprocess och till frustration. Vänta in svaret och var lyhörd för hur svaret ges.
5. Hjälプ brukaren genom att påkalla och vänta in hans eller hennes uppmärksamhet. Är brukaren upptagen i en aktivitet kan det ta en stund för personen att flytta sin uppmärksamhet till det du vill förmedla. Miljön kan också behöva ändras, bl.a. genom att dra ner på ljudet på tv eller radio.
6. Försäkra dig om att brukaren har det stöd för kommunikation som behövs. Många personer med autism och/eller utvecklingsstörning har svårt att förstå och bearbeta talat språk. Antingen behöver kommunikation ske helt med stöd av bilder, föremål, teckenstöd eller skrivna ord, eller så behöver det talade språket kompletteras.
7. Förenkla kommunikationen, men var noga med att behålla ett vuxenperspektiv. Instruktioner kan ges ett steg i taget, förtydligas med hjälp av kroppsspråk, eller att du visar genom att påbörja aktiviteten.
8. Hjälプ brukaren genom att vara kreativ i dina tolkningar! När brukaren exempelvis säger nej, kan det betyda mer än ett nej. Alternativa tolkningar som behöver utforskas kan vara:
  - Jag förstår inte vad du säger.

- Vänta lite!
- Jag behöver tid att tänka färdigt innan jag svarar.
- Jag vill avsluta den här aktiviteten först.

Och ibland betyder ett nej helt enkelt nej. Hör vad brukaren menar, inte bara vad han/hon säger!

9. Använd miljön som stöd för kommunikationen. Det kan vara enklare att prata om middagen när man är i köket.
10. Instruktioner/information bör vara positiv och ge uttryck för det som personen kan eller ska göra. Istället för att säga ”drick inte så fort”, ”sluta”, ”det är nog nu”, säg ”sätt ner koppen”.
11. Tid kan vara svårt att förstå. Koppla information till händelser under dagen som personen har förståelse för. Istället för att säga ”vi åker till affären sen”, säg ”vi åker till affären efter lunch”. Då kan informationen också förtydligas med hjälp av exempelvis ett bildschema.
12. Om kommunikationen inte fungerar väl, om brukaren upplever frustration eller verkar ointresserad: anpassa krav, ge ökat visuellt stöd, byt bilder mot objekt. Men fundera också igenom om det du tycker är viktigt att kommunicera om upplevs som viktigt för brukaren. Börja med det som brukaren tycker är viktigast för att skapa den känsla av tillit och samhörighet som är grunden för all framgångsrik kommunikation!



## AKTIVITETSBALANS MED KRAVANPASSNING

Återhämtning är en viktig del av livet, att samla energi för att uppleva en god livskvalitet, men också för att orka genomföra sådant som kan vara påfrestande. Vissa aktiviteter ger energi medan andra tar energi. Om man i för stor utsträckning ägnar sig åt sådant som tar energi leder det till stress och utmattning. Och man riskerar att inte ha ork över för sådana aktiviteter som ger energi. Hur vi upplever aktiviteter är olika för oss alla.

Det gäller inte bara aktiviteter som helhet, utan även delmoment. Vissa personer tycker t.ex. att det är besvärligt att komma igång med något, men när de väl är igång är det inga bekymmer att fullfölja. För andra kan det vara helt ok att sortera och stoppa in tvätt i tvättmaskinen, men det blir besvärligt att hänga tvätten. Så även om en aktivitet som helhet verkar ta energi, kan det vid närmare analys visa sig vara vissa delmoment som är extra besvärliga. Får personen ett anpassat stöd vid dessa delmoment, kan upplevelsen av aktiviteten som helhet förändras.

Det är viktigt att personer med utvecklingsstörning och autism får tillfälle att samla energi och ges stöd i att hantera påfrestningar i vardagen. De kan ha svårt för att själva identifiera vad som tar energi och hur de kan anpassa sin dag för att få en balans. Då gäller det att personer i omgivningen är lyhörda för hur olika aktiviteter påverkar personen. Det är också viktigt att analysera aktiviteternas beståndsdelar, så att stödet anpassas efter behov.

Ett sätt att åskådliggöra vardagen kan vara att lista aktiviteter som är vanligt återkommande i ett dags- eller veckoschema. Sen kan de färgas röda (tar energi/skapar stress) eller gröna (ger energi/erbjuder avslappning). Aktiviteterna kan sedan delas upp i viktiga moment och dessa moment färgas röda och gröna.

Därefter är det möjligt att analysera hur stödet utformas och anpassas genom aktiviteterna. Det är också enkelt att se om det är för många röda aktiviteter efter varandra. Då bör man se över ordningen på aktiviteter, eftersom brukaren annars riskerar stress och utmattning och detta i sin tur kan leda till utmanande beteenden. Ibland är det inte möjligt att ändra ordning på aktiviteter. Då måste brukaren få lite extra stöd, för att avlasta och minska stressen, även om brukaren annars skulle kunna genomföra aktiviteten med mindre eller helt utan stöd.

Också uppskattade aktiviteter kan ta energi! Med andra ord, även sådana aktiviteter som brukaren gärna ägnar sig åt kan behöva balanseras, så att det inte blir för många röda aktiviteter på rad.

För att lyckas med en bra aktivitetsbalans genom dagen behövs samverka kring personen!

# AKTIVITETSBALANS MED KRAVANPASSNING

	Huvudaktivitet	Delmoment	Egna förmågor	Stöd
			NN kan göra	Personal kan göra
0100-0600	Sovit gott			
0600-0800	Morgonrutiner	Dusch	Påbörja dusch Duscha	
			Avsluta dusch	
		Rakning	Påbörja rakning Raka	
			Avsluta rakning	
		Kläder	Strumpor	
			Övrigt	
0800-1000	Frukost			
	Transport DV			
	Aktivitet			
	Fika			
1000-1200	Aktivitet			
	Lunch			
	Paus			
1200-1400	Aktivitet			
	Aktivitet			
1400-1500	Fika			
	Förberedelse åka hem			
	Hemfärd			
1500-2000	Aktivitet			
	Förberedelse kvällsmat			
	Kvällsmat			
2000-0100	Kvällsrutiner	Tandborstning		

## VANLIGA FELTOLKNINGAR

Vanliga feltolkningar	Alternativa tolkningar
<p><b>Söker uppmärksamhet</b>                      Brukaren håller sig nära personalen, är fysiskt närgången eller pratar mycket, avbryter andras samtal, retar någon.</p>	<p><b>Skapar relationer</b>  <b>Söker sällskap</b>  <b>Söker stöd eller hjälp</b>  <b>Söker bekräftelse</b></p>
<p><b>Självstimulering</b>                      Brukaren flirpar med fingrarna, gungar, petar sig i ögon eller öron, snurrar, entonigt ljudande.</p>	<p><b>Uttråkad eller överstimulerad</b>  <b>Förmår inte att initiera annan aktivitet</b>  <b>Syndromspecifikt beteende</b>  <b>Ohälsa</b>                      Det är inte säkert att självstimulering är negativa tecken. Att gunga, gnissla tänder eller ljuda kan vara tecken på att brukaren mår bra och är harmonisk! Det kan också vara ett sätt för brukaren att återhämta sig, att vila eller hantera stress.</p>
<p>Självskadande beteende                      Brukaren slår mot huvud eller kropp, slår i väggar, biter sig, petar hål på huden eller drar av sig håret.</p>	<p>Nervositet och oro                      Ångest                      Depression                      Annan psykiatrisk åkomma                      Uttråkad</p>
<p><b>Omedgörlig</b>                      Brukaren gör inte det han/hon blir ombedd att göra eller avslutar inte saker. Ibland upplevs det som att brukaren retas, testar personalen.</p>	<p><b>Inte intresserad</b>  <b>Förstår inte</b>  <b>Kan inte</b>  <b>Trötthet</b></p>
<p><b>Störande beteende</b>                      Brukaren pratar eller ljudar vid olämpliga tillfällen, skriker, stör andras aktiviteter eller tar sönder saker.</p>	<p><b>Orolig, rädd eller stressad</b>  <b>Förstår inte situationen</b></p>
<p><b>Aggressivitet</b>                      Brukaren kastar föremål, slår eller biter andra.</p>	<p><b>Brist på information</b>  <b>Brist på förståelse</b>  <b>Frustrerad</b>  <b>Hotad</b></p>
<p><b>Tvång</b>                      Vill alltid göra samma sak.                      Vill alltid göra aktiviteter i samma ordning.                      Svårt att avbryta aktiviteter.</p>	<p><b>Kraftigt storförtjust</b>  <b>Förstår inte när aktiviteten är slut</b>  <b>Tycker om sina rutiner som ger mening i vardagen</b></p>
<p><b>Klarar inte förändringar</b></p>	<p><b>Behöver förberedelse</b>  <b>Kommunikationsstöd</b></p>
<p><b>Utbrott är en del av personen</b>                      Samlar på sig över tid                      Får regelbundet utbrott                      Får utbrott en gång om dagen                      Måste avreagera sig</p>	<p><b>Saknar strategier för att hantera det som stressar</b>  <b>Saknar stöd för återhämtning</b></p>

## AUTISMSPEKTRUM

Autismspektrum	Brukarens vardag	Anpassat stöd
<b>Begränsad social kommunikation och interaktion</b>		
Begränsad turtagning		
Atypisk socialt närmande		
Begränsad förmåga att skapa och upprätthålla relationer/vänshipsband		
Begränsad emotionell ömsesidighet		
Begränsat gensvar på sociala initiativ		
Begränsning i icke-verbal social kommunikation		
Udda icke-verbal kommunikation (kroppspråk, mimik gester, ljud)		
Svårigheter att förstå gester och annat kroppspråk		
Begränsade ansiktsuttryck		
Svårigheter att tolka ansiktsuttryck		
Använder verbalt språk för att namnge saker eller be om saker		
Bekymmer med komplex social interaktion, ex. hur och när man deltar i ett samtal och vad man kan säga		
<b>Begränsade eller repetitiva beteenden, intressen eller aktiviteter</b>		
Motoriska stereotyper (vifta med händer eller fingrar, gunga)		
Repetitiv eller stereotyp användning av föremål		
Repetitivt eller stereotyp språk		
Upprätthållande av rutiner och ritualer		
Begränsad förmåga att planera och organisera, vilket påverkar		

självständighet		
Ekolali (omedelbar eller fördröjd)		
Begränsad förmåga att byta fokus eller aktivitet		
Oro vid förändringar		
Begränsade intressen som är ovanligt intensiva eller fokuserade		
Över- och/eller underkänslighet för sinnesintryck		

## INTELLEKTUELL FUNKTIONSNEDSÄTTNING

<b>Intellektuell funktionsnedsättning</b>	<b>Brukarens vardag</b>	<b>Anpassat stöd</b>
<b>Begränsade intellektuella funktioner</b>		
Analysera och dra slutsatser		
Problemlösning		
Planering		
Abstrakt tänkande		
Bedömningar		
Akademiskt lärande (läsa, skriva, räkna, tid, pengar)		
Lära av erfarenhet/konsekvenser		
<b>Begränsade adaptiva funktioner för självständighet och social roll</b>		
Kommunikation, språk och läskunskap/symbolförståelse		
Pengar, tid och mängd		
Sociala förmågor, som sociala ledtrådar		
Begränsad förmåga att reglera emotioner		
Begränsad förmåga att organisera och reglera handlingar/anpassa till det situationen kräver		
Socialt ansvarstagande		
Social delaktighet		
Naivitet och lätt att bli lurad		
Social problemlösningsförmåga		
Behov av stöd för självständig livsföring		
Behov av stöd för egen hygien och ex. klädvård, städ		
Arbetsfärdigheter		
Resor/förflyttningar		
Egen säkerhet		
Användning av pengar		
Funktionella rutiner		
Behov av stöd för beslut som rör hälsovård		