



SKEMA TIL UDVIKLING AF FÆRDIGHEDER

HJÆLP TIL IDENTIFIKATION AF,
HVAD VI KAN HJÆLPE MED

Udarbejdet af
Anne-Mette Sohn Jensen
Cand.pæd. i pædagogisk psykologi
www.annemettesohn.dk



Træning af færdigheder

Al pædagogisk arbejde handler dybest set om at træne forskellige færdigheder, så de mennesker, vi arbejder, udvikler evner til at kunne klare de opgaver og situationer, de stilles overfor. Både fagligt, men også i sociale sammenhænge.

I mit arbejde med især lærere og pædagoger efterspørges konkrete redskaber, der kan bruges i hverdagen til at hjælpe med at identificere, hvor vi bedst bruger vores begrænsede ressourcer. Dette er sådan et redskab.

Inspirationskilden kommer fra to forskellige steder. Den primære kilde er den amerikanske psykolog Ross Greene. Han er ophavsmanden til citatet: *Kids do well if they can*. Altså børn gør det bedste, de kan. Jeg udvider og siger, at *alle mennesker gør det bedste, de kan*. I sit mangeårige arbejde med børn og unge med udfordrende og ofte eksplosiv adfærd, har han udviklet et skema til at arbejde med forebyggende problemløsning ud fra en tanke om, at den problemskabende adfærd handler om, at børnene (eller hvem vi nu arbejder med) mangler nogle færdigheder. Han kalder det ALSUP: *Analysis of Lagging Skills and Unsolved Problems*. Eller på dansk AMFUP: *Analyse af Manglende Færdigheder og Uløste Problemer*. Skemaet stammer fra bogen *Det eksplosive barn*, og kan ses på forlagets hjemmeside: www.forlaget-pressto.dk.

Jeg ønsker et mere anerkendende udgangspunkt. Især, hvis vi skal bruge tanken om, at der er færdigheder, børnene mangler, i samarbejdet med forældrene. Jeg ved, som mor til et barn med en del manglende færdigheder, at det negative fokus er med til at bekræfte en fortælling om, at der er meget, barnet ikke kan. Med skemaet her ønsker jeg at vende de manglende færdigheder til et mere udviklende perspektiv, som handler om at træne færdigheder, som barnet ikke har udviklet - endnu og med hjælp fra os.

Den anden inspirationskilde har jeg fundet i min viden om eksekutive funktioner i hjernen. Altså de udførende funktioner, som styres af hjernens evne til at tage initiativ, tænke fleksibelt og socialt, styre opmærksomhed og bearbejde informationer. Således handler mange af punkterne i skemaet om udvikling af eksekutive funktioner.

Skemaet anvendes både som et arbejdsredskab og udgangspunkt for diskussion. Dels mellem kolleger, men også i samarbejdet med forældre og pårørende. Det er således ikke en facitliste. Ved systematisk anvendelse vil skemaet også fungere som dokumentation af, at der sker en udvikling. At de færdigheder, som for noget tid siden skabte de største adfærdsmæssige udfordringer, nu har udviklet sig.

Der er 35 forskellige udsagn i skemaet, og det er klart, at der efter identifikation må ske en prioritering. Nogle punkter overlapper og minder om hinanden og kan som sådan behandles samlet, men jeg har fastholdt flere forskellige beskrivelser af det samme for at udvide det faglige ordforråd og komme med forskellige perspektiver på adfærd.

Jeg anbefaler, at man prioriterer de tre vigtigste færdigheder, som har brug for træning til at starte med. Når disse er udvalgt, skal man gå meget konkret til værks. Altså finde de specifikke situationer, hvor netop denne færdighed kan trænes, og hvor vi kan hjælpe med at udvikle nye strategier for handling.

Rigtig god fornøjelse med arbejdet. Jeg modtager gerne tilbagemeldinger i arbejdet med skemaet, så jeg kan videreudvikle til fremtidig brug.



Udviklingskema til færdighedstræning

_____ har brug for hjælp til at:

1	håndtere forandringer og skift	
2	omsætte følelser på en hensigtsmæssig måde	
3	planlægge og gøre ting i en logisk rækkefølge	
4	forstå, at ens adfærd påvirker andre	
5	have tidsfornemmelse	
6	holde fokus generelt	
7	reflektere over flere tanker samtidigt	
8	beregne konsekvenser af egne handlinger	
9	udtrykke følelser, behov og tanker	
10	forstå, hvad der bliver sagt	
11	håndtere, når noget bliver svært eller frustrerende	
12	se gråtoner, og ikke tænke sort/hvidt	
13	håndtere usikkerhed og uforudsigelighed	
14	prøve noget nyt	
15	gennemføre en plan med hensyntagen til egne og andres behov	
16	give slip på den oprindelige idé	
17	justere planen og tage højde for nye ting	
18	være fleksibel og mindre fordomsfuld	
19	tolke sociale signaler	
20	se ting fra andres perspektiv og anerkende andres synspunkter	
21	vælge mellem forskellige løsninger på problemer	
22	afvige fra regler og rutiner	
23	tage initiativ til leg og samtale, få og fastholde kontakt eller anden social interaktion	
24	håndtere sensoriske udfordringer	
25	håndtere motoriske udfordringer	
26	gøre tingene på en anden måde	
27	behovsudsætte	
28	kontrollere følelsesladede reaktioner og tænke mere rationelt	
29	påkalde sig opmærksomhed på en hensigtsmæssig måde	
30	fastholde fokus på en udfordrende eller kedelig opgave	
31	forstå, hvordan han/hun bliver opfattet af andre	
32	huske, hvad han/hun skal gøre	
33	omsætte tanke til handling	
34	komme i gang med opgaver	
35	lukke af for forstyrrelser	



De forskellige udsagn kan grupperes ud fra følgende:

- Følelser, tanker, udtryk: 2, 7, 9, 11, 24, 28, 33
- Fleksibilitet og omstilling: 1, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 21, 22, 26
- Styring af opmærksomhed: 3, 5, 6, 27, 30, 32, 34, 35
- Socialt: 4, 8, 10, 15, 19, 20, 23, 25, 29, 31

Et eksempel:

Morten er en dreng på 8 år i 2. klasse. Han rejser sig ofte fra sin plads, når hele klassen sættes i gang med en opgave, de skal arbejde med hver for sig. Nogle gange spørger han læreren om, hvad han skal lave. Andre gange bruger han energi på at spidse blyant, snakke med sidemanden eller bede om at komme på toilettet. Han kan blive forstyrrende for nogle af de andre elever i klassen, som tysser på ham og beder ham sætte sig, men han kan tilsyneladende ikke selv forstå, at hans adfærd påvirker de andre. Jo mere læreren beder ham sætte sig og gå i gang, jo oftere rejser han sig. Ind i mellem er konsekvensen, at han bliver bedt om at gå ud på gangen og lave opgaver, så han ikke forstyrrer de andre elever. Det kan resultere i, at han i stedet går ud på legepladsen.

Ud fra det korte eksempel identificerer jeg, at Morten har brug for hjælp til:

1. håndtere ændringer og skift (F)
3. planlægge og gøre ting i en logisk rækkefølge (O)
4. fastholde fokus på en udfordrende eller kedelig opgave (S)
6. holde fokus generelt (O)
8. beregne konsekvenser af egen handlinger (S)
10. forstå, hvad der bliver sagt (S)
11. håndtere, når noget bliver svært eller frustrerende (F)
15. gennemføre en plan med hensyntagen til egne og andres behov (S)
19. tolke sociale signaler (S)
20. se ting fra andres perspektiver og anerkende andres synspunkter (S)
27. behovsudsætte (O)
29. påkalde sig opmærksomhed på en hensigtsmæssig måde (S)
30. forstå, at ens adfærd påvirker andre (O)
31. forstår, hvordan han bliver opfattet af andre (S)
32. huske, hvad han skal gøre (O)
34. komme i gang med opgaver (O)
35. lukke af for forstyrrelser (O)

Når jeg ser på svarene i forhold til grupperinger, har Morten især brug for hjælp til at styre opmærksomhed og agere hensigtsmæssigt socialt.

Min vurdering vil være, at hvis jeg hjælper ham med styring af opmærksomhed, så han bedre kan håndtere at lave opgaven, vil de sociale forstyrrelser overfor de andre elever blive mindre i denne situation.

Måder, jeg kan hjælpe Morten, er ved at sikre mig, at han forstår, hvad opgaven går ud på. Jeg kan hjælpe ham med at planlægge rækkefølge, opgaven skal løses i, evt. kun give ham en mindre del af opgaven ad gangen og overveje om belønning kan være en metode til at hjælpe ham med at holde fokus.