

## ENAS OM EN KONSEKVENT STRATEGI FÖR ATT HANTERA BETEENDEN

Det här kapitlet har två avsnitt som förklarar vikten av att utveckla en konsekvent strategi för att hantera beteendet hos barn med ADHD. Det första avsnittet handlar om konsekvens i skolmiljö. Det följs av ett avsnitt om vikten av en konsekvent strategi från föräldrarnas/vårdnadshavarnas sida. Detta ska ses som en resurs med råd till både skolan och föräldrar/vårdnadshavare för att de ska kunna visa upp en enad front.

### I SKOLAN

Att hantera beteende på ett konsekvent sätt kan vara svårt i skolan, eftersom flera lärare kan vara inblandade. Det kan vara speciellt svårt för barn med ADHD, som behöver tydliga gränser.

Skolan ska hjälpa till att säkerställa en konsekvent strategi för beteendehantering genom:

- Att fastställa tydliga riktlinjer och rutiner i skolan för att vägleda lärare och barn.
- Att ha bra personalstöd och tydlig kommunikation.
- Konsekvens och en bra hanteringsstrategi från lärare.



- Att skapa goda relationer mellan skolpersonal, föräldrar/vårdnadshavare och elever redan före skolstarten.

Lärare kan få mycket hjälp från föräldrar/vårdnadshavare då det gäller att skapa en välstrukturerad och fungerande strategi för beteendehantering i skolan.



### Skapa en struktur för att hantera barnets beteende i skolan

Barn med ADHD mår bra av välkända rutiner och strukturer. Hanteringen av barnets beteende bör därför ingå som en del av en strategi som tillämpas före, under och efter skoldagen.



Det är viktigt att lärarna enas om en konsekvent strategi för hantering av beteenden.

- ✓ **Förstärk positivt beteende.** Positiv feedback för gott uppförande kan uppmuntra barnet att upprepa beteendet samtidigt som den förstärker barnets självkänsla och ökar motivationen.
- ✓ **Låt dåligt uppförande få konsekvenser.** Sätt upp tydliga gränser för vad som är oacceptabelt beteende. Vidta de utlovade åtgärderna om oacceptabelt beteende förekommer.
- ✓ **Agera snabbt.** Feedback, såväl positiv som negativ, har bäst effekt om den ges omedelbart efter beteendet har ägt rum.
- ✓ **Ge inte upp.** Kom ihåg att det kan ta tid att förändra ett beteende, och att det kan vara svårt att uppnå resultat.



Det är också viktigt att läraren har ett konsekvent förhållningssätt till vad som är ett acceptabelt beteende i klassrummet och under skoldagen. Detta inkluderar att ge alla barn beröm när de uppför sig väl, till exempel:

- Följer de regler och instruktioner som ges.
- Genomför sitt arbete korrekt och prydligt.
- Arbetar tyst.
- Håller bänken ren och välstädd för att minimera antalet störningsmoment.

#### Upprätthålla en struktur för att hantera beteende i skolan

Beteendehantering kan bli mer effektiv om skolan har ett välplanerat arbetssätt för detta.



Det är viktigt för alla lärare som undervisar barn med ADHD att samtala om de framsteg som barnet gör i skolan, till exempel:

- ✓ Vad verkar fungera bäst för respektive barn?
- ✓ Barnets attityd till och beteende i samband med olika ämnen.
- ✓ Barnets attityd och beteende mot olika lärare.
- ✓ Beteende mot andra barn och förmågan att skapa och behålla vänner.
- ✓ Exempel på hur man får och behåller uppmärksamhet.
- ✓ Andra särskilda utmaningar som man behöver ta itu med.

#### Möte för att enas om en konsekvent strategi för att hantera ett enskilt barns beteende i skolan



Den här diskussionsguiden är avsedd att stödja lärare när de träffas för att komma överens om hur man bäst hanterar beteende i skolan. Här finns förslag på viktiga områden och frågor att begrunda.

Varje del i diskussionsguiden kan skrivas ut och fyllas i för hand, eller fyllas i direkt på skärmen. Föräldrar/vårdnadshavare vill kanske samtala om sina tankar och intryck före mötet.

#### Diskussionsguide för barnets klasslärare/mentor: Förberedelser inför mötet



- Bestämma vilka tillgängliga resurser som kan användas för beteendehantering.
- Etablera erfarenhet av ADHD i hela skolan.
- Enas om en enhetlig strategi för beteendehantering.

#### Åtgärder

- Fastställa vilka barnets specifika behov är.
- Undersöka vilka resurser som finns tillgängliga för att upprätthålla en konsekvent strategi för att hantera beteende.
- Identifiera vilka aspekter som det är bäst att fokusera på för att bemöta utmaningar.



- Fastställa vilken erfarenhet lärarna har av att hantera barnets beteende på ett konsekvent sätt – tidigare eller på lunchraster. Vilken kunskap om framgångsrika tekniker kan lärarna dela med sig av?
- Fundera på potentiella hinder som skolans arbetsgrupp står inför samt på stöd från föräldrar.
- Hur kan skolans arbetsgrupp bäst samarbeta för att beteendehantering ska fungera under raster och andra stunder utanför klassrummet.

#### Utmaningar



- Se till att alla lärare förstår barnets behov och att det inte finns några förutfattade meningar eller missuppfattningar.
- Säkerställ att alla lärare förstår vikten av en konsekvent strategi och varför det är nödvändigt att tillämpa den i alla situationer.

#### Frågor



- Förstår alla varför det är viktigt med en konsekvent strategi?
- Vilka synpunkter har de andra lärarna på en konsekvent strategi för beteendehantering?
- Vilka strategier tycker de andra lärarna att man ska använda för att hantera beteende?
- Har andra lärare någon relevant erfarenhet av strategier för beteendehantering?
- Vilka rutiner skulle fungera bäst vid utbyte av information och feedback?

#### Diskussionsguide för andra lärare: Förberedelser inför mötet

##### Mål

- Fastställ vilken erfarenhet skolan har av ADHD.
- Diskutera ADHD med de andra lärarna.
- Enas om en enhetlig strategi för beteendehantering.

##### Åtgärder

- Förstå skolans riktlinjer gällande hantering av beteende som mobbning.
- Fastställ vilka behov barnet med ADHD har, och vad som har gjorts hittills.
- Diskutera och fastställ vilka prioriteringar som ska gälla vid hanteringen av detta barns beteende. Finns det situationer där en samordnad strategi från hela arbetsgruppen skulle kunna göra nytta?
- Besluta om vilken information eller erfarenhet som skulle kunna göras tillgänglig för andra lärare i skolan, i syfte att underlätta konsekvens och att förbättra beteendehantering.
- Hur kan man bäst uppnå en konsekvent strategi när barnet med ADHD får hjälp av en lärarassistent?



## Utmaningar



- Att enas om vilka åtgärder som ska prioriteras och hur man ska tillämpa den konsekventa strategin i olika situationer.
- Att enas om hur man ska vara konsekvent om en lärarassistent eller annan personal har kontakt med barnet.

## Frågor



- Har skolan erfarenhet av att tillämpa en konsekvent strategi för beteende hos barn med ADHD?
- Vad anser skolan vara prioriteringarna för en konsekvent strategi för alla lektioner utan strukturerad inläring?
- Hur kan föräldrarna/vårdnadshavarna bäst stödja skolan i tillämpningen av en konsekvent strategi?
- Hur kan konsekvens upprätthållas mellan läraren och lärarassistenten?
- Hur ofta ska läraren diskutera hur strategin för beteendehantering fungerar?

## Diskussionsguide för klassläraren/mentorn och andra lärare: Under mötet Målsättningar



- Fastställa prioriteringar för att skapa och upprätthålla en konsekvent strategi.
- Komma överens om hur ofta lärarna bör återkoppla inbördes om barnets beteende för att säkerställa att beteendet förbättras.
- Hur kan lärarna och annan skolpersonal upprätthålla en enhetlig strategi gentemot barnet med ADHD?
- Vilka delar i strategin säkerställer en "enad front" när det gäller till exempel tillrättavisningar och belöningssystem?
- Tillämpning av strategin och uppföljning.
- Hur ofta ska lärare återkoppla till varandra och vilken kommunikationsmetod ska användas med föräldrar/vårdnadshavare.

## Utmaningar



- Enas om hur konsekvens ska upprätthållas mellan lärare och annan personal.
- Vilka delar i den konsekventa strategin säkerställer en "enad front" när det gäller till exempel tillrättavisningar och belöningssystem.
- Inrätta ett system för regelbunden feedback som involverar föräldrar/vårdnadshavare.

## Frågor



- Har andra barn i skolan behov av beteendehantering?
- Vilka utmaningar står skolan inför när det gäller att upprätthålla ett enhetligt förhållningssätt?
- Hur ofta kan återkoppling ske mellan lärarna för att deras strategi ska finjusteras?

## Åtgärder

- Enas om ett tidsschema för dessa åtgärder och bestäm hur framsteg ska utvärderas.
- Kom överens om vem som ska göra en sammanfattning av mötet med åtgärds punkter samt se till att skolans personal får ta del av den.

## Åtgärder efter mötet

- Gör en sammanställning av de överenskomna åtgärds punkterna.
- Utför alla överenskomna åtgärder för att hålla det tidsschema som diskuterats.
- Säkerställ att all relevant information vidarebefordras på överenskommet sätt.



- Upprätthåll en konsekvent strategi för barnets beteende i skolan.
- Upprätthåll rutiner för regelbunden återkoppling mellan all skolpersonal gällande barnet med ADHD och tekniker som visat sig fungera bra.
- Upprätthåll den regelbundna återkopplingen mellan skolan och föräldrarna/vårdnadshavarna.

## MELLAN FÖRÄLDRAR/VÅRDNADSHAVARE OCH SKOLAN

Att tillämpa en konsekvent strategi för beteendehantering hemma och i skolan kan hjälpa lärare och föräldrar/vårdnadshavare att bli bättre på att förstå de styrkor och utmaningar som förknippas med ett barns beteende. Det kan också få barnet att förstå att lärarna och föräldrarna kommunicerar med varandra och är eniga i fråga om viktiga regler och förväntningar.



### Gemensamma strategier för att hantera ett barns beteende hemma och i skolan

Viktiga strategier som kan användas hemma och i skolan kan innefatta att:

- ✓ **Vara konsekvent.** Att klargöra att samma förväntningar på beteendet gäller både hemma och i skolan.
- ✓ **Förstärka positivt beteende.** Positiv feedback för gott uppförande hemma eller i skolan kan uppmuntra barnet till att fortsätta uppföra sig bra, samtidigt som barnets självkänsla förbättras.



- ✓ **Tydligt visa vilka konsekvenser dåligt uppförande medför.** De konsekvenser som olämpligt uppförande medför ska vara konsekventa och relevanta. De ska också förmedlas på ett tydligt sätt till barnet så att han/hon förstår orsakssambandet.
- ✓ **Agera omedelbart.** Både gott och olämpligt uppförande måste tas itu med direkt, så att barnet kan göra en tydlig koppling mellan beteende och reaktionen.
- ✓ **Ge feedback.** Frekvent feedback på alla aspekter av ett barns beteende kan hjälpa barnet att förstå positiva och negativa konsekvenser av en handling och exakt vad han/hon har gjort för fel.
- ✓ **Säkerställa upprepning.** Barn med ADHD behöver upprepning för att verkligen förstå konsekvenserna av lämpligt respektive olämpligt uppförande. Detta bör vara konsekvent mellan skolan och hemmet.
- ✓ **Förändra belöningar och konsekvenser efter behov.** Var flexibel och förändra efterhand belöningarna och konsekvenserna för beteende för att hjälpa till att stimulera barnet och förhindra långtråkighet.
- ✓ **Ge inte upp.** Det kan ta tid att förändra ett barns beteende, såväl hemma som i skolan. Uthållighet är därför väsentligt för långsiktig förändring.

Om ett barn inte lyssnar på en lärare eller förälder/vårdnadshavare föreslås följande strategier:

- ✓ Ge tydliga instruktioner så att ingen osäkerhet eller missstolkning uppstår.
- ✓ Försök att använda humor för att ändra humöret från arg eller sur till glad.
- ✓ Låt dig inte dras in i en konfrontation med barnet. Upprepa bara instruktionerna och vad konsekvenserna blir om instruktionerna inte följs.
- ✓ Om du är ensam med ett barn, är en bra teknik att ta reda på vad som besvärar honom/henne att lugnt upprepa uttalanden som: Tala om vad som är fel så att jag kan hjälpa dig. Du talar, jag lyssnar. Tala om vad som besvärar dig, jag lyssnar.

Några tips för hantering av konfrontationer med barnet:

- Använd ett icke-hotfullt kroppsspråk (kroppen åt sidan, öppna armar).
- Undvik hotfulla handgester (peka), ansiktsuttryck och tal (ryta, anklaga).
- Dämpa och trappa ner – använd humor, byt samtalsämne.
- Erbjud stöd på ett lugnt sätt.... "Hur kan jag hjälpa dig?" "Jag lyssnar".

### Förmedla feedback



Gemensamma strategier för att hantera beteende kan fungera mer effektivt om det finns en nära och positiv relation mellan föräldrarna/vårdnadshavarna och skolan samt regelbunden feedback. Detta kan hjälpa både föräldrarna/vårdnadshavarna och skolan att:

- Förmedla vad som fungerar bra.
- Anpassa mål för beteendet.
- Säkerställa större konsekvens i strategier för bästa gensvar.
- Skapa en starkare relation.

Feedback kan förbättras om:

- Man kommer överens om den kommunikationsmetod som fungerar bäst för alla parter, till exempel telefon, sms, e-post eller personligt möte.
- Man kommer överens om hur ofta feedback ska ges.
- Lärare låter såväl positivt som negativt beteende komma till föräldrarnas/vårdnadshavarnas kännedom.
- Dela med dig av nya strategier som har gett positiva resultat



### Träffas för att komma överens om en konsekvent strategi för beteendehantering hemma och i skolan



Den här diskussionsguiden är avsedd att stödja lärare och föräldrar/vårdnadshavare när de träffas för att komma överens om hur man bäst hanterar beteende hemma och i skolan. Här finns förslag på viktiga områden och frågor att begrunda.

Varje del i diskussionsguiden kan antingen skrivas ut och fyllas i för hand, eller fyllas i direkt på skärmen. Föräldrar/vårdnadshavare och lärare vill kanske samtala om sina tankar och intryck före mötet.

#### Diskussionsguide för lärare: Förberedelser inför mötet

##### Mål



- Enas om en enhetlig strategi för beteende hemma och i skolan.
- Bekräfta de målsättningar för beteende som ni kan enas om med barnets föräldrar/vårdnadshavare.
- Hitta ett regelbundet sätt att ge feedback.
- Enas om att omedelbart tala om för föräldrarna om något oväntat inträffar.
- Vara öppen för rimliga önskemål och tänka över tidsscheman och vem som ska göra vad.

### Åtgärder



- Lista prioriteringar för gott uppförande för det enskilda barnet.
- Hantera föräldrarnas/vårdnadshavarnas förväntningar.
- Bestäm lämpligt intervall för feedback till föräldrar/vårdnadshavare.
- Hantera relationen mellan föräldrar/vårdnadshavarna och skolan, för att uppnå en konsekvent och effektiv strategi.
- Diskutera hur föräldrarna kan belöna gott uppförande och hantera dåligt uppförande hemma.
- Lyssna på och bekräfta föräldrarna/vårdnadshavarna, och låt dem uttrycka sig utan att bli avbrutna.
- Fråga föräldrarna/vårdnadshavarna vad de tror att de behöver för att lösa eventuella problem.
- Tacka föräldrarna/vårdnadshavarna och påminn dem om att du har deras barns bästa för ögonen.



## Utmaningar



- Enas om den lämpligaste och mest konsekventa strategin.
- Försäkra föräldrarna/vårdnadshavarna om att skolan kommer att agera ändamålsenligt och konsekvent beträffande barnets beteende.
- Komma överens om liknande konsekvenser för gott respektive utmanande uppförande.
- Ge regelbunden feedback till föräldrar/vårdnadshavare.

## Frågor



- Vilken strategi kan vi komma överens om för att upprätthålla ett konsekvent förhållningssätt hemma och i skolan?
- Vilka förväntningar har föräldrarna på skolan då det gäller att upprätthålla konsekvens?
- Finns det några speciella detaljer i barnets beteende som man bör fokusera på, baserat på föräldrarnas upplevelse i hemmet?
- Har barnet uppfört sig väldigt annorlunda hemma jämfört med i skolan när det gått på någon annan skola?
- Vilka är de största utmaningarna när det gäller att hantera barnets beteende hemma?
- Vad har tidigare lärare fokuserat på för att hantera barnets beteende?

## Diskussionsguide för föräldrar: Förberedelser inför mötet

### Mål



- Ge lärarna din åsikt om hur beteende bör hanteras.
- Lyssna på lärarnas erfarenhet av ADHD.
- Enas om en enhetlig strategi för att hantera beteendet hemma och i skolan.
- Försäkra dig om att regelbunden feedback kommer att ges.

### Åtgärder



- Bekräfta dina förväntningar på skolan i fråga om att upprätthålla en konsekvent strategi för att hantera beteende.
- Lista prioriteringar/åtgärder för att upprätthålla en konsekvent strategi för att hantera beteende.
- Bestäm hur ofta du skulle vilja ha feedback från skolan.
- Bidra med information som underlättar en överenskommelse med skolan om en konsekvent strategi.
- Berätta om dina framgångar i hanteringen av gott respektive dåligt uppförande hemma och hur dessa strategier kan tillämpas i skolan.

## Utmaningar



- Att upprätthålla ett konsekvent förhållningssätt mellan hemmet och skolan.
- Att etablera en rutin för regelbunden feedback.

## Frågor



- Vilka gemensamma strategier kan vi enas om beträffande beteende?
- Har skolan någon erfarenhet av att arbeta med andra föräldrar/vårdnadshavare då det gäller att hantera ADHD-relaterat beteende?
- Vilka är, enligt skolans mening, de svåraste aspekterna då det gäller att upprätthålla en konsekvent strategi?
- Hur ofta bör feedback om ditt barns beteende ges och vilken kommunikationsmetod är bäst?
- Kan skolan försäkra dig om att den ska sträva efter att upprätthålla en konsekvent strategi?
- Kan ni komma överens om gemensamma mål för beteende?

## Diskussionsguide för lärare och föräldrar/vårdnadshavare: Under mötet



- Enas om viktiga områden att fokusera på för att upprätthålla en konsekvent strategi.
- Bestäm vad som ska prioriteras när det gäller att skapa och upprätthålla en konsekvent strategi.
- Bestäm vilken roll föräldrar/vårdnadshavare ska ha för att stödja skolan.
- Fastställ hur ofta feedback ska ges och på vilket sätt man föredrar att kommunicera.

## Utmaningar



- Att försäkra föräldrarna/vårdnadshavarna om att skolan kommer att sträva efter att upprätthålla en konsekvent strategi för att hantera barnets beteende.
- Att fortsätta att ge feedback med bestämda intervall.

## Frågor



- Hur prioriterar skolan de åtgärder som vidtas i syfte att förbättra barnets beteende?
- Vilka är barnets starka och svaga sidor när det gäller beteende?
- Har det varit några skillnader tidigare mellan beteende hemma och i skolan?
- Hur ofta vill föräldrarna/vårdnadshavarna få feedback?
- Hur ofta kan skolan ge feedback?
- Vilket stöd eller vilken information kan föräldrarna/vårdnadshavarna bidra med för att hjälpa till att upprätthålla en konsekvent strategi?

## Åtgärder



- Enas om vad läraren och föräldrarna ska göra, till exempel ge ytterligare information som kan hjälpa skolan.
- Enas om ett tidsschema då dessa åtgärder ska genomföras.
- Komma överens om när den gemensamma strategin för att hantera beteende ska börja tillämpas.
- Komma överens om vem som ska göra en sammanfattning av mötet med alla åtgärds punkter.

## Åtgärder efter mötet



- Gör en sammanställning av de överenskomna åtgärds punkterna.
- Utför alla överenskomna åtgärder för att hålla det tidsschema som diskuterats.
- Säkerställ att all relevant information vidarebefordras på överenskommet sätt.
- Upprätthåll en konsekvent strategi gällande gott respektive dåligt uppförande och anpassa strategin efter vad som krävs.
- Ge regelbunden feedback enligt överenskommelse.
- Upprätthåll en konsekvent strategi även om barnets lärare och föräldrarnas huvudkontakt i skolan slutar.