

POSITIVT BETEENDESTÖD

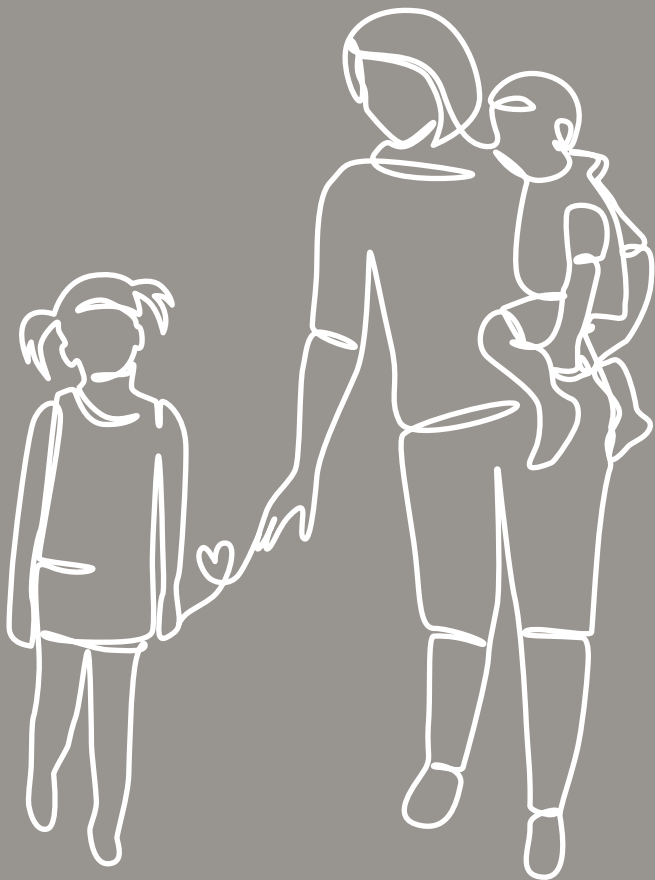
PBS | FAMILJEARBETE



REDAKTÖR
Malin Angberg

INNEHÅLL

INLEDNING	4
Positivt beteendestöd i arbete med familjer	5
DEL 1	6
Introduktion till positivt beteendestöd	7
Ett långsiktigt och individanpassat stöd	8
Positivt beteendestöd i skolan	10
Vad är problematiska beteenden?	13
Grundläggande principer och begrepp inom PBS	20
Vanliga utmaningar	31
DEL 2	36
Att arbeta utifrån PBS i familjearbete	37
Trygghet, delaktighet och samarbete - grunden för förändring	38
Att sätta mål som skapar riktning	40
Att kartlägga och analysera beteenden	44
Mall för funktionell kartläggning	64
Ta fram en beteendestödsplan	69
Att arbeta utifrån planen	103
DEL 3	110
Att stötta föräldrar i en krävande vardag	111
Stress och återhämtning - en nyckel till balans	112
Hantera starka känslor - stå stadigt i svåra stunder	113
SLUTORD	119
ORDLISTA	120
REFERENSER	124



INLEDNING

POSITIVT BETEENDESTÖD I ARBETE MED FAMILJER

Att vara förälder kan vara en av de mest givande men också mest utmanande rollerna i livet. I många familjer är vardagen fylld av glädje, men också av situationer där barnet kan ha svårt att uttrycka sina behov eller där beteenden blir en källa till stress och konflikt. I sådana stunder kan stöd från professionella göra stor skillnad – inte genom att peka ut fel, utan genom att tillsammans med familjen hitta hållbara lösningar.

Den här boken är skriven för dig som i ditt arbete möter och ger stöd till föräldrar eller andra vuxna omsorgspersoner. Den riktar sig särskilt till de familjer där barnets beteenden utmanar och där ditt uppdrag är att hjälpa föräldrarna att förstå och hantera dessa beteenden. Kanske arbetar du inom socialtjänsten, familjehem, HVB eller andra verksamheter där barns och föräldrars samspel är i fokus. Boken kan också vara värdefull för dig som arbetar inom BUP, habilitering eller annan vård och omsorg där barns beteenden och utveckling är en central del av arbetet.

Positivt beteendestöd (PBS) är en evidensbaserad metod med rötter i tillämpad beteendeanalys. Metoden har ett tydligt fokus på kartläggning, analys och implementering av långsiktiga lösningar. Genom att förstå varför ett beteende uppstår och hur omgivningen påverkar det kan vi hjälpa både barn och föräldrar att hitta strategier som fungerar inte bara i stunden – utan på lång sikt.

Målet med den här boken är att ge dig konkreta verktyg och en grundläggande teoretisk förståelse för att arbeta med positivt beteendestöd i en familjekontext.

Vi hoppas att du ska få nytta av boken i ditt arbete och att den kan bidra till en mer hållbar och positiv vardag för de familjer du möter.



DEL 1

INTRODUKTION TILL POSITIVT BETEENDESTÖD

Att vara förälder kan vara en utmaning i sig. Att vara förälder till ett barn som utmanar kan leda till att man behöver stöttning i sitt föräldraskap. När stödet är strukturerat, målorienterat och möjligt att utvärdera ökar förutsättningarna för att komma till rätta med de utmaningar som finns. I den här boken får du en introduktion till positivt beteendestöd och på vilket sätt metoden kan användas i insatser som riktas till familjer.

Här kan du läsa om hur problemskapande beteenden kan förstås och hur positivt beteendestöd kan användas för att komma till rätta med de utmaningar som uppstår. Genom att kombinera kunskap och engagemang med en tydlig metod för att stödja föräldraskapet ökar möjligheterna att göra skillnad i familjers liv.

För att lyckas med arbetet utifrån PBS är det viktigt att förstå tillämpningen av metoden, annars finns det risk att den blir verkningslös och därigenom även oetisk att använda. Förutom att läsa den här boken rekommenderar vi därför att du som ska arbeta med PBS i familjearbete har tillgång till metodhandledning.

I boken används begreppet *föräldrar*, men det kan också avse andra viktiga omsorgspersoner i barnets liv. Bokens innehåll är därmed relevant för alla som har ett ansvar för barns och ungas omsorg och utveckling.

ETT LÅNGSIKTIGT OCH INDIVIDANPASSAT STÖD

Positivt beteendestöd är ett evidensbaserat förhållningssätt som syftar till att skapa hållbara beteendeförändringar genom att förstå och påverka de faktorer som formar barns och föräldrars beteenden. Metoden har sin grund i inlärningsteori och tillämpad beteendeanalys och fokuserar på att anpassa miljöfaktorer, erbjuda individanpassat stöd och möjliggöra utveckling av färdigheter.

Inom PBS ligger fokus både på att förstärka befintliga positiva beteenden och att hjälpa barn och föräldrar att utveckla nya färdigheter som bidrar till en fungerande vardag och ökad livskvalitet. Genom att proaktivt arbeta med att öka förekomsten av gynnsamma beteenden och skapa en miljö som främjar trygghet och samspel, stärks relationen mellan barn och föräldrar.

När föräldrarna får strategier för att stödja sina barn på ett sätt som är anpassat efter barnets behov och utveckling, ökar också möjligheten att förebygga problemskapande beteenden.

PBS handlar inte enbart om att hantera utmaningar – det handlar även om att bygga en positiv och stödjande familjemiljö där både barn och vuxna får förutsättningar för att må bra och utvecklas. För att insatserna ska vara effektiva används flera strategier parallellt och stor vikt läggs vid kontinuerlig utvärdering och anpassning av stödinsatser utifrån vad utvärderingarna visar. Genom att arbeta systematiskt och långsiktigt skapar PBS en stabil grund för förändring och en mer hållbar vardag för hela familjen.

Historisk tillbakablick

Positivt beteendestöd började utvecklas inom institutionsvård i början av 1980-talet. Vid den tiden var traditionella metoder för att hantera problemskapande beteenden delvis fokuserade på bestraffning och restriktioner. Forskare och praktiker började dock ifrågasätta dessa tillvägagångssätt och söka mer individanpassade och långsiktigt hållbara strategier.

PBS växte fram som ett alternativ som betonade förebyggande insatser, anpassning av miljön och förstärkning av positiva beteenden i stället för bestraffning för oönskade beteenden. Genom att identifiera orsakerna bakom beteendena och arbeta systematiskt med stödjande strukturer och färdighetsträning, skapades ett ramverk som inte bara minskade de problemskapande beteendena, utan också förbättrade livskvaliteten för individen och omgivningen.

Under 1990-talet fick PBS ökat erkännande, särskilt inom skolan. Bland flera andra bidrog George Sugai och Robert Horner (Sugai & Horner, 2002; Horner, Sugai & Anderson, 2010) till att utveckla och implementera skolomfattande system för PBS. Det innebar att hela skolor engagerades i att skapa positiva och stödjande lärmiljöer där förväntningar tydliggjordes, förebyggande strategier förstärktes och eleverna fick stöd att utveckla funktionella beteenden.

På 2000-talet blev PBS alltmer etablerat och metoden spreds internationellt. Forskningen fördjupades och visade att PBS var effektivt inom flera olika sammanhang – inte bara i skolan, utan även inom bland annat familjearbete, vård och omsorg och rättsväsende. Nya verktyg och resurser utvecklades för att stödja implementeringen av PBS i olika verksamheter och med olika målgrupper.



PBS används i dag i allt fler länder och anpassas efter olika kulturella och sociala sammanhang. Den internationella spridningen har lett till ett ökat kunskapsutbyte där forskning och praktiska erfarenheter bidrar till att utveckla metoden vidare. Från att ha varit en strategi främst inom institutionsvård har PBS vuxit till en evidensbaserad metod för att hantera beteendeproblemaningar inom flera skilda verksamhetsområden.

POSITIVT BETEENDE- STÖD I SKOLAN

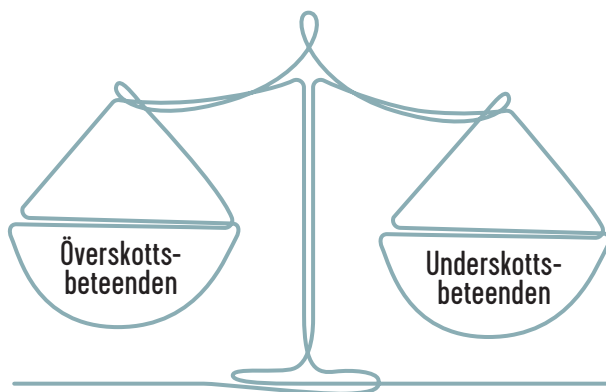
Positivt beteendestöd i skolan är en systematisk strategi som implementeras på tre nivåer för att skapa en positiv skolmiljö och stödja elevernas beteendeutveckling.

1. **Universell nivå.** Riktat sig till alla elever och personal för att förebygga problematiska beteenden och skapa en positiv skolmiljö. Fokus ligger på tydliga beteendeförväntningar, skolomfattande regler, positiv förstärkning och systematisk analys av beteendedata.
2. **Selekterad nivå.** Riktat sig till elever som har ett förhöjt behov av stöd. Syftet är att genom mer riktade insatser förhindra utvecklingen av allvarligare problem.
3. **Indikerad nivå.** Riktat sig till elever med allvarligare eller omfattande beteendeproblem och individuellt stöd ges utifrån en noggrann analys. Insatser innefattar funktionella beteendeanalyser, individuella beteendestödsplaner, samarbete med vårdnadshavare och andra aktörer samt kontinuerlig uppföljning och anpassning av stödet.

Forskning visar att skolövergripande positivt beteendestöd leder till en tryggare skolmiljö, bättre arbetsro i klassrummet och förbättrade skolresultat.

Trots att den här boken inte går in på implementeringen av PBS i skolan, kan det vara värdefullt att förstå hur skolan arbetar med både förebyggande insatser och riktat stöd. För barn som har beteendeproblemaningar kan det vara en förutsättning att skola och familj samarbetar så att barnet får enhetligt stöd. Studier visar att när föräldrarna är engagerade i barnets skolgång leder det till bättre beteende, förbättrade skolresultat och ökad trivsel i skolan (Fan & Chen, 2001; Allen & Tracy, 2004).

När ett barn har utvecklat problematiska beteenden, oavsett om det sker i skolan eller i hemmet, är det avgörande att förstå orsakerna bakom beteendet. Nästa kapitel handlar om hur du kan kartlägga och analysera de faktorer som påverkar barnets beteenden för att bättre kunna stötta hans behov och utveckling.



Vad är överskotts-beteenden?

Överskotts-beteenden är beteenden som förekommer för ofta eller med för hög intensitet och som skapar problem för individen och omgivningen. Det kan handla om att kommunicera obehag eller frustration genom exempelvis att skrika, slå eller dra sig undan i stället för att använda mer funktionella strategier.

Vad är underskotts-beteenden?

Underskotts-beteenden är beteenden som är hjälpsamma för att hantera vardagen mer självständigt och funktionellt men som individen gör för lite av. Det kan exempelvis vara att be om hjälp, att ställa frågor för att förstå en situation eller att våga prova saker på egen hand.

Hur kan vi som yrkesverksamma på ett konkret, evidensbaserat och respektfullt sätt stötta familjer där barn har beteendeproblemaningar? Den här boken erbjuder en praktisk och teoretisk vägledning i hur principer från positivt beteendestöd (PBS) kan tillämpas i familjearbete. Med fokus på samarbete, funktionell förståelse och långsiktigt förändringsarbete ges verktyg för att kartlägga, planera och genomföra stödsatser som gör skillnad i vardagen – både för barn och föräldrar.

Psykologpartners är ett psykologföretag som erbjuder specialistkompetens inom klinisk och pedagogisk psykologi, ledarskaps- och organisationsutveckling, utbildning och handledning. Företaget har lång erfarenhet av att arbeta med tillämpad beteendeanalys och PBS inom såväl skola och vård som familjearbete, och är en ledande aktör inom området i Sverige.



fantasi & FAKTA



psykologpartners