

Vad är Collaborative & Proactive Solutions (CPS)?

Helene Tranquist

Jag föreläser om problemskapande beteenden hos personer med neuropsykiatriska funktionshinder (NPF). I mina föreläsningar reflekterar jag över tänkbara orsaker, sätt att förebygga och hur beteendet kan hanteras i stunden när det sker. Jag utgår från mina erfarenheter som lärare för elever med autism och från vad många föräldrar, personal och personer med NPF berättar. Men jag har också tagit mycket intryck av vad kloka personer med kunskaper och erfarenheter inom området förmedlar i litteratur och föreläsningar. En av dessa är Ross Greene som jag har lyssnat till vid ett flertal föreläsnings- och utbildningstillfällen.

Ross Greene, Ph.D. är grundare av organisationen **Lives in the Balance**. Han är upphovsman till the Collaborative Problem Solving approach (CPS), det förhållningssätt till problemskapande beteenden som sedan 2013 heter **Collaborative & Proactive Solutions (CPS)**. Ross Greene är psykolog och han är knuten till Department of Psychology vid Virginia Tech efter att under 22 år varit verksam vid Harvard Medical School.

Han är författare till: *The Explosive Child* (2014, 2010, 2005, 2001, 1998), *Lost at school* (2008) och medförfattare till: *Treating Explosive Kids* (2006). *Lost at school* finns i svensk översättning: *Vilse i skolan* (2009). *Treating Explosive Kids* finns i svensk översättning: *Att bemöta explosiva barn* (2012).

Jag vill i den här artikeln ge en kortfattad och översiktlig bild av vad CPS är. Jag har huvudsakligen utgått från boken *Lost at school* (2008) hemsidan för *Lives in the Balance* där CPS beskrivs och åskådliggörs med videoexempel. Ross Greene skriver i sina böcker om barn men jag ser CPS som användbart i arbetet med personer med problematiska beteenden i alla åldrar. Jag har valt att genomgående i artikeln använda han och honom om både barnet och den vuxne men naturligtvis skulle jag lika gärna ha kunnat skriva hon och henne.

Ross Greene inleder sina böcker och föreläsningar med att betona vikten av att föräldrar och personal medvetandegör hur de ser på barn och barns beteenden, det vill säga reflekterar kring vad barn är och gör, varför de gör det de gör och hur de blir bemötta. Det kanske inte behövs när samvaron med barn inte skapar några större problem. Men i arbetet med barn med problematiska beteenden är det nödvändigt att sätta ord på de synsätt som ligger till grund för hur barnen blir förstådda och bemötta.

Jag har delat in artikeln i två avsnitt där det första handlar om den teoretiska grund som CPS utgår från och det andra avsnittet handlar om hur den teoretiska grunden tillämpas i praktiken.

CPS – teoretisk grund

Den filosofi som utgör grunden till CPS är: **Children do well if they can** som jag översätter med: **Barn beter sig bra om de kan**. När ett barn inte beter sig på det sätt som omgivningen förväntar sig beror det på att han inte utvecklat de *kognitiva färdigheter, tankefärdigheter* som krävs för att förstå och hantera utmaningar och krav han ställs inför. **Barnet gör så gott han kan**.

Ett problematiskt beteende kan se ut på många olika sätt. Men de förekommer under samma förutsättningar: när ett krav ställs på barnet som överskrider hans förmåga att förstå och hantera just det kravet. Det gör problemskapande beteenden förutsägbara. Det är troligt att de kommer att ske i situationer där krav överstiger barnets kognitiva förmåga.

Ett sätt att verkligen förstå innebörden i synsättet att barn beter sig bra om de kan är att se på det i relation till ett annat synsätt: **Barn beter sig bra om de vill**. Med den utgångspunkten ses det problematiska beteendet som ett resultat av att barnet inte *vill* bete sig på det sätt som omgivningen förväntar sig. Det leder ofta till att den vuxne försöker få barnet att vilja bete sig bra genom de konsekvenser beteendet får – belöning när han beter sig rätt och bestraffning när han beter sig fel.

Ett grundantagande i CPS är att konsekvenser inte är effektiva eftersom de inte är riktade mot de tankefärdigheter som barnet saknar och inte heller utvecklar barnets förmåga att lösa sina problem. Första steget i att använda konsekvenser brukar vara att den vuxne talar om för barnet att beteendet är fel och att han ska bete sig på det sätt som den vuxne förväntar sig. Eftersom det inte hjälper ett barn som inte har de tankefärdigheter som krävs för att förstå och hantera situationen på önskvärt sätt så påverkas inte beteendet. Nästa steg brukar vara att berömma eller tjata som av samma skäl inte heller hjälper barnet eller påverkar beteendet. Steg tre brukar innehålla konstruerade konsekvenser som till exempel olika typer av straff eller specifika belöningar. Det hjälper fortfarande inte barnet som inte har de tankefärdigheter som situationen kräver. Det som hjälper ett barn med problematiska beteenden är vuxna som förstår vilka tankefärdigheter barnet saknar och som kan lära honom strategier och färdigheter för att förstå och hantera de krävande situationerna.

Vad är vanliga kognitiva svårigheter?

Den grundläggande hypotesen i CPS är alltså att om barn kan bete sig bra så gör de det och när de inte beter sig i enlighet med omgivningens förväntningar beror det på att de inte har utvecklat de kognitiva förmågor som situationen kräver. För att hjälpa barnet behöver den vuxne dels ha kunskap om vilka kognitiva krav olika vardagliga situationer ställer på barnet och dels ha kunskap om barnets kognitiva svårigheter. Här nedan följer en lista över vad som kan vara svårt för barnet i de situationer där det problematiska beteendet sker (Greene 2008 s. 14-15):

- Svårighet att hantera övergångar, att byta från en tankebanan eller uppgift till en annan (byta kognitivt spår)
- Svårighet att uppåta energi för att genomföra krävande, ansträngande eller tråkiga uppgifter
- Svårighet att förstå och göra saker i en logisk sekvens eller bestämd ordning
- Bristande känsla för tid
- Svårighet att tänka på flera saker eller idéer samtidigt
- Svårighet att vara fokuserad i målinriktad problemlösning
- Svårighet att föreställa sig tänkbara resultat eller konsekvenser av sina handlingar

- Svårighet att föreställa sig flera olika lösningar på ett problem
- Svårighet att uttrycka problem, behov eller tankar i ord
- Svårighet att förstå det som sägs
- Svårighet att tänka klart och inte styras av sina känslor i samband med frustration
- Kronisk irritabilitet och/eller oro som på ett betydande sätt hindrar förmågan till problemlösning
- Svårighet att se nyanser/konkret, bokstavligt svart-vitt tänkande
- Svårighet att avvika från regler, rutiner och ursprungliga planer
- Svårighet att hantera oförutsägbarhet, tvetydighet, osäkerhet och nyheter
- Svårighet att byta från en ursprunglig tanke eller lösning till en annan/svårighet att anpassa sig till ändrade planer eller nya regler
- Svårighet att se de tecken i en situation som tyder på att en handlingsplan behöver ändras
- Oflexibla, felaktiga tolkningar eller förutfattade meningar (säger till exempel: alla är ute efter mig, ingen tycker om mig, du skyller alltid på mig, det är inte rättvist, jag är dum, det går aldrig bra för mig)
- Svårighet att uppmärksamma eller tolka sociala signaler på rätt sätt/svårt att uppfatta sociala nyanser
- Svårighet att påbörja samtal, ta sig in i grupper, få kontakt med människor eller ha andra grundläggande sociala svårigheter
- Svårighet att söka uppmärksamhet på lämpligt sätt
- Svårighet att vara medveten om hur det egna beteendet påverkar andra människor, blir ofta överraskad av andras reaktioner på beteendet
- Svårighet att sätta sig in i och förstå andras perspektiv eller sätt att se på saken
- Svårighet att vara medveten om vilka intryck andra får av honom eller hur han uppfattas av andra

Den här listan innehåller inga namn på diagnoser eftersom en diagnos inte ger den information som behövs för att förstå ett barns kognitiva svårigheter. Det är lätt att tro att en diagnos med automatik ska leda till en metod som talar om vad som ska göras. Men i verkligheten är namnet på diagnosen inte till speciellt stor hjälp i det direkta arbetet med att hjälpa ett barn med problematiska beteenden. Vilken årskurs barnet går i eller hans kronologiska ålder säger inte heller så mycket om var barnet befinner sig utvecklingsmässigt inom olika kognitiva områden.

Att utgå från att barnet saknar vissa nödvändiga tankefärdigheter handlar inte om att ursäkta barnets beteende, det handlar om att förklara beteendet. Att ursäkta beteendet leder inte till en plan för att lära barnet hantera situationen. Att förklara beteendet utifrån bristande kognitiva färdigheter öppnar för möjligheter att hjälpa barnet.

Olösta problem

Att förstå att barnet inte utvecklat de kognitiva färdigheter situationen kräver ger nödvändig kunskap om tänkbara orsaker till det problematiska beteendet men det är inte tillräckligt. Barnets beteende sker inte i ett vakuum, det sker i en viss situation och i ett samspel med en omgivning (föräldrar, personal, kamrater). Att *analysera situationen* där beteendet sker bidrar också med värdefull information och ger den vuxne kunskap om vilka krav som ställs på barnet i situationen.

När ett beteende ofta återkommer i en och samma situation så är den situationen en omständighet som sätter igång beteendet och ett problem som barnet inte har förmåga att lösa på egen hand. Så länge situationen fortsätter att sätta igång beteendet är den ett **olöst problem** som barnet behöver hjälp att lösa. Om barnets beteende gång på gång visar sig i samlingen så är samlingen en situation som sätter igång beteendet. Samlingen är ett olöst problem så länge den fortsätter att ge förutsättningar för beteendet och så länge barnet inte får hjälp att hantera situationen. Vanliga olösta problem hemma är läxläsning, att städa sitt rum, gå upp på morgonen och att gå och lägga sig. Vanliga olösta problem i skolan är övergångar från en aktivitet till en annan, specifika skoluppgifter och samspelet med kamraterna på rasten.

Assessment of Lagging Skills and Unsolved Problems (ALSUP)

Bakom varje problemskapande beteende finns en bristande förmåga och/eller ett olöst problem. Bristande förmågor svarar på frågan *varför* beteendet sker och olösta problem svarar på frågorna *när, var, med vem och i samband med vad som* beteendet sker. För att kunna förstå och hjälpa barnet behöver den vuxne kunna identifiera vilka kognitiva färdigheter just det barnet saknar och de situationer som är olösta problem för just honom. I CPS används **Assessment of Lagging Skills and Unsolved Problems (ALSUP)** (se bilaga 1) för bedömning av vilka färdigheter barnet saknar och vilka situationer som är olösta problem. Eftersom det är vanligt att det är flera kognitiva färdigheter som barn med problemskapande beteenden inte utvecklat och att det finns många olösta problem är det en god idé att prioritera två eller tre och börja med dessa.

Förutom att ge förståelse för bakomliggande orsaker till det problematiska beteendet ger ALSUP en grund för samsyn på barnets beteende. Det är mödan värt att lägga tid och energi på att nå konsensus om bristande förmågor och olösta problem. Annars finns det en risk att de vuxna runt barnet arbetar utifrån olika synsätt vilket kan göra det svårt att enas om en handlingsplan vilket i sin tur påverkar möjligheten att hjälpa barnet med det problemskapande beteendet.

CPS – praktisk tillämpning

När barnets bristande förmågor är identifierade och de situationer som är olösta problem är inringade är det dags för den vuxne att fråga sig själv: ***Vad är mina förväntningar på barnet i situationen där beteendet sker?*** Det är när förväntningar inte infrias som det blir tydligt att det finns bristande förmågor och/eller olösta problem. Om förväntningar infrias så är alla nöjda, när de inte infrias behövs en plan! Ross Greene beskriver tre olika tänkbara handlingsplaner när förväntningar inte infrias och han kallar dessa **Plan A, Plan B och Plan C**. Kom ihåg att alla tre planerna börjar först när barnet inte betar sig på det sätt som förväntas av honom.

Plan A innebär att den vuxne försöker driva igenom sina förväntningar på vad barnet ska göra utan att ta hänsyn till barnets perspektiv på varför han inte infriar förväntningarna. Det är det vanligaste och mest populära sättet. Men det finns både långsiktiga och kortsiktiga problem med att bemöta barn på det sättet. Plan A ger inte den vuxne någon förståelse för varför barnet inte infriar förväntningarna. Plan A lär inte heller barnet strategier och färdigheter han behöver för att hantera problematiska situationer idag och i framtiden. Det gör det troligt att Plan A bidrar till att öka förekomsten av det problematiska beteendet eftersom den inte löser de problem som ger upphov till beteendet på ett varaktigt sätt. Plan A hjälper inte heller barnet att infria den vuxnes förväntningar i stunden när kravet ställs. Det finns tvärtom en risk att Plan A steg för steg ökar barnets frustration

och leder till utbrott. När man tittar tillbaka på explosiva utbrott så har de flesta startats med att den vuxne har använt Plan A som svar på en inte infriad förväntan. Plan A är inte i fokus i CPS.

Plan C innebär att den vuxne helt och håller släpper sin förväntan på vad barnet ska göra (åtminstone tillfälligt) när barnet inte gör det som förväntas av honom. Att använda Plan C löser inte det grundläggande problemet i situationen och lär inte heller barnet hantera situationen. Men Plan C hjälper den vuxne att avstå från vissa lågprioriterade förväntningar vilket gör det möjligt att helt fokusera och lägga all energi på högprioriterade problem. Med Plan C tänker den vuxne så här: *Jag vet vilka färdigheter det här barnet saknar. Jag vet också vilka olösta problem som framkallar hans problematiska beteende. Jag vet vilka färdigheter vi arbetar med just nu och vilka problem vi försöker lösa och det jag vill att han ska göra nu är inte något av det vi arbetar med. Jag avstår från det här kravet åtminstone för tillfället. Jag kan inte arbeta med allt på en gång* (Greene, 2008 s. 51-52). Att ta bort en del av de krav som orsakar beteendet gör barnets vardagstillvaro lite lättare. Det kan öka barnets välbefinnande och minska förekomsten av problemskapande beteenden vilket i sin tur kan öka barnets förmåga och motivation att arbeta med de situationer som prioriteras. Att använda Plan C är inte detsamma som att ge upp och inte göra något alls. Definitionen på att ge upp är att starta med Plan A och sluta med Plan C när det inte längre går att hantera situationen. Plan C är heller inte i fokus för CPS.

Plan B innebär att den vuxne tar reda på vad som är viktigt för barnet, vad som är barnets angelägenhet i situationen där beteendet sker. I Plan B får barnet också hjälp att förstå vad som är viktigt för den vuxne, vad som är den vuxnes angelägenhet i samma situation. I Plan B har den vuxne förväntningar på barnet som är realistiska utifrån dennes kognitiva perspektiv. I Plan B samarbetar den vuxne och barnet för att hitta en lösning på problemet som tar hänsyn till bådadas perspektiv och som fungerar för dem båda och som förebygger att barnet hamnar i svårigheter igen. Det är det som är **Collaborative & Proactive Solutions**. Barnet kommer att uppleva att den vuxne verkligen bryr sig om hans angelägenhet och tycker att den är legitim. Han ser att den vuxne lyssnar på honom och försöker förstå hans perspektiv. I Plan B har den vuxne inte bara ett ansvar för att hjälpa barnet hantera ett visst problem utan också för att göra det på ett sådant sätt att han utvecklar barnets förmåga att hantera andra liknande problem i framtiden. Plan B bygger på att den vuxne har en hjälpande relation till barnet. Forskning visar gång på gång att en hjälpande relation mellan den som ska hjälpa och den som behöver hjälp är avgörande för att förändra en svår situation. Det är Plan B som är i fokus i CPS. För en snabbguide till Plan B se bilaga 2.

Det finns två sätt att arbeta med Plan B: **Kris B** och **Förebyggande B**. Kris B används i stunden när barnet börjar visa tecken på det problematiska beteendet det vill säga när en kris är på gång. En kris är inte ett bra tillfälle att lära barnet hur han kan hantera situationen. Kris B handlar bara om att *hantera krisen*. Förebyggande B handlar om att *förebygga krisen* genom att göra något åt situationen där beteendet sker och lära barnet hur han kan agera i situationen. Att lära barnet strategier görs bäst i en lugn stund och inte i samband med att beteendet sker. Att problematiska beteenden är i hög grad förutsägbara gör det möjligt att arbeta på ett förebyggande sätt. Det är Förebyggande B som är i störst fokus för CPS eftersom det är den handlingsplan som har de bästa förutsättningarna att påverka beteendet långsiktigt och på ett varaktigt sätt.

Genomförandet av Plan B sker i tre steg: **Empati**, **Definiera problemet** och **Invitation** oavsett om det är Förebyggande B eller Kris B.

Empati

Syftet med empatisteget är att den vuxne ska få bästa möjliga förståelse för barnets angelägenhet i situationen där beteendet sker. Det här inledande steget handlar om att den vuxne söker information om orsaken till beteendet genom att observera situationen och/eller samtala med barnet. Det är många barn som har svårt att sätta ord på tankar, känslor och behov och de kommer därför med en lösning i stället. I samtalet med barnet är det den vuxnes ansvar att se till att det som är angeläget för barnet verkligen kommer fram. Den vuxne styr samtalet och hjälper barnet att sätta ord på det som är viktigt för honom genom att till exempel inleda med: *Jag förstår inte när du säger... Kan du säga något mer om...* eller ställa en klagörande fråga som: *Vad står på?* Det viktiga är att den vuxne visar att han verkligen vill förstå barnets perspektiv.

Empatisteget är inte färdigt förrän den vuxne har klarast möjliga bild av barnets perspektiv på ett visst problem. Glöm inte att empatisteget styrs av synsättet att barn gör så gott de kan. Utgångspunkten är att det finns en legitim orsak som hindrar barnets förmåga att möta den vuxnes förväntan. Så här kan empatisteget se ut i praktiken (Greene, 2008 s. 76):

DEN VUXNE (inleder empatisteget i förebyggande B): *Jag har sett att du har blivit ganska arg på några av de andra barnen på sista tiden. Vad står på?*

BARNET: *De låter mig inte vara med och leka.*

DEN VUXNE (klargör barnets angelägenhet): *Aha, de vill inte att du ska vara med och leka och det gör att du blir arg.*

Definiera problemet

Det här steget innebär att den vuxne sätter ord på sin angelägenhet på ett sätt som barnet kan förstå. Ett problem är inte definierat förrän bådas perspektiv är tydliggjorda. Plan B är den enda av planerna som tar hänsyn till bådas perspektiv. Om det enda perspektiv som tas hänsyn till är den vuxnes är det plan A, om det enda perspektiv som tas hänsyn till är barnets är det Plan C. Avgörande i det här steget är att det är problem och inte lösningar som definieras. När den vuxne definierar en lösning direkt är det att använda plan A. Om bådas lösningar på problemet lyfts fram leder det ofta till en maktkamp. I plan B finns ingen maktkamp. Plan B innebär att bådas perspektiv respekteras. Så länge någon upplever att ens perspektiv inte beaktas kommer det att fortsätta finnas ett problem. Så här kan det se ut när empatisteget följs av att den vuxne definierar problemet (Greene, 2008 s. 76):

DEN VUXNE (inleder empatisteget i förebyggande B): *Jag har sett att du har blivit ganska arg på några av de andra barnen på sista tiden. Vad står på?*

BARNET: *De låter mig inte vara med och leka.*

DEN VUXNE (klargör barnets angelägenhet): *Aha, de vill inte att du ska vara med och leka och det gör att du blir arg.*

BARNET: *Ja*

DEN VUXNE (bekräftar och definierar sedan problemet): *Jag säger inte att du inte kan bli arg när de inte låter dig vara med och leka. Men saken är den att jag inte vill att någon ska känna sig rädd i klassrummet och jag vill att alla ska kunna prata med varandra om hur de känner sig. När du slår andra barn, så gör det ont och de känner sig rädda... och de vet kanske inte ens varför du är arg.*

Invitation

När problemet är definierat det vill säga när bådadas angelägenheter är identifierade är det dags för den vuxne och barnet att tillsammans tänka på möjliga lösningar. Det här steget inleds med att den vuxne sammanfattar problemet som ska lösas genom att beskriva de två perspektiven på problemet. Sedan tar den vuxne initiativ till samarbete kring en lösning. Det kan göras med orden: *Jag undrar om det finns något sätt...* Steget kallas invitation eftersom den vuxne bokstavligen inviterar barnet till att lösa problemet tillsammans med honom/henne.

Att den vuxne börjar med att fråga barnet innebär inte att det bara är barnet som ska komma med förslag på lösningar. Den vuxne och barnet arbetar ju tillsammans för att hitta en lösning. Genom att låta barnet börja visar den vuxne intresse för hans förslag. Det är möjligt att barnet inte kan komma med några förslag och då får den vuxne börja med att presentera några tänkbara lösningar. Men det är också mycket möjligt att barnet verkligen kan komma med förslag som tar hänsyn till bådadas perspektiv. När det gäller att lösa problem tillsammans med barn är det viktigt att den vuxne inte tror sig vara den som har ensamrätt och är experten på lösningar! I Plan B har den vuxne inte bestämt lösningen i förväg. Om den vuxne har bestämt sig för lösningen innan barnet inviteras är det Plan A som används.

Lösningen handlar om att barnet lär sig hantera situationen på ett nytt sätt. Att han lär sig strategier och färdigheter som leder till att han utvecklar sin förmåga att lösa inte bara detta problem utan också andra liknande problem i framtiden. Definitionen på bra lösningar är: *Alla lösningar som båda är överens om och som är realistiska och ömsesidigt tillfredställande* (Greene, 2008 s. 82). Om lösningen inte är det så är problemet fortfarande olöst och sökandet efter tänkbara lösningar måste fortsätta. Det kan ta tid att arbeta sig fram till en lösning och många lösningar kan behöva förkastas längs vägen. Att lösningen är realistisk är av största betydelse. Plan B är inte en övning i önsketänkande. Så här kan det se ut när empatisteget följs av att den vuxne definierar problemet och sedan inviterar barnet (Greene, 2008 s. 76):

DEN VUXNE (inleder empatisteget i förebyggande B): *Jag har sett att du har blivit ganska arg på några av de andra barnen på sista tiden. Vad står på?*

BARNET: *De låter mig inte vara med och leka.*

DEN VUXNE (klargör barnets angelägenhet): *Aha, de vill inte att du ska vara med och leka och det gör att du blir arg.*

BARNET: *Ja*

DEN VUXNE (bekräftar och definierar problemet och inviterar sedan barnet): *Jag säger inte att du inte kan bli arg när de inte låter dig vara med och leka. Men saken är den att jag inte vill att någon ska känna sig rädd i klassrummet och jag vill att alla ska kunna prata med varandra om hur de känner sig. När du slår andra barn, så gör det ont och de känner sig rädda... och de vet kanske inte ens varför du är arg. Jag undrar om det finns något sätt för dig att låta mig veta att du är arg på de andra barnen när de inte låter dig vara med och leka i stället för att du slår dem. Har du några idéer?*

BARNET: *Du kan tala om för dem att de ska låta mig vara med och leka.*

DEN VUXNE: *Ja, det är en idé. Vi kan arbeta med den hela klassen. Men saken är ju den att jag inte alltid är där när de inte låter dig vara med så det hjälper dig inte alltid när du blir arg på dem. Så vi behöver hitta ett sätt för dig att låta mig veta att du är arg på de andra barnen i stället för att du börjar slå dem. Eller hur?*

BARNET: *Ja*

DEN VUXNE: *Så, kommer du på något? Har du några idéer?*

BARNET: *Jag kan komma och tala om det för dig.*

DEN VUXNE: *Ja, det skulle du kunna göra. Tror du att du skulle kunna komma ihåg att göra det?*

BARNET: *Ja... nja, kanske inte alltid.*

DEN VUXNE: *Vad kan vi göra så att du inte glömmer bort det?*

BARNET: *Du skulle kunna påminna mig innan vi går ut på rasten, det är då de gör sådant som jag vill vara med och göra.*

DEN VUXNE: *Ja, vi kunde pröva det. Och om inte vår lösning fungerar, så får vi träffas igen och tala mer om detta, eller hur?*

BARNET: *Ja*

Kris B

Den stora skillnaden mellan Kris B och Förebyggande B har att göra med när empatisteget inleds och hur det formuleras. I Kris B inleds empatisteget direkt när beteendet sker genom att den vuxne sätter ord på beteendet eller upprepar de ord som barnet säger. Det kan ses som ett slags reflekterande lyssnande som kan låta så här (Greene, 2008 s. 88):

BARNET (skriker till sina klasskamrater): *Jag blir så arg på er!*

DEN VUXNE (empatisteg som inleder Kris B): *Det ser ut som någon är arg här. Vad står på?*

Kom ihåg: Även om den vuxne kan behöva använda sig av Kris B ibland så är den bara krishantering och det är inte Kris B som hjälper barnet för framtiden. Förebyggande B lär barnet strategier och färdigheter i en lugn situation. Den vuxne gör barnet bättre rustat att lösa problem. Det är ett sätt att arbeta som förebygger att kriser uppstår vilket i sin tur förebygger problematiska beteenden på ett varaktigt sätt.

Handlingsplan

Arbetet med ett barns problematiska beteenden sammanfattas i *Plan för problemlösning* (bilaga 3). Där beskrivs de problem som är prioriterade och arbetas med just nu, vilka vuxna det är som arbetar med plan B med barnet, vilka överenskommelser om lösningar som gjorts och hur resultatet blev.

Sammanfattning

I CPS finns inte en lösning på problematiska beteenden och inte heller några färdiga lösningar. Vad CPS resulterar i beror helt och hållet på vad barnet och den vuxne tillsammans kommer fram till. Det är vad som är angeläget för barnet och den vuxne ur deras respektive perspektiv som ligger till grund för en lösning som båda är överens om. CPS är en process som leder fram till unika lösningar för specifika problem.

Ross Greene definierar CPS som ett arbetssätt som vilar på följande grund (Greene, 2008 s. 277):

En filosofi: *Barn (och vuxna) betar sig bra om de kan.*

Ett mantra: *Bakom varje problemskapande beteende finns ett olöst problem och/eller en bristande förmåga, eller båda.*

Kunskap: *Konsekvenser lär inte barnet färdigheter och hjälper inte barnet att lösa problem.*

Några mål: *Öka din förståelse för barn med problemskapande beteenden. Lär dig strategier för att tillgodose barnets behov på ett förebyggande sätt hellre än i en krissituation.*

Ett uppdrag: *Hur skulle det se ut om vi skulle börja bemöta barn med problemskapande beteenden på ett bra sätt i vår skola?*

Ett nytt sätt att arbeta: *Plan B med sina tre ingredienser: Empati, Definiera Problemet och Invitation.*

Och naturligtvis pappersarbetet: *The Analysis of Lagging Skills and Unsolved Problems (ALSUP) och the CPS Plan. Resten är övning, målmedvetenhet, tålmod, uthållighet, teamarbete och en önskan om fortsatta förbättringar.*

Och hopp: *Ditt sista mantra (citerande kollegan Dr Robert Kinscherff): Förbli lugnt optimistisk och obevekligt envis även om oddsen är emot dig.*

Slutord

Jag har i den här artikeln försökt ge en översiktlig och sammanfattande bild av **Collaborative & Proactive Solutions**. För att bli trygg i förståelsen och användandet av CPS behöver du som läser artikeln fördjupa dig i både synsätt och praktisk tillämpning. Jag rekommenderar att du läser de böcker Ross Greene skrivit. Jag rekommenderar också att du tar del av informationen på hemsidan för Lives in the Balance (www.livesinthebalance.org).

Referenser

Greene, Ross W. (2014, 2010, 2005, 2001, 1998): **The Explosive Child. A New Approach for Understanding and Parenting Easily Frustrated Chronically Inflexible Children.** HarperCollins Publishers, New York

Greene, Ross W. and Ablon, Stuart, J. (2006): **Treating Explosive Kids. The Collaborative Problem Solving Approach.** The Guilford Press, New York. Svensk översättning: Greene, Ross W. and Ablon, Stuart J. (2012): **Att bemöta explosive barn.** Studentlitteratur AB, Lund

Greene, Ross W. (2008): **Lost at school. Why Our Kids with Behavioral Challenges Are Falling Through the Cracks and How We Can Help Them.** Scribner, New York. Svensk översättning: Greene, Ross W. (2009): **Vilse i skolan. Hur vi kan hjälpa barn med beteendeproblem att hitta rätt.** Studentlitteratur AB, Lund

Artikelförfattare är **Helene Tranquist**, pedagog som arbetar som utbildare och handledare efter att under många år ha arbetat som lärare och pedagogisk ledare på en skola för elever med autism.

Artikelförfattarens TACK till sin vän och kollega **Marita Falkmer** för som alltid kloka synpunkter och väl genomtänkta formuleringar.

Artikeln publicering är godkänd av Ross Greene.

Artikeln skrev första gången 2009 och den är reviderad och uppdaterad 2010 och 2014.

BEDÖMNING AV BRISTANDE FÄRDIGHETER OCH OLÖSTA PROBLEM (ALSUP) (Rev. 11-12-12)

Barnets namn: _____ Datum: _____

Instruktioner: ALSUP är tänkt att användas som ett *diskussionsunderlag*, inte som en fristående checklista eller bedömning. ALSUP ska användas för att identifiera barnets/tonåringens bristande färdigheter och olösta problem. Om en bristande färdighet stämmer för barnet/tonåringen, sätt en kryss och identifiera sedan (innan du går vidare till nästa bristande färdighet) de specifika förväntningar som barnet har svårt att möta utifrån den bristande färdigheten (olösta problem). En lista (som inte är heltäckande) med exempel på olösta problem finns längst ner på sidan.

BRISTANDE FÄRDIGHETER

OLÖSTA PROBLEM

- ___ Svårighet att hantera övergångar, byta från en tankebanan eller uppgift till en annan
- ___ Svårighet att göra saker i en logisk sekvens eller bestämd ordning
- ___ Svårighet med uthållighet i krävande eller tråkiga uppgifter
- ___ Bristande tidsuppfattning
- ___ Svårighet att behålla fokus
- ___ Svårighet att föreställa sig tänkbara resultat eller konsekvenser av handlingar (impulsiv)
- ___ Svårighet att föreställa sig flera olika lösningar på ett problem
- ___ Svårighet att uttrycka problem, behov eller tankar i ord
- ___ Svårighet att förstå det som sägs
- ___ Svårighet att tänka klart och hantera känslor i samband med frustration
- ___ Kronisk irritabilitet och/eller oro som på ett betydande sätt hindrar förmågan till problemlösning eller ökar frustration
- ___ Svårighet att se nyanser/konkret, bokstavligh, svart-vitt tänkande
- ___ Svårighet att avvika från regler, rutiner
- ___ Svårighet att hantera oförutsägbarhet, tvetydighet, osäkerhet och det som är nytt
- ___ Svårighet att byta från en ursprunglig tanke, plan eller lösning
- ___ Svårighet att ta hänsyn till de tecken i en situation som tyder på att en handlingsplan behöver anpassas
- ___ Oflexibla, felaktiga tolkningar eller förutfattade meningar (säger till exempel: alla är ute efter mig, ingen tycker om mig, du skyller alltid på mig, det är orättvist, jag är dum)
- ___ Svårighet att uppmärksamma eller tolka sociala signaler på rätt sätt/svårt att uppfatta sociala nyanser
- ___ Svårighet att påbörja samtal, ta sig in i grupper, ta kontakt med andra människor eller saknar andra grundläggande sociala färdigheter
- ___ Svårighet att söka uppmärksamhet på lämpligt sätt
- ___ Svårighet att vara medveten om hur det egna beteendet påverkar andra människor
- ___ Svårighet att sätta sig in i och förstå andras perspektiv eller sätt att se på saken
- ___ Svårighet att vara medveten om vilka intryck andra får av honom/henne eller hur han/hon uppfattas av andra
- ___ Sensoriska/motoriska svårigheter

GUIDE TILL OLÖSTA PROBLEM: Olösta problem är de specifika förväntningar som ett barn har svårt att möta. Olösta problem ska vara fria från problembeteendebeskrivningar och vuxnas teorier och förklaringar. Olösta problem ska vara ”uppdelade” (inte ”hopklumpade”) och specifika.

HEMMA: Svårt att gå upp i tid på morgonen för att komma i tid till skolan. Svårt att sätta igång med och göra färdigt läxorna (specificera vilka uppgifter). Svårt att avsluta Tv-spelet för att göra sig i ordning för att gå och lägga sig. Svårt att komma in från utomhusleken för att äta. Svårt att komma överens med sin bror om vilket TV-program de ska se efter skolan. Svårt att hantera känslan av sömnapor i strumporna. Svårt att borsta tänderna innan läggdags. Svårt att låta bli att gå in i sin äldre systems rum. Svårt att hålla ordning i sitt rum. Svårt att duka av efter middagen.

SKOLAN: Svårt att byta från fri tid till mattelektionen. Svårt att sitta bredvid Kyle under samlingen. Svårt att räcka upp handen under diskussioner på SO-lektionen. Svårt att påbörja projektet om tektoniska plattor på geografielektionen. Svårt att stå i lunchkön. Svårt att komma överens med Eduardo i skolbussen. Svårt att förlora i basket på rasten.

Plan B Snabbguide

EMPATI

Innehåll/mål:

Samla information om och få en klar uppfattning om barnets angelägenhet eller perspektiv på det olösta problem som ni diskuterar.

Ord:

Inledande fråga (neutral observation): Jag har lagt märke till att (infoga olöst problem) ... Vad är det som händer?

Sök information:

Innehåller vanligtvis reflekterande lyssnande och klargörande frågor, samlade av information relaterad till det olösta problemets vem, vad, var och när, fråga till barnet om vad han/hon tänker mitt i det olösta problemet och varför problemet sker under vissa omständigheter och inte under andra.

Mer hjälp:

– Om du inte vet vad du ska säga härnäst, vill ha mer information eller är förbryllad över något barnet har sagt, säg:

- "Hur kommer det sig?"
- "Jag är förvirrad."
- "Jag förstår inte riktigt."
- "Kan du berätta mer om det där?"
- "Låt mig tänka på det en stund."

– Om barnet inte säger något eller säger "jag vet inte", försök att lista ut varför:

- Kanske var det olösta problemet inte fritt från beskrivning av problematiska beteenden eller av vuxnas teorier, var "hopklumpat" istället för uppdelat eller var inte specifikt
- Kanske du använder Krisplan B (istället för Förebyggande Plan B)
- Kanske du använder Plan A
- Kanske han faktiskt inte vet
- Kanske han behöver få problemet nedbrutet till sina beståndsdelar
- Kanske han behöver tid att tänka

Vad du tänker:

"Vad är det jag ännu inte förstår om barnets angelägenhet eller perspektiv? Vad är det jag ännu inte begriper? Vad behöver jag fråga för att förstå bättre?"

Du ska inte...

- hoppa över Empatisteget
- anta att du redan vet vad som är angeläget för barnet och behandla Empatisteget som en formalitet
- rusa igenom Empatisteget
- lämna Empatisteget innan du fullständigt förstår barnets angelägenhet eller perspektiv
- tala om lösningar redan nu

Innehåll/mål:

Ta upp vad som är angeläget för den andra parten (ofta den vuxne) för beaktande.

Ord:

"Saken är den att (infoga vad som är angeläget för den vuxne)..." eller "Mitt bekymmer är... (infoga vad som är angeläget för den vuxne)..."

Innehåll/mål:

Utvävla idéer om lösningar som är realistiska (vilket betyder att båda parter kan göra det de kommer överens om) och ömsesidigt tillfredställande (vilket betyder att lösningen verkligen tar hänsyn till vad som är angeläget för båda parter).

Ord:

Upprepa de angelägenheter som identifierades i de två första stegen, vanligtvis genom att börja med "Jag undrar om det finns ett sätt ..."

Mer hjälp:

De flesta av de vuxnas angelägenheter tillhör en av dessa två kategorier:

- Hur problemet påverkar barnet
- Hur problemet påverkar andra

Vad du tänker:

"Har jag varit tydlig med vad som är angeläget för mig? Förstår barnet vad jag har sagt?"

Du ska inte...

- börja prata om lösningar ännu
- predika, döma, föreläsa, använda sarkasmer

Vad du tänker:

"Har jag sammanfattat bådas angelägenheter på rätt sätt? Har jag verkligen tagit hänsyn till om båda parter kan göra det de kommit överens om? Utgår lösningen verkligen från båda parters angelägenheter? Vad uppskattar jag att oddset är för att den här lösningen kommer att fungera?"

Du ska inte...

- rusa igenom det här steget heller
- ge dig in på det här steget med förutbestämda, "smarta" lösningar
- avsluta med lösningar som inte kan genomföras av båda parter i verkligheten
- avsluta med lösningar som inte tar hänsyn till vad som är angeläget för båda parter

DEFINIERA PROBLEMET

INVITATION

PLAN FÖR PROBLEMLÖSNING

(PLAN B FLÖDESSCHEMA)

Barnets namn _____ Datum _____

OLÖST PROBLEM #1	OLÖST PROBLEM #2	OLÖST PROBLEM #3
Vuxen som ansvarar för Plan B	Vuxen som ansvarar för Plan B	Vuxen som ansvarar för plan B
Barnets angelägenheter identifierade (Empati) Datum _____	Barnets angelägenheter identifierade (Empati) Datum _____	Barnets angelägenheter identifierade (Empati) Datum _____
Den vuxnes angelägenheter identifierade (Definiera problemet) Datum _____	Den vuxnes angelägenheter identifierade (Definiera problemet) Datum _____	Den vuxnes angelägenheter identifierade (Definiera problemet) Datum _____
Överenskommen lösning (Invitation) Datum _____	Överenskommen lösning (Invitation) Datum _____	Överenskommen lösning (Invitation) Datum _____
Problemet löst? Ja _____ Datum _____ Nej _____ Kommentar:	Problemet löst? Ja _____ Datum _____ Nej _____ Kommentar:	Problemet löst? Ja _____ Datum _____ Nej _____ Kommentar: