

Lågaffektivt bemötande

KURSPLAN

Kapitel 1: Introduktion till lågaffektivt bemötande

- ✓ Syfte och mål
Introduktion till konceptet och betydelsen av lågaffektivt bemötande i arbete med personer med utmanande beteenden.
- ✓ Grundläggande begrepp
Definition av lågaffektivt bemötande, utmanande beteende, självreglering, trygghet och empati.
- ✓ Historik och forskning
Kort översikt av forskningsläget kring metoden och dess tillämpningsområden.
- ✓ Relaterade begrepp och nyckelord
Konflikthantering, respekt, självkontroll, emotionellt självreglerande strategier, respektfullt bemötande.

Kapitel 2: Förståelse för utmanande beteenden och dess orsaker

- ✓ Vad är utmanande beteende?
Vanliga uttryck och variationer av beteenden som kan vara svårt att hantera.
- ✓ Orsaker till utmanande beteende
*Biologiska, psykologiska, sociala och miljömässiga faktorer.
Underliggande behov och signaler
Biologiska reaktioner och emotionell dysreglering*
- ✓ Beteendets funktion
Hur beteenden kan fungera som kommunikation eller försöka möta ett behov.
- ✓ Exempel och fallstudier
Praktiska exempel på utmanande beteende och deras bakomliggande orsaker.

Kapitel 3: Verktyg för att skapa trygghet och minska konflikter

- ✓ Kroppsspråk
Användning av kroppsspråk för att skapa lugn och trygghet.
- ✓ Verktyg för att sänka stressnivåer
Andning, avkoppling, avskärningsstrategier.
- ✓ Temperatur och rumsanpassning
Miljöfaktorer och deras påverkan.
- ✓ Kommunikation och bemötande
Att använda en tydlig, lugn och respektfull kommunikation för att förebygga eskalation.

Kapitel 4: Praktiska strategier och metoder

- ✓ Att bemöta utmanande beteenden i realtid
*Vad göra när en situation eskalerar?
Stabiliserande och avledningstekniker
Gränssättning på ett respektfullt sätt*
- ✓ Positiv förstärkning och motivation
Att skapa förutsättningar för självkontroll och tillit.
- ✓ Att arbeta förebyggande
Rutiner och strukturer som minskar risk för konflikter.
- ✓ Regelbunden utvärdering och reflektion
Hur dokumentera och analysera situationer för kontinuerlig förbättring.

Kapitel 5: Att stärka brukare och professionella

- ✓ Att bygga trygghet och tillit
Skapa en trygg miljö genom empatisk och konsekvent omsorg.
- ✓ Stärka självkontroll och självkänsla hos brukare
Främja självförtroende och emotionell kompetens.
- ✓ Egen kompetens och emotionell självreglering
Vikten av självreflektion och emotionell intelligens för professionella.
- ✓ Etik och lagstiftning
Rättsliga ramar, integritet och respekt för brukare.