

Förstaklassare får vredeutbrott i skolan

Exempel:

En pojke i första klass som har kraftiga vredeutbrott i skolan, ofta flera gånger dagligen. Han skriker högt och slår omkring sig. Utbrotten kommer ibland när han tycker att andra barn retas, till och med genom att någon "tittar irriterande" på honom. Ibland vet personalen inte alls vad som utlöser dem. Utbrotten har föranlett att han har assistent. Hon försöker lugna ned honom genom att hålla honom i knäet och trösta honom och det tar lång tid för honom att lugna ner sig. I övrigt är det inga anmärkningsvärda problem. Pojken tycker själv att det är problem när det blir tokigt i skolan och skulle helst vilja slippa att få dessa utbrott. Hemma är det inte några problem, det är länge sedan han hade något utbrott. Mamma var då bestämd och lät honom vara i sitt rum tills han lugnat sig.

Åtgärder:

Man gjorde upp ett träningsprogram med rapportering hem via kontaktbok där det varje dag framgick om pojken klarat att inte få utbrott. Han fick ett tillägg till veckopengen när han lyckades. Mamma och pojken kom i förväg överens om hur stor denna bonus skulle vara och skrev ned det. Lärarna skulle varna pojken om han var på väg att göra fel. De visade då ett gult kort. Detta fungerade bättre än att 'säga till' vilket kan ha gjorts så mycket att han inte längre hörde det. Lärarna skulle dock inte längre 'gå på tå', de skulle alltså sluta att göra honom till viljes i orimligt hög grad. Det bestämdes också att 'time out' kunde vara nödvändig i vissa lägen och en noggrann strategi för exakt när och hur time out skulle tillämpas bestämdes bl.a. vad man skulle göra om inte pojken gick självmant. Åtgärderna avlöpte mycket bra, vredeutbrotten försvann helt. Vid ett enda tillfälle tillgreps time out och det utan någon större dramatik.

Kommentarer:

Genom detta träningsprogram fick pojken alltså en slags uppgift, att 'försöka hålla tillbaka vredeutbrott', ett önskvärt beteende som man belönade (=förstärkte) på ett systematiskt sätt. Träningsprogram för beteendeförändring har tillämpats i många olika sammanhang och det finns en omfattande forskning som visar att de fungerar. **"Träningsprogram för att förstärka ett önskvärt beteende hos små barn"** beskriver vad ett träningsprogram är och hur man går till väga i praktiken.

Time out kan fungera men innehåller moment av bestraffning med de nackdelar det kan föra med sig. Se **"Raseriutbrott och time out"**.

Muntliga tillrättavisningar kan vara mycket provocerande för vissa barn. Ibland kan användande av tecken i stil med gult kort vara att föredra då de inte "sänder stridssignaler" på samma sätt som en verbal tillrättavisning kan göra.

En allmän fördel med träningsprogram är att de gör det lättare att bete sig lugnt genom att man i förväg bestämt vad man skall göra och slipper improvisera. Se **"Konfrontation"** och **"Att undvika upptrappade och utdragna maktkamper"**