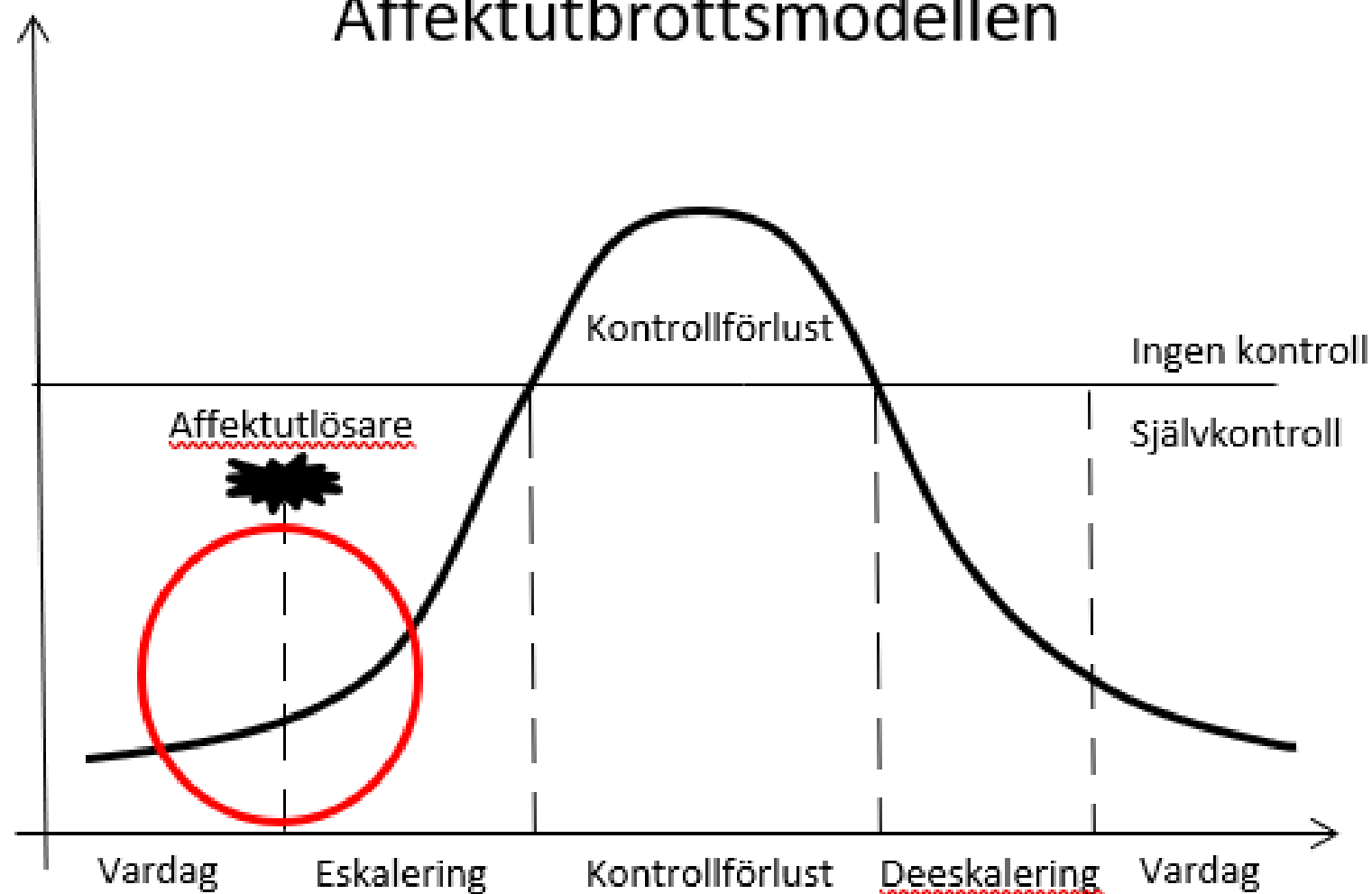


Affektutbrottsmodellen



Hejlskov Elvén & Wiman, 2016

Frågor att reflektera över i de olika faserna

Vardagsfasen

- Vilka förebyggande strategier använder vi i vardagen? Lek och positivt umgänge, avledning, anpassa krav, rutiner och struktur mm

Eskaleringsfasen

- I vilken situation får mitt barn utbrott?
- Vilka sårbarheter finns kring barnet i den situationen?
- Hur reagerar jag som förälder vid eskaleringsfasen?
- Vad skulle jag som förälder kunna göra som leder till kontrollförlust?

Kontrollförlust

- Vad gör barnet vid utbrott?
- Hur reagerar jag som förälder under ett utbrott?
- Finns det något annat som man kan prova som vi inte gör nu när barnet är i affekt?

Deeskaleringsfasen

- Hur märker man att konflikten deskalerar?
- Hur underlättar man för en övergång till vardagsfasen?
- Vad skulle kunna leda till en ny konflikt?

Inför nästa gång

- Vad behöver jag anpassa, göra annorlunda nästa gång?
- Fanns det tillräckliga strukturer för att barnet skulle klara av våra krav?
- Vilka förebyggande strategier kan jag förändra eller använda på ett annat sätt framöver?