

Udkommer to gange årligt  
Oplag: 2500  
Tryk: Grafisk Service,  
Århus Amt

### Redaktion

Formidlingskonsulent  
Kirsten Brøndum (ansv.)  
kbr@solund.aaa.dk  
~~Specialpædagogisk kon-~~  
~~sulent Per Lærkegaard~~  
pel@solund.aaa.dk  
Assistent Dorte  
Rasmussen  
dtr@solund.aaa.dk

Vidensteamet modtager gerne artikler til Nyhedsbrev eller til hjemmesiden. Redaktionen forbeholder sig ret til at afvise og redigere indsendte bidrag og deler ikke nødvendigvis de synspunkter, der kommer til udtryk.

### Adresse

~~Vidensteamets sekretariat~~  
~~Dyrhaven 10,~~  
~~8660 Skanderborg~~  
~~tlf.: 87931143~~

Kontakt sekretariatet, hvis din arbejdsplads ønsker Nyhedsbrevet tilsendt.

På [www.vidensteam.dk](http://www.vidensteam.dk) kan du tilmelde dig vores nyhedsmails.

Eftertryk tilladt med tydelig kildeangivelse.

Næste nummer udkommer efteråret 2006.

# Low Arousal - en metode

**Low Arousal er en ikke-konfronterende tilgang til problemskabende adfærd, som de i England har gode erfaringer med. Undersøgelser viser, at den får antallet af magtanvendelser til at falde.**

af Kirsten Brøndum,  
Vidensteamets sekretariat

Når psykisk handicappede gør skade på sig selv eller er aggressive, er det tit forsøg på at udtrykke noget, de ikke kan fortælle på andre måder. At slå fra sig kan skyldes en frustration over ikke at blive set, hørt eller forstået. En frustration der kan undgås. Det er stadig flere fagpersoner opmærksomme på. I Danmark er der fokus på at tilpasse de krav, man stiller til psykisk handicappede, til deres forudsætninger. Fokus på at forebygge problemskabende adfærd frem for at ændre den. Men der er stadig behov for at udvikle og forfine metoderne.

### Low Arousal

Low Arousal er en metode, der håndterer problemskabende adfærd på en ikke-konfronterende måde. Den blev præsenteret af ophavsmanden på en konference på Rigshospitalet før jul arrangeret af Videnscenter for Autisme. Metoden er udviklet i England gennem de sidste ti år af den kliniske psykolog Andrew McDonell i samarbejde med hans kolleger i forskningscen-

teret Studio III. Metoden bruges særligt over for mennesker med autisme, udviklingshæmning eller andre alvorlige udviklingsforstyrrelser.

### Metodens udgangspunkt

Studio III arbejder - ligesom man fx gør med Gentle Teaching - ud fra grundlæggende værdier om at yde støtte og omsorg på en ikke-konfronterende måde. De ønsker at afværge konflikter og forhindre magtanvendelser. Metoden Low Arousal er en afslappet tilgang til beboerne frem for en regulerende. Metodens udgangspunkt er, at den problemskabende adfærd er anderledes - ikke afvigende. Kort sagt bygger Low Arousal på fire grundpiller.

### 1. Nedbringelse af krav

Personalet skal aktivt arbejde for at nedbringe de krav, de stiller til beboeren eller brugeren. Det er metodens grundholdning, at problemskabende adfærd i vidt omfang er reaktioner på de krav, der stilles. Krav i forhold til at kommunikere, være udholdende, omstille sig, forholde sig til flere mennesker på en gang mv. Metoden bygger på den antagelse, at man ved at sænke kravene - f.eks. hvis beboeren har en svær periode - også nedsætter antallet af konflikter. På den måde frigøres der energi til at udvikle personen.

### 2. Gå ud af konflikten

Personalet skal i en konfliktsituation altid vælge at gå ud af konflikten. Rent praktisk betyder det, at man skal træne sig selv i forskellige undvigesmanøvre. Det kan være at tale dæmpet og roligt, distrahere personen væk fra aggressionen, undgå øjenkontakt og lignende.

Netop den ikke-sproglige kommunikation har Studio III stor fokus på. Fordi den udgør størstedelen af den kommunikation, der er mellem personale og brugere/beboere. Man skal f.eks. passe på med løftede hænder og andre hånd- og kropsbevægelser, der kan virke provokerende eller truende.

Ikke-sproglig kommunikation påvirker alle menneskers oplevelse af verden, men for mennesker med udviklingsforstyrrelser, kan den form for kommunikation være særlig voldsom og angstprovokerende.

### 3. Personalet skal reflektere

Personalet skal arbejde med deres forestillinger om beboerens motiver til at reagere, som han/hun gør, og med opfattelsen af, hvad f.eks. eftergiveness i den pædagogiske indsats fører til. Mennesker på et tidligt udviklingsstrin har sjældent bagtanker med deres opførsel. Ofte kan de heller ikke se sammenhænge mellem årsag og virkning.

# de til at håndtere problemskabende adfærd



Med en Low Arousal tilgang arbejder man derfor aldrig med konsekvenspædagogik, og pædagogen må gerne løse konflikter vha. slik og andre bestikkelsesformer. Personalet skal - ud fra en forståelse af beboers/brugers præmisser - støtte personen frem for at forsøge at ændre pågældendes adfærd.

Et af redskaberne til at opnå en større forståelse er, at vende analyserne af en beboer/bruger om og i stedet stille spørgsmålene til sig selv. Andrew McDonnell foreslår at man spørger sig selv, hvornår man selv bliver vred? Om man selv har kastet med noget, råbt eller slået nogen? Og hvordan man så håndterede den vrede?

#### 4. Personalet skal støttes

Den sidste og fjerde grundpille i metoden er, at personalet skal have

støtte i deres arbejde. Støtte til at evaluere og bearbejde konfliktfyldte situationer. Personalet skal også have støtte til - og 'tvinges' til - at reflekterer over, hvordan de reagerer i den pædagogiske praksis. Low Arousal fordrer netop af personalet, at de reflekterer over deres egen respons og adfærd. Man skal altså diskutere personalets måde reagere på og motiverne bag de krav, man stiller til en beboer.

Low Arousal er ikke bare ren teori, men indeholder konkrete redskaber, man kan bruge i arbejdet med problemskabende adfærd. Studio III arbejder selv med metoden i praksis, og forsøger at indsamle dokumentation for, at den virker. I Danmark er det, indtil videre, mest tilbud for mennesker med autisme-spektrum-forstyrrelser, der bruger metoden.

#### Studio III & Low Arousal

Studio III er en selvejende institution og deres metodesæt kaldes »Studie III training principles«. Studio III forsøger at få forbudt magtanvendelser i England.

Tilgangen til problemskabende adfærd benævnes Low Arousal, og beskrives som et »forsøg på at forandre personalets adfærd ved at undgå konfrontationer og søge den mindst mulige modstand«.

Læs mere om metoden på:

- Studio III's hjemmeside med artikler om metoden på engelsk: [www.studio3.org/research/index.htm](http://www.studio3.org/research/index.htm)
- Autismebladet 1:2005 »Low Arousal approach ved problemskabende adfærd« s.5-9 (kan downloades på [www.autisme.dk](http://www.autisme.dk)).