

## Att förstå tillsammans: Analysmodeller baserade på beteendeanalys

Raimo Lappalainen  
Professor i klinisk psykologi och psykoterapi  
Psykologiska institutionen  
Jyväskylä universitet



## Syftet med presentation

- Att presentera fem modeller hur man kan hjälpa klienten att beskriva sin situation



## Modeller

- Fördelen med analysmodellerna är att de hjälper oss att beskriva verkligheten
- Hjälper oss att motivera klienten för förändring
- Bygger på funktionell beteendeanalys



## Modell 1

En modell för att samla in data och för att få en övergripande bild av klientens situation



## INTERVJUMALL FÖR FÖRSTA BEDÖMNINGSSAMTAL

Kirk Strosahl & Patricia Robinson



### GENOMFÖR FUNKTIONELL ANALYS AV PROBLEMET SOM PRESENTERATS

- (1) När började problemet? (Är det ett kroniskt problem?) Finns det något som hänt nyligen som har gjort detta problem värre?
- (2) Vilka situationer eller händelser upplever du trigger problemet?
- (3) Finns det något du kan göra eller gör som gör problemet bättre? Sämre?
- (4) Hur påverkar problemet ditt liv i termer av arbete, relation, fritid?
- (5) Hur kan det som vi har gått igenom sammanfattas?



### GENOMFÖR EN KONTEXTUELL BEDÖMNING

- (1) Arbetar du? Vad tycker du om ditt arbete? Kommer du överens med dina kollegor? Är du på något sätt hindrad att utföra ditt arbete fullt ut (t.ex. funktionshinder)? Varför? För hur länge?
- (2) Är du gift eller i en intim relation (sambo, särbo)? Hur fungera det? (Om svaret är negativt) Finns det någon form av våld eller annan misshandel (t.ex. verbal) i samband med konflikter.



### GENOMFÖR EN KONTEXTUELL BEDÖMNING

- (3) Vem bor du med? Har du barn? Bor de ihop med dig? Hur går det för dem? Är de myndiga? Kommer du överens med dina barn? Har du kontakt med dem?
- (4) Har du några vänner? Hur ofta träffas ni? När var den senaste gången ni sågs?



### GENOMFÖR EN KONTEXTUELL BEDÖMNING

- (5) Vad gör du på din fritid eller när du vill ha roligt? Vad gör du mer än detta? När var den senaste gången du gjorde något av dessa saker?
- (6) Hur är det med träning /fysisk aktivitet? På vilket sätt? Hur ofta? När hände det senast?
- (7) Är du en aktiv medlem i en kyrka?
- (8) Har du samhällsengagemang?



### SCREENA FÖR RISKBETEENDEN

- (1) Dricker du alkohol? Hur många dagar i en typisk vecka dricker du alkohol? Hur mycket dricker du då? Har du någon gång haft/fått problem till följd av din alkoholkonsumtion?
- (2) Använder du någon annan form av drog?
- (3) Röker du? Hur många per dag? Hur länge har du rökt?



### SCREENA FÖR RISKBETEENDEN

- (4) Dricker du kaffe? Te? Andra energidrycker? Ungefär hur mycket per dag?
- (5) Äter du regelbundet? Vilken sorts mat äter du under en typisk dag?
- (6) Hur ofta och hur länge sitter du framför datorn?




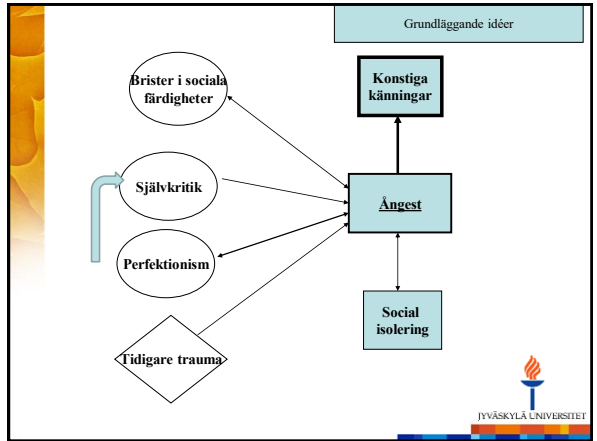
### SCREENA FÖR RISKBETEENDEN

- (7) Använder du någon form av medicin? Äter du någon form av alternativmedicin?
- (8) Hur är det med sömnen? Somnar du som du vill? Vaknar du på natten?
- (9) Är du sexuellt aktiv? Har du haft mer än en sexpartner? Hur många sexpartners senaste året? Skyddar du dig i samband med sex? Vilken form av skydd?









## Modell 2

En sammanfattning eller en beskrivning av klientens situation


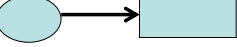
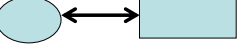




### Global eller allmän beteendeanalys (Haynes & O'Brien, 2000)

	Ursprunglig orsaksvariabel, som inte längre kan ändras	
	Orsaksvariabel	 Beteendeproblem eller dess påverkan
	Orsaksvariabel stor möjlighet till förändring	 Beteendeproblem stor möjlighet till förändring



### Global eller allmän beteendeanalys (Haynes & O'Brien, 2000)

	Korrelationsrelation
	Enkelriktad kausalrelation
	Ömsesidig kausalrelation



## Allmän beteendeanalys: steg för steg

Intervju och andra metoder för att samla information - sammanfatta

Beskrivning av problemen (gör en lista om vad som är besvärligt) - sammanfatta

Beskriv hur problem och andra faktorer är relaterade till varandra - sammanfatta

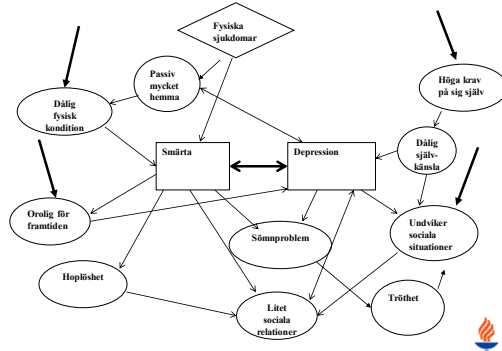
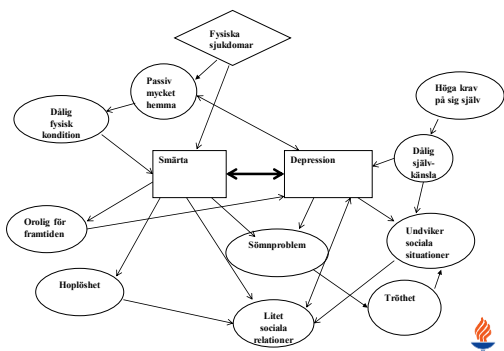
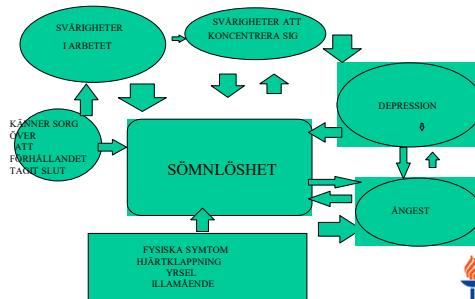
Bestäm vad som analyseras närmare

När analysen är klar ska den ge idéer om hur man kan göra en intervention - sammanfatta

= när man väljer interventionen, är det viktigt att den har en koppling till analysen



## Individuell analys

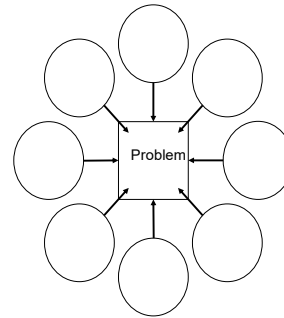


## Modell 3

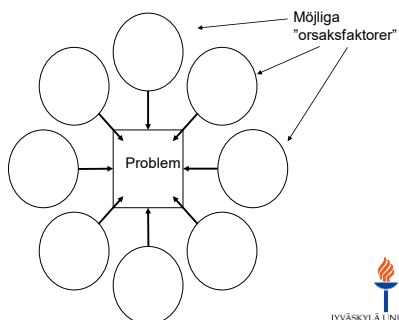
En modell som fokuserar sig på ett problem



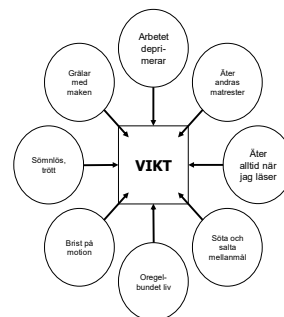
## MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM



## MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM



## MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM



**MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM**

Hur viktiga eller betydelsefylla Dessa orsakerfaktorer är? Gör en skattning 1-10

JYVÄSKYLÄ UNIVERSITET

**MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM**

Hur viktiga eller betydelsefylla Dessa orsakerfaktorer är? Gör en skattning 1-10

JYVÄSKYLÄ UNIVERSITET

**MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM**

Välj ut 2-3 alternativ och skriv ut vad du kan eller vill göra eller vad du skulle kunna pröva?

JYVÄSKYLÄ UNIVERSITET

**MER SPECIFIK ANALYS AV ETT PROBLEM**

Välj ut 2-3 alternativ och skriv ut vad du kan eller vill göra eller vad du skulle kunna pröva?

Hemuppgift

JYVÄSKYLÄ UNIVERSITET

## Modell 4

En analys av specifika händelseförlopp



## Allmän analys: Beskrivning av problemen

Problemlista: en mera exakt beskrivning av problemen, t ex depression:

Tankar: jag kan/orkar inte göra någonting, jag är dålig

Känslor: nedstämdhet, ångest, sorg

Beteende: ligger och sitter mycket, är mycket inomhus



## Specifik analys, beteendekedja



Situation



## Paradigmatisk analys Specifik analys, beteendekedja



Något sker i en viss situation

Känslor

Tankar

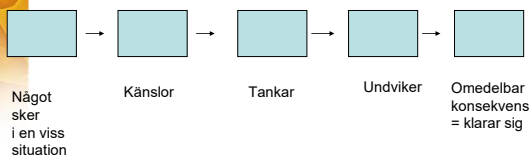
Gör (säger) något  
Ofta kontroll-försök

Omedelbar konsekvens

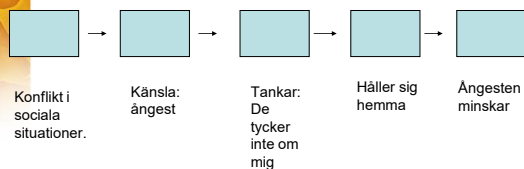




## Paradigmatisk analys Specifik analys, beteendekedja



## Paradigmatisk analys Specifik analys, beteendekedja



## Ett exempel om beteendets funktioner: samma utseende – olika funktioner

Terapeuten observerar att en klient undviker sociala situationer.

Möjliga orsaker:

Undviker klienten därför att han/hon har mycket självkritiska tankar om sig själv?

Undviker klienten för att han/hon har dåliga sociala färdigheter?

Undviker klienten för att han/hon får lätt ångest i sociala situationen?

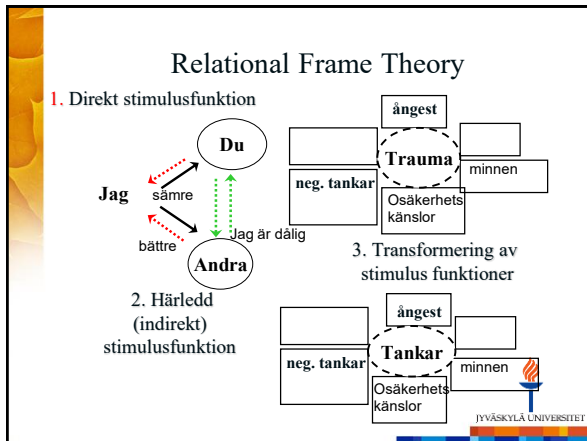
Vilken funktion har undvikandet för den här individen i den här situationen?



## Modell 5

Att utnyttja Relationsinramningsteori  
(Relational Frame Theory)





## RFT

Att förstå problem med kommunikationen...

Man har förmåga att härleda slutsatser.

### RFT: att dra eller härleda slutsatser

Vad vacker du är idag?  
Så jag var inte vacker igår? = härledd relation

Vad bra arbete du gjorde idag....  
Så alltså, jag har arbetad dåligt tidigare? = härledd relation

"Vad vacker du är idag?  
Så jag var inte vacker igår? = härledd relation  
Eller... är jag inte vacker i vanliga fall

Vad bra arbete du gjorde idag....  
Så alltså, jag har arbetad dåligt tidigare? = härledd relation

## RFT: härledda relationer

Diagnos = är inte frisk – är sjuk = är annorlunda = är sämre än andra



JYVÄSKYLÄ UNIVERSITET

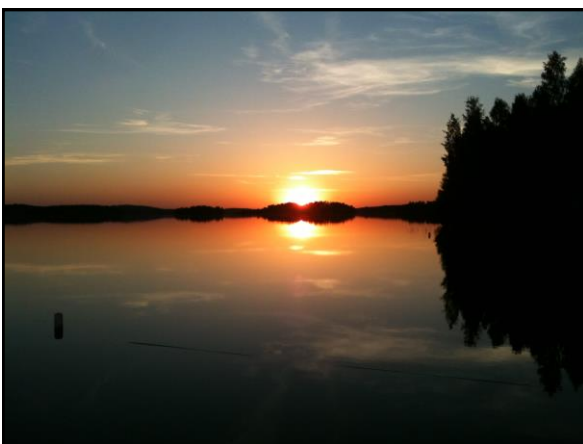
## Att utnyttja RFT när man diskuterar med klienten: några exempel

Att observera konsekvenserna av sina handlingar, ett exempel...vad skulle hända om du gjorde annorlunda....vad skulle hända om du gjorde X i situationen Y

Att se tankar annorlunda... alltså du har den där tanken i den där situationen

Att hjälpa klienten att dra slutsatser....och...och vad hände därefter ...och ...och sen då....

JYVÄSKYLÄ UNIVERSITET



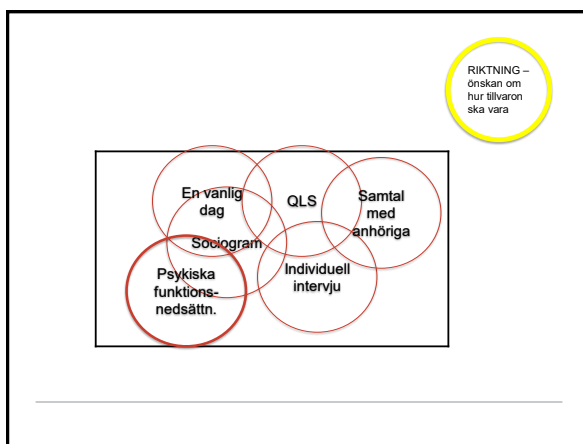
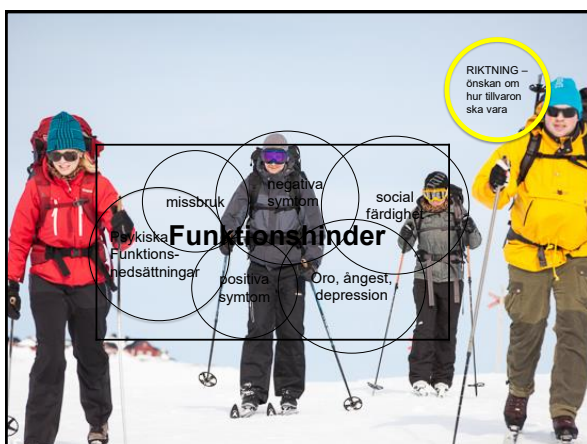
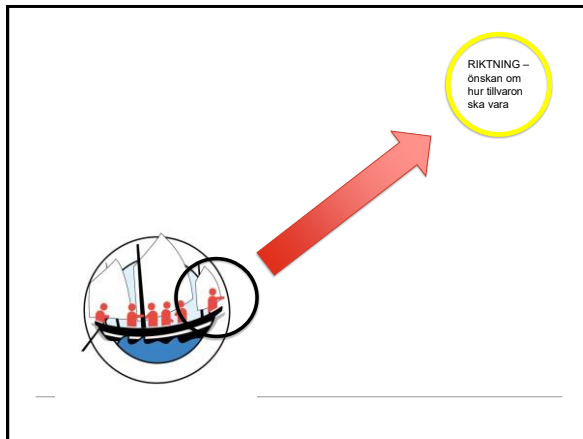
Att förstå:  
psykiska  
funktions-  
nedsättningar

Eva-Lena  
Borell AB

borell  
psykologi & arbetsterapi

### Uppdrag utifrån metodiken Resursgrupps-ACT

- Att tillsammans med brukaren utforska önskad riktning, nuvarande livssituation, tillgångar och hinder
- Kräver noggrann analys av *varför* hindren uppstår
- För att vi ska se vilka insatser som tjänar brukaren bäst



## Lisa kommer inte i väg till praktiken

### Förståelse utifrån funktion

- Svårt att planera
- Svårt att starta, brist på energi
- Nedsatt tidsuppfattning

### Möjliga insatser/stöd

- Initiativstöd
  - Schema
  - Tidshjälpmiddel
  - Personligt stöd
  - Bra relation/samarbete
- 

## Exempel: Högre kognitiva funktioner

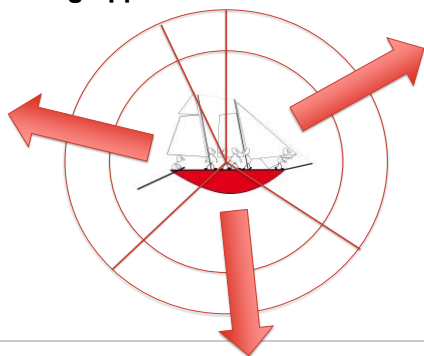
- Organisering och planering



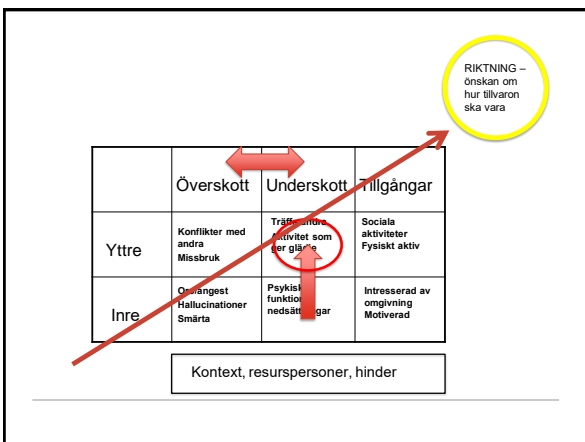
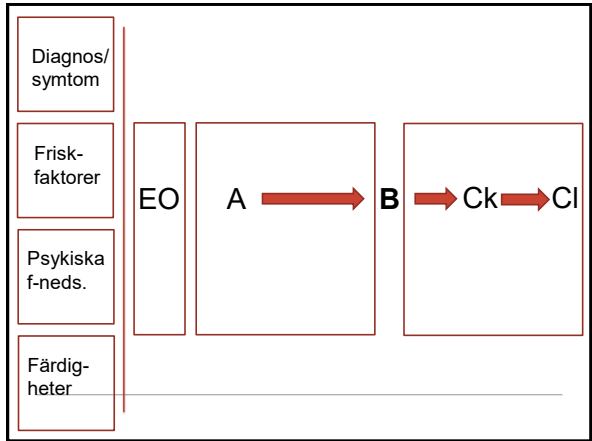
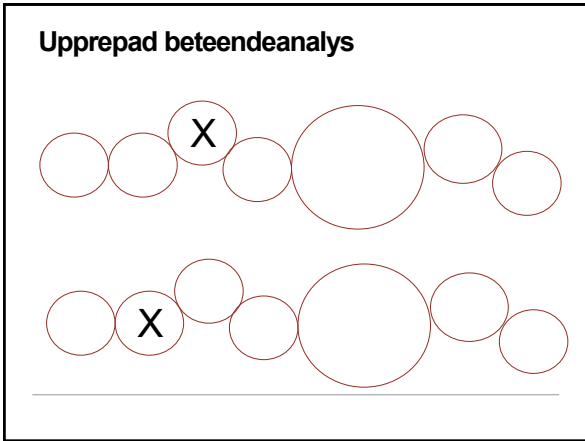
- Tidsplanering
- Kognitiv flexibilitet
- Problemlösning

- Fasta rutiner, schema
  - Hjälpa att organisera och planera, översiktighet, förutsägbarhet
  - Träna problemlösning (ESL)
- 

## Resursgrupp



- Vad vill personen göra – mål/riktning?
  - Bedömning/analys av svårigheter
  - Kom överens om strategier för att kompensera och anpassa - använd stöd, hjälpmedel och träna färdigheter
  - Glöm inte starka sidor och intressen!
  - Upprepa 'varför', kom överens om 'hur'!
-



### Forskningsprojekt – skattning av funktionsnedsättning

- Skattningsinstrument utvecklat från ICF
- Gemensamt språkbruk
- Brukaren skattar själv tillsammans med utförare
- Gemensam förståelse
- Delar inom forskning: psykometrisk studie; kontrollerad studie av effekt på förståelse och möjliga insatser; kvalitativ studie av utförarens samt brukares upplevelser
- Genomförande 2018 – 2019