

Å arbeide for lik praksis

Tonje Elgsås
Psykologspesialist

Senter for sjeldne diagnoser, enhet Frambu
Leve NÅ

7. Oktober 2025





Lik praksis

- Når det er mange omsorgspersoner rundt barnet er det viktig at man forholder seg til barnet på lik måte.
- Mål: å skape forutsigbarhet, trygghet, minske presset på de kognitive evnene.
- OGSÅ for tjenestetytere.

Lik praksis- morgenstell

Tonje

- Pusser tenner først, badekar og så fysio øvelser, frokost

Vibeke

- Bader først, fysio øvelser, frokost og tannpuss til sist

Helene

- Starter med frokost, så tannpuss, bad og deretter fysio



Lik praksis- tiltak

- Samhandlingsregler (skriftlige regler for hva man skal gjøre) på viktige situasjoner.
- Handlingskjeder.
- Dagsplan.
- Lik forståelse av barnets tilstand og dagsform



Varierende dagsform



- Barn med sammensatte tilstander har ofte varierende dagsform avhengig av søvn, stress, anfall, smerter ++++
- Mandag tåler de mye.
- Tirsdag tåler de lite.

Dagsform?

- Barna krever fleksibilitet i type tiltak som settes inn (av og til fra time til time!)
- Utfordrende å stadig tilpasse seg, spesielt der det er mange som skal yte tjenestene.

Å se barnets dagsform

- Kan være åpenbart for de som kjenner barnet godt, andre ganger ikke.
- Barnet kan og uttrykke annerledes på ulike arenaer, og det være viktig å få frem.
- Å lære seg å se barnets tilstand er spesielt viktig for nyansatte og vikarer.



Atferdsuttrykk

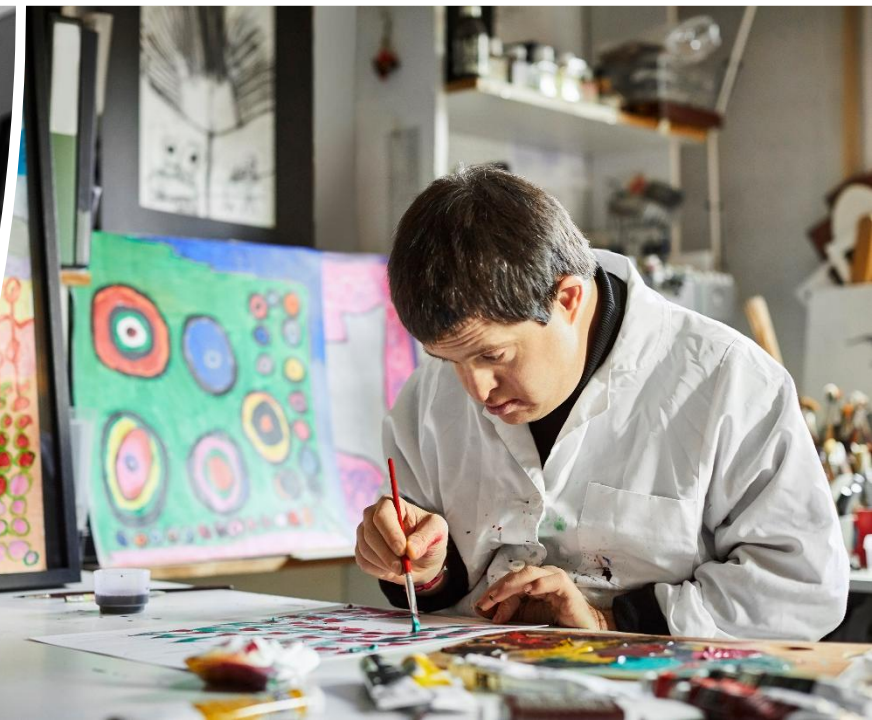
- Ofte brukes abstrakte, relative begreper når man omtaler tilstand hos barn som ikke selv kan uttrykke hva de mener, føler og ønsker.

→ Behov for å konkretisere hva vi mener når vi bruker ord som *frustrert*, *engstelig*, *sliten* osv. når man har med mennesker som ikke selv kan uttale seg om hva de mener/tenker/føler.



I tillegg...

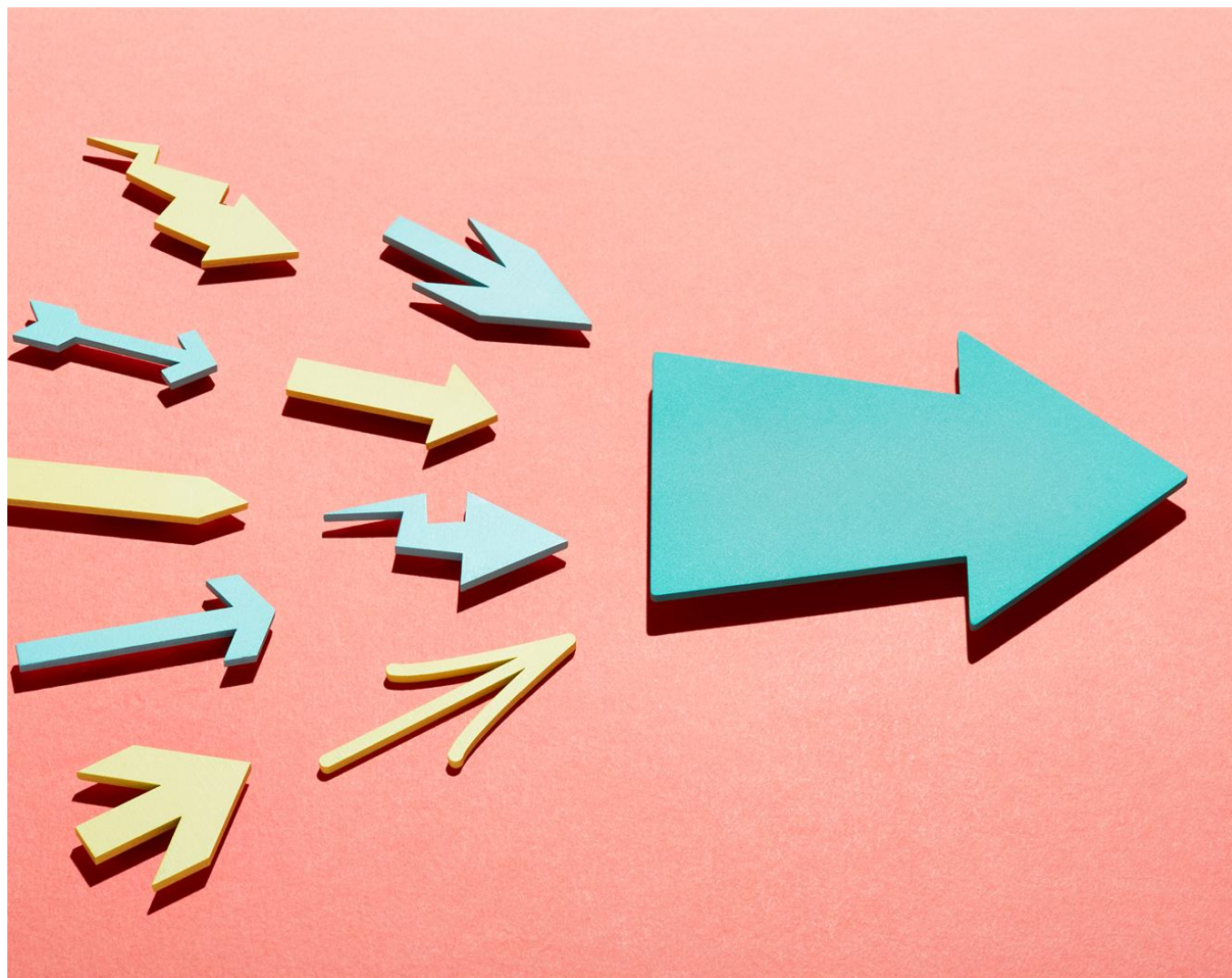
- Barn med utviklingshemming, autisme og syns/hørselshemming har ofte atypiske eller idiosynkratiske uttrykk for symptomer.
- Sinne, frykt og glede kan se veldig annerledes ut enn hos typisk utviklede barn.
- Barnet kan ha en helt særegen måte å uttrykke seg på (idiosynkratisk).



Eksempelvis

- Fraser, lyder eller ord som betyr noe helt spesifikt for det barnet.
- Tristhet kan uttrykkes som sinne/aggresjon.
- Glede kan uttrykkes gjennom selvskading eller det som kan se ut som angrep.
- Gir ikke de vanlige nonverbale signaler i en relasjon- manglende mimikk, lite blikk, lite gjensidig smil.





- Hvordan er det når vi er en stor personalgruppe som skal tolke uttrykk hos et nonverbalt/lite verbalt eller atypisk utviklende barn?
- Spesielt hvis vi er flere instanser?

Hvordan ser
andre på deg
at du er
«engstelig»?



Hva påvirker hvordan vi tolker følelsesuttrykk?



- Personlighet
- Kjønn
- Alder
- Kultur (inkl. familiekultur)
- Holdninger til følelser
- +++



Hva betyr dette i praksis?



- Vi som følger opp barna må utøve **høy grad av faglig og etisk vurdering** i hvordan vi fortolker uttrykk og forholder oss til det.



Kommunikasjon omkring tilstand

- Behov for å konkretisere hva vi mener når vi sier "lei seg", "smertepåvirket", "sint" eller "engstelig".
- Også behov for å konkretisere hva vi mener med «ofte», «hele tiden», og «veldig mye»...

Tilstandsbeskrivelse, tilstandsplan og symptommonitorering

Egnet for:

- Barn med store kommunikasjonsvansker.
- Barn med varierende tilstandsbilde.
- Barn med psykiske lidelser.
- Barn med større personalgrupper tilknyttet seg.
- Barn med mange ulike arenaer (skole, avlastning, fritidsaktiviteter +++)

Tilstandsbeskrivelse, tilstandsplan og symptommonitorering

- **Tilstandsbeskrivelse:** For å bli enige om hvordan tilstandsbildet konkret ser ut.
- **Tilstandsplan:** Der det er behov for ulike tiltak i ulike tilstandsbilder.
- **Symptommonitorering:** Der det er behov for å følge med på symptomer over tid.
 - Følge med på symptomutvikling over tid.
 - For å evaluere tiltak; eks. medisiner.
 - Se på samvariasjon av symptomer.
 - Diagnostisering

Hvordan gå frem

- Alle rundt barnet må bli enige om **hvordan ser vi helt konkret** på barnet at det er «*urolig*», «*engstelig*» eller «*smertepåvirket*».
- Alle bør bestrebes å høres; vi har våre styrker, blindsoner og ulike perspektiver som er viktige.
- Ulike personer ser ulike tegn, og å dele dette kan være lærerikt for **alle** rundt barnet.
- Sett ned en arbeidsgruppe på 3-5 personer som utarbeider tiltaket med innspill fra de rundt.

Tilstands beskrivelse kan løses på forskjellige måter

- Enten en konkret beskrivelse av en tilstand vi er ute etter:

- Smertepåvirket
- Trist
- Redd
- Kjedsomhet

- Eller en beskrivelse av generell dagsform («trafikklysmodellen):

- God form
- Tidlig tegn
- Dårlig dagsform.

Tilstandsbeskrivelse

Tilstand	Atferdsuttrykk
Irritabelt stemningsleie	Rynke mellom øyebryn, smalere øyne, «mmm» lyder, knytter hendene, gir ikke blikkontakt, spenner kroppen

Tilstandsbeskrivelse

Tilstand	Atferdsuttrykk
Smerter	Oppsperrrede øyne, skriker med høy tone, blek i huden, clam, veiver med armene, liker ikke å bli tatt på, rødt utslett på halsen, selvskading (spesifiser)

Tilstandsbeskrivelse

Tilstand	Atferdsuttrykk
Nedstemt	Gir lite blikkontakt, reagerer ikke på favoritt leken, vil ikke være med på (favoritt aktiviteten), vil sitte på fanget hele tiden, blir opprørt av høye lyder, gråter lengre enn 10 minutter etter at foreldrene har gått, økt repetetiv atferd (spesifiser)

Tilstandsbeskrivelse

Tilstand	Atferdsuttrykk
Dårlig søvn	Mindre enn 4 timer søvn hver natt, sovner senere enn kl 24/våkner før kl 04.00, problematferd på natt, daglige aktiviteter på natt

Tilstandsbeskrivelse: trafikklysmodellen

God fase	Tidlig tegn fase	Dårlig fase
○ Uttrykker glede gjennom: • smil • god øyekontakt • klarer å svare på spørsmål om hvordan han har det. ○ Motorisk rolig ○ Avslappet i kroppen ○ Tar selv sosial kontakt med medelever ○ Tar initiativ selv til aktiviteter ○ Sier ja til aktiviteter som foreslås av andre (inkl. medelever).	○ Fremstår engstelig: • bekymringsrynke mellom øyebryn • økt repetetiv atferd • klam i huden • rødflekket på halsen • Insisterer på å ha voksen tilstede. ○ Fremstår smertepåvirket: • Klam i huden • Blek • Holder seg til magen • Slår seg på låret ○ Gråt i over 10 minutter uten åpenbar grunn ○ Mindre kontaktbar: bruker lang tid på å svare på spørsmål om hvordan han har det, unngår øyekontakt, må bli tatt på for å oppnå kontakt. ○ Innleder aktivitet, men mestrer i mindre grad å stå i gjennomføringen (avslutning etter 5-10 min)	○ Svært engstelig: • X • X • X • X ○ Intens gråt i over 15 minutter uten åpenbar grunn ○ Hjelper ikke å distrahere gjennom favorittaktivitet (spesifiser) ○ Vanskelig kontaktbar: virker ikke å klare å få med seg hva man sier, selv ved kroppskontakt og øyekontakt. ○ Reduksjon i ferdigheter: klarer ikke/vil ikke knyte egne sko, bruke blyant/ipad..... Utfordrende atferd: ○ Biter seg i hånden ○ River ned gjenstander fra pulten ○ Roper sint «Vil ikke» når får krav.

TILSTANDSPLAN

Dato:

Faser	Kjennetegn	Tiltak
God fase	• Positiv og uttrykker glede gjennom smil og latter • Rolig, avslappet i kroppen • Tar sosial kontakt • Kan følge interessert med på undervisningen og aktivitetene i klassen på sine premisser.	• Dagsplanen følges som vanlig. • A liker: ○ At det skjer noe rundt henne ○ Fart og spenning ○ Høy musikk ○ X ○ X ○ X
Tidlig tegn fase	• Fremstår engstelig: X, X og X • Fremstår smertepåvirket: X, X og X • Gråt i over 5 minutter • Mindre kontaktbar og mottakelig for distrahering • Innleder aktivitet, men mestrer i mindre grad å stå i gjennomføringen. • X antall epileptiske anfall • Har sovet mindre enn X antall timer.	• Bør skjermes for mye stimuli, store hendelser, etc (spesifiser). • Redusere stress: ○ Reduserte krav til oppgaveløsning: X, X og X. ○ Få ord og korte setninger ○ X og X • Konstant tilsyn fra personale • Tilby lystbetonte aktiviteter: ○ Kjøre biltur ○ Gåtur i vogn ○ Sanserom ○ Ekstra time soving • Ved gul tilstand i over 3 dager: Kontakt fastlege, be om medisin vurdering og somatisk sjekk.
Dårlig fase	• Klart nedstemt og engstelig • Intens gråt i over 10 min. • Slag, spark, biting, lugging, kaster gjenstander • Vanskelig kontaktbar • Vanskelig distraherbar • Forvirring/tap av ferdigheter • X antall timer søvn per natt (i over en uke). • X antall epileptiske anfall • X antall ganger bruk av av eventuelt medisin	• 1:2 oppfølging. • Klare, enkle avtaler, få ord, tegnstøtte. • Ta vekk alle krav, mye omsorg. Forsiktig oppfordring til tilrettelagte aktiviteter (spesifiser hvilke): ○ Høre på musikk ○ Massasje ○ Tur ute i vogn (ikke kjøpesenter) ○ Overvåket alenetid • Ikke skole, fritidsaktiviter eller avlastning. • Time hos fastlegen annenhver uke. • Vurdere eventuelt medisiner.

Forarbeid

- Kommunikasjonskartlegging
- Smertekartlegging
- Kartlegging av utfordrende atferd
- Symptommonitorering



«Work in progress»

Fordi barn stadig endrer seg må man også jevnlig evaluere og endre en slik plan!

Symptommonitorering



- Der det er behov for å følge med på symptomer over tid.
- Eksempelvis for å se på hyppighet av symptomer, varighet, alvorlighetsgrad, evaluere tiltak (eks. medisinerings).
- Kan også brukes til hjelp i diagnostisering og for å se på samvariasjon av symptomer.
- Kan gjøres på en rekke ulike måter, avhengig av behov.

Symptommonitorering



Måned: April 2022

Symptom:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Grønn fase																															
Gul fase																															
Rød fase																															

Sett kryss eller minus ved aktuell dato ved forekomst av oppsatt atferd/hendelse på din vakt eller rapportert fra arbeidsplass.

Symptommonitorering



Måned: April 2022

Symptom:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Grønn fase																															
Gul fase																															
Rød fase																															

Sett kryss eller minus ved aktuell dato ved forekomst av oppsatt atferd/hendelse på din vakt eller rapportert fra arbeidsplass.

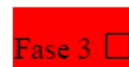
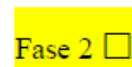
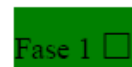
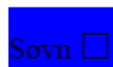
Symptommonitorering Faser

Måned:

År:

Klokkeslett	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
24-01																															
01-02																															
02-03																															
03-04																															
04-05																															
05-06																															
06-07																															
07-08																															
08-09																															
09-10																															
10-11																															
11-12																															
12-13																															
13-14																															
14-15																															
15-16																															
16-17																															
17-18																															
18-19																															
19-20																															
20-21																															
21-22																															
22-23																															
23-24																															
Antall timer Søvn																															
Antall timer Fase 1																															
Antall timer Fase 2																															
Antall timer Fase 3																															

Registrer for:



Symptommonitorering

Måned:

Måned:

Symptom:	Vises som:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Engstelse	Oppspillede øyne, bekymringsrynke, slår seg, svetting, økt drikkebehov, økt repetitiv atferd																															

Sett kryss eller minus ved aktuell dato ved forekomst av oppsatt atferd/hendelse på din vakt eller rapportert fra arbeidsplass.

Symptommonitorering

Måned:

Måned:

Symptom:	Vises som:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Engstelse	Oppspillede øyne, bekymringsrynke, slår seg, svetting, økt drikkebehov, økt repetitiv atferd	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

Sett kryss eller minus ved aktuell dato ved forekomst av oppsatt atferd/hendelse på din vakt eller rapportert fra arbeidsplass.

Symptommonitorering

Måned:

Måned:

Symptom:	Vises som:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Engstelse	Oppspillede øyne, bekymringsrynke, slår seg, svetting, økt drikkebehov, økt repetitiv atferd																															
Nedstemthet	Manglende mimikk, ikke interessert i ting hun vanligvis liker, økt søvnbehov, ønsker ikke å være sosial.																															
Smerter	Bekymringsrynke, lager høye «mmm» lyder, økt veiving med armene, reagerer negativt på berøring.																															
Epileptisk anfall	GTK: pustestopp, tilstivning, tap av bevissthet																															

Sett kryss eller minus ved aktuell dato ved forekomst av oppsatt atferd/hendelse på din vakt eller rapportert fra arbeidsplass.

Hvorfor?



- For å konkretisere symptomer og enes om et felles begrepsapparat.
- For å gi en enkel og lett tilgjengelig oversikt over tilstandsbildet.
- For å lette kommunikasjon mellom familie, personal og ulike arenaer.
- Brukes som et verktøy ifm. å søke om tjenester, henvisninger til spesialisthelsetjenesten ++.

Hvorfor: Prosessen

- Prosessen i seg selv er ofte lærerik og fruktbar, både for personal, spesialist helsetjenesten og foresatte.
- Kan være fordelaktig at personalgruppen deltar i utarbeidelsen.
 - øker forståelsen for tiltaket
 - øker eierforhold til tiltaket
 - øker etterlevelse med tiltaket.
- Planene er ofte i konstant endring.
 - Vi som veiledere bør fokusere på å styrke personalgruppen og foreldres tiltro til egen evne til å utarbeide planen selv.