



INSTITUTIONEN FÖR  
BETEENDEVETENSKAP OCH LÄRANDE

581 83 Linköping

013-281000

# Bidrar Vägledande samspel/ICDP till att öka ungas affektmedvetenhet?

Louise Forsgren

Psykoterapeutprogrammet  
magisteruppsats  
Höstterminen 2010  
Handledare: Rolf Holmqvist

## **Sammanfattning**

Studien genomfördes inom ramen för ett större utvärderingsprojekt av programmet Vägledande samspel/International Child Development Program (ICDP) och kallades i detta sammanhang "Unga vägleder unga". Deltagarna, elva gymnasister i Västervik, utbildades i ICDP och fick sedan vägleda mellanstadiebarn. Syftet med studien var att undersöka om affektmedvetenheten ökade efter att deltagarna gått ICDP-utbildningen och väglett mellanstadiebarnen. För att undersöka detta användes Affect Consciousness Interview-Revised (ACI-R) som mäter egna och andras affekter. Materialet kompletterades med de intervjuades egna upplevelser av utbildning och vägledning genom en enkät med slutna och öppna frågor. Slutligen jämfördes affektmedvetenhet och reflekterande funktion hos deltagarna.

Resultatet visar att affektmedvetenheten inte ökade hos deltagarna, inte heller den reflekterande funktionen. De intervjuade upplevde dock att utbildningen och vägledningen givit dem nya verktyg gällande samspel och känslor. Är detta att likställa med ökad affektmedvetenhet? Denna studie kan inte svara på det. Kanske är Affektmedvetenhetsintervjun för trubbig för det aktuella urvalet? Huruvida ICDP-utbildning kan öka affektmedvetenhet bör därför undersökas vidare med en annan undersökningsmetod till exempel djupintervjuer.

## Innehållsförteckning

|                                             |             |
|---------------------------------------------|-------------|
| <b>Teori och forskning</b>                  | <b>1-9</b>  |
| <i>Affektmedvetenhet</i>                    | 1           |
| Vad är affekter?                            | 1           |
| Vilka är affekterna och vad syftar de till? | 1-2         |
| Vad är affektmedvetenhet?                   | 2           |
| Vad syftar affektmedvetenhet till?          | 3           |
| Vad innebär en låg affektmedvetenhet?       | 3-4         |
| Hur mäts affektmedvetenhet?                 | 4-5         |
| <i>Vägledande samspel/ICDP</i>              | 5           |
| Varför används ICDP?                        | 5-6         |
| Strukturen i ICDP                           | 6           |
| <i>Unga</i>                                 | 6-7         |
| <i>Tidigare forskning</i>                   | 7-8         |
| <i>Syfte med undersökningen</i>             | 8           |
| <i>Frågeställning</i>                       | 8-9         |
| <b>Metod</b>                                | <b>9-15</b> |
| <i>Bakgrund</i>                             | 9           |
| <i>Urval</i>                                | 9-10        |
| <i>Undersökningsmetoder</i>                 | 10-14       |
| <i>Genomförande</i>                         | 14-15       |
| <i>Etik</i>                                 | 15          |

|                 |              |
|-----------------|--------------|
| <b>Resultat</b> | <b>16-21</b> |
|-----------------|--------------|

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| <i>Affektmedvetenhet</i> | 16-17 |
|--------------------------|-------|

|                                                            |       |
|------------------------------------------------------------|-------|
| <i>Deltagarnas synpunkter på utbildning och vägledning</i> | 17-20 |
|------------------------------------------------------------|-------|

|                                                                |       |
|----------------------------------------------------------------|-------|
| <i>Jämförelse affektmedvetenhet och reflekterande funktion</i> | 20-21 |
|----------------------------------------------------------------|-------|

|                   |              |
|-------------------|--------------|
| <b>Diskussion</b> | <b>22-27</b> |
|-------------------|--------------|

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| <i>Resultatdiskussion</i> | 22-23 |
|---------------------------|-------|

|                                               |       |
|-----------------------------------------------|-------|
| <i>Metoddiskussion och framtida forskning</i> | 23-26 |
|-----------------------------------------------|-------|

|                   |       |
|-------------------|-------|
| <i>Slutsatser</i> | 26-27 |
|-------------------|-------|

|                   |              |
|-------------------|--------------|
| <b>Referenser</b> | <b>28-32</b> |
|-------------------|--------------|

|                |  |
|----------------|--|
| <b>Bilagor</b> |  |
|----------------|--|

1. Översikt ICDP
2. Frågemanual vid modifierad affektmedvetenhetsintervju
3. Poängkriterier för medvetenhet om egna och andras affekter
4. Poängkriterier för medvetenhet om egna och andras affekter, översiktsversion.
5. Skattningschema för affektintervju
6. Enkät efter genomgången ICDP utbildning och vägledning
7. Överenskommelse för deltagande i undersökningen
8. Exempel på hur ICDP användes vid vägledning av mellanstadiebarnen

# **Bidrar Vägledande samspel/ICDP till att öka ungas affektmedvetenhet?**

## **Teori och forskning**

### ***Affektmedvetenhet***

I *The quest of primary motives: Biography and autobiography of an idea* (1981) formulerar Silvan Tomkins att det inte är psykologerna som är pionjärer i studiet av affekter. Han menar istället att det är filosofer och biologer som dominerat sökandet av kunskap om affekter. För många är det ändå Tomkins själv som främst är sammankopplad med affekter och affektteori. Hans teorier om människans affektsystem integrerar biologiska, psykologiska och socialpsykologiska aspekter (Tomkins, 1962).

*Vad är affekter?* Affekterna är den process som binder samman, medvetet och omedvetet, psyke och soma, drift och handling, tanke och handling (Havneskiöld & Risholm Mothander, 2002). Affekterna är också den grundläggande källan till mänsklig motivation. Tomkins delade in affektsystemet i affekt, känsla och emotion. Med affekt avses den biologiska aspekten, affekten är de fysiologiska reaktionerna i kroppen som utlöses av inre eller yttre stimuli. Till skillnad från Tomkins anser Monsen (1986) inte att det finns någon större poäng med att särskilja mellan begreppen emotioner, känslor och affekter. Affekterna triggas gång efter gång i olika situationer och dessa situationer bildar tillsammans en minnesbank. En emotion är en komplex kombination av en affekt och minnen som förknippas med affekter (Nathanson, 1992). I Tomkins och Monsens beskrivning av affektteorin utgår man från kognitiv teori på så vis att man undersöker individens förmåga att känna igen distinkta affekter i scener och scripts (Holmqvist, 2007). Affektsystemet utgör således basen för människans värdesystem och färgar hennes upplevelse av världen (Sonnby- Bergström, 2005).

*Vilka är affekterna och vad syftar de till?* Tomkins beskriver nio basaffekter som i olika kombinationer utgör hela det mänskliga känsloregistret; de positiva affekterna är glädje och intresse, den neutrala affekten förvåning samt de negativa affekterna ilska, ledsenhet, rädsla, avsky, avsmak och skam (1962). Skam och ledsenhet har bland annat beskrivits av Harris (2009) och Blatt & Luyten (2009). De sistnämnda beskriver skamkänslan vid depression.

Att kunna uttrycka känslor ingår i den relationella kunskapen (Ellman & Moskowitz, 2008) och är en viktig del i människans interaktioner med andra. Tomkins beskriver affektsystemet som ett informations- och signalsystem som är nödvändigt för vår biologiska överlevnad men också för våra sociala relationer. Vidare beskrivs affekter som en central aspekt av individens självutveckling och som ett kommunikativt signalsystem (Tomkins, 1991 och 1995). Safran (2002) beskriver känslor som det primära i all kommunikation. I detta sammanhang talar Stern (2003) om att känslorna hjälper människan att organisera sina upplevelser och forma mentala strukturer, scheman, för hur man bör interagera med andra. Förmågan att uttrycka och dela affektstillstånd är avgörande för anknytning och känslan av samhörighet (Marmoda, 1999; Skårderud, 2007; Gude, Monsen & Hoffart, 2001; Fonagy, 2001; Safran, 2002). Lech, Andersson och Holmqvist (2008) pekar också på den interpersonella aspekten av affekter och affektmedvetenhet och drar vissa paralleller till Fonagys mentaliseringsbegrepp (Fonagy, 2001; Fonagy & Target, 1998). De påtalar dock att mentalisering har sin grund i anknytningsteorin medan Monsens version av affektmedvetenhet har sin grund i Kohuts självpsykologi (Kohut & Wolf, 1978).

*Vad är affektmedvetenhet?* Jon Monsen (1994) menar att den perceptuella och kvalitativa upplevelsen av affekter aldrig är helt beroende av kognition. Det finns individuella skillnader hur man uppfattar och förhåller sig till affekter. Detta förhållningssätt anser Monsen vara ett mått på affektmedvetenhet (1994). Monsen och Monsen (1999) beskriver affektmedvetenhet som den ömsesidiga relation som finns mellan aktivering av basala affekter och individens kapacitet att medvetet uppfatta och reflektera över och uttrycka dessa känslor. Monsen (1994) menar att förmågan till affektmedvetenhet präglas av individens psykologiska utvecklingsprocess i förhållande till andra. Alla affekter är således fundamentalt sociala och grundas i interaktion mellan människor som bedömer och utvärderar varandra och sig själva (Maroda, 1999). Att direkt följa de omedelbara emotionella impulserna blir dock ofta dysfunktionellt. En anpassning till vår omvärld kräver oftast reglering och modifiering av affekterna (Thompson, 1994). Denna reglering kan ske såväl medvetet som omedvetet. Hur vi reglerar våra emotioner är betydelsefullt för såväl vårt eget välbefinnande som vår anpassning till omgivningen (Thompson, 1994).

*Vad syftar affektmedvetenhet till?* Hög grad av affektmedvetenhet skulle kunna innebära en generellt högre grad av psykisk hälsa gällande till exempel förmågan att uppleva intimitet, skapa och behålla sociala relationer samt motivationen till att fullfölja personliga mål och ambitioner (Monsen, 1994). Monsen, Eilertsen & Odegård (1996) har i en studie redovisat att det finns ett positivt samband mellan hög affektmedvetenhet och just psykisk hälsa. Centralt i affektteorin är således utvecklande av affektmedvetenheten det vill säga att uthärda känslor utan att bli överväldigad av ångest, utan att tränga bort dem och utan att isolera de kognitiva aspekterna från det affektiva (Monsen 1994).

Finn Skårderud (2007) tar in begreppet mentalisering i sammanhanget. Han menar att mentalisering bland annat innebär möjligheten att förstå känslor och mening hos sig själv och i relation till andra. Kapaciteten att förstå sig själv och andra är grundläggande för affektmedvetenheten. Dessa förmågor är i sig påverkade av tidig anknytning. Han binder således samman begreppen anknytning, mentalisering och affektmedvetenhet. Skårderud använder bland annat detta resonemang i sitt arbete kring ätstörningar. Holmqvist påtalar att för att barnet från början skall kunna utveckla en medvetenhet om sina affekter krävs en trygg relation till en anknytningsperson. Den känsla barnet har delas och upplevs av denna person som ger en respons till exempel tröst när barnet är ledsen (Holmqvist, 2007). Sonnby- Borgström ser anknytningssystemet och affektsystemet som två parallella biologiskt nedärvda system och menar att samverkan mellan dem är viktig. Affekter och anknytning hänger således intimt samman (2005).

*Vad innebär en låg affektmedvetenhet?* Pearlman & Courtois (2005) pekar på sambanden mellan anknytningssvårigheter och affektreglering och de svårigheter som kan uppkomma om individen inte kan hantera/reglera sina affekter och kopplar detta till sitt arbete kring komplext trauma. Gleiser, Ford & Fosha (2008) reflekterar kring hur man kan hjälpa patienter med PTSD (posttraumatiskt stress syndrom) genom att arbeta med deras affekt reglering utifrån en anknytningsbaserad terapeutisk relation. Keltner & Kring (1998) har också beskrivit vikten av medvetenhet kring egna och andras affekter. De studerar sambandet mellan svårigheter kring affekter och förekomsten av psykopatologi till exempel gällande depression, schizofreni, social fobi och borderlinestörning. De poängterar också, i likhet med Tomkins, Monsen och Stern ovan, vikten av affekter som något i relation till andra.

Ytterligare exempel på vikten av affektmedvetenhet finns i Gude, Monsen och Hoffarts (2001) studie. De undersöker sambandet mellan graden av affektmedvetenhet och patologi gällande cluster C personlighetspatologi där affektmedvetenhet blir en viktig pusselbit i behandlingen. I Monsen, Odland, Faugli, Daae och Eilertsen (1995) uppföljningsstudie av personer med borderlinestörning sågs en förbättring av affektmedvetenhet och en minskning av personlighetspatologin. Holmqvist studie kring unga kriminella indikerar att pojkar med hög grad av psykopati hade lägre affektmedvetenhet gällande skamkänslor (2008).

Monsen och Monsen (2000) har gjort en studie om kronisk smärta och menar att svårigheten att reglera sina affekter är en variabel vid förekomsten av kronisk smärta. En låg grad av affektmedvetenhet skulle således enligt Monsen och Monsen (1999) innebära att individen inte förmår reglera sina affekter och inte förmår att använda dem som informationskälla. Detta innebär svårigheter i sociala relationer, eftersom individen har svårt att förstå egna och andras känslor och motiv. Det är därför inte förvånande att fokusering på affekter har beskrivits som en viktig ingrediens och förändringsmekanism i många olika terapeutiska inriktningar (Pascual - Leone, 2009; Gleiser, Ford & Fosha, 2008; Ellman & Moskowitz, 2008).

*Hur mäts affektmedvetenhet?* Lech (2007) och Lech, Andersson och Holmqvist (2008) har vidareutvecklat Monsens affektmedvetenhetsintervju (1986) genom att också undersöka hur individen påverkas av andras affekter och skapat Affect consciousness interview-revised, ACI-R. De affekter som undersöks är intresse/iver, välmående/glädje, rädsla/skräck, ilska/arg/raseri, skam/förödmjukelse, sorg/förtvivlan och om behov finns; avsmak/avsky/förakt, avundsjuka/svartsjuka och ömhet (Lech, 2007). Att förstå andras affekter är viktigt då individens förmåga att korrekt läsa av andras emotioner är av stor vikt för interaktion och sociala relationer. Det som mäts i affektintervjun är dels individens förmåga att uppleva affekter (uppmärksamma och tolerera), dels individens expressiva förmåga (verbalt och icke verbalt). Lech, Andersson och Holmqvist (2008) har studerat affektmedvetenheten för egna och andras affekter i ovan nämnda omarbetade version av affektmedvetenhetsintervjun, ACI-R. Syftet var dels att validera den nya versionen, men också att pröva den kliniskt. De patientgrupper som undersöktes var patienter med ätstörningar, relationella och sociala problem samt med stressrelaterad problematik.



Studien visade att den modifierade affektmedvetenhetsintervjun, ACI-R är ett lovande instrument. Affektmedvetenhetsintervjun har också provats som bedömningsinstrument i allmänpsykiatri. Intervjun har t ex använts på ätstörningskliniken vid BUP i Linköping samt vid vuxenpsykiatriska kliniken, psykoterapeutisk mottagning och behandlingshem (Holmqvist, Hill & Lang, 2005). En effekt var ett ökat intresse för patienters affektmedvetenhet, vilket utvecklats till en affektskola. Affektskola kan sägas vara ett sätt att lära sig mer om affekter och affektmedvetenhet.

### ***Vägledande samspel/ICDP***

Programmet ICDP (International Child Development Program) introducerades i Sverige för cirka tio år sedan. Det har skapats av professor Karsten Hundeide och professor Hening Rye vid Oslo universitet, som ett stöd till föräldrar. ICDP programmet har använts i Afrika, Asien, Sydamerika och Europa. Det används dessutom i flera olika sammanhang till exempel föräldrautbildning, äldreomsorg, vuxenhabilitering, förskola och i skola.

Det som fokuseras i programmet är, som namnet vägledande samspel antyder - samspel. Detta begrepp finns frekvent beskrivet ur olika perspektiv i litteraturen (till exempel Beebe & Lachmann, 2003; Fonagy, 2001; Stern, 2003). Fonagy talar om att samspelet mellan barnet och föräldern lägger grunden till förmågan till mentalisering och därmed förmågan att bli medveten om sina affekter (2001). Stern (2003) beskriver hur barnets samspel med mamman möjliggör för barnet att förstå sig själv och sin inre värld.

*Varför används ICDP?* Syftet med ICDP/vägledande samspel är att stödja och främja psykosocial omsorgskompetens hos personer som ansvarar för barns omsorg till exempel föräldrar och förskolepersonal, skolpersonal, sjukvårdspersonal eller personal inom socialtjänsten (Hundeide, 2006). Programmet syftar till att påverka och förbättra samspelet mellan barnet och omsorgsgivaren samt att öka föräldrarnas självreflektion och känslighet inför barnet. Vägledande samspel betonar betydelsen av nära och tillitsfulla relationer. Lyhördhet och empati är viktiga variabler som prioriteras i programmet. Detta kan jämföras med de variabler som beskrivits i *Patterns of Attachment* och som ligger till grund för en trygg anknytning; Lyhördhet, tillåtelse, samarbete och psykologisk tillgänglighet (Ainsworth, Blehar, Walters & Wall, 1978).

Programmet beskrivs som ett hälsofrämjande och förebyggande program som utgår från att varje person har resurser som kan utvecklas (personligt samtal med Anneli Waldau Bergman svenska ICDP, 11 maj 2010). En viktig del är viljan att förstå den andres handlingar utifrån en medupplevelse av den andres känslor och situation. Fonagy (Allen och Fonagy, 2006) har beskrivit denna mentalisering och uttryckt att det är den viktigaste egenskapen i all sund omsorg. Inom ICDP kallas mentalisering för empatisk identifikation med barnet och bedöms som primär (Hundeide, 2006).

*Strukturen i ICDP.* ICDP baseras på tre dialoger och åtta teman för gott samspel: den emotionella dialogen, vilket innebär att bekräfta barnet och följa barnets initiativ samt att visa att man tycker om barnet och förmedla känslan av betydelse och kompetens, den meningsskapande och utvidgade dialogen som innefattar att omsorgsgivaren pratar med barnet och ger förklaringar och skapar en gemensam förståelse för omvärlden samt den reglerande och gränssättande dialogen där omsorgsgivaren hjälper barnet att klara av utmaningar, att utveckla strategier och sätta gränser (Hundeide, 2000). ICDP består vidare av åtta samspelsteman; att visa kärleksfulla känslor, följa barnets initiativ, ha en bra dialog med barnet, berömma och ge barnet erkännande, hjälpa barnet att samla sin uppmärksamhet, förmedla mening med entusiasm för barnets upplevelser, utvidga och berika barnets upplevelser med sammanlänknings, förklaringar och historier samt att reglera barnets handlingar steg för steg och sätta gränser för vad som är tillåtet på ett positivt sätt genom att peka ut alternativ. I bilaga 1 finns en översiktsbild som beskriver grunderna i vägledande samspel/ICDP.

### ***Unga***

Gunnar Carlberg (1998) pekar på adolescensen, individens utveckling från barn till vuxen, som en tid av förändring. Den unge sätts på prov genom till exempel omorientering till de egna föräldrarna och jämnåriga samt kroppens fysiska förändringar. Olika teman kan också vara etablerande av sexuell identitet och kärleksrelationer, val gällande studier eller arbete och utvecklande av personligt moralsystem. Mangs & Martell (1982) beskriver den sena adolescensen, 16-25 år, som konsolidering gällande t ex ökad autonomi och sexuell identitet, men också stabilare emotioner, starkare självkänsla, mer målmedvetet handlande och en ökad möjlighet att kunna kompromissa och vänta. De menar vidare att adolescenten strävar efter jämvikt och balans.

Frisen och Hwang (2006) tydliggör att den unge försöker finna en identitet samtidigt som känslor måste integreras och få en mening. Detta kräver kraft och energi och kan innebära självupptagenhet. Blatt och Luyten (2009) menar att adolescensen är den period då två viktiga utvecklingsdimensioner skall integreras; attachment och agency. Annorlunda uttryckt; interpersonellt relaterande och utveckling av självständighet.

### ***Tidigare forskning***

Den forskning som beskrivits ovan kring affektmedvetenhet handlar i första hand om affektmedvetenhet i relation till allvarliga psykiska svårigheter (Monsen & Monsen, 2007; Gude, Monsen & Hoffart, 2001; Monsen, Odland, Faugli, Daae & Eilertsen, 1995; Gleiser, Ford & Fosha, 2008).

Annan forskning kring affektmedvetenhet är till exempel Danielsson och Kvarnlöfs (2005) examensarbete om samband mellan affektmedvetenhet, empati och alexitymi i en normalgrupp. Inga starka samband mellan affektmedvetenhet och empati kunde påvisas. Kleberger (2007) undersökte empati, affektmedvetenhet och alexitymi hos en grupp blivande psykoterapeuter. Hypotesen var att de blivande psykoterapeuterna hade högre affektmedvetenhet och empati än den normalgrupp som de jämfördes med. Detta var dock inte fallet. Flera studier finns av förändring av affektmedvetenhet genom affektskola till exempel Levin & Lundqvist Lundmark (2003) som skriver om affektskola i syfte att minska stress hos skolpersonal. Syftet med studien var att undersöka om ökad affektmedvetenhet har en reducerande effekt på stress. Några signifikanta resultat i form av minskad stress hos skolpersonalen visade inte studien. Dessutom finns det studier som har studerat validiteten hos ACI-R instrumentet (Lech, Andersson & Holmqvist, 2008) samt instrumentets användbarhet i kliniska sammanhang till exempel som bedömningsinstrument i allmänpsykiatri (Holmqvist, Hill & Lang, 2005).

Gällande vägledande samspel/ICDP finns till exempel Berggrens (2005) studie kring sex skolor som visar att ICDP har en positiv påverkan på såväl studieresultat som arbetsmiljö. Undersökningar kring affektmedvetenhet och unga är få, samband mellan affektmedvetenhet och ICDP är ännu färre. Nämnas kan dock Sohls (2009) studie kring förändring av bland annat affektmedvetenhet efter utbildningen vägledande samspel/ICDP.

Denna studie undersökte affektmedvetenhet hos 28 personer som genomgått ICDP utbildning. Studien visade att affektmedvetenheten var hög hos den undersökta gruppen vid båda mättillfällena, men att den sjönk vid det senare tillfället. Mätningarna gjordes under pågående utbildning och efter utbildning det vill säga att ingen mätning gjordes före utbildning. Sohl menar att en anledning till resultatet kan vara att ingen föremätning gjordes. En annan kan vara att deltagarnas motivation vid mättillfälle två var lägre än vid mättillfälle ett till exempel beroende på att frågorna vid båda tillfällena var samma och att de intervjuade redan svarat på dem (2009).

### ***Syfte med undersökningen***

Studien "Utvärdering av projektet unga vägleder unga i programmet vägledande samspel/ICDP" vill främja barns psykiska och fysiska utveckling och hälsa. En grupp gymnasieelever utbildas i programmet vägledande samspel/ICDP och vägleder därefter mellanstadieelever i programmet. Studien i sin helhet undersöker huruvida affektmedvetenhet och reflekterande förmåga förändrats efter genomgången utbildning och vägledning samt hur mellanstadieeleverna påverkats.

I denna uppsats/del av studien undersöks hur gymnasieungdomarnas affektmedvetenhet påverkades av utbildningen och vägledningen samt hur de själva uppfattade detta.

Vägledande samspel/ICDP syftar till att utveckla omsorgskompetens och att påverka och förbättra samspelet mellan barn och omsorgsgivare. Programmets intention är att öka förståelse och respekt för barnet genom utvecklande av till exempel lyhördhet och empati. En god relation till en anknytningsperson är förutsättningen för utvecklande av affektmedvetenhet. Frågan är således om ICDP bidrar till att utveckla affektmedvetenheten genom att unga vägleder unga?

### ***Frågeställning***

Påverkas de ungdomarna som deltar i projektet Unga vägleder unga så att deras affektmedvetenhet ökar efter genomgången ICDP utbildning? Är det i så fall någon affekt som påverkas mer än andra? Finns det något samband mellan eventuell ökning av affektmedvetenhet och ökad reflekterande funktion? (Boström & Rydholm, 2010).

Upplever deltagarna själva att ICDP utbildningen har påverkat dem? I så fall på vilket sätt? Upplever deltagarna att de har påverkats av att vägledas mellanstadiebarnen? I så fall på vilket sätt?

## **Metod**

### ***Bakgrund***

Denna uppsats ingår som en del i studien "Utvärdering av projektet 'Unga vägleder unga' i programmet vägledande samspel/ICDP" i Västervik under ledning av Rolf Holmqvist vid Linköpings universitet och Paul Bergman i ICDP Sweden.

Målet med projektet är att främja barns psykiska och fysiska hälsa genom att medvetet arbeta för att utveckla ett positivt samspel mellan barn och barn.

Viktiga mål var också att öka barns kunskapsinhämtning, öka trivseln i skolan, minska mobbing och stress. I syfte att nå målet med att främja psykisk och fysisk hälsa hos barn utbildas en grupp gymnasieelever och folkhögskoleelever i programmet ICDP. Dessa ungdomar/unga vuxna vägleder därefter mellanstadiebarn i programmet. Syftet med detta upplägg är att gymnasieungdomarna dels fungerar som modeller för de yngre barnen samt har en annan trovärdighet i sitt förmedlande än vad en vuxen skulle kunna ha haft.

En del i projektet är att mäta om dessa ungdomars reflekterande förmåga (RF) förändras efter genomgången ICDP utbildning. En annan del är mätningar av hur mellanstadiebarnen påverkas av att vägledas av gymnasieeleverna och folkhögskoleeleverna (nedan benämns urvalsgruppen som gymnasieelever). Förbättras deras reflekterande förmåga och affektmedvetenhet? Det som undersöks i just denna uppsats är affektmedvetenhet hos gymnasieeleverna och huruvida den ändras av ICDP utbildningen och den efterföljande vägledningen för mellanstadiebarnen.

### ***Urval***

Deltagarna i studien är gymnasieelever från två gymnasieskolor samt en folkhögskola i Västervik med omnejd. Möjligheten att delta i utbildningen och därmed studien erbjöds till alla gymnasister vid dessa gymnasieskolor samt vid ett program på folkhögskolan. Urvalet gjordes för hela studien "Unga vägleder unga" och således inte specifikt för den delen av undersökningen, som studerar affektmedvetenhet.

Vilka som skulle erbjudas att delta i affektstudien var således inte något som jag påverkade. De studerande kunde använda projektet i sitt examinationsarbete och hade således en motivation till att delta. Femton personer anmälde sig till projektet. Intervjuerna genomfördes av mig och mina två kurskamrater som undersökte reflekterande förmåga (Boström & Rydholm, 2010).

Tretton personer intervjuades i maj 2009 innan gymnasisterna genomgått ICDP utbildningen. Två personer hoppade av projektet av personliga, studierelaterade skäl. Elva personer intervjuades i maj 2010 efter genomgången utbildning. Två personer intervjuades inte, då de av personliga skäl hoppat av projektet och således inte genomfört utbildningen. En person genomgick enbart nivå 1 (ICDP utbildningen, men inte den praktiska vägledningsdelen, i detta fall vägledning av mellanstadiebarn som är nivå 2). Detta innebär att tio personer ingick i alla studiens delar det vill säga intervju före och efter ICDP-utbildningen och vägledning av mellanstadiebarnen samt besvarad enkät.

En affektmedvetenhetsintervju är dock inte komplett på grund av tekniska problem. Detta innebär att i förcintervjun finns bara två affekter redovisade; rädsla och skam.

### ***Undersökningsmetoder***

Två metoder används i undersökningen: dels en förkortad version av affektmedvetenhetsintervjun, Affect Consciousness Interview- Revised, ACI-R (Lech, 2007, Lech, Andersson & Holmqvist, 2008), dels en enkät bestående av kryssfrågor och frågor med fritext, som deltagarna besvarade efter genomgången ICDP utbildning. Syftet med enkäten var att mäta de intervjuades upplevelser av ICDP utbildningen och vägledningen av mellanstadiebarnen på ett kompletterande sätt till affektmedvetenhetsintervjun, som redan var beslutad som metod i projektet.

ACI är en semistrukturerad intervjumetod som skapats av Monsen (1986) för att mäta affektmedvetenhet. Instrumentet skapades som en del av ett projekt där patienter med personlighetsstörningar och psykoser behandlades. Syftet var att använda instrumentet för att studera affektintegration i samband med olika psykologiska störningar. Lech (2007) har reviderat affektintervjun så att den också undersöker medvetenhet om andras affekter. Gällande medvetenhet om andras affekter handlar det om såväl beaktande av andras affekter som beaktande av det egna känslomässiga gensvaret på andras affekter.

ACI-R utgår från olika affekter. Intervjun omfattar sju känslokategorier i sin helhet (se teoridelen). I just denna undersökning används fem affekter; rädd/skräckslagen, skamsen/förödmjukad, ilsken/arg/rasande, skuld samt välbefinnande/glädje. Frågemanualen till affektmedvetenhetsintervju, som användes i studien i sin helhet, återges i bilaga 2.

ACI-R är strukturerad utifrån huvudområdena *Upplevelseförmåga* och *Expressivitet/Respons*. Dessa är i sin tur uppdelade i uppmärksamhet, tolerans, emotionell expressivitet/respons och begreppsmässig expressivitet/respons. I bilaga 5, som är ett skattningschema, blir detta tydligt.

Uppmärksamhet handlar om att lägga märke till, känna igen och iaktta egna eller andras känsloupplevelser (Lech, 2007). En god förmåga och en hög poäng innebär att intervjupersonen kan förklara känsloupplevelsen från en konkret fysisk nivå till en mer symbolisk nivå. Exempel på intervjufrågor som mäter uppmärksamhet kring egna affekter är; "hur märker du att du är rädd?", "vad känner du igen det på?", "hur vet du att du är rädd och inte något annat exempelvis arg? Exempel gällande mätning av andras affekter är; "hur märker du att X är glad?", "märker du något inom dig då?" (Lech, 2007).

Tolerans innebär intervjupersonens förmåga och vana att låta affekterna verka i sig, att bli berörd samt att i relation till andra låta andra vara i sin känsla och låta dem bli berörda. En hög grad av tolerans och därmed en hög poäng innebär att både andras affekter och egna känslomässiga gensvar kan användas för att tolka en situation. Exempel på intervjufrågor kring egen tolerans är; "när du märker att du är skamsen vad gör du då?", "kan du låta skammen verka i dig", "törs du låta den vara där?", "tror du att affekten kan berätta något av betydelse för dig? något viktigt?" Exempel på frågor kring tolerans gällande andras affekter; "när du märker att X är arg vad gör du då?", "hur tycker du att det påverkar dig?" (Lech, 2007).

Emotionell expressivitet/respons innebär i vilken grad intervjupersonen affektmässigt kan ge tydliga och nyanserade känslouttryck i form av synligt beteende som till exempel ansiktsuttryck, andning, tonläge och kroppshållning. En hög poäng innebär att individen klarar av att visa sina känslomässiga uttryck. Detta skall dock vara anpassat till kontexten, vilket innebär att man tar hänsyn till omgivning och situation.

Gällande andras affekter ges en hög poäng på emotionell respons om intervjupersonen märker andra personers synliga beteenden såsom mimik, kroppshållning och andning. Exempel på frågor från affektmedvetenhetsintervjun (Lech, 2007) gällande de egna affekterna; "hur är det för dig att visa andra att du är arg?", "när du känner dig arg, hur kan andra veta att du är det?", "törs du stå för detta utåt?" Intervjufrågor kring emotionell respons det vill säga andras affekter är t ex; "hur är det för dig att se andra rädsla?", "när du märker rädsla hos andra, hur kan de veta att du har märkt det?"

Begreppsmässig expressivitet/respons förutsätter att personen har skapat sig begrepp om sina affektmässiga upplevelser och kan sortera dem i bestämda kategorier. "En hög grad av begreppsmässig expressivitet innebär att intervjupersonen ser affekten som viktigare än sammanhanget och ser affekten som en definition på kvaliteten i relationen" (Lech, 2007, sid 5). Gällande andras affekter det vill säga begreppsmässig respons innebär en hög poäng att intervjupersonen ser det känslomässiga gensvaret som viktigare än sammanhanget och ser gensvaret som en definition på kvaliteten i relationen. Exempel på intervjufrågor kring begreppsmässig expressivitet är; "hur är det för dig att berätta för andra att du känner skuld?", "hur brukar du typiskt berätta för andra att du känner skuld?" Exempel på frågor kring begreppsmässig respons d v s andras affekter är; "när du märker att andra är skamsna kan du tala om det då?", "hur talar du om andras skam?"

Affektmedvetenhetsintervjun går till så att intervjuaren ställer frågor inom varje känslokategori tills en mättnad uppstått, vilket innebär att poängsättning är möjlig. Ju mer hjälp intervjupersonen behöver med att besvara frågorna desto lägre poäng får svaret. Poäng sätts enligt en 10-gradig skala där 1 är lågt (låg affektmedvetenhet) och 10 är högt (hög affektmedvetenhet). I bilaga 4 finns en kortversion av poängsättningen för egna och andras affekter. I bilaga 3 finns poängsättningskriterierna i sin helhet. Poängen är uppdelad i 1-2, 3-4, 5-6 o s v upp till 10.

Syftet med detta är att kunna sätta en flexibblare poäng inom varje intervall t ex 2 istället för 1 om till exempel toleransen är något bättre istället för + eller – som var fallet i Monsens ursprungliga 5-gradiga skala. Kategorin uppmärksamhet bedöms t ex utifrån variabeln fokusering. 1-2 beskrivs som utan fokusering (se bilaga 3,4).



Det innebär bland annat en oförmåga att sortera ut en upplevelse av affekten och svårighet att känna igen och beskriva en situation där affekten förekommer. Detta benämns som aktiv ouppmärksamhet. Den högsta poängen i kategorin benämns som fokusering, koncentration samt öppenhet och flexibilitet och innebär till exempel att intervjupersonen beskriver många övergångar och nyanser samt visar öppenhet för variationer och nya nyanser av affekten. Gällande andras affekter används samma uttryck det vill säga 1-2 utan fokusering, aktiv ouppmärksamhet, 3-4 oklar fokusering, ytlig fokusering, 5-6 tydlig fokusering, prövar att uppnå fokusering, 7-8 stabil fokusering, behåller tydligt och något nyanserat fokus samt 9-10 fokusering, koncentration och öppenhet. De andra kategorierna bedöms på ett liknande sätt (bilaga 3,4). För att underlätta poängsättningen i uppsatsen har *Skattningschema för Affektintervju* (bilaga 5) används. Jag har utbildats på användning och skattnings av affektmedvetenhetsintervjun av Börje Lech. Jag har gjort alla skattningsar själv.

Enkäten (bilaga 6) består av sammanlagt fem frågor; tre frågor med slutna svarsalternativ. Frågorna avser hur deltagarna graderar ICDP utbildningen och hur de uppfattar att det har varit att förmedla den till mellanstadiebarnen samt hur de tror att mellanstadiebarnen upplevde utbildningen; "Hur var utbildningen i ICDP för dig?", "Hur var det för dig att förmedla ICDP utbildningen till mellanstadiebarnen?" samt "Hur tror du att mellanstadiebarnen uppfattade ICDP utbildningen?". Fem svarsalternativ ges från oerhört givande, givande, varken bra eller dåligt, dåligt till uselt, där deltagarna ringar in ett svarsalternativ (se bilaga 6 för komplett enkät).

Två frågor har, som redan nämnts fritext. Dessa frågor undersöker om deltagarna tycker att de själva har förändrats av att gå ICDP utbildningen eller av att förmedla den till mellanstadiebarnen; "Har du förändrats på något sätt av att gå ICDP utbildningen? Kan t ex vara i ditt sätt att tänka eller känna" samt "Har du förändrats på något sätt av att förmedla ICDP utbildningen till mellanstadiebarnen? Kan t ex vara i ditt sätt att tänka eller känna".

I redovisningen har jag fört ihop de öppna frågorna till kategorier. Dessa kategorier baseras helt på deltagarnas svar och har därför till viss del blivit olika i fråga fyra och fråga fem. Dessa kategorier fanns således inte från början innan frågorna ställdes, utan kom till utifrån hur frågorna besvarades. Syftet med kategoriseringen har varit att underlätta läsbarheten.

Det har också inneburit att deltagarnas svar kan finnas återgivna i flera kategorier, vilket också är fallet. Kategorierna i fråga fyra är således; "Samspel", "Beröm", "Ökad kunskap", "Ökad förståelse för egna och andras känslor" samt "Empati". "Samspel" avser förmågan att relatera till andra och är ett grundtema i ICDP. "Beröm" innebär att få och ge beröm till andra. Detta ingår (ge erkännande, uppmärksamma och bekräfta) i de åtta samspelsteman i ICDP, "ökad kunskap, nytt sätt att tänka" handlar om olika former av kunskap till exempel kunskap om barn och om ICDP och att se saker på ett nytt sätt, "ökad förståelse för egna och andras känslor" skulle kunna beskrivas som affektmedvetenhet det vill säga att uppmärksamma, tolerera, uttrycka och svara på affekter. "Empati" avser en ökad förståelse för andra och är också ett viktigt tema i ICDP. Kategorierna i fråga fem är; "Inte så stor förändring", "Ökad förståelse för egna och andras känslor" med samma innebörd som i fråga fyra, "Samspel och kommunikation", "Ökade färdigheter" samt "Integrera ICDP i praktiken". "Samspel och kommunikation" påminner om beskrivningen ovan det vill säga förmågan att relatera till andra. Begreppet kommunikation har dock lagts in, då de intervjuade använder kommunikationsvariabeln som orsaken till förbättrat samspel. "Ökade färdigheter" avser till exempel att klara av att vägleda inför en hel skolklass och att förbättra sina pedagogiska färdigheter. "Integrera ICDP i praktiken" innebär att deltagarna kan omvandla teori till praktik och förstår hur ICDP används praktiskt och faktiskt.

### ***Genomförande***

De gymnasieungdomar som samtyckte till att delta i projektet "Unga vägleder unga" fick, av ICDP Sweden, information om syfte, genomförande och sekretess gällande undersökningen. Deltagarna fick utbildning i ICDP/vägledande samspel av Anneli Waldau Bergman, ICDP Sweden.

Utbildningen gavs vid fyra heldagar och omfattade grunderna i ICDP (se teoridel). Utbildningen var uppdelad på olika nivåer; nivå 1 är en teoretisk del där man lär sig ICDP, nivå 2 i utbildningen består av praktiska övningar. Man vägleder i grupp, får egen handledning samt skriver rapport (se bilaga 8). Deltagarna lärde sedan ut till exempel samspel, empati och självförtroende genom övningar baserade på lek i mellanstadieklasser. I bilaga 8 finns exempel på hur ICDP utbildningen omvandlades av deltagarna till vägledning för mellanstadieklasserna.

Innan deltagarna fick ICDP utbildningen fick de en kortfattad information, av ICDP Sweden, om att de skulle intervjuas av tre studerande från Linköpings Universitet, att intervjuerna skulle videofilmas och att intervjun var cirka två timmar lång. Intervjuerna hölls i högskolan i Västerviks lokaler. Intervjuerna gav deltagarna muntlig och skriftlig sekretessinformation (bilaga 7), deltagarna skrev på sekretesshandling och fick en kortfattad information om att två olika intervjuer (AAI och ACI-R) skulle göras vid intervjutillfället.

Intervjuerna DVD- filmades. Materialet det vill säga DVD- filmer och enkäter avpersonifierades och märktes med koder. Efter att deltagarna genomgått ICDP utbildningen hölls nya intervjuer med ovanstående upplägg. Intervjuerna avslutades denna gång med att deltagarna fyllde i en enkät om hur de upplevt ICDP utbildningen och vägledningen av mellanstadiebarnen.

Alla DVD- filmer skattades enligt ACI-R. För varje individ användes en kodmall för att samla informationen (se bilaga 5). Varje film gicks igenom flera gånger för att säkerställa att inget missats. Jämförelser gjordes om resultat före och efter utbildningen och vägledningen samt mellan affektmedvetenhet och reflekterande förmåga. Enkäten sammanställdes genom kategorisering och jämfördes med AMI undersökningen. Citat valdes ut som illustration av deltagarnas uttalanden och för att förtydliga vad som avses med de olika kategorierna.

### ***Etik***

Deltagarna fick en muntlig information om hur forskningsmaterialet förvaras och används samt vem som har tillgång till det i samband med den första intervjun. Denna information förmedlades av intervjuerna. Deltagarna fick en liknande information av ICDP representanterna när de fick information om projektet inledningsvis.

Vid intervjutillfället skrev de intervjuade på en överenskommelse (bilaga 7) där det också framgick att deltagarna när som helst kunde avbryta sin medverkan i utvärderingsprojektet. Av etiska skäl redovisas inte från vilka utbildningsprogram deltagarna kommer, inte heller skolornas namn eller kön på deltagarna. Detta för att undvika identifiering. Jag bedömer inte heller att denna information skulle höja kvaliteten på uppsatsen. Kodning på DVD- band och enkäter och trygg förvaring av materialet iakttogs.

## Resultat

### *Affektmedvetenhet*

Hypotesen var att affektmedvetenheten skulle öka efter genomgången ICDP-utbildning och vägledning. Så blev dock inte fallet. Det fanns inga signifikanta förändringar i affektmedvetenhet mellan för- och eftermätningen. Det fanns inte heller någon särskild affekt som påverkades signifikant mer eller mindre av utbildningen. I tabell 1 beskrivs varje affekt innan och efter utbildning. De redovisas både som egna och andras affekter.

Tabell 1

*Skattningar av affekterna och summorna av dem före och efter utbildningen, med medelvärden och standardavvikelser*

| Affekter        | Före (M och SD) | Efter (M och SD) | t    | p  |
|-----------------|-----------------|------------------|------|----|
| Glädje          | 6.4 (.50)       | 6.9 (.52)        | .05  | ns |
| Rädsla          | 5.7 (.91)       | 5.8 (.76)        | .03  | ns |
| Ilska           | 5.4 (.92)       | 5.4 (.90)        | .02  | ns |
| Skam            | 5.3 (.92)       | 5.4 (.68)        | .09  | ns |
| Skuld           | 4.9 (.60)       | 5.2 (.69)        | 1.17 | ns |
| Egna affekter   | 5.4 (.51)       | 5.6 (.60)        | .24  | ns |
| Andras affekter | 5.6 (.53)       | 5.7 (.62)        | .39  | ns |
| Affekter totalt | 5.5 (.50)       | 5.6 (.59)        | .34  | ns |

Resultaten i tabell 1 visar att det inte fanns några signifikanta förändringar för någon affekterna. Det förefaller alltså som att stabiliteten över tid i affektmedvetenhet var stor. Detta visar sig också i att korrelationen mellan skattningstillfällena var starka. För summan av alla affekter är den rho.94, för egna affekter totalt .93, för andras affekter totalt .77 och för de enskilda affekterna är korrelationerna för ilska .73, för rädsla .90, för glädje .92, för skam .94 och för skuld .58 (ns).

Alla korrelationer är beräknade med Spearmans rho. Det verkar alltså som att skuld skiljer ut sig som något mindre stabil över tid, det vill säga att en större förändring ses mellan förmätning och eftermätning.

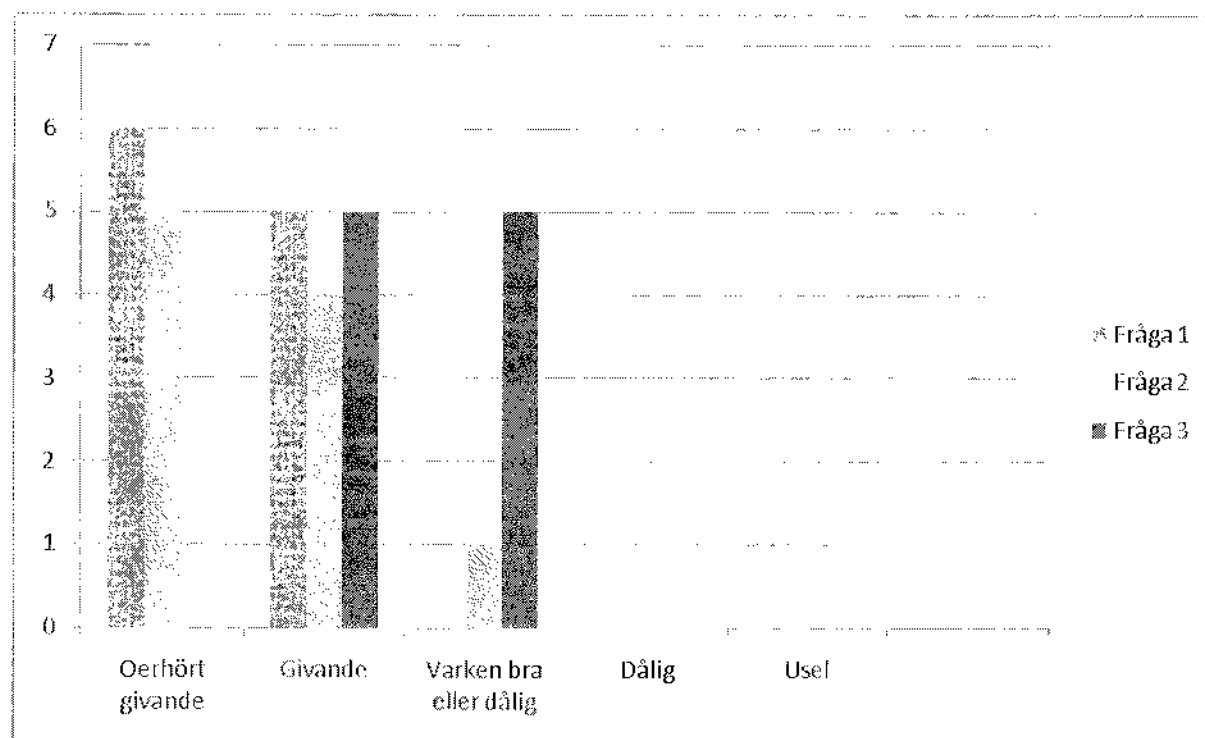
### ***Deltagarnas synpunkter på utbildningen och vägledningen***

Nu vänder vi fokus till deltagarnas egna upplevelser, som enkäten försöker fånga (bilaga 6). Hur skattade deltagarna själva vikten av ICDP utbildningen och vägledningen av mellanstadiebarnen? Den första frågan undersökte hur deltagarna upplevde att ICDP utbildningen var för dem. Av de elva som besvarade frågan ansåg sex personer att utbildningen var ”oerhört givande” och fem tyckte att den var ”givande”. Det innebär att ingen av deltagarna skattade enligt kriterierna ”varken bra eller dålig”, ”dålig” eller ”uselt”.

Nästa fråga ”Hur var det för dig att förmedla ICDP utbildningen till mellanstadiebarnen” skattades något lägre. Fem deltagare tyckte att det var ”oerhört givande” att vägleda mellanstadiebarnen, fyra tyckte att det var ”givande”, en upplevde vägledningen som ”varken bra eller dålig”, en deltagare svarade inte på frågan och skriver som kommentar att personen inte kan besvara frågan, då nivå 2 (vägledning av mellanstadiebarn) inte har slutförts på grund av utlandsresa. Inte heller gällande denna fråga svarar någon deltagare enligt kriterierna ”dåligt” eller ”uselt”.

Fråga tre handlar om hur de intervjuade tror att mellanstadiebarnen uppfattade ICDP utbildningen och såldes den vägledning som de fick av gymnasisterna. Här var deltagarnas upplevelse lägre, då fem personer skattade ”givande”, fem skattar ”varken bra eller dåligt” och en person svarar inte, se ovan. Ingen skattade således ”oerhört givande”, ”dåligt” eller ”uselt”. Det verkar således som att gå ICDP utbildningen och att förmedla den till mellanstadiebarnen skattas högre än deltagarnas föreställning om mellanstadiebarnens mottagande av vägledningen, då nästan halva gruppen (fem personer) upplever att mellanstadiebarnen tyckte att vägledningen var ”varken bra eller dålig”.

I diagrammet nedan åskådliggörs resultaten från de tre frågorna: Hur var utbildningen i ICDP för dig? (fråga 1), hur var det för dig att förmedla ICDP utbildningen till mellanstadiebarnen? (fråga 2) samt hur tror du att mellanstadiebarnen uppfattade ICDP utbildningen? (fråga 3).



*Figur 1.* Deltagarnas upplevelse av utbildning, vägledning och mellanstadiebarnens mottagande av vägledningen.

Fråga fyra lyder "Har du förändrats på något sätt av att gå ICDP utbildningen? kan t ex vara i ditt sätt att tänka eller känna". Samtliga deltagare beskriver att de har förändrats på något sätt. Deltagarnas svar återfinns i flera kategorier, då frågan besvarats med deltagarnas egen text och först därefter kategoriserats. De kategorier som utkristalliserats utifrån svaren är: Samspel (7 beskrivningar), Beröm (1 beskrivning), Ökad kunskap och nytt sätt att tänka (4 beskrivningar), Ökad förståelse för egna och andras känslor (7 beskrivningar) samt Empati (2 beskrivningar). Här följer ett exempel på en deltagares svar som tillhör flera kategorier; ökad kunskap, ökad förståelse av egna och andras känslor samt empati; "Större kunskap, mer att genomföra och relatera till. Förstår skadan av skam och skuld. Större vilja att hjälpa andra. Större intresse för barn och dess utveckling". I kategorin "samspel" exemplifierar en deltagare hur den upplever sig ha förändrats av genomgången ICDP utbildning; "Jag har ökat min medvetenhet inför samspelet med barn och människor i allmänhet. Jag kan använda detta både i privat- och yrkeslivet". En annan deltagare exemplifierar sitt sätt att förändras kring två kategorier, såväl samspel som känslor "I mitt sätt att tänka gällande känslor samt mitt sätt att bemöta andra människor".

En annan deltagare uttrycker det på följande sätt "Jag har blivit bättre på att tolka känslor, är mer lyhörd och funderar mer över samspel och relationer". I kategorin "ökad förståelse för egna och andras känslor" finns flera beskrivningar till exempel "Är bättre på att sätta ord på känslor, bättre på att prata om känslor". Ett annat exempel kring utveckling av egna och andras känslor med ett inslag av ökad samspelskompetens "Tänker mer på att det är viktigt att visa känslor. Behandlar de flesta jag möter efter ICDP:s tankar. Lättare att ta kontakt med nya människor. Är mer säker på hur jag ska handskas med barn". Tydligt är att deltagarna själva upplever att deras förmåga/kunskap kring samspel och känslor har ökat.

Sammanfattningsvis kan man säga att deltagarna upplevde att de förändrats av att gå ICDP utbildningen och att det som förändrats främst gällde samspel och ökad förståelse av egna och andras känslor.

Den sista frågan i enkäten undersöker om deltagarna upplever att de har förändrats på något sätt av att vägleda mellanstadiebarnen genom ICDP. En deltagare har inte svarat alls på frågan, då deltagaren inte har väglett mellanstadiebarnen. Det är således tio personer som följande kategorisering baseras på och även här återfinns deltagarnas svar i flera kategorier: "Inte så stor förändring" (1 beskrivning), "Egna och andras känslor" (2 beskrivningar), "Samspel och kommunikation" (6 beskrivningar), "Ökade färdigheter" (2 beskrivningar), "Integrera ICDP i praktiken" (3 beskrivningar). Den person som inte upplevde så stora förändringar av att vägleda mellanstadiebarnen beskrev följande; "Inte så mycket som jag trodde. Tiden med barnen var knapp och det var svårt att fokusera. Arbetet kring lektionerna var inte så styrt, vilket var på både gott och ont".

En av beskrivningarna i kategorin "känslor" lät så här; "Det har fått mig att förstå hur viktigt det är för barn att ta & känna sina egna känslor. Det är oerhört viktigt att prata om känslor med barn. För det som det inte finns ord på existerar inte, för människor". Kategorin "samspel och kommunikation" hade flest beskrivningar och kunde formuleras så här; "Jag har lärt mig att ha större förståelse i vissa situationer till exempel bråk. Även blivit bättre på att kommunicera med yngre" eller "Man vet hur man ska hantera sig med mindre barn och det var en jättebra erfarenhet för framtiden när man själv får egna barn o s v".

I kategorin "ökade färdigheter" avses färdigheter i situationen som till exempel tala inför en grupp eller att utveckla sin pedagogiska förmåga. Här följer ett exempel på ett svar: "Känner mig säkrare i att stå framför människor och prata. Jag har fått ett större självförtroende av att klara av att leda en hel klass. Har själv tagit in ICDP:s teman bättre genom att lära ut dem till barnen. Nu vet jag hur man kan använda ICDP i praktiken". Sista meningen i citatet är ett exempel på svars kategorin "integrera ICDP i praktiken".

Sammanfattningsvis kan man säga att de nio deltagarna upplevde att de förändrats av att vägleda mellanstadiebarnen och att dessa förändringar främst gällde samspel och kommunikation med barn.

### ***Jämförelse affektmedvetenhet och reflekterande funktion***

Vi vänder nu fokus till en jämförelse mellan affektmedvetenhet och reflekterande funktion (RF), som också undersöktes i den större studien. I en studie som presenteras i Rydholm och Boströms uppsats (2010) finner författarna att deltagarnas reflekterande funktion inte ändras nämnvärt efter utbildningen och vägledningen. Det fanns inte heller några signifikanta samband mellan affektmedvetenhet och reflekterande funktion.

Om man ser på de absoluta korrelationsvärdena var de påtagligt högre vid det första tillfället än vid det andra, och vid båda tillfällena påtagligt högre för medvetenhet om reaktioner på andras affekter. Se tabell 2 nedan.



Tabell 2

*Korrelation mellan RF och ett antal delskalor på AMI*

|                                    | Före utbildningen | Efter utbildningen |
|------------------------------------|-------------------|--------------------|
| AMI totalt                         | .37               | .06                |
| Egna affekter totalt               | .26               | -.10               |
| Andras affekter totalt             | .44               | .21                |
| Glädje                             | .47               | .10                |
| Ilkska                             | .15               | -.17               |
| Rädsla                             | .26               | .07                |
| Skam                               | .31               | .20                |
| Skuld                              | .07               | .14                |
| Uppmärksamhet egen                 | .22               | .02                |
| Uppmärksamhet andras               | .50               | .26                |
| Tolerans egen                      | .43               | .21                |
| Tolerans andras                    | .45               | .13                |
| Emotionell uttrycksförmåga egen    | .23               | -.24               |
| Emotionell uttrycksförmåga andras  | .50               | .19                |
| Begreppslig uttrycksförmåga egen   | .01               | -.37               |
| Begreppslig uttrycksförmåga andras | .24               | .24                |

## Diskussion

### *Resultatdiskussion*

Mätningarna med ACI-R före och efter ICDP utbildning samt vägledning visade inte att det hade skett någon förändring av affektmedvetenheten hos deltagarna. Tidigare forskning gällande affektmedvetenhet har visat att affektmedvetenheten verkar öka, till exempel till följd av affektskola, när den från början är låg. Detta gäller till exempel vid borderlinestörning, depression och social fobi. (till exempel Gleiser, Ford & Fosha, 2008; Gude, Monsen & Hoffart, 2001; Monsen, Odland, Faugli, Daae & Eilertsen, 1995). Affektmedvetenhet hos normalpopulation verkar inte ha samma utvecklingspotential. Annorlunda uttryckt; i fall där affektmedvetenheten från början är ganska god verkar den inte vara så lättpåverkad, i alla fall inte enligt ACI-R mätningar (Levin & Lundqvist Lundmark, 2003 samt Sohl, 2009). Ett annat sätt att förstå resultatet är att affektmedvetenhet helt enkelt inte påverkas av ICDP, i alla fall inte i denna grupp. Detta skulle kunna bero på att deltagarna redan har en tillräckligt god affektmedvetenhet, som inte utvecklas nämnvärt av ICDP eller att ICDP inte är tillräckligt effektivt som påverkansvariabel för affektmedvetenhet. Ett tredje sätt att förstå resultatet skulle kunna vara att de mätinstrument som använts, ACI-R, inte kan mäta affektmedvetenhet i detta fall. Kanske behövs ett annat mätinstrument?

Deltagarna var överlag mycket positiva till att få ICDP utbildningen och till att vägleda mellanstadiebarnen. I beskrivningen av hur deltagarna trodde att mellanstadiebarnen uppfattade vägledningen blev bilden inte lika positiv. Utifrån enkäten går det inte att svara på varför det blev så, då följdfrågor saknas (se vidare metoddiskussion). De tre första frågorna visar ändå att deltagarna i stort var nöjda med ICDP utbildningen och vägledningen av mellanstadiebarnen.

Resultatet från enkätens öppna frågor visar att deltagarna själva uppfattade att ICDP utbildningen och vägledningen till mellanstadiebarnen förändrade dem på olika sätt. Gällande ICDP utbildningen gällde de mest tydliga förändringarna i kategorierna "samspel" och "egna och andras känslor". Dessa två kategorier kan sägas spegla subjektivt skattad mentaliseringsförmåga det vill säga individens möjlighet att förstå känslor och mening hos sig själv och i relation till andra (Fonagy, 2001, Skårderud, 2007). Att det var många deltagare som pekade på ökad förståelse av samspel var inte helt förvånande, då ICDP syftar till att förbättra just samspel.

Frågan om "förståelse av egna och andras känslor" skulle kunna uppfattas som affektmedvetenhet, då den omfattar det som Monsen (1986) benämner som affektmedvetenhet och de kriterier som finns i Lechs (2007) intervjuguide för kartläggning av affektmedvetenhet d v s upplevelseförmåga i form av uppmärksamhet och tolerans samt expressivitet och respons på emotionell och begreppsmässig nivå. Man skulle dock behöva fördjupa frågorna kring affekter långt mer för att på allvar kunna bedöma om det är affektmedvetenhet som beskrivs och om således ICDP utbildningen ökat deltagarnas affektmedvetenhet enligt deras egen åsikt. Enkäten undersöker inte detta på ett tydligt sätt (se vidare metod- diskussion).

Gällande frågan kring om de intervjuade förändrats av att vägleda mellanstadieungdomarna lägger de störst tonvikt på samspel, här benämnt "samspel och kommunikation". Den höga förekomsten av beskrivningar kring samspel, både vad gäller att själv genomgå ICDP utbildningen och att vägleda/utbilda andra i den, skulle kunna tyda på att samspelstemat i ICDP verkligen gått fram till deltagarna. Kategorin kring känslor omfattar bara två beskrivningar gällande att ha förändrats av att förmedla ICDP utbildningen, vilket kan tyckas förvånande då skattningen var sju, alltså ganska högt gällande att förändrats av att gå ICDP utbildningen. Detta indikerar att affektmedvetenheten i detta material är mer påverkad av att själv utbildas i ICDP än av att vägleda/utbilda andra i ICDP. Urvalet är mycket litet och därför kan egentligen inga regelrätta slutsatser dras. De övriga kategorierna som "empati", "ökad kunskap", "bättre färdigheter" och "Integrering av ICDP från teori till praktik" bjuder inte på några större överraskningar, då ökad kunskap kan förväntats när man utbildas i något nytt.

Resultatet av jämförelse mellan affektmedvetenhet och reflekterande funktion säger inte mycket, då inte heller reflekterande funktion ökade signifikant efter genomgången utbildning. Kanske är det så att de metoder som användes var för trubbiga (ACI-R) och för ofullständiga (enkäten) för att fånga ett resultat?

### ***Metoddiskussion och framtida forskning***

Affektintervjun är på flera sätt lik ett terapeutiskt samtal, särskilt när den intervjuade blir berörd av sin beskrivning kring affekt eller kontext. Att förhålla sig som forskare och inte som terapeut vid ett sådant tillfälle kan vara svårt.

Det hela försvårades kanske också av att gruppen som intervjuades var unga och av att intervjuarna är terapeuter. Affektintervjun kom efter AAI intervjun, som är lång och med många frågor som starkt kan beröra deltagarna. Affektintervjun är dessutom något monoton, då samma frågor används för alla affekter. Kanske påverkades resultatet av detta, då formen kräver stor uthållighet av såväl de som intervjuas som av intervjuarna. Sohl (2009) pekar i sin uppsats på att när man gör affektmedvetenhetsintervjun vid två tillfällen kan motivationen gå ner vid intervjutillfälle två, om de intervjuade ganska nyligen har svarat på dessa frågor. Denna reflektion känns rimlig även i denna studie och verifieras av att flera av de intervjuade uttryckte förvirring över att frågorna var desamma i efterintervjun i sina spontana kommentarer. Deltagarna i studien är dessutom unga vuxna, som kanske har en ännu lägre uthållighet för upprepningar? Även om resultatet hade visat på ökad affektmedvetenhet efter genomgången utbildning och vägledning hade det varit viktigt att göra någon form av fördjupad kartläggning eller jämförelsestudie med unga vuxna som inte fått ICDP utbildning för att kunna veta om de förändrats i sin affektmedvetenhet. I den åldersgrupp som de intervjuade befinner sig händer mycket som i sig skulle kunna påverka affektmedvetenhet, till exempel förändringar i kärleksrelationer. Detta gör att förändringar i affektmedvetenhet kan uppkomma av andra skäl än ICDP-utbildning. Oavsett resultat skulle studien således behövt fördjupas i form av vidare intervjuer.

Är det så att ACI-R är ett för trubbigt verktyg i detta sammanhang? Det är kanske inte möjligt att använda för mätning i detta urval där de intervjuade präglas av en redan hög affektmedvetenhet? Det måste också vägas in att skattningarna bara är gjorda av en person och att det därmed finns en ökad risk för att tillförlitligheten har påverkats.

I undersökningen har enkäten använts som ett komplement till ACI-R. Borde enkäten ha använts som en screening för vidare frågor (se vidare nedan) och utmynna i en djupintervju med fokus på egna och andras affekter? Att använda samma frågor i en före och efter intervju möjliggör jämförelser, men i detta fall vore det lämpligt att vidareutveckla frågorna så att de mer fokuserar på de skillnader som deltagarna upplever före och efter utbildningen och vägledningen.

Hur fungerade då enkäten och i denna studie? Fördelen med att låta deltagarna svara på öppna frågor, som de två sista frågorna i enkäten, är att de själva styr hur de svarar till stor del. De väljer till exempel hur de uppfattar frågan och vad de vill ta upp. Nackdelen är att mycket information lämnas därhän.

Om en deltagare t ex skriver om samspel, så kan det ju vara för att detta är det första som deltagaren kommer att tänka på. Det behöver inte med nödvändighet innebära att det är det som deltagaren tycker är viktigast. Man måste också väga in att innan deltagarna besvarar enkäten har de genomgått en AAI intervju och en AMI intervju, vilket skulle kunna innebära trötthet och därmed tröghet vid besvarande av frågor med fri text. Kanske borde enkäten fyllts i vid annat tillfälle. Mot det får vägas att genom att deltagarna fyllde i enkäten på plats kunde de också få svar på eventuella oklarheter i enkäten och vi kunde också säkerställa att alla enkäter lämnades in, det vill säga undvika onödigt bortfall.

Det vore intressant att veta mer om hur deltagarna tycker att deras kunskap kring känslor har ökat. Det vore relevant att fråga mer specifika frågor kring affektmedvetenhet. Utifrån deltagarnas svar på de två öppna frågorna vore det givande att fråga vidare om de kategorier som kom fram till exempel be deltagarna rangordna dem, beskriva vad varje kategori innebär för dem och så vidare. Det vore också intressant att göra någon form av djupintervju kring detta, kanske med utgångspunkt för deras eget reflektionsarbete (bilaga 8). Helt klart är dock att enkäten hade behövt vidareutvecklas för att tydligare kunna svara på frågor kring förändring i affektmedvetenhet.

Urvalet är litet, vilket omöjliggör generaliserbarhet. Med tanke på urvalets storlek hade det kanske varit relevantare att bara ställa öppna frågor till deltagarna i enkäten. Begränsningen är att bearbetningstiden är väsentligt längre för öppna än för slutna frågor. Enkäten skall dessutom utgöra ett komplement till affektmedvetenhetsintervjun. De tre kryssfrågorna i enkäten säger inte så mycket, i alla fall inte om deltagarnas eventuella utveckling av affektmedvetenhet. Kanske borde de ha kompletterats med öppna frågor. Frågan "Hur var utbildningen i ICDP för dig" skulle kunna kompletteras med en öppen fråga t ex "Berätta på vilket sätt". Det som ändå var intressant med de slutna frågorna var skillnaden på fråga ett, två och fråga tre. Fråga ett och två besvarades mycket positivt, vilket inte gällde fråga tre, "Hur tror du att mellanstadiebarnen uppfattade ICDP utbildningen".

Här skulle det vara mycket intressant med en följdfråga. Svaren är svåra att tolka, då de innehåller för lite information. Vad är det som gör att deltagarna skattar utbildningen i ICDP och vägledningen till mellanstadiebarnen så mycket högre än hur de tror att mellanstadiebarnen uppfattade ICDP utbildningen? Svaren kan vara många t ex självförtroendenivån hos gymnasisterna, samspel mellan gymnasisterna och mellanstadiebarnen, yttre påverkan som t ex bristfälliga lokaler, brister i ICDP materialet? Denna fråga borde ha kompletterats med frågor om varför deltagarna tror att mellanstadiebarnen uppfattade utbildningen som varken bra eller dålig. Frågan skulle också kunna kompletteras med att deltagarna fick beskriva hur de väglett mellanstadiebarnen, vilket samspelsteman som de upplevt som viktigast i denna vägledning och så vidare.

Det vore också intressant att jämföra gymnasieelevernas upplevelse av hur de tror att mellanstadiebarnen uppfattade vägledningen med mellanstadiebarnens egen uppfattning kring vägledningen. På samma sätt vore det spännande att jämföra gymnasieelevernas upplevelse av att ha förändrats i samband med ICDP utbildning och vägledning till yngre elever med mellanstadiebarnens upplevelse av förändring efter att ha fått vägledning enligt ICDP. Att intervjua mellanstadieelever och lärare eller använda trivselenkäter, om hur eventuella förändringar syns i skolmiljön skulle också vara ett intressant forskningsuppslag. Ett annat intressant forskningsområde skulle vara att jämföra om det blir några skillnader i utfall gällande mellanstadiebarnens affektmedvetenhet om de vägleds av unga, som i denna undersökning eller av vuxna. Har vägledarnas ålder någon betydelse? Den mest primära frågan är ändå att det vore intressant att studera om affektmedvetenhet kan öka vid ICDP utbildning genom att undersöka detta med en annan metod, det vill säga exakt samma frågeställning som i den här studien men genomförande med en annan undersökningsmetod.

### ***Slutsatser***

Den teoretiska utgångspunkten för denna uppsats var att vägledande samspel/ICDP skulle kunna utveckla ökad affektmedvetenhet hos unga som vägleder unga. Denna hypotes tog avstamp i att ICDP syftar till att utveckla omsorgskompetens och att påverka och förbättra samspel mellan barn och omsorgsgivare, där en god relation till anknytningspersonen är förutsättningen för utvecklande av affektmedvetenhet.

Vidare understryker ICDP-programmet vikten av omsorgspersonens lyhördhet för barnets signaler där förmågan att modifiera barnets affekter antas bidra till utveckling av positiv värdering av självet och upplevelsen av världen som stödjande och pålitlig, vilket är grunden till ett tryggt anknytningsmönster. I projektet Unga vägleder unga var viktiga variabler ökad trivsel i skolan, ökad kunskapsinhämtning samt minskad stress och mobbing.

Syftet med studien var att undersöka förändring i affektmedvetenhet i en före- och efterstudie hos en grupp gymnasister som fick ICDP utbildning och som höll vägledning för mellanstadiebarn. Resultaten visar inte på en ökad affektmedvetenhet efter genomgången utbildning och vägledning. ACI-R kompletterades med en enkät där deltagarna själva fick beskriva sina upplevelser. Detta material indikerar en ökad affektmedvetenhet hos de intervjuade, men detta resultat behöver undersökas vidare då relevanta följdfrågor saknas. Studien har också undersökt om det finns något samband mellan affektmedvetenhet och reflekterande förmåga, vilket det inte gör i detta urval, då inte heller den reflekterande förmågan påverkades av ICDP utbildningen. Det kan dock inte uteslutas att ICDP kan påverka affektmedvetenhet och reflekterande förmåga. Detta bör prövas genom att använda en annan undersökningsform till exempel djupintervjuer. Vägledande samspel/ICDP är en förhållandevis billig insats, som kan förmedlas till många genom att den ges i gruppform. Om det visar sig att ICDP- utbildningen kan öka affektmedvetenhet hos unga, skulle det i förlängningen kunna innebära positiv påverkan i barns- och ungdomars skolmiljö. Effekterna skulle till exempel kunna vara att barn relaterar till varandra på ett mer respektfullt sätt, att mobbing minskar och att barn och ungdomar får viktiga verktyg i relaterandet till andra. Utveckling av den unges relationskompetens skulle kanske till och med öka möjligheterna till goda framtida relationer till exempel genom den egna föräldrarollen. Detta gör det värt att pröva igen om ICDP kan öka affektmedvetenhet, men genom val av en annan metod.

## Referenser

- Ainsworth, M., Blehar, M., Walters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment*. Hillsdale: NJ: Erlbaum.
- Allen, J G., & Fonagy, P. (2006). *Handbook of mentalization- based treatment*. New York: John Wiley & Sons.
- Beebe, B., & Lachman, F. (2003). The relational turn in psychoanalysis; A dyadic systems view from infant research. *Contemporary Psychoanalysis*, 39, 379-409.
- Berggren, L. (2005). *ICDP – Vägledande samspel. Effekter på skolans arbetsmiljö och lärande*. Örebro Universitet.
- Blatt, S J., & Luyten, P. (2009). A structural – developmental psychodynamic approach to psychopathology: Two polarities of experience across the life span. *Development and Psychopathology*, 21, 793-814, Cambridge University Press.
- Boström, H., & Rydholm, P. (2010). *Påverkas ungdomars reflekterande förmåga av utbildningsprogrammet "Unga vägleder unga"?* Linköpings Universitet, institutionen för beteendevetenskap, examensarbete psykoterapeutprogrammet.
- Carlberg, G. (1998). *Dynamisk utvecklingspsykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Danielsson, S., & Kvarnlöf, M. (2005). *Affektmedvetenhet I en normalgrupp – samband med empati, alexitymi och verbal rörlighet*. Linköpings Universitet, institutionen för beteendevetenskap. Examensarbete. Psykologprogrammet.
- Ellman, S J., & Moskowitz, M. (2008). A study of the Boston change process study group. *Psychoanalytic Dialogues*. 18:812-837.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment theory and psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., & Target, M. (1998). Mentalization and changing aims of child psychoanalysis. *Psychoanalytic dialogues*, 8, 87-114.
- Frisen, A., & Hwang, P. red (2006). *Ungdomar och identitet*. Stockholm: Natur och Kultur



- Gleiser, K., Ford, J., & Fosha, D. (2008). Contrasting exposure and experiential therapies for complex posttraumatic stress disorder. *Psychotherapy Theory, Research and Practice Training*. Vol. 45, no 3, 340-360.
- Gude, T., Monsen J T., & Hoffart, A. (2001). Schemas, affect consciousness, and cluster C personality pathology: A prospective one-year follow-up study of patients in a schema-focused short-term treatment program. *Psychotherapy Research* 11(1) 85-98.
- Harris, A. (2009). You must remember this. *Psychoanalytic Dialogues*, 19:2-21.
- Havnesköld, L., & Risholm Mothander, P. (2002). *Utvecklingspsykologi – Psykodynamisk teori i nya perspektiv*. Falköping: Liber AB.
- Holmqvist, R. (2007). *Relationella perspektiv på psykoterapi*. Stockholm: Liber AB
- Holmqvist, R. (2008). Psychopathy and affect consciousness in young criminal offenders. *Journal of Interpersonal Violence*. 23, 209-224.
- Holmqvist, R., Hill, T., & Lang, A. (2005). *Ger ART bättre behandlingseffekter? Utvärdering av metoder på tre ungdomshem*. Forskningsrapport nr 1. SiS: Stockholm.
- Hundeide, K. (2000). *Det nye ICDP Programmet*. Tillgängligt via den Norska ICDP – stiftelsens hemsida: [www.icdp.info](http://www.icdp.info)
- Hundeide, K. (2006). *Vägledande samspel i praktiken – genomförande av ICDP –programmet*. Värnamo: ICDP.
- Keltner, D., & Kring, A M. (1998). Emotion, social function and psychopathology. *Review of General Psychology*. Vol 2, No 3, 320-342.
- Kleberger, N. (2007). *Hur känner du inför det? – Empati, affektmedvetenhet och alexitymi hos en grupp blivande psykoterapeuter*. Linköpings Universitet, institutionen för beteendevetenskap. Examensarbete. Psykologprogrammet.
- Kohut, H., & Wolf, E. (1978). The disorders of the self and their treatment: An outline. *International Journal of Psychoanalysis*, 59, 413-425.

Lech, B. (2007). Intervjuguide för kartläggning av affektmedvetenhet; egna och andras affekter. Affect consciousness interview- revised ACI-R (opublicerat dokument).

Lech, B., Andersson, G., & Holmqvist, R. (2008). Consciousness about own and others' affects: A study of the validity of a revised version of the Affect Consciousness Interview. *Scandinavian Journal of Psychology*, 49, 515-521.

Levin, A., Lundqvist Lundmark, E. (2003). *Affektmedvetenhet genom Affektskola – minskar stress hos skolpersonal som arbetar med barn?* Umeå Universitet, institutionen för psykologi, psykologexamensuppsats.

Mangs, K., & Martell, B. (1982). *0-20 år i psykoanalytiskt perspektiv*. Lund: Studentlitteratur

Marmoda, K J. (1999). Show Some Emotion: Completing the Cycle of Affective Communication. Aron, L., & Harris, A (Ed) *Relational Psychoanalysis, volume 2. Innovation and Expansion*, s. 121-143, 2005. London: The Analytic Press.

Monsen, J T. (1994). *Personality disorder and intensive psychotherapy focusing on affect-consciousness : A prospective follow-up study*. Publikasjoner fra Psykologisk institutt. UiO nr 1.

Monsen, J T., Melgård, T., & Ödegård, P. (1986). *Kartlegging av affektbevisshet: intervjuguide, instruks og skåringkriterier*. Oslo.

Monsen, J., & Monsen, K. (1999). Affect and affect consciousness : A psychotherapy model integrating Silvan Tomkins' affect - and script theory within the framework of self- psychology, In A. Goldberg (Ed). *Pluralism in self psychology: Progress in self psychology, vol 15*, 287-306. Hillsdale, NJ: Analytic Press.

Monsen, K., & Monsen, J T. (2000). Chronic pain and psychodynamic body therapy: a controlled outcome study. *Psychotherapy, volume 37*, nummer 3.

Monsen, J., Eilertsen, D E., Melgård, T., & Ödegård, P. (1996). Affects and affect consciousness: Initial experiences from assessment of affect integration. *Journal of Psychotherapy Practice and Research*. 5, 238-249.

- Monsen, J T., Odland, T., Faugli, A., Daae, E., & Eilertsen, D A. (1995). Personality disorders: Changes after intensive psychotherapy focusing on affect consciousness. *Psychotherapy Research*, 5, 33-48.
- Nathanson, L D. (1992). *Shame and pride: Affect, sex and the birth of the self*. New York: W.W. Norton & Company.
- Pascual –Leone, A. (2009). Dynamic emotional processing in experiential therapy: Two steps forward, one step back. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Vol 77, no 1, 113-126. University of Windsor.
- Pearlman, L A., & Courtois, C A. (2005). Clinical applications of the attachment framework: Relational treatment of complex trauma. *Journal of Traumatic Stress*. Vol. 18, No 5, 449-459.
- Safran, J D. (2002). Reply to Commentaries, Brief Relational Psychoanalytic Treatment. *Psychoanalytic Dialogues*. 12 (2):235-258. Symposium on Brief Relational Psychoanalytic Treatment.
- Sohl, K. (2009). *Vad händer efter utbildningen? Förändring av affektmedvetenhet, anknytning, alexitymi och empati efter utbildningen vägledande samspel/ICDP*. Linköpings Universitet, institutionen för beteendevetenskap.
- Sonnby – Bergström, M. (2005). *Affekter, affektiv kommunikation och anknytningsmönster*. Lund: Studentlitteratur.
- Skårderud, F. (2007). Eating one's words: Part 3. Mentalisation -based psychotherapy for anorexia nervosa – an outline for a treatment and training manual. *European Eating Disorder Review*. 15, 323-339.
- Stern, D N. (2003). *Spädbarnets interpersonella värld*. Falköping: Natur och Kultur.
- Thompson, R A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. Vol. 59, 25-52.
- Tomkins S S. (1962). *Affect imagery consciousness, volyme 1, the positive affects*. New York: Springer publishing company inc.

Tomkins, S S. (1991). *Affect Imagery consciousness, volyme 3, the negative affects*. New York: Springer publishing company inc.

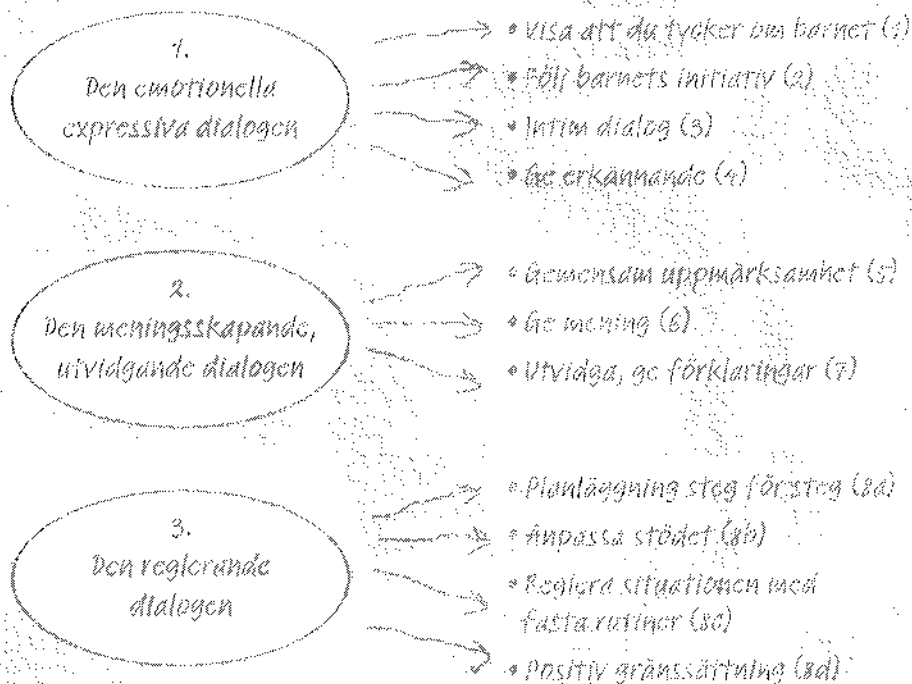
Tomkins S S. (1981). The quest for primary motives: Biography and autobiography of an idea. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.41, no. 2, 306-329.

Tomkins, S S. (1995). Script theory: The differential magnification of affect. In E. V Demos (Ed), *Exploring affect. The selected writing of Silivan S. Tomkins*. (pp.295-410). New York: Press Syndicate of the University of Cambridge.

## Bilaga 1

### TRE DIALOGER OCH ÅTTA TEMAN FÖR GOTT SAMSPEL

Genom att vara nyfiken på det egna samspelen kan man utveckla sina relationer och sitt samspel. Vägledande samspel erbjuder positiv vägledning och stöd med hjälp av de tre dialogerna. De tre dialogerna är grunden i gott samspel. De fördjupas med hjälp av åtta teman:



## FRÅGEMANUAL VID MODIFIERAD AFFEKTMEDVETENHETSINTERVJU

### Inledning till intervjun:

Jag vill prata med dig om hur du brukar ha det och om hur du upplever olika situationer.

Först vill jag att du ska berätta för mig om något som får dig att känna dig:

A: Rädd/skräckslagen

B: Skamsen/förödmjukad

C: Ilsken/arg/rasande

D: Skuld

E: Välbehållande/glädje

*Vad kan få dig att känna.....*

### Uppmärksamhet

Hur märker du att du är .... ?

Vad känner du igen det på ?

(i vilken mån tyder mentala eller kroppsliga kriterier på motsatsen ?)

Hur vet du att du är ... och inte något annat exempelvis ... ?

### Tolerans

Kan du försöka att gå in lite mer på hur du har det när ... ?

När du märker att du är ... vad gör du då ?

Kan du låta ... verka i dig, törs du låta den vara där ?

När du märker att du är .... Hur tycker du att den känslan påverkar dig. Vad får den dig att göra ?

När du känner den stämningen i dig, vad gör du med den känslan ? var gör du av den ?

Tror du att affekten kan berätta något av betydelse för dig ? Något viktigt ?

Hur är det för dig själv att känna att du är .... ?

*Vad skulle ske om du inte gjorde så (aktuellt sätt att komma undan känslan) och bara lät den verka på dig ?*

### Emotionell Expressivitet

Hur är det för dig att visa andra att du är .... ?

När du känner dig ...., hur kan andra veta att du är det ?

Hur tror du att du visar det (undersök om det finns variationer i förhållande till personer, kontext och intensitet av affekten).

Törs du stå för detta utåt ?

*Vad skulle ske om du visade .... för andra ?*

*Om andra märkte det här, vad skulle de tänka om dig ?*

### Begreppsmässig expressivitet

Hur är det för dig att berätta för andra att du är ....?

När du känner dig ... , kan du då säga till andra hur det är ? Vad säger du då ?  
Hur brukar du typiskt berätta för andra att du är ....?  
(Vid tvetydiga svar: vad föreställer du dig att .... är egentligen ? för att undersöka begreppsmässiga förståelsen)  
*Vad skulle kunna ske om du berättade för andra att du var...?*  
*Om du berättade det här för andra, vad skulle de tänka om dig ?*

### **Andras affekter**

Då vill jag att du berättar om något som fått andra att ....  
Kan du berätta om någon gång då du sett andra ....  
(Vem var det ?, vilken situation ?)  
(Kan du berätta för mig om vad som får andra att känna sig)

### **Uppmärksamhet**

*Hur märker du att X är .... ?*  
Vad känner du igen det på ?  
Hur märker du att det är ... och inte .... ?  
Märker du något inom dig då ?

### **Tolerans**

*Kan du försöka att gå in lite mer på hur du har det när du märker ... ?*  
När du märker att X är ... vad gör du då ?  
När du märker att X är.... Hur tycker du att den känslan verkade påverka X ?  
Hur tycker du att det påverkade dig ?  
Vad gjorde X/ du av den känslan ?  
Hur är det för dig själv att märka att någon är .... ?  
Tror du att X känsla berättade något väsentligt för dig ?  
Kan du låta ... verka hos X, törs du låta känslan vara där ?

### **Emotionell respons**

*Hur är det för dig att se andra ..... ?*  
Hur tror du att du tar emot .... ?  
När du märker .... Hos andra, hur kan de veta att du märkt det ?  
Hur tror du att du visar det(undersök om det finns variationer i förhållande till personer, kontext och intensitet av affekten).

### **Begreppsmässigt respons**

*När du märker att andra är .... kan du tala om det då ?*  
Hur är det för dig att prata om andras .... ?  
Hur talar du om andras ...?

## Poängsättningskriterier för medvetenhet om egna affekter

### Uppmärksamhet

#### 1-2. Utan fokusering

- Klarar inte att sortera ut en upplevelse av affekten.
- Har svårt att känna igen och beskriva en situation där affekten förekommer.
- Inställning/hållning: Aktiv ouppmärksamhet.

#### 3-4. Oklar fokusering

- Kan sortera ut affekten, men fokuseringen är oklar. Kan vara andra affekter.
- Odifferentierad uppmärksamhetssignal, t ex sammanblandning mellan affekten och den associerade situationen där affekten aktiverades.
- Uppmärksamhetssignalen blir konkret beskriven i beteendetermer.
- Inställning/hållning: Ytlig fokusering.

#### 5-6. Tydlig fokusering

- Klarar att uppnå tydlig fokusering av minst en upplevelse av affekten utan att blanda samman den med andra affekter.
- Kan beskriva en situation/intensitet tydligt med fokusering på affekten.
- Inställning/hållning: Prövar att uppnå fokusering.

#### 7-8. Stabil fokusering

- Tillkännager flera uppmärksamhetssignaler, t ex minst två olika intensiteter som visar på olika nyanser alternativt olika sociala kontext: olika nyanser av affekten ses i förhållande till olika sammanhang utan att sammanhanget förtar fokus på affekten.
- Inställning/hållning: Behåller tydligt och något nyanserat fokus.

#### 9-10. Fokusering, koncentration och öppenhet

- Känner många övergångar och nyanser samt visar öppenhet för variationer och nya nyanser av affekten.
- Nyanskrav: Uppmärksamhetssignalen ska ligga på olika nivåer av upplevelse som t ex. både ett konkret kroppsligt och ett symboliskt. Öppenhetskrav: God fokusering av samtidig öppenhet för affektsignaler, t ex öppenhet både i förhållande till sig själv och gentemot andra.
- Inställning/hållning: Fokusering, koncentration samt öppenhet och flexibilitet.



## Tolerans

### *1-2. Avskärmar (fragmenterar, avvisar).*

- Personen upplever inte affekten eller tror inte att den har någon påverkan. Låter affekten vara värdelös och låter sig inte påverkas av affekten.
- Affekten angår inte personen själv i någon särskild grad.
- Avskärmar stämningsinnehållet, tål inte stämningen. Segregerar affektens innehåll och är intolerant mot den affektiva upplevelsen.
- På grund av bristande relation till affekten blir personen "identisk" med affekten när den aktiveras (det finns inget reflekterande perspektiv, inget "observerande jag", jaget saknar en relation med mig). Lastar av sig känslan på andra genom t ex. affektiv smitta eller projektion.
- Lämnar situationer där affekten uppstår.
- Inställning/hållning: "Inte jag" eller affekten är värdelös.

### *2. Överväldigas av affekten.*

### *3-4. Känner igen men undertrycker*

- Kan känna och erkänna att affekten verkar i sig men försöker konsekvent att undgå dess verkan. Stark kontroll.
- Tillåter sig endast att bli väldigt lite rörd av affekten i intervjusituationen.
- Tål till en viss grad affekten men vill inte acceptera den som en del av sig själv (intrapsykiskt) t ex. "jag är inte den sorts person som blir arg".
- Försöker reducera affektens intensitet eller verkan för att den är svår att ut-  
härda (exempelvis genom att rättfärdiga sina handlingar då personen känner sig skyldig i syfte att undkomma känslan).
- Inställning/hållning: Undvikande.

### *5-6. Accepterar*

- Kan känna verkan, låta sig bli rörd och känna sig som ett med affekt-  
innehållet, men inte konsekvent.
- Visar något av affekten i intervjusituationen.
- Inställning/hållning: Kan låta affekten verka i sig.

### *7-8. Erkänner*

- Kan i stor grad rymma verkningarna av affekten och ta in stämnings-  
innehållet, accepterar den som en källa till information.
- Följer signalvärdet eller informationen i affekten på ett sådant sätt att affekt-  
innehållet leder till meningsfulla handlingar och konsekvenser.
- Intervjupersonen vill göra något för att påverka källan till ångest, skam etc.  
Att följa signalvärden i affekterna kan föra till handlingar som reducerar  
intensiteten av affekten utan att detta är brist på tolerans, kanske tvärtom

(exempelvis genom att be om ursäkt när man känner sig skyldig).  
Reduktionen görs inte i första hand för att det är svårt för intervjupersonen att uthärda känslan.

- Inställning/hållning: Klarar att rymma vanliga verkningar av affekten, tar konsekvenser.

#### *9-10. Attribuerar värde*

- Öppnar sig för affektens verkningar och tillerkänner den ett värde.
- Upplevelsen av affekten leder till reflektion där affekten ger upphov till mentala bilder, scener eller föreställningar.
- Öppenhet för verkningarna på ett sådant sätt att personen får tillgång till ny information.
- Affekten kan tillföra något nytt eller ändra föreställningar, förväntningar eller trossystem, perceptionen av objekt eller relationen till sig själv eller andra.
- Innehåll/hållning: Öppen reflektion – öppenhet för att affekten kan förändra självets innehåll även om detta kan vara konfliktfyllt interpersonellt och intrapsykiskt.

### **Emotionell expressivitet**

#### *Nyckelord*

Vidgå: kapacitet för att vara sig själv i olika sociala sammanhang.

Nyansering: register och bredd i nyanser av expressiv uttryck.

Differentiering: variation i uttryck beroende på kvalitet i relationen.

#### *1-2. Vidgår inte*

- Vill inte att affekten ska synas, är aktiv för att gömma eller drar sig undan från relationer.
- Personen motverkar aktivt det affektiva uttrycket genom fixering eller genom att stänga av känslorna.
- Förnekade, ibland avlöst av att låtsas ge uttryck för affekten eller förstå affekten, ibland utagerande.
- Innehåll/hållning: Vill inte visa andra sin affekt.
- 

#### *2. Vet inte om affekten visas på ett icke-verbalt sätt*

#### *3-4. Låg grad av erkännande*

- Försöker gömma eller förstålla uttrycket eller gör uttrycket otydligt, bromsar och intellektualiserar.
- Andra affekter förstör uttrycket.

- Något stereotypt och odifferentierat uttryck även med hänsyn taget till den kontext uttrycket hör hemma i.
- Inställning/hållning: Affekten visas men något motvilligt och mot personens intentioner.

#### 5-6. Vidgår

- Kan i rimlig grad vidgå affekten hos sig själv i relationer men detta är beroende på social acceptans.
- Kan visa uttrycket tydligt och med en önskan om att bli uppfattad.
- Inställning/hållning: Fälb beroende.

#### 7-8. Vidgår nyanserat

- Stabilt erkännande av uttrycket. Törs om nödvändigt visa affekten relativt oberoende av andras acceptans.
- Anger flera nyanser (minst två) beroende på variation i intensitet eller kontext.
- Inställning/hållning: Önskar att uttrycka sig adekvat.

#### 9-10. Nyanserat, differentierat

- Hög grad av svarsbenägenhet, tydlighet, äkthet och erkännande med medvetna val och ansvar i förhållande till sitt eget uttryck.
- Personen har hög grad av medvetenhet om sitt uttryck och är samtidigt uppmärksam på i vilken grad uttrycket når andra eller hur uttrycket uppfattas av andra.
- Inställning/hållning: Decentrerad öppenhet.

### Begreppsmässig expressivitet

#### 1-2. Lös kategorisering

- Oexakt och lös klassificering av affekten, liten association till egna erfarenheter.
- Svårigheter att hitta verbala uttryck för känslan som kan brukas i relationer.
- Avsaknad av verbala uttryck eller håller tillbaka affektuttrycket konsekvent.
- Inställning/hållning: Önskar inte/kan inte förmedla affekten.

#### 3-4. Grov kategorisering

- Konkret begreppsbruk av "tingspråklig" natur t ex knyter till bestämda situationer eller episoder.
- Kategoriserar affekten men blandar samman med andra affekter.
- Kan ibland verbalt uttrycka affekten i relationer.
- Schablonmässigt begreppsbruk.

- Inställning/hållning: Undvikande, problematisk, eller lite naivt, egocentriskt.

#### *5-6. Tydlig kategorisering*

- God differentiering mellan de olika affektkategorierna och associerar affekterna till egen erfarenhet.
- Använder minst ett tydligt begrepp eller kännetecken för affekten och ger vanligen verbalt uttryck för affekten i relation med andra.
- Inställning/hållning: Tydlig men fältberoende.

#### *7-8. Nyanserade och tydliga kategorier*

- Kan i olika sammanhang välja begreppsuttryck som tillkännager att informationsaspekten av affekten definierar kvalitén på relationen själv/andra/situationen.
- Uttrycker minst två nyanser av affekten beroende på kontext, t ex nära/perifera relationer.
- Inställning/hållning: Vågar bruka/vidstå informationsaspekten av affekten i relationen.

#### *9-10. Hög grad av differentiering och nyanserat begreppsbruk*

- Öppna, tydliga och nyanserade begrepp.
- Visar önskan att utprova begreppens informationsvärde.
- Förmåga att förändra uttrycksformer och söker samt eventuellt finner nya uttrycksformer (begrepp, metaforer, bilder) som ökar sannolikheten för att informationen går fram.
- Inställning/hållning: Differentierad decentralisering.

#### **Övrigt**

- Ange mot vem intervjupersonens affekt uttrycktes.
- Ange om intervjupersonen på något sätt, verbalt eller icke verbalt, frågar den affekt som frågas efter, exempelvis:
  - den efterfrågade affekten är glädje och intervjupersonen pratar om ilska istället eller tycks blanda samman dessa affekter
  - eller om intervjupersonen anger att glädjen övergår i ilska på grund av bristande tolerans eller uppmärksamhet
  - eller om intervjupersonen visar eller anger att hon/han brukar visa ilska istället för glädje.

## Poängsättningskriterier för medvetenhet om andras affekter

### Uppmärksamhet

#### 1-2. Utan fokusering

- Klarar inte att sortera ut en upplevelse av affekten hos andra.
- Har svårt att känna igen och beskriva en situation där affekten förekommer.
- Kan inte sortera ut vem affekten tillhör (sig själv eller andra)
- Kan inte definiera sitt egna känslomässiga gensvar
- Inställning/hållning: Aktiv ouppmärksamhet.

#### 2. Kan enbart definiera sitt egna känslomässiga gensvar

#### 3-4. Oklar fokusering

- Kan sortera ut affekten hos andra, men fokuseringen är oklar. Kan vara andra affekter.
- Odifferentierad uppmärksamhetssignal, t ex sammanblandning mellan affekten och den associerade situationen där affekten aktiverades.
- Uppmärksamhetssignalen blir konkret beskriven i beteendetermer.
- Inställning/hållning: Ytlig fokusering.

#### 5-6. Tydlig fokusering

- Klarar att uppnå tydlig fokusering av minst en upplevelse av affekten hos andra utan att blanda samman den med andra affekter eller affekter hos sig själv.
- Kan beskriva en situation/intensitet tydligt med fokusering på den andres affekt.
- Inställning/hållning: Prövar att uppnå fokusering.

#### 7-8. Stabil fokusering

- Tillkännager flera uppmärksamhetssignaler, t ex minst två olika intensiteter som visar på olika nyanser alternativt att olika nyanser av affekten ses i förhållande till olika sammanhang utan att sammanhanget förtar fokus på affekten.
- Inställning/hållning: Behåller tydligt och något nyanserat fokus.

#### 9-10. Fokusering, koncentration och öppenhet

- Beskriver många övergångar och nyanser samt visar öppenhet för variationer och nya nyanser av affekten hos andra.
- Nyanskrav: Uppmärksamhetssignalen ska ligga på olika nivåer av upplevelse som t ex både ett konkret kroppsligt och ett symboliskt. Öppenhetskrav: God

fokusering av öppenhet för affektsignaler, t ex öppenhet både i förhållande till sig själv och gentemot andra.

- God definiering av det egna känslomässiga gensvaret.
- Inställning/hållning: Fokusering, koncentration samt öppenhet och flexibilitet.

## **Tolerans**

### *1-2. Avskärmar (fragmenterar, avvisar)*

- Intervjupersonen uppmärksammar inte affekten hos andra eller tror inte att den har någon påverkan på intervjupersonen. Låter affekten vara värdelös och låter sig inte påverkas.
- När affekten uppmärksammas hos andra angår inte det personen själv i någon särskild grad.
- Avskärmar stämningssinnehållet, tål inte stämningen. Segregerar affektens innehåll och är intolerant mot den affektiva upplevelsen.
- Lämnar situationer där affekten förekommer.
- Intervjupersonen tål inte sitt egna känslomässiga gensvar.
- Inställning/hållning: Tål inte affekten eller anser att den är värdelös.

### *2. Överväldigas av affektens påverkan.*

### *3-4. Känner igen men undertrycker*

- Kan känna igen affekten hos andra men försöker konsekvent att undgå dess verkan. Stark kontroll.
- Tål till en viss grad det affektiva uttrycket hos andra men vill inte acceptera det.
- Försöker reducera affektens intensitet eller verkan eftersom den är svår att uthärda (exempelvis genom att försöka lindra någons skuld känsla genom att förvränga det som hänt), alternativt försöker reducera det egna känslomässiga gensvaret eftersom det är svårt att uthärda.
- Inställning/hållning: Undvikande.

### *5-6. Accepterar*

- Kan känna av affekten hos andra och låta sig bli berörd, men inte konsekvent.
- Kan känna av det egna känslomässiga gensvaret och låta sig bli berörd, men inte konsekvent.
- Inställning/hållning: Kan låta affekten verka i den andre och i sig själv.

### 7-8. *Erkänner*

- Kan i hög grad rymma verkningarna av andras affekter och ta in stämningssinnehållet, accepterar den som en källa till information.
- Kan i hög grad rymma verkningarna av det egna känslomässiga gensvaret och ta in stämningssinnehållet, accepterar den som en källa till information.
- Följer signalvärdet eller informationen i affekten på ett sådant sätt att affektinnehållet leder till meningsfulla handlingar och konsekvenser.
- Intervjupersonen vill göra något för att påverka källan till ångest, skam etc. Att följa signalvärden i affekterna kan föra till handlingar som reducerar intensiteten av affekten utan att detta är brist på tolerans, kanske tvärtom (exempelvis genom att uppmana någon att be om ursäkt när denne känner sig skyldig). Reduktionen görs inte för att det är svårt för intervjupersonen att uthärda känslan.
- Inställning/hållning: Klarar att rymma vanliga verkningar av affekten, tar konsekvenser.

### 9-10. *Attribuerar värde*

- Öppnar sig för affektens verkningar och tillerkänner den ett värde.
- Upplevelsen av andras affekter ger upphov till mentala bilder, scener eller föreställningar.
- Öppenhet för påverkningarna på ett sådant sätt att personen får tillgång till ny information.
- Andras affekter kan tillföra något nytt eller ändra föreställningar, förväntningar eller trossystem, perceptionen av objekt eller relationen till sig själv eller andra.
- Det egna känslomässiga gensvaret kan tillföra något nytt eller ändra föreställningar, förväntningar eller trossystem, perceptionen av objekt eller relationen till sig själv eller andra.
- Innehåll/hållning: Öppen reflektion – öppenhet för att affekten kan förändra självets innehåll även om detta kan vara konfliktfyllt interpersonellt och intrapsykiskt.

## **Emotionell responsivitet**

### *Nyckelord*

Vidgå: kapacitet för att vara sig själv i olika sociala sammanhang.

Nyansering: register och bredd i nyanser av expressiv uttryck.

Differentiering: variation i uttryck beroende på kvalitet i relationen.

### 1-2. *Vidgår inte*

- Vill inte att det känslomässiga gensvaret ska synas, är aktiv för att gömma det eller drar sig undan från relationer.

- Personen motverkar aktivt det känslomässiga gensvaret eller intrycket genom fixering eller genom att stänga av känslorna.
- Förnekade, ibland avlöst av att låtsas förstå affekten, ibland utagerande.
- Den egna känslomässiga reaktionen omöjliggör ett känslomässigt gensvar mot andra
- Inställning/hållning: Vill inte visa andra sin respons på affekten

## 2. Vet inte om något känslomässigt gensvar ges på andras affekter

### 3-4. Låg grad av erkännande

- Försöker gömma eller förstålla gensvaret eller gör gensvaret otydligt, bromsar och intellektualiserar.
- Andra affekter förstör gensvaret.
- Något stereotyp och odifferentierat gensvar även med hänsyn taget till den kontext gensvaret hör hemma i.
- Inställning/hållning: Responsen på affekten visas men något motvilligt och mot personens intentioner.

### 5-6. Vidgår

- Kan i rimlig grad vidgå det känslomässiga gensvaret i relationer men detta är beroende på social acceptans.
- Kan visa det känslomässiga gensvaret tydligt och med en önskan om att bli uppfattad.
- Inställning/hållning: Fältberoende.

### 7-8. Vidgår nyanserat:

- Stabilt erkännande av uttrycket. Törs om nödvändigt visa det känslomässiga gensvaret relativt oberoende av omgivningens acceptans.
- Anger flera nyanser (minst två) av känslomässigt gensvar beroende på variation i intensitet eller kontext.
- Inställning/hållning: Önskar att uttrycka sig/svara adekvat.

### 9-10. Nyanserat, differentierat

- Hög grad av svarsbenägenhet, tydlighet, äkthet och erkännande med medvetna val och ansvar i förhållande till sitt eget gensvar.
- Personen har hög grad av medvetenhet om sitt gensvar och är samtidigt uppmärksam på i vilken grad gensvaret når andra eller hur uppfattas av andra.
- Inställning/hållning: Decentrerad öppenhet.



## Begreppsmässig responsivitet

### *1-2. Lös kategorisering*

- Oexakt och lös klassificering av upplevelsen av andras affekter, liten association till egna erfarenheter.
- Oexakt och lös klassificering av det känslomässiga gensvaret, liten association till egna erfarenheter.
- Svårigheter att hitta verbala uttryck för upplevelsen av andras affekter som kan brukas i relationer.
- Svårigheter att hitta verbala uttryck för det känslomässiga gensvaret som kan brukas i relationer.
- Avsaknad av verbala uttryck eller håller tillbaka det känslomässiga gensvaret konsekvent.
- Inställning/hållning: Önskar inte/kan inte förmedla det känslomässiga gensvaret.

### *2. Det känslomässiga gensvaret överskuggar upplevelsen av andras affekter.*

### *3-4. Grov kategorisering:*

- Konkret begreppsbruk av "tingspråklig" natur, t ex knyter till bestämda situationer eller episoder.
- Kategoriserar det känslomässiga gensvaret men blandar ihop det med upplevelsen av andras affekter.
- Kan ibland verbalt uttrycka upplevelsen av andras affekter.
- Kan ibland verbalt uttrycka det känslomässiga gensvaret i relationer.
- Schablonmässigt begreppsbruk.
- Inställning/hållning: Undvikande, problematisk, eller lite naivt, egocentriskt.

### *5-6. Tydlig kategorisering:*

- God differentiering av andras affekter och associerar dessa till egen erfarenhet
- God differentiering av de olika känslomässiga gensvaren och associerar dessa till egen erfarenhet.
- Använder minst ett kännetecken för att beskriva andras affekter och ger vanligen verbalt uttryck för detta i relation med andra.
- Använder minst ett kännetecken för det känslomässiga gensvaret och ger vanligen verbalt uttryck för detta i relation med andra.
- Fokuserar både på det känslomässiga gensvaret och på upplevelsen av andras affekter.
- Inställning/hållning: Tydlig men fältberoende.

### *7-8. Nyanserade och tydliga kategorier:*

- Kan i olika sammanhang välja begreppsuttryck som tillkännager att informationsaspekten av affekten definierar kvalitén på relationen själv/andra/situation.
- Uttrycker minst två nyanser av andras affekter beroende på kontext, t ex nära/perifera relationer, alternativt uttrycker minst två nyanser av det känslomässiga gensvaret beroende på kontext, t ex nära/perifera relationer.
- Kan se den växelverkan som finns mellan upplevelsen av andras affekter och det egna känslomässiga gensvaret.
- Inställning/hållning: Vågar bruka/vidstå informationsaspekten av affekten i relationen.

*9-10. Hög grad av differentiering och nyanserat begreppsbruk:*

- Öppna, tydliga och nyanserade begrepp.
- Visar önskan att utprova begreppens informationsvärde.
- Förmåga att förändra uttrycksformer och söker samt eventuellt finner nya uttrycksformer (begrepp, metaforer, bilder) som ökar sannolikheten för att informationen går fram.
- Kan tydligt se den växelverkan som finns mellan andras affekter och det egna känslomässiga gensvaret och använder sig av det.
- Inställning/hållning: Differentierad decentralisering.

## Övrigt

- Ange vem som uttrycker den aktuella affekten.
- Ange om intervjupersonen på något sätt, verbalt eller icke verbalt, frångår den affekt som frågas efter, exempelvis:
  - den efterfrågade affekten är glädje och intervjupersonen pratar om ilska istället eller tycks blanda samman dessa affekter
  - eller om intervjupersonen anger att glädjen övergår i ilska på grund av bristande tolerans eller uppmärksamhet
  - eller om intervjupersonen visar eller anger att hon/han brukar visa ilska istället för glädje.

## Poängkriterier för egna affekter, kort version

| Poäng | Uppmärksamhet<br>(egen, andras, reciprok)                                                                                                                                                                                                                                      | Tolerans<br>(egen, andras)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Emotionell<br>Expressivitet/respons                                                                                                                                                                                                                | Verbal<br>Expressivitet/respons                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1-2   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sorterar inte ut upplevelsekategorier för affekten.</li> <li>- Kan ej beskriva situation där aff. förekommer.</li> <li>- Aktiv ouppmärksamhet</li> </ul>                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Upplever/tror inte aff. Har någon påverkan.</li> <li>- Aff angår ej personen</li> <li>- Tål inte stämningen</li> <li>- Blir identisk med aff. Lastar av sig aff. på andra.</li> </ul> <p>2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Överväldigas av aff.</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vill inte aff ska synas.</li> <li>- Motverkar aktivt aff uttryck</li> <li>- Förnekande, utagerande av aff.</li> </ul> <p>2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vet inte om aff visas</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lös klassificering av aff, liten association till egna erfarenheter.</li> <li>- Svårigheter för verbala uttryck för aff i relationer</li> <li>- Avsaknad av verbala uttryck, håller konsekvent tillbaka verbala uttryck.</li> <li>- Önskar inte förmedla affekten</li> </ul>                     |
| 3-4   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fokusering oklar. Kan vara andra affekter.</li> <li>- Sammanblandning mellan affekten och situationen där affekten aktiverades.</li> <li>- Uppmärksamhets-signalen beskriven i beteendetermer.</li> <li>- Ytlig fokusering</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Känner igen aff, försöker undgå dess verkan.</li> <li>- Endast lite rörd av aff. i intervjun</li> <li>- Jag är inte den sorts person som blir arg</li> <li>- Undvikande av aff.</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Försöker gömma/förställa uttrycket av aff.</li> <li>- Andra aff förstör uttrycket.</li> <li>- Stereotyp/odifferentierat uttryck</li> </ul> <p>Affekten visas mot personens intentioner</p>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Konkret begreppsbruk. Knyter till bestämda episoder.</li> <li>- Kategoriserar aff men blandar samman med andra aff.</li> <li>- Kan ibland uttrycka aff verbalt i relationer</li> <li>- Schablonmässigt begreppsbruk</li> <li>- Undvikande, naivt, egocentriskt.</li> </ul>                       |
| 5-6   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan uppnå tydlig fokusering av minst en upplevelsekvalitet av aff.</li> <li>- Blandar ej samman den med andra aff.</li> <li>- Prövar att uppnå fokus</li> </ul>                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan känna, låta sig röras av aff. men ej konsekvent.</li> <li>- Visar något av aff. i intervjun</li> <li>- Kan låta aff verka på sig.</li> </ul>                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan vidgå aff. i rel men beroende på social acceptans.</li> <li>- Kan visa uttrycket tydligt med önskan att bli uppfattad.</li> </ul>                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- God differentiering av aff och associerar till egen erfarenhet.</li> <li>- Använder minst ett begreppskännetecken för aff</li> <li>- Ger vanligen uttryck för aff i relation till andra</li> <li>- Tydlig men fältberoenden</li> </ul>                                                           |
| 7-8   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Olika intensitet/olika sociala kontext.</li> <li>- Olika nyanser av affekten ses i förhållande till olika sociala sammanhang utan att förlora fokus på aff.</li> <li>- Behåller tydligt och något nyanserat fokus</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan ta in stämningsinnehållet. - Accepterar aff som en källa till information.</li> <li>- Aff leder till meningsfulla konsekvenser</li> <li>- Klarar av att rymma affekten.</li> </ul>                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Förs visa affektuttrycket oberoende av andras acceptans.</li> <li>- Anger minst 2 nyanser vad gäller intensitet eller kontext.</li> <li>- Önskar uttrycka sig</li> </ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan i olika sammanhang välja begreppsuttryck som definierar kvaliteten på relationen</li> <li>- Uttrycker minst 2 nyanser beroende på kontext (nära/perifera rel).</li> </ul>                                                                                                                    |
| 9-10  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Många övergångar och nyanser av aff.</li> <li>- Uppmärksamhetssignal på 2 olika nivåer: både konkret (kroppsligt) och symboliskt</li> <li>- Öppenhet för aff hos sig själv/andra</li> </ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Öppnar sig för affektens verkningar, erkänner den ett värde.</li> <li>- Aff verkningar leder till reflektion med bilder/scener.</li> <li>- Öppenhet för aff verkningar så att ny info inhämtas.</li> <li>- Affekten kan tillföra något nytt och ändra på trossystem, bild av själv/andra.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tydligt, medvetet ansvar i uttryck.</li> <li>- Stor medvetenhet om sitt uttryck samt medveten i vilken grad uttrycket når och uppfattas av andra.</li> <li>- Decentrerad öppenhet</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Öppna, tydliga nyanserade begrepp.</li> <li>- Visar önskan att prova begreppens informationsvärde.</li> <li>- Förmåga att förändra uttrycksformer (begrepp, metaforer, bilder) som ökar sannolikheten för att informationen skall gå fram.</li> <li>- Differentierad, decentraliserad</li> </ul> |

## Poängkriterier för andras affekter, kort version

| Poäng | Uppmärksamhet<br>(egen, andras, reciprok)                                                                                                                                                                                                                                        | Tolerans<br>(egen, andras)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Emotionell<br>Expressivitet/respons                                                                                                                                                                                                                | Verbal<br>Expressivitet/respons                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1-2   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sorterar inte ut upplevelsekategorier för affekten.</li> <li>- Kan ej beskriva situation där aff. förekommer.</li> <li>- Aktiv ouppmärksamhet</li> </ul>                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Upplever/tror inte aff. Har någon påverkan.</li> <li>- Aff angår ej personen</li> <li>- Tål inte stämningen</li> <li>- Blir identisk med aff. Lastar av sig aff. på andra.</li> </ul> <p>2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Överväldigas av aff.</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vill inte aff ska synas.</li> <li>- Motverkar aktivt aff uttryck</li> <li>- Förnekande, utagerande av aff.</li> </ul> <p>2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vet inte om aff visas</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lös klassificering av aff, liten association till egna erfarenheter.</li> <li>- Svårigheter för verbala uttryck för aff i relationer</li> <li>- Avsaknad av verbala uttryck, håller konsekvent tillbaka verbala uttryck.</li> <li>- Önskar inte förmedla affekten</li> </ul>                     |
| 3-4   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fokusering oldar. Kan vara andra affekter.</li> <li>- Sammanblandning mellan affekten och situationen där affekten aktiverades.</li> <li>- Uppmärksamhets-signalen beskriven i beteendeterminer.</li> <li>- Ytlig fokusering</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Känner igen aff, försöker undgå dess verkan.</li> <li>- Endast lite rörd av aff. i intervjun</li> <li>- Jag är inte den sorts person som blir arg</li> <li>- Undvikande av aff.</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Försöker gömma/förställa uttrycket av aff.</li> <li>- Andra aff förstör uttrycket.</li> <li>- Stereotyp/odifferentierat uttryck</li> </ul> <p>Affekten visas mot personens intentioner</p>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Konkret begreppsbruk. Knyter till bestämda episoder.</li> <li>- Kategoriserar aff men blandar samman med andra aff.</li> <li>- Kan ibland uttrycka aff verbalt i relationer</li> <li>- Schablonmässigt begreppsbruk</li> <li>- Undvikande, naivt, egocentriskt.</li> </ul>                       |
| 5-6   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan uppnå tydlig fokusering av minst en upplevelse av aff.</li> <li>- Blandar ej samman den med andra aff.</li> <li>- Prövar att uppnå fokus</li> </ul>                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan känna, låta sig röras av aff. men ej konsekvent.</li> <li>- Visar något av aff. i intervjun</li> <li>- Kan låta aff verka på sig.</li> </ul>                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan vidgå aff. i rel men beroende på social acceptans.</li> <li>- Kan visa uttrycket tydligt med önskan att bli uppfattad.</li> </ul>                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- God differentiering av aff och associerar till egen erfarenhet.</li> <li>- Använder minst ett begreppskännetecken för aff</li> <li>- Ger vanligen uttryck för aff i relation till andra</li> <li>- Tydlig men fältberoenden</li> </ul>                                                           |
| 7-8   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Olika intensitet/olika sociala kontext.</li> <li>- Olika nyanser av affekten ses i förhållande till olika sociala sammanhang utan att förlora fokus på aff.</li> <li>- Behåller tydligt och något nyanserat fokus</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan ta in stämmingsinnehållet. - Accepterar aff som en källa till information.</li> <li>- Aff leder till meningsfulla konsekvenser</li> <li>- Klarar av att rymma affekten.</li> </ul>                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Förs visa affektuttrycket oberoende av andras acceptans.</li> <li>- Anger minst 2 nyanser vad gäller intensitet eller kontext.</li> <li>- Önskar uttrycka sig</li> </ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan i olika sammanhang välja begreppsuttryck som definierar kvaliteten på relationen själv/andra/situation.</li> <li>- Uttrycker minst 2 nyanser beroende på kontext (nära/perifiera rel).</li> </ul>                                                                                            |
| 9-10  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Många övergångar och nyanser av aff.</li> <li>- Uppmärksamhetssignal på 2 olika nivåer: både konkret (kroppsligt) och symboliskt</li> <li>- Öppenhet för aff hos sig själv/andra</li> </ul>                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Öppnar sig för affektens verkningar, erkänner den ett värde.</li> <li>- Aff verkningar leder till reflektion med bilder scener.</li> <li>- Öppenhet för aff verkningar så att ny info inhämtas.</li> <li>- Affekten kan tillföra något nytt och ändra på trossystem, bild av själv/andra.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tydligt, medvetet ansvar i uttryck.</li> <li>- Stor medvetenhet om sitt uttryck samt medveten i vilken grad uttrycket når och uppfattas av andra.</li> <li>- Decentrerad öppenhet</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Öppna, tydliga nyanserade begrepp.</li> <li>- Visar önskan att prova begreppens informationsvärde.</li> <li>- Förmåga att förändra uttrycksformer (begrepp, metaforer, bilder) som ökar sannolikheten för att informationen skall gå fram.</li> <li>- Differentierad, decentraliserad</li> </ul> |

Kod.....

Datum.....

## Intervieware.....

# GRUNDKÄNSLOR

## UPPLEVELSEFÖRMÅGA

## EXPRESSIVITET & RESPONS

## WHY?

|                    | UPPMÄRKSAMHET                       |                   | TOLERANS                                           |                                             | EMOTIONELL                                        |        | BEGREPPSMÄSSIG |        |       |
|--------------------|-------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------|----------------|--------|-------|
|                    | EGEN                                | ANDRAS            | EGEN                                               | ANDRAS                                      | EGEN                                              | ANDRAS | EGEN           | ANDRAS | Total |
| INTRESSE/IVER      |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| VÅLBEHAG/GLÄDJE    |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| RÅDSLÅ/SKRÄCK      |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| ILSKA/ARG/RASERI   |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| SKAM/FÖRÖDMJUKELSE |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| LEDSNAD/FÖRTVIVLAN |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| SKULDKÅNSLA        |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| <b>Summa</b>       |                                     |                   |                                                    |                                             |                                                   |        |                |        |       |
| 1                  | Utan fokus                          | aktiv ouppmärksam | avskärmad, fragment. övervåldigad                  | känns ej vid, vet inte om den visas         | lös kategorisering vill, kan -inte                |        |                |        |       |
| 3                  | foklart fokus                       | differensierat    | undertrycker tål en viss grad                      | låg grad, oklart uttryck odiff., stereotyp, | grov kategorisering undviker, schablonartad       |        |                |        |       |
| 5                  | tydligt fokus                       |                   | accepterar men inte konsekvent                     | fältberoende, vidgår om socialt accept.     | klar kategorisering tydlig, fältberoende          |        |                |        |       |
| 7                  | klart & stabilt fokus               | olika nyanser     | erkänner viss värde påverkar källan                | vidgår & nyanterat (2) stabil, obereoende   | nyanserat (2) klar kate. brukar information i a.  |        |                |        |       |
| 9                  | fokus, öppet, konc. många varianter |                   | reflexiv, attribuerar värde öppen för signalverkan | nyans, differans Decentrerad öppenhet       | hög grad av cliff, nyans öppen, tydlig, metaforer |        |                |        |       |
| Nyckelord:         | fokus                               | Påverkan          | vidgå                                              | sortera                                     |                                                   |        |                |        |       |
|                    | nyans                               | avkoda            | nyans                                              | begrepp                                     |                                                   |        |                |        |       |
|                    | öppenhet                            | reflektion        | differans                                          | kategori                                    |                                                   |        |                |        |       |

Nivckelotog:

## Frågor efter genomgången ICDP utbildning

**1. Hur var utbildningen i ICDP för dig?**

(ringa in ett svarsalternativ)

a. oerhört givande      b. givande      c. varken bra eller dålig      d. dålig      e. usel

**2. Hur var det för dig att förmedla ICDP utbildningen till mellanstadiebarnen?**

(ringa in ett svarsalternativ)

a. oerhört givande      b. givande      c. varken bra eller dåligt      d. dåligt      e. uselt

**3. Hur tror du att mellanstadiebarnen uppfattade ICDP utbildningen?**

(ringa in ett svarsalternativ)

a. oerhört givande      b. givande      c. varken bra eller sålig      d. dålig      e. usel

**4. Har du förändrats på något sätt av att gå ICDP utbildningen? Kan t ex vara i ditt sätt att tänka eller känna.**

(skriv med egna ord)

**5. Har du förändrats på något sätt av att förmedla ICDP utbildningen till mellanstadiebarnen? Kan t ex vara i ditt sätt att tänka eller känna.**

(skriv med egna ord)

TACK för din medverkan!



## ÖVERENSKOMMELSE OM DELTAGANDE I UTVÄRDERING AV UTBILDNING I VÄGLEDANDE SAMSPEL

Härmed ger jag mitt samtycke till att medverka i ett utvärderingsprojekt som handlar om effekterna av utbildning i Vägledande samspel.

Följande villkor för min medverkan gäller:

1. Endast forskargruppen har tillgång till insamlat material.
2. Materialet förvaras så att inga obehöriga kan få tillgång till det.
3. Alla personnamn och andra personliga förhållanden som skulle kunna möjliggöra igenkännande av mig själv som person skall förvrängas eller tas bort ur resultatredovisningar och publikationer.
4. Allt material skyddas av sekretess och tillhör forskargruppen vid Institutionen för beteendevetenskap och lärande vid Linköpings universitet.
5. Jag kan när som helst avbryta vår medverkan i utvärderingsprojektet utan att detta får några negativa konsekvenser i något avseende för mig och mitt barn.

---

Namn

---

Ort

---

Datum

För att materialet används enligt ovanstående villkor ansvarar

---

Rolf Holmqvist  
professor, projektansvarig  
Linköpings universitet

---

Paul Bergman  
Leg psykolog, leg psykoterapeut. Admin ansvarig.  
Stiftelsen ICDP-Sweden

## Bilaga 2: Unga vägleder unga

### Mål:

- Vårt mål med de fyra vägledningstillfällena hos mellanstadieklassen var att använda oss av ICDP:s dialoger och teman för att utveckla det positiva samspelet i klassen, öka kunskapen om känslor samt försöka förbättra självkänslan hos enskilda individer. Genom att göra detta ville vi försöka medverka till ett bättre allmänklimat i klassen och i längden också förhindra/förebygga mobbning.

### Planering inför vägledningen

#### Dag 1:

##### \* Presentera varandra

Detta kommer att gå till så att vi kommer att sitta i en ring då vi presenterar oss för varandra. Vi kan säga våra namn, vart vi bor, våra syskon, vad vi gör på fritiden och så vidare.

##### *Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Vi presenterar oss för varandra, något som leder till att vi får en gemensam uppmärksamhet, eftersom vi fokuserar på en och samma person. Genom detta sätt, kan vi hitta gemensamma intressen med eleverna i klassen.
- Detta kommer att ta runt 30 min

##### \* Ge en positiv egenskap på en bokstav

Kommer att gå till på det sättet att barnen får skriva i deras kompis loggbok, som de sitter bredvid. De som vill får läsa upp det de har skrivit.

##### *Tema 1: Visa att du tycker om ditt barn*

- Vi ska försöka få barnen att visa för varandra att de tycker om varandra. Barnen ska stärka varandras självkänsla, och detta ska ske genom att barnen ska få ge en positiv egenskap som det andra barnen har, men det är begränsat, för det får bara börja på den bokstaven som barnets namn börjar på. T.ex. Susanne – Snäll
- Detta kommer att ta runt 30 – 40 min

##### \* Hur ska andra behandla dig?

##### *Tema 8c: Positiv gränssättning*

- Vi ska sätta oss i grupper med barnen, där vi ska sitta och diskutera hur barnen själva vill att andra ska behandla dem, men även hur barnen vill att speciellt sina föräldrar ska säga ifrån på. Detta är något som barnen ska kunna ta med sig hem till sina föräldrar. Det är alltså här som barnen själva sätter sina gränssättningar genom att själva tänka efter.
- Detta kommer att ta runt 20 min



På slutet kommer vi att låta barnen skriva i sin loggbok, som de själva har gjort, och där ska de svara på frågor som vi ska skriva upp på tavlan. Detta kommer att ta ca 10 min.  
(Frågor se sida 5)

**Dag 2:****\* Måla en bild**

Samtidigt som barnen kommer att få sitta och måla, så kommer vi att gå runt och kolla på bilderna, och ställa frågor, helt enkelt vara nyfikna. Efter att de har målat klart så kommer barnen få sätta in sina bilder i loggboken.

Under samma övning kommer vi att kunna få med fyra teman

*Tema 2: Följ barnets initiativ*

- Vi ska måla bilder på hur vi mår denna dag, och det är här som barnen själva får välja vad de vill måla, fast inom området, hur de mår just idag.

*Tema 3: Intim dialog*

- Barnen/barnet får vår uppmärksamhet och vårt intresse genom att de får förklara bilderna de har målat för oss, detta gör att vi kommer att kunna skapa en dialog med barnen. Ställa följdfrågor, så vi verkar intresserad och nyfikna på vad barnet har målat.

*Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Vi skapar ett fokus tillsammans med barnet eftersom de berättar om sin bild. Fokusen blir alltså på barnets bild.
- Detta kommer att ta runt 45 min

**\* Tipspromenad**

Barnen ska få gå en tipspromenad som utgår ifrån känslor. Vi ska dela på klassen, så de går kille och tjej tillsammans. Vi valde att göra på detta sätt eftersom de kan bli mer diskussion om ett gemensamt svar (känslor) till bilden. Efter att barnen har gått tipspromenaden ska vi samlas i en ring. Där vi ska gå igenom varje bild som visar en känsla och se vilket svar de har kommit fram till, de ska även försöka att förklara varför de har valt just den känslan. Vi ska även prata lite allmänt med barnen hur de använder sina känslor.

Under samma övning kommer vi att kunna få med fyra teman

*Tema 3: Intim dialog*

- I ringen kommer vi att lyssna på vad barnen har att säga, vilket skapar en mer öppen dialog. Barnen får vår uppmärksamhet och vi visar vårt intresse vilket leder till att de känner sig mer självsäkra.

*Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Eftersom att barnen går i par har de som gemensamt fokus att klara tipspromenaden. Även i ringen har de som gemensamt fokus att visa vilken känsla de kommit fram till syntes på bilden.

*Tema 7: Utvidga och ge förklaringar*

- I ringen förklarar vi för barnen vikten av att visa sina egna känslor för människor i ens närhet.

**\*Rockrings övning**

Här ska vi dela upp klassen i två lag, där de ska tävla mot ett gemensamt mål dvs. en snabbare tid. Barnen ska hålla varandras händer och bilda en ring. Sedan ska rockringen vara mellan två av barnen, så den vilar på deras armar. När tiden startar, ska de kliva igenom rockringen, för att föra den vidare i cirkeln och när den har gått runt ett varv, stannar vi tiden. Övningen går ut på att de har ett gemensamt mål tillsammans och att de ska lära sig att stötta varandra.

Under samma övning kommer vi att kunna få med ett tema

*Tema 5: gemensam uppmärksamhet*

- Barnen har som mål att hela tiden klara uppgiften bättre vilket leder till att samarbetet förbättras.

På slutet kommer vi att låta barnen skriva i sin loggbok, som de själva har gjort, och där ska de svara på frågor som vi ska skriva upp på tavlan. Detta kommer att ta ca 10 min.

(Frågor se sida 5)

**Dag 3:****\* Ta med en sak som betyder någonting för dig**

Vi kommer här att sätta oss i en halv cirkel där barnen själva får välja om de vill ställa sig framför de andra barnen eller om de vill sitta kvar när de ska presentera sin sak som de har med sig.

Under samma övning kommer vi att kunna få med fyra teman

*Tema 1: Visa att du tycker om ditt barn*

- Genom att barnen själva får välja vilken sak de vill ha med sig till skolan och prata om, så visar vi vårt intresse för barnen, och vår nyfikenhet på just dem.

*Tema 2: Följ barnets initiativ*

- Barnen ska ta med sig en sak som de tycker/tyckte om. Här är alltså vi öppna för barnets förslag, de har helt fritt att själva välja vad för sak det ska vara. Vi ska prata om deras sak som betyder något för dem, och följa deras initiativ genom att vänta in barnets svar och berättelse.

*Tema 3: Intim dialog*

- Även här skapar vi en dialog med barnen, då vi troligen kommer att ställa frågor om deras sak som de har med sig, och samtidigt så visar vi uppmärksamhet, då vi verkligen lyssnar på vad barnen har att säga om sin sak.

*Tema 4: Ge erkännande*

- Vi kommer även att ge beröm och bekräfta barnet när de pratar men även när det har pratat klart om sin sak.
- Detta kommer att ta runt 45 min

**\* Leka leken "Vem har försvunnit"**

Medan vi leker denna lek så ska vi ha musik till, och detta är något som barnen får välja. Eftersom vi inte vet vad för musiksmak de har, så ska vi fråga det i deras loggbok redan dag 1 så vi hinner få fram musiken i tid.

*Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Här kommer vi att leka en lek som kallas för "Vem har försvunnit?" Där det går ut på att vi ska gömma ett barn under en filt, och se om de andra barnen kan lista ut vem det är som har försvunnit. Vi kommer alltså att fokusera tillsammans med barnen på vem det är som har försvunnit.
- Detta kommer att ta runt 25 min

På slutet kommer vi att låta barnen skriva i sin loggbok, som de själva har gjort, och där ska de svara på frågor som vi ska skriva upp på tavlan. Detta kommer att ta ca 10 min.  
(Frågor se sida 5)

#### **Dag 4:**

##### **\*Flörtleken**

Här ska ett av barnen, gå utanför klassrummet en stund, under tiden ska de andra barnen välja en person i ringen som ska flörta med dem andra. Sedan ska personen som väntade utanför komma in igen och ställa sig i mitten av ringen och försöka lista ut vem som flörtar med dem andra i ringen. När den utvalda flörtaren, får ögonkontakt med någon klasskamrat i ringen, ska den personen sätta sig ned, de ska försöka att flörta med varandra, när personen i mitten inte ser vad dem gör. Denna övning handlar om att samarbeta och våga ha ögonkontakt med de andra i klassen.

Under denna övning kommer vi att kunna få med tema

##### *Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Här har barnen som gemensamt mål att se till så att den som flörtar klarar sig så länge som möjligt utan att bli upptäckt.

##### **\* Genomgång av de 8 temana**

- Här kommer vi att prata om de 8 temana som vi har använt oss utav under de andra 3 tillfällena som vi har träffat klassen. Vi ska försöka göra temana lätta att förstå, och sen dela ut papper med lite frågor på inom de 8 temana, som också ska vara lätta att förstå.

Under denna övning kommer vi att kunna få med tema

##### *Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Barnen fokuserar på att lyssna på det vi har att berätta.

##### *Tema 7: Utvidga och förklara*

- Vi redovisar våra metoder inom ICDP som vi använt oss av under våra vägledningstillfällen med dem.

##### **\*Tunnelboll**

Här ska klassen bli indelad i två lag och varje lag ska stå på ett led. Denna övning går på tid, där de har ett gemensamt mål att nå en snabbare tid och samarbeta. När de har ställt upp sig på varsitt led, ska de sätta sig på benen, första personen i ledet ska rulla en boll mellan alla personers ben och den som är sista i ledet ska ta emot bollen och ställa sig först och göra om övningen igen. När de har roterat ett helt varv, är de klara och vi stannar tiden.

Under samma övning kommer vi kunna få med teman

*Tema 5: Gemensam uppmärksamhet*

- Barnen har som gemensamt mål att förbättra deras tid genom att få ett bättre samarbete.
- Sen får barnen skriva i sin loggbok igen, under 10 min
- Sen blir det fika med barnen och Tina som ett tack för att vi har fått varit där. I ca 20 min

### Övrigt:

De flesta temana kommer upp under alla övningar som vi har. Men det är speciellt *tema 8a: Planläggning steg för steg*, eftersom att vi planlägger de 4 tillfällena, och kommer även att planlägga de lite snabbt med barnen, så de vet på ett ungefär vad vi ska göra under våra 4 tillfällen tillsammans. *Tema 8b: Graderat stöd*, har vi fått in igenom att vi försöka anpassa oss efter barnen och deras förmågor, men skulle troligen även använda detta tema om något barn under de 4 tillfällena skulle behöva extra stöd ifrån oss. *Tema 6: Ge mening* är något som vi kommer arbeta med under alla tillfällen som vi ses, eftersom vi kommer att ge och tar emot hela tiden, och skapar på så sätt en mening tillsammans.

Om det finns tid över så har vi någon reserv planer som vi kan göra, det första är något som kallas för en lyhördhetsövning, som går ut på att ha en rockring som man ska föra runt i en ring. Här får vi med *Tema 5: gemensam uppmärksamhet* eftersom att barnen gör en övning tillsammans, och fokuserar på så sätt just på den övningen och på att få rockringen så fort som möjligt i ringen.

En annan reserv plan på övning är något som kallas för känslansikten, där vi ska visa bilder på känslor, och barnen ska lista ut vad det är för uttryck, detta är för att barnen ska veta längre fram hur man ser ut när man är t.ex. besviken, och hur man ska reagera vid sådana situationer.

## Frågor till Tankeboken:

### Dag 1:

- Vad tyckte du om dagen?
- Tyckte du att någonting var svårt att förstå?
- Vad tycker du om för musik?
- Övrigt

### Dag 2:

- Vad tyckte du om dagen?
- Tyckte du att någonting var svårt att förstå?
- Vågar du visa dina känslor för andra?
- Övrigt

**Dag 3:**

- Vad tyckte du om dagen?
- Tyckte du att någonting var svårt att förstå?
- Vad är det viktigaste som finns för dig?
- Övrigt

**Dag 4:**

- Vad tyckte du om dagen?
- Tyckte du att någonting var svårt att förstå?
- Vad har du lärt dig utav de här gångerna som vi har setts?
- Övrigt

**Litteratur:**

- *Vägledande samspel i praktiken*, Karsten Hundeide (2009)
- *Vägledande samspel för föräldrar*, Paul Bergman och Karin Eidenhammar (2007)
- *Lek-boken tips och idéer* (1988) DeTryck AB, Lund