

Hitta matlusten

En föräldragrupp om att äta för lite,
äta för ensidigt, äta för mycket

Tillfälle 2: Beteende i matsituationen

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Dagens agenda

1. Frågor från förra gången
2. Vilka mål har ni valt?
3. Vilka mönster har ni sett?



Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Vad är matsvårigheter?

Barnets matintag påverkar näringsintag, tillväxt, hälsa och utveckling

ELLER

Barnet visar stora problembeteenden i samband med mat, ätande och måltid



Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Svårigheterna kan grunda sig i

- Svårt att tolka sinnesintryck
- Fastnar i beteenden och tankemönster
- Inte gillar nya saker och förändringar
- Stort fokus på detaljer
- Jobbigt med sociala situationer



Habilitering & Hälsa

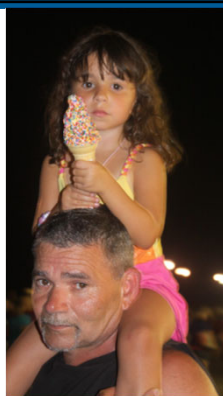
2019-09-12



Vad kan man göra?

Omgivningen påverkar matbeteendet och kan ta ansvar för att försöka förändra.

Hur gör barnet och varför?
Hur svarar den vuxne och varför?



Habilitering & Hälsa

2019-09-12



Beteendeanalys

- S = Situation (Stimulus)
- R = Respons (Beteende)
- K = Konsekvens



Habilitering & Hälsa

2019-09-12



Lukas sitter vid matbordet tillsammans med resten av familjen. Pappa lägger en portion broccoli på hans tallrik. Lukas kastar tallriken i golvet. Pappa säger: "Så får man inte göra" och ser arg ut. Han städar upp och ställer fram en ny tallrik, denna gång utan broccoli.

Beteendeanalys

Lukas får broccoli på tallriken



Kastar tallriken på golvet




Pappa skäller, städar och ger ny tallrik utan broccoli

Leila sitter vid matbordet och ska äta yoghurt. Mormor ger Leila en gul sked ur lådan. Leila säger: "Nej, vill ha blå!". Mormor säger: "Nej, men den här går ju lika bra." Leila skriker och biter sig i handen. Mormor tar fram en blå sked.

Beteendeanalys

Leila ska äta yoghurt vid bordet → Leila säger "Nej, blå" → Mormor säger: "Det går bra med den här" Leila får ingen sked


Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Beteendeanalys


Leila ska äta yoghurt vid bordet och vill ha en blå sked. Mormor säger "Det går bra med den här skeden" → Leila skriker och biter sig i handen → Mormor tar fram en blå sked till Leila

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Felicia sitter vid matbordet med en portion pasta. Det är inte makaroner som det brukar vara utan spaghetti! Felicia äter inte. Mamma säger: Nu får du faktiskt smaka på maten i alla fall! Felicia vägrar. Mamma kokar makaroner.


Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Beteendeanalys


Felicia sitter vid bordet med en tallrik spaghetti. Mamma säger: Ät nu! → Felicia vägrar → Mamma kokar makaroner.

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



- Mänskligt beteende måste förstås i sitt sammanhang (kontext)
- Beteenden (R) utlöses av specifika situationer (S)
- Beteenden utförs för att uppnå vissa konsekvenser (K)
- Konsekvensen av ett beteende påverkar om vi använder det igen

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12




Beteendeanalys

S = Situation (Stimulus)
R = Respons (Beteende)
K = Konsekvens

S → R → K

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Exempel


Går in i ett mörkt rum → Trycker på ljusknapp → Ljuset tänds

Kalle och Lotta börjar bråka → Båda går därifrån → Slipper närvaro av den andre

Mamma erbjuder Stina kyckling → Stina biter sig → Mamma tar bort kycklingen

I affären vid godishyllan → Skriker och kastar sig på golvet → Får godis


Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Situationsfaktorer

- Avgör när ett visst beteende är relevant
- Skapar ett intresse av att uppnå en viss konsekvens

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Olika typer av konsekvenser

- Förstärkning (K⁺) – ökar beteendet
 - Positiv (tillför något uppskattat ex pengar, godis, uppmärksamhet)
 - Negativ (slippa obehag)
- Försvagning (K⁻) – minskar beteendet
 - Positiv (ett obehag tillkommer medvetet eller omedvetet)
 - Negativ (tar bort något uppskattat)

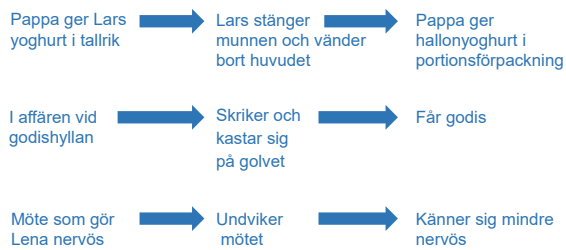
Habilitering & Hälsa | 2019-09-12



Förstärkning

- Allt som ökar sannolikheten för att ett beteendet upprepas
- Måste vara betydelsefull för personen för att fungera
- Måste inträffa direkt efter det önskade beteendet
- Måste ske lagom ofta

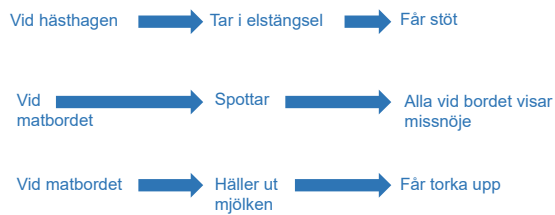
Exempel förstärkning



Försvagning

- Alla konsekvenser som gör att ett beteende minskar
- Fungerar bäst om försvagaren kommer varje gång ett beteende utförs

Exempel försvagning



Utsläckning

- Måste ske flera gånger och vara konsekvent
- Leder till att beteendet ökar initialt
- Resultat på längre sikt
- Beteendet prövas igen

Vad är effektivast?

- Positiv förstärkning fungerar bäst!
- Negativ förstärkning fungerar också bra
- Utsläckning - en nödvändighet
- Det finns flera nackdelar med försvagningstekniker
 - beteendet försvinner endast tillfälligt
 - skapar ögontjänare
 - kan skapa konflikter

Beteendeöverskott

- Slåss
- Sparkar
- Biter sig själv
- Spottar mat
- Kastar sig på golvet
- Snurrar
- Viftar med händerna
- Äter för mycket



Habilitering & Hälsa | 2019-09-12

OSTERÖTTAN-REGIONEN

Beteendeunderskott

- Pratar för lite
- Smakar inte på ny mat
- Sitter inte stilla
- Svarar inte på frågor
- Äter inte med bestick
- Brist på ögonkontakt
- Äter för lite



Habilitering & Hälsa | 2019-09-12

OSTERÖTTAN-REGIONEN

Koppla ihop hemuppgiften från förra veckan och det du fyllt i på blanketten "Mat och ätmönster".

Ska något förändras i problemområde och mål?

Habilitering & Hälsa | 2019-09-12

OSTERÖTTAN-REGIONEN
