

Lågaffektivt bemötande

- ett förhållningssätt vid problemskapande beteende och situationer

Tänk på...

- alla gör det som är mest begripligt för dem i alla situationer
- det finns tre steg att följa: hantera, utvärdera, förändra
- känslor smittar
- ögonkontakt kan utmana



I ett nötskal

- Håll din egen känslointensitet låg och var lugn för att undvika att tillföra mer stress till situationen.
- Försök att få ner affektnivån hos eleven så att situationen snabbast möjligt går över.
- Avled, backa, ge utrymme, undvik beröring och behåll ditt lugn.
- Utvärdera och analysera varför det händer – t.ex. var uppgiften för svår? Var det ljudnivån? Placeringen i klassrummet? Vad kunde jag som lärare ha gjort annorlunda?
- Gör förändringar för att undvika att det händer igen.
- Kom ihåg att ta hand om dig själv och dina egna resurser. Be om hjälp vid behov!

"Barn som kan uppföra sig, gör det"

"Hantera, utvärdera, förändra"

Vill du fördjupa dig?

www.hejlskov.se
www.livesinthebalance.org