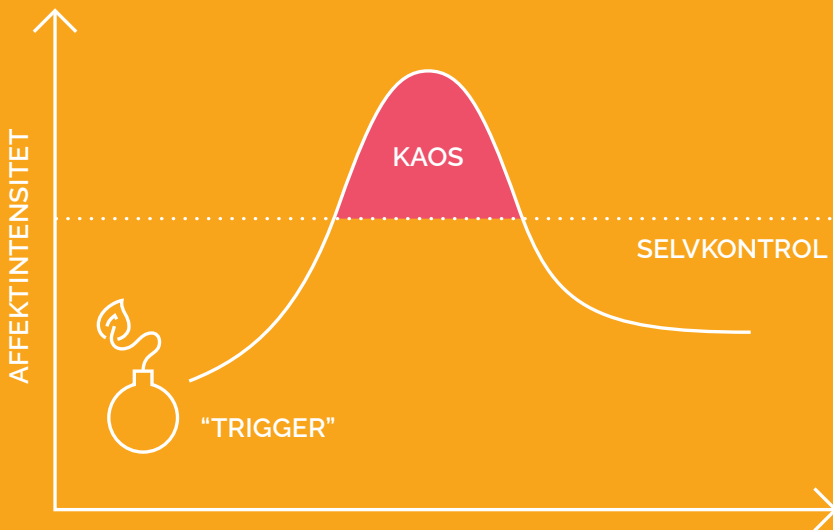


Affektudbrudsmodellen



Affektudbrudsmodellen

Kortet handler om, hvordan mennesker reagerer, når de kommer i affekt og mister selvkontrollen, og hvordan I kan forholde jer til det. Affekt betyder en intens følelse eller sindsstemning, der kan føre til uforståelige handlinger.

Udgangspunktet for denne model er, at alle mennesker gør deres bedste for at handle fornuftigt og bevare deres selvkontrol. Hvis en borger bliver vred, bange, glad eller på anden måde oplever affekt, kan vedkommende miste selvkontrollen.

Selvom det kan virke pludseligt, at borgeren går i kaos-tilstand og mister selvkontrollen, viser kurven på modellen, at kaos først opstår hos et menneske, når der er en eller flere hændelser, der har øget affekten. Det er vigtigt, at I kan aflæse tegnene på, at affekten stiger hos borgeren.

Det kan I gøre ved at overveje:

- Hvad trigger borgerens affekt?
- Hvad virker beroligende?
- Hvilke tegn viser borgeren på, at selvkontrollen genvindes?

På den måde ved I, hvilke faglige handlinger borgeren skal mødes med, så han/hun kan være i selvkontrol. Når borgeren er i selvkontrol, har I mulighed for at skabe trivsel.

Hvis en person har en demenssygdom, smerter eller andre tilstande, skal der ikke så mange hændelser til, før borgeren mister selvkontrollen.

Det er vigtigt at have fokus på de strategier, som borgeren har, for at bevare sin selvkontrol. Det kan fx være at gå væk, sige fra, ændre sit toneleje, vise følelser som vrede eller blive meget stille. Det er vigtigt ikke at afbryde borgeren i sin strategi, for så kan I komme til at optrappe konflikten.

Det er også vigtigt at vide, hvad du kan gøre, når du står overfor et menneske i affekt. I kaos-tilstanden kan personen nemlig ikke samarbejde, kommunikere, handle fornuftigt eller forstå en forklaring. Her kan I give tid og nedsætte krav og forventninger, for at hjælpe personen med selv at genvinde selvkontrollen.

Når affekten er faldet, og borgeren er i selvkontrol igen, er det muligt at samarbejde.

Kilde: Elvén, Bo Hejlskov, Agger, Charlotte og Ljungmann, Iben (2015): Adfærdsproblemer i ældreplejen.

