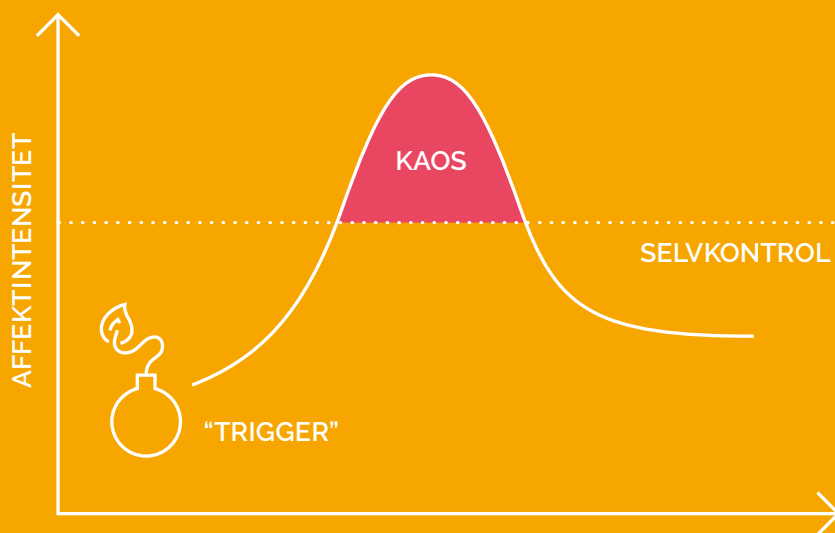


Affektudbrudsmodellen



SUNDHEDSSTYRELSEN

Videnscenter for værdig ældrepleje



Affektudbrudsmodellen

Kortet handler om, hvordan mennesker reagerer, når de mister kontrol og kommer i affekt, og hvordan I kan forholde jer til det. Affekt betyder 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 er i affekt, kan vedkommende miste selvkontrollen.

Selvom det kan virke pludseligt, at borgeren går i 'kaos' og mister selvkontrollen, viser kurven på modellen, at før kaos opstår hos et menneske, er der en hændelse, som 'trigget' en heftig reaktion og får affekten til at stige.

Det er vigtigt, at I kan aflæse tegnene på, at affekten stiger hos borgeren. Det kan I gøre ved at reflektere over:

- Hvad 'trigget'?
- 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 og bevare sin værdighed.

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

Det er også vigtigt at vide, hvad du kan gøre, når du står over for et menneske i affekt. 'I kaos' kan vi nemlig ikke samarbejde, kommunikere, handle fornuftigt eller forstå en forklaring. En god strategi vil være at give tid og nedsætte krav og forventninger, så du hjælper personen med selv at genvinde kontrollen.

Når affekten er faldet ned til et tåleligt niveau for borgeren, er det igen muligt at samarbejde.

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

