

Sheridan Forster

HYP Modell för uppmärksam samvaro

Daglig uppmärksam samvaro för personer som är i risk att bli ensamma.



Handledning

för samspelspartners till personer som behöver mycket stöd.

**HYP**

Hoppa till uppmärksam samvaro!

Innehåll

Vad är HYP?.....	3
Varför behövs HYP?.....	3
Vad är HYP attityd?.....	4
Vilka färdigheter behöver du?.....	5
Vad är HYP-modellen?.....	5
Idéer för samspel.....	6
Att göra anteckningar.....	7
Att göra sammanfattning av anteckningar.....	8
Bedömning av hur HYP-modellen har utförts...	9
Att fördjupa HYP-modellen.....	9
Hur fortsätter ni?.....	10
Läsning.....	10

URSPRUNGLIG PUBLIKATION

Sheridan Forster: HOP - Hanging Out Program. Interaction for People at Risk of Isolation (2008)
<http://cddh.monash.org/assets/documents/hop-a4iso-1.pdf>

SUOMENNOS

Kaisa Martikainen, Kehitysvammaliitto ry, Tietotekniikka- ja kommunikaatiokeskus Tikoteekki (2014)

ÖVERSÄTTNING FRÅN FINSKA TILL SVENSKA

Marika Öfverström

Vad är HYP?

Ibland blir personer med inlärnings-, förståelse- och kommunikationssvårigheter utan samspel. Deras samspelsbehov och –sätt är så personliga och svårtolkade att de närmaste inte alltid förstår dem. HYP är en enkel modell med vars hjälp man kan försäkra sig om att ingen blir utan samspel. HYP är en förkortning av de finska orden Huomioivaa Yhdessäoloa Päivittäin (ung. Daglig uppmärksam samvaro) och innefattar både attityd och ett sätt att vara tillsammans med människor. HYP är lätt att ta i bruk och förverkliga. Utvärdering av samspel och inlärd saker är inbyggda i modellen.

HYP-modellen är utvecklad av australienaren Sheridan Forster då han arbetade på First Base-enheten i St Albans på Yoorra. First Base på Yoorra är vuxna utvecklingsstörda personers dagverksamhetsenhet. Sheridan är en talterapeut och forskare som är särskilt intresserad av arbetstagarnas och gravt utvecklingsstörda vuxnas samspel.

HYP är en förkortning av de finska orden Huomioivaa Yhdessäoloa Päivittäin (ung. daglig uppmärksam samvaro) och innefattar både attityd och ett sätt att vara tillsammans med människor.

Det är enkelt att förverkliga HYP-modellen: Var 10 minuter tillsammans med en person som behöver stöd i samspelet så att du är 100 % uppmärksam på denna person. Samspelet har inte andra mål än ett trevligt umgänge.

Även HYP-attityden är enkel. Varje människa behöver få samspela med andra.

I denna handledning finns det samlat bakgrundsfakta om den enkla men effektiva HYP-modellen och hur den genomförs.

Det finns inget strikt manuskript till HYP-modellen. Det väsentliga är att följa modellens bakgrundstankar. HYP kan anpassas till den egna gemenskapens behov, så att stunder av uppmärksam samvaro blir lagom och fungerande just för den egna gemenskapen.

- **HYP är en modell för uppmärksam samvaro.**
- **HYP är ett sätt att vara tillsammans och ett sätt att tänka.**

Varför behövs HYP?

Till en början användes HYP på dagverksamheter för vuxna personer med utvecklingsstörning. Enhetens brukare var olika gällande kunskaper och behov. Vissa kommunicerade med talapparater och var bra på att starta samtal. Några kunde t.ex. inte uttrycka sig med tal, bilder eller tecken utan använde sig av miner, kroppsspråk, naturliga signaler och ljud. De här personerna drog sig ibland tillbaka i sina egna världar och somnade, för att de hade svårt att förstå saker som hände runt omkring dem. De var i risk att bli ensamma.

Vi började fundera på hur vi skulle få dessa personers dagar att bli så meningsfulla som möjligt. Personalen på dagverksamhetsenheten hade dock endast lite tid till utbildning eller att planera det egna arbetet. Vi behövde alltså hitta på ett sätt som personalen hade lätt att lära sig och ta i bruk.

Vi kom fram till HYP-modellen. Med hjälp av den försäkrar vi oss om att inte en endaste människa glöms bort och att ingen tillbringar sin dag utan samspel med en annan människa.

Det finns ganska lite forskningsmaterial om personer som behöver mycket stöd i samspelet. Vi vet ändå att under t.ex. skol- eller dagsverksamhetsdagen så är man i samspel med dem endast några minuter. I detta ingår, i förbifarten framställda, några sekunder långa hälsningar och beröringar.

Ibland är samspelsstunder inte alls samspelade. Samspelspartnern kan till exempel hälsa på en dövblind person från några meters håll. Med andra ord hälsar partnern på ett sådant sätt som den andra inte kan förstå. Andra personer kanske behöver tid för att behandla information och reagerar med dröjsmål på saker. Vid det skedet då personen svarar på meddelandet har samtalspartnern redan avlägsnat sig. Detta är inte samspel.

Vad vill vi ändra på:

En del människor blir utan samspel, för att

- de inte kan initiera samspel.
- de inte kan upprätthålla samspel.
- andra har svårt att förstå deras individuella sätt att kommunicera.

Vad är HYP-attityd?

HYP-attityden

- Alla människor behöver få samspel
- Alla människor vill vara i kontakt med andra människor. Vissa personer har dock svårt att få kontakt med andra.
- Förmågan att vara andra nära och förmågan att kunna njuta av samvaro hör till kommunikationens grundfärdigheter. Man har rätt att få stöd för att lära sig dessa färdigheter.
- Samspelspartners till person som behöver stöd bör behärska färdigheter att skapa kontakt och spela
- Kontakten och samspelet bör vara meningsfullt och glädjande för båda parterna.
- Samspelspartnern måste också anpassa sitt sätt att kommunicera så att personen som behöver stöd, förstår meddelandets betydelse.
- Samspel med en person som behöver stöd angår alla och är allas uppgift. I en arbetsgemenskap gäller det här både arbetstagarna och ledarna.

Vilka färdigheter behöver du?

Som samspelepartner till en person som behöver stöd

- kan du kasta dig in i samspelet.
- vill du umgås och vara tillsammans med personen.
- kan du observera hurdan samvaro som är meningsfull för personen.
- kan du släppa sådana samspelssätt som inte fungerar och prova på nya saker.
- kan du fundera på samspelssituationer och på betydelsen av ditt eget samspelssätt samt anteckna dina observationer.

Vad är HYP-modellen?

HYP-modellen är mycket enkel. Ställ andra saker åt sidan för 10 minuter och var i stället tillsammans med en person som behöver stöd. Ge under dessa 10 minuter 100%ig uppmärksamhet åt personen.

Du får avgöra vad ni gör tillsammans. Det väsentliga är att du bara koncentrerar dig på personen.

Ibland kan det bästa sättet att påbörja HYP vara att gå och sitta bredvid henne, se på vad hon ser på, lyssna på vad hon lyssnar på och känna efter vad hon känner.

Var 10 minuter tillsammans med henne och koncentrera dig 100% på henne. Samspelet har inga andra mål än en trevlig samvaro.

Prova på olika saker med henne och se hur hon svarar. Svarar hon snabbt, långsamt, nekande, jakande, intresserat eller drar hon sig undan.

Ibland svarar människor bäst på sådant som de själva gör. Observera, vad hon gör, om du ljudar eller rör dig på samma sätt som hon.

Observera hurdant samspel ni har. Är det långsamt, snabbt, ljudligt, mjukt, enkelt, uppreparande...?

Och framförallt, observera om samspelet är meningsfullt för henne.

Anteckna vad som händer under dessa 10 minuter

Samspelsidéer

- Titta på rörliga föremål i miljön.
- Var ansikte mot ansikte.
- Kläm varandras händer.
- Samtala genom att turvis nysa.
- Kittlas.
- Vifta med händerna.
- Vifta med fingrarna och lek fingerlekar.
- Utveckla en gemensam lek och förbered lekens höjdpunkt genom att pausa före den.
- Sträck er efter föremål.
- Lek klapp- och sparklekar.
- Imitera varandras miner.
- Blinka till varandra.
- Gör "highfive" och "lowfive" med händerna.
- Lek "var är tummen"
- Lek med ljud.
- Blås på varandras händer, kinder...
- Försök nå en godbit med tungan.
- Viska.
- Gör en turtagningslek av det ni håller på att göra.

Under samspelsstunderna ska stämningen vara **respektfull gentemot personen**. Stämningen under samspelet får inte vara negativ, hotfull eller kontrollerande

Vissa oroar sig för att då man imiterar en person som behöver stöd i samspelet, att personen skulle uppleva att vi då nedvärderar henne. Man kan ändå imitera personen på ett respektfullt sätt. När du imiterar personen deltar du i det, vad hon håller på med. På detta sätt delar ni upplevelsen tillsammans. När du gör samma som hon, vet du, att hon också kan imitera dig. Med andra ord kan hon i sin tur svara dig.

Kom ihåg att noggrant observera personens reaktioner. **Avsluta** genast det ni håller på med om du märker att hon inte tycker om det. Sluta ändå inte samspelet, utan hitta på ett annat sätt att umgås.

När du funnit en bra samspelslek, undersök vad som händer ifall du avslutar din egen verksamhet för en stund. Kan hon på något sätt ana eller förutse vad du tänker göra sedan? Visar hon på något sätt att hon märkt att leken fortsätter på ett annat sätt än förut?

Kom ihåg, att DU är det bästa möjliga stimulansmaterialet för henne. Inga sinnesmaterial, leksaker eller kontakter kan ersätta dig. Du är som stimulansmaterial det mest flexibla, anpassningsbara, reagerande och intressanta.

Att gör anteckningar

Reservera 2-3 minuter tid efter HYP-stunden och anteckna det som hänt. Håll anteckningsstället lätt och enkelt. Skriv ned de tankar som är viktigast och mest betydelsefulla.

Att läsa dina anteckningar på förhand hjälper dig att komma in i rätt samspelestämning när ni nästa gång är tillsammans. Också hennes andra samspelepartners har nytta av dina anteckningar. Med hjälp av anteckningarna kan du samla de framsteg som skett under HYP-perioden och du kan också berätta om personens färdigheter t.ex. på gemensamma möten mellan skolan och föräldrarna, rehabiliteringsmöten o.s.v.

Exempel på ifyllda HYP-uppföljningsblanketter



UPPFÖLJNINGSBANKETT

Namn: *Anita*

Ifyllarens namn: *Pirkko*

Datum: *12.3.2013*

Tid: *13.30*

Plats: *lobbyn*

Vad hände?

Vi talade om dagverksamheten. Jag sade högt olika namn. Jag tittade på Anita och väntade på svar.

Vad gick bra?

Jag höll henne i handen. Först var hon tyst, sedan började hon klämma på min tumme, le och ta ögonkontakt. Jee!

Vad gick inte bra?

Jag koncentrerade mig emellanåt på en annan människa när vi höll varandra i hand. Hon tittade bort och slutade klämma min tumme.

Vad provar jag på nästa gång?

Jag koncentrerar mig på en sak i taget. Talar långsammare.



Uppföljningsblanketten ifylls efter varje HYP-stund.

UPPFÖLJNINGSBANKETT

Namn: *Anita*

Ifyllarens namn: *Kati*

Datum: *17.3.2013*

Tid: *10.40*

Plats: *terapirummet*

Vad hände?

Anita försökte blåsa såpbubblor. Jag blåste bubblor ovanför Anita.

Vad gick bra?

Stora bubblor som sakta svävade uppåt.

Vad gick inte bra?

Små bubblor.

Vad provar jag på nästa gång?

Jag säger med en skojig röst "poks" varje gång bubblan träffar Anita och går sönder.

Uppföljningsblanketten fylls i efter varje HYP-stund.

HYP UPPFÖLJNINGSBANKETT

Namn: *Anita*
Ifyllarens namn: *Jussi*
Datum: *6.4.2013*
Tid: *14.00*
Plats: *Anitas rum*

Vad hände?
Anita var till en början sömnig. Vi höll varandra hårt i handen. Jag klappade också rytmiskt hennes händer.

Vad gick bra?
Hon blev så småningom piggare och såg glad ut då jag klappade hennes händer och kinder.

Vad gick inte bra?
Ögonkontakt, att locka med ord.

Vad provar jag på nästa gång?
Så mycket känslostimuli som möjligt. Anita behöver en annan människas beröring (förstås för henne lagom och respektfullt).

Uppföljningsblanketten fylls i efter varje HYP-stund.



HYP SAMMANFATTNINGSBANKETT

Namn: *Anita*
Ifyllarens namn: *Jussi*
HYP-periodens början: *1.3.2013*
HYP-periodens avslutning: *15.4.2013*

Vad gick bra?
Massage av händer och fötter, olika smaker, att vara ansikte mot ansikte så att ansiktena nästan rör vid varandra.

Hurdana meddelanden upptäckte vi att hon gör:
Leende, att suga, skratt, olika ljud, fokusera blicken.

Vad gick inte bra:
Om man är bakom henne, somnar hon. Komplicerade ramsor.

Vad lärde vi oss:
Anita behöver aktiv uppmärksamhet: Hon är intresserad, när man rör henne eller om man går väldigt nära henne: Det lönar sig att fortsätta försöka trots att det ser ut som om hon tar en tupplur. Om man lämnar henne ensam somnar hon. Om man föreslår samspel på nytt kan hon komma med.

Sammanfattningsblanketten fylls i efter varje HYP-period.



Att göra en sammanfattning av anteckningarna

Det är inte meningen att de ifyllda HYP-blanketterna ska bli liggande i skrivbordslådan. Det är viktigt att någon läser blanketterna med några veckors mellanrum och gör en sammanfattning av dem. I sammanfattningen kan man skriva vad som lyckats och vad som inte har det samt hurdana saker man provat på.

Bedömningsblanketten hjälper dig t.ex. att planera arbetsfördelning och att i samspelesituationer göra saker som är intressanta för personen som behöver stöd.

◀ Exempel på ifylld sammanfattningsblankett.

Utvärdering av HYP-modellen

Det är också viktigt att regelbundet utvärdera hur HYP-modellen förverkligats och hur de överenskomna handlingarna följts. Exempelvis lönar det sig för arbetstagarna i en arbetsgemenskap att fundera på om HYP är en passande handlingsmodell för dem. Vidare lönar det sig att fundera på vilka tider som är mest lämpade för HYP-stunder. Är det t.ex. eftermiddag som passar bäst för en HYP-stund? Har en viss person nytta av en daglig HYP-stund eller räcker det med en gång i veckan?

Utvärderingen bör också göras utgående från de personer som utför den. Hur känns HYP för dig? Hur känns HYP-stunderna med särskilda personer? Känns HYP stelt – behövs det nya idéer? De som förverkligar stunderna kan diskutera och fundera tillsammans vad de tycker om följande

- **Beröring i samspel – *behovet av beröring vs. var går gränsen***
- **barnsånger i samspel – *motivation vs. ålder***
- **lekar i samspel – *motivation vs. ålder***
- **föremål och bilder i samspel – *personen leder samspelet vs. föremålet leder samspelet***
- **personkemi – *hon gillar på vilket sätt partnern är i samspel vs. hon gillar just denna partner***
- **samspel med en sådan partner som har tendens att skada sig själv eller sin partner – *känslor, gränser***
- **vad om det inte finns tid för HYP-stunder – *10 minuter koncentrerat vs. några minuter då och då***
- **vad om HYP-stunderna förverkligas, men det inte görs anteckningar – *framsteg samlas ihop och informationen finns tillgänglig för alla vs. HYP-situationerna finns bara i minnet***
- **hur uppmärksamma och svara på meddelanden av personer i behov av stöd, när HYP-stunden är ofullbordad – *klara, gemensamt överenskomna handlingssätt***

Det går att anpassa HYP-modellen efter gemenskapens behov och situation, så länge man ser till att följa HYP-attityden: Varje människa behöver få samspel. I stunder av samvaro får hon 100% uppmärksamhet av sin partner.

Fördjupning av HYP-modellen

För vissa personer är HYP naturligt. Samspelsstunderna med personer som behöver stöd lyckas instinktivt och lätt – de är som fiskar i vattnet. Andra personer kan ha svårt att veta hurdana saker man kunde göra under HYP-stunderna.

Genom att observera samspelet mellan ett spädbarn och en förälder kan man få idéer om vad man kan prova på i samspelssituationer. Detta betyder inte att man skulle se på personer som behöver stöd i samspelet som spädbarn. Däremot är meningen att man ska märka att det går att lära sig och hitta bra handlingssätt i ett barns och en förälders samspel. Att tillägna sig och utnyttja dessa handlings-sätt hjälper oss också då vi är i samspel med personer som kommunicerar på en tidig nivå. Det har publicerats många böcker och videon om det tidiga samspelet och hur det utvecklas, som man kan bekanta sig med.

Många av de HYP-färdigheter man instinktivt har kan man också förädla genom att bekanta sig med andra modeller som stärker samspelet, som t.ex. bemyndigande samspel (se Litteratur). Medvetenhet om lyckade samspelsätt kan man öka med hjälp av videobaserade arbetsmetoder, som OIVA (på finska) (se Litteratur). Om de tidigare nämnda sakerna kan fråga mera av t.ex. en talterapeut, psykolog eller ergoterapeut.

Hur fortsätter ni?

HYP erbjuder ett tankesätt och verksamhetsmodell. HYP ger inte färdiga svar till innehåll eller tidtabeller. **Personer i gemenskapen bör tillsammans fundera och komma överens om:**

- vem i gemenskapen har nytta av HYP?
- vem förverkligar HYP-stunder med dem?
- när förverkligar man bra HYP-stunder?
- hur försäkras man sig om att HYP-stunder inte störs eller blir avbrutna?
- vem sammanfattar saker nedskrivna på HYP-blanketten?
- i hurdana intervaller utvärderas hur HYP förverkligats.

Litteratur

Läsning på svenska:

Samspel: Guide om växelverkan och tidig språkutveckling. www.papunet.net/information/material/broschyrer

www.papunet.net/svenska/information/samspel-och-kommunikation

Läsning på finska:

Nind & Hewett (2011). *Voimauttava vuorovaikutus. Opas toimintatavan käyttöön.* Suom. Jaana Salmi-nen. Kehitysvammaliitto ry.

Kohdaten. Opas vuorovaikutukseen muistisairaana ihmisen kanssa. Tikoteekin opassarja.

www.papunet.net/materiaalia/oppaat

Vuorotellen. Opas vuorovaikutukseen ja kielen kehityksen alkuvaiheisiin. Tikoteekin opassarja. www.papunet.net/materiaalia/oppaat

www.papunet.net/tietoa/vuorovaikutus

www.papunet.net/tietoa/aistit-ja-vuorovaikutus

www.papunet.net/tikoteekki/oiva

Läsning på engelska:

<http://cddh.monash.org/assets/documents/hop-a4iso-1.pdf>

<http://www.intensiveinteraction.co.uk/>



UPPFÖLJNINGSBLANKETT

Namn:

Ifyllarens namn:

Datum:

Tid:

Plats:

Vad hände?

Vad gick bra?

Vad gick inte bra?

Vad provar jag på nästa gång?





SAMMANFATTNINGSBANKETT

Namn:

Ifyllarens namn:

HYP-periodens början:

HYP-periodens avslutning:

Vad gick bra?

Hurdana meddelanden upptäckte vi att hon gör:

Vad gick inte bra:

Vad lärde vi oss:

Sammanfattningsblanketten ifylls efter varje HYP-period.

