

ALP – verktyget, version 3.0

Avgöra fas i Lärande Processen

ALP-verktyget, version 3.0 – är den universella versionen av ALP, version 2.0 för elrullstol. Övergripande rubriker i instrument och främjande strategier är samma, men de begrepp eller beskrivningar som rör elrullstol är omformulerade till universell text med samma betydelse.

ALP, 3.0, kan tillämpas med barn och vuxna som lär sig använda olika typer av verktyg – från *enkla* som sked eller gaffel till *komplexa* som kommunikationshjälpmedel eller smarta telefoner. Begreppet verktyg används i en vid bemärkelse och kan vara *fysiska* som en kroppsdel, ett handverktyg, en teknologi/maskin, eller *teoretiska* som en metod som Köra för att Lära eller ett instrument som ALP. Lärandeprocessen ser likadan ut för alla, ung eller gammal, med eller utan funktionsnedsättning. Det som skiljer är hur vägen genom processen ser ut, hur lång tid den tar, och hur långt man kan eller vill nå.

Den engelska originalversionen av ALP, version 3.0 (2017) översattes till svenska 2019 då det skulle testas i en studie av personer med flerfunktionsnedsättning som övade att köra slingstyrd AKKA-platta med en microomkopplare

Innehållsförteckning:

Sidan 1 ALP-verktyget, version 3.0

Sidan 2 Kortversion av ALP-instrumentet – enbart rubriker, samma för version 2.0 och 3.0

Sidan 3-5 Fullversion av ALP-instrumentet, version 3.0, 2019

Sidan 6-21 ALP – främjande strategier, version 3.0, 2019

Frågor om ALP-verktyget version 2.0 eller 3.0 skickas till:

e-post: lisbeth.nilsson@med.lu.se eller lisbethsweden@gmail.se

Mer information om Lisbeth Nilssons arbete med Köra för att Lära och ALP, finns på:

<https://www.lisbethnilsson.se>

<https://www.researchgate.net/profile/Lisbeth-Nilsson>

<https://se.linkedin.com/in/lisbeth-nilsson-1a274525>

<https://www.facebook.com/DrivingToLearn>

<https://twitter.com/LisbethMNilsson>

ALP-verktyget, version 2,0 utvecklades i samarbete mellan Lisbeth Nilsson, Dr med vet, arbetsterapeut, Sverige och Josephine Durkin, PhD, arbetsterapeut, England. Utvecklingen av ALP-verktyget publicerades i JRRD, 2014

Nilsson, L., & Durkin, J. (2014). Assessment of learning powered mobility use – applying Grounded Theory to occupational performance. Journal of Rehabilitation Research and Development, 51(6), 963-74.

Tidskriften JRRD är open access, och ALP-verktyget, version 2.0 med instrument och främjande strategier t finns som Appendix till artikeln på tidskriftens hemsida.

Länk till artikeln på JRRDs hemsida: <http://www.rehab.research.va.gov/jour/2014/516/JRRD-2013-11-0237.html>

FAS	Uppmärksamhet	Aktivitet & rörelse	Förståelse av verktygsanvändning	Uttryck & Känslor	Samspel & kommunikation	STADIE
8	Uppmärksamhet väl grundad och vidmakthållen	Verksamhet består av två eller flera aktiviteter	Integrerad verktygsanvändning	Beroende av vilka "andra" aktiviteter som utförs	Integrerat samspel på flera nivåer	ANVÄNDNING Utforskar Kropp, verktyg, omgivning & verksamhet
7	Uppmärksamheten kan fördelas på flera saker	En verksamhet för sin egen skull	Använder verktyget med precision o flyt	Glädje, lycka Tillfredsställelse	Konkurrerande samtidigt samspel	
6	Uppmärksamheten kan vara riktad mot mer än en sak men blir lätt avbruten	Aktivitet Målriktad	Kompetent verktygsanvändning	Allvarlig Nöjd Skrattar Ivrig	Konsekutivt samspel på ett plan i taget	
5	Uppmärksamhet i två kanaler Aktiv, koncentrerad	Sekvenser av kedjor av akter	Idén om kompetent användning föds	Ivrig, Ler Allvarlig Frustration	Dubbelriktat samspel Triadiskt samspel	HANTERING Utforskar Kropp, verktyg & omgivning
4	Uppmärksamhet i en kanal i taget men kan skifta spontant	Kedjor av akter	Utforskar utvidgad verktygshantering	Allvarlig Ler Skrattar ibland	Enkelriktat samspel	
3	Uppmärksamhet i en kanal men kan skifta kanal	Akt Riktad	Basal verktygsanvändning	Allvarlig Nöjd Ler	Kan inleda samspel	FUNKTIONER Utforskar Kropp, & verktyg
2	Uppmärksamhet i en kanal	Förstadie till akt	Idén om grundläggande användning föds	Nöjd Nyfiken Ängslig Arg	Kan ge gensvar på samspel	
1	Extremt lättstörd Passiv eller ängslig	Ivrig Ingen akt Avvisande	Ingen eller en mycket vag idé om användningen av verktyget	Öppen Neutral Ängslan	Inget eller mycket ringa gensvar på samspel Undvikande	

FAS	Uppmärksamhet	Aktivitet & Rörelse	Förståelse av verktygsanvändning	Uttryck & Känslor	Samspel & Kommunikation	STADIE
8 Expert	Uppmärksamhet väl grundad och vidmakthållen Avslappnad, aktiv, inte spänd	Verksamhet, består av två eller flera aktiviteter Utförandet smidigt, mjukt med precision, kräver mindre ansträngning.. Aktiviteten utförs oftast automatiskt. Verktygsanvändningen är en del i andra aktiviteter i många olika sammanhang och miljöer. Omedelbar planering och förståelse för en uppgift som väntar. Vet vad som ska göras utifrån erfarenhet och tillämpad insikt.	Integrerad verktygsanvändning Medvetandet är fokuserat på olika delar av verksamheten inte bara på verktyget. Utförandet av verktygsanvändningen i aktiviteten är mer eller mindre omedveten. Kan använda verktyget kontrollerat och precisionen är stabil. Gör medvetna överväganden av olika situationer och bedömer hur verktyget ska användas på bästa sätt. Tar hänsyn till andra under utförandet av verktygsanvändningen.	Beroende av vilka ”andra” aktiviteter som utförs.	Integrerat samspel på flera nivåer Kan samspela med verktyget, samspela med omgivningen och samspela med andra människor.	Utforskar utförande, användning Fokus – kropp, verktyg, omgivning & verksamhet
7 Skicklig	Uppmärksamheten kan fördelas på flera saker Allmänt fokuserad	En verksamhet för sin egen skull Förfinar sina graderade, välavvägda rörelser. Använder verktyget för det rena och skära nöjet att behärska det. Hanterar verktyget i det fysiska rummet, i den aktuella situationen.	Använder verktyget med precision o flyt Medveten om konsekvenser och klar över hur verktyget användas på ett kontrollerat sätt i en känd situation. Förfinar väl anpassad obehindrad användning av verktyget. Har flyt i användningen av verktyget. Tar hänsyn till sig själv under utförandet.	Glädje, lycka Tillfredsställelse	Konkurrerande samtidigt samspel Öppen för samspel på flera plan – visar beredskap för att samspela på mer än en nivå samtidigt. Är mindre lättstörd av andra händelser i situationen/omgivningen. Samspelar med verktyget på ett lekfullt sätt. Söker socialt samspel.	
6 Kompetent	Uppmärksamheten kan vara riktad mot mer än en sak men blir lätt avbruten Fokuserad på att använda verktyget målriktat	Aktivitet Kontrollerade men grova, ojämna, ryckiga rörelser. Kan använda verktyget som det är avsett, men gör det oftast utan motorisk precision. Gör misstag i sekvenseringen men kan oftast rätta till dem. Koncentrationen inriktad på utförandet av verktygsanvändningen. Tidvis så uppslukad av att hantera verktyget att omgivning och andra människor åsidosätts.	Kompetent användning av verktyget Målriktad men klumpig, grov, ojämn användning av verktyget. Medveten om behovet att göra de olika akterna i en viss ordning för att uppnå önskat resultat med verktyget. Ibland tillbakagång till att använda extremiteterna i stället för verktyget – tar med handen, knuffar med foten osv.	Allvarlig Nöjd Skrattar Ivrig	Konsekutivt samspel på ett plan i taget Samspel på ett plan uppträder det ena efter det andra: Samspelet med verktyget avbryts vid socialt samspel eller vid andra störande händelser.	

FAS	Uppmärksamhet	Aktivitet & Rörelse	Förståelse av verktygsanvändning	Uttryck & Känslor	Samspel & Kommunikation	STADIE
5 Högt utvecklad nybörjare	Uppmärksamhet i två kanaler Aktiv, koncentrerad	Sekvenser av kedjor av akter Avsiktliga mer ivriga eller våldsamma rörelser. Utforskar verktyget. Experimenterar med hantering av verktyget genom att testa olika kombinationer av effekter. Experimenterar för att hitta bästa aktivitetsmönstret för att hanteringen ska ge önskat resultat.	Idén om kompetent användning föds Medveten om sin förmåga att orsaka många olika effekter med verktyget genom att hantera det på olika sätt - röra, hålla, föra, trycka, styra, manövrera. Letar efter ett fungerande mönster för hanteringen. Börjar förstå verktygets användningsmöjligheter	Ivrig Ler Allvarlig Frustration Perioder av frustration. Vet möjligheterna men uppnår inte det önskade målet med användningen. Perioder av blockering varvade med korta perioder av framgång	Dubbelriktat samspel Styr en annan persons uppmärksamhet, överför ett budskap genom att peka och kräver ett gensvar. Triadiskt samspel Samspel med annan person om en tredje part – en person, en sak eller något annat i omgivningen.	Utforskar hantering, sekvensering Fokus – kropp, verktyg & omgivning
4 Förfinad nybörjare	Uppmärksamhet i en kanal i taget men kan skifta spontant Observant	Kedjor av akter Avsiktliga men försiktiga, lätta rörelser. Utforskar detaljer på verktyget. Utforskar olika effekter som kan skapas med verktyget. Provar olika sätt att förhålla sig till och hantera verktyget på. Ex. Kan avsiktligt trycka, hålla och <i>släppa</i> kontakt	Utforskar utvidgad användning Medveten om att det går att få mer än en effekt. Utforskar olika konsekvenser av att hantera verktyget. Börjar förstå sambandet mellan olika sätt att hantera verktyget och de olika effekter som orsakas. Ex. Förstå att två kontakter har olika funktion.	Allvarlig Ler Skrattar ibland Visar intresse för att utforska relationer till det som är utom räckhåll. Skiftar fokus mellan det som är nära och utom räckhåll.	Enkelriktat samspel Riktat en annan persons uppmärksamhet genom att peka på saker eller händelser i den närmaste omgivningen. Kräver oftast inget gensvar.	

FAS	Uppmärksamhet	Aktivitet & Rörelse	Förståelse av verktygsanvändning	Uttryck & Känslor	Samspel & Kommunikation	STADIE
3 Nybörjare	Uppmärksamhet i en kanal men kan skifta kanal Alert, vaken	Akt Distinkta målriktade rörelser. Aktiverar, hanterar verktyget för att få en effekt. Kan arbeta mot motstånd, utför sina rörelser med kraft. Kan bibehålla ex. grepp, tryck för hantering av verktyget lite längre. Ex. kan trycka på en kontakt.	Grundläggande användning Medveten om att det finns ett samband mellan en egen akt och en orsakad effekt. Förstår verktygets basala/huvudsakliga funktion Ibland tillbakagång till användning av stora kroppsrörelser för att aktivera effekter. Ex. gungar med hela kroppen, bankar, stampar, slår, kastar.	Allvarlig Nöjd Ler	Kan inleda samspel Bibehåller eller ger gensvar på ögonkontakt. Ger signaler med ansiktsuttryck.	Utforskar funktioner Fokus – kropp & verktyg
2 Nyfiken oerfaren	Uppmärksamhet i en kanal Tidvis mer alert Passiv	Förstadie till akt Diffusa vaga rörelser riktade åt olika håll. Bekantar sig med verktyget och utforskar det genom att känna försiktigt eller slå på olika delar av verktyget. Sitter emellanåt alldeles stilla. Kan beröra, trycka, dra eller hålla i verktyget men oftast mycket kort stund – från någon till flera sekunder. Experimenterar med att utföra sina rörelser med kraft.	Idén om grundläggande användning föds Begynnande medvetande om att en egen akt kan orsaka en effekt. Osäkerheten på hur det går till gör att olika tillvägagångssätt testas, jämförs och upprepas.	Nöjd Nyfiken Ängslig Arg	Kan ge gensvar på samspel Kan ge ögonkontakt. Kan ge fysisk kontakt, känna på. Kan spegla beteenden, imitera. Kan ha gemensamt fokus på aktiviteten i samspelet	
1 Oerfaren	Extremt lättstörd Inget, eller mycket lite gensvar på samspel. Fokus på det nya verktyget och den nya situationen Passiv eller ängslig	Ivrig Intresserad av att titta på eller vidröra verktyget. Ingen akt Inga speciella, avsiktliga rörelser Kan oavsiktligt, slumpmässigt aktivera/hantera verktyget. Är stilla under längre stunder. Kroppsspråket kan vara visa tecken på försvarsreaktioner eller avskärmning. Avvisande Uppvisar stereotyp eller avvisande beteende, vill komma bort från situationen med verktyget.	Ingen eller en mycket vag idé om användningen av verktyget Ingen eller ringa medvetenhet om hur den egna aktiviteten kan användas för att orsaka effekter med verktyget.	Öppen Visar förnöjsamhet vid vägledd hantering av verktyget. Neutral Minimalt med ansiktsuttryck. Hela kroppen ger uttryck för rörelselöshet. Ängslan Oro, rädsla, missnöje, gråt	Inget eller mycket ringa gensvar på samspel Kan vara medveten om andras uppmärksamhet. Varseblivande Fysisk åtstramning – går in i sig själv, drar sig undan. Undvikande Undviker beröring av annan person. Ingen önskan om samspel. Vill komma undan det sociala samspelet.	

ALP – Främjande Strategier för att lära sig verktygsanvändning, version 3.0 universal

Författare: Josephine Durkin, dr med vet, arbetsterapeut, Sussex, England
 Lisbeth Nilsson, dr med vet, arbetsterapeut, specialist inom habilitering o handikappomsorg.
 Adress: Box 158, 960 33 Murjek, tfn 070-5838596
 e-post lisbeth.nilsson@kiruna.nu eller lisbeth.nilsson@med.lu.se
 hemsida www.lisbethnilsson.se

Verktöget Avgöra fas i Lärande Processen (ALP)

ALP-verktöget är ett processbaserat bedömningsinstrument som består av av ALP-instrumentet och ALP-främjande strategier.

- Instrumentet används för att bedöma en individs aktuella fas i lärandet av verktygsanvändning
- De främjande strategierna ger vägledning för partners/främjarens förhållningssätt och ger ideer om hur individens lärande kan främjas från aktuell fas och stadium i lärandeprocessen.

ALP-verktöget utvecklades genom en noggrann analytisk bearbetning av data enligt forskningsmetoden Grundad Teori (GT) (Durkin, 2006; Nilsson, 2007; Durkin & Nilsson, 2010; Nilsson & Durkin, 2014 och 2017). Forskningen genomfördes inom området övning i elrullstol, men ALP-verktöget har visat sig ha universell användbarhet och kan tillämpas för aktivitetsutförande som omfattar exempelvis verktygsanvändning inom området kommunikationshjälpmedel (Nilsson, Wilds & Clarke, 2018; Nilsson, 2019). Avsikten är att ALP-instrumentet och ALP-främjande strategier ska användas tillsammans som ett verktyg för bedömning och intervention.

ALP-verktygets användningsområde

Används för att bedöma och utveckla lärandet av verktygsanvändning i olika aktiviteter.
 I detta sammanhang är definitionen av verktyg mycket bred, från konkreta som bestick, cykel; halvabstrakta som elrullstol, smart telefon; till abstrakta verktyg som metoder, symbolsystem, språk; från enkla som sked, till mer sammansatta som eldriven förflyttning, datoriserade hjälpmedel. Även kroppsdelar kan betraktas som verktyg i ett aktivitetsutförande. Verktyg kan vara handverktyg, styrverktyg, maskiner, apparater eller olika typer av utrustning för lek, kommunikation, förflyttning eller andra aktiviteter. (Användarhandbok under utveckling)

Vägledning för främjarens förhållningssätt

Strategierna för att främja lärandet vägleds av tre viktiga värderingar

- att aktiviteten i första hand ska styras och påverkas av den som övar;
- att främjaren och den som lär sig ska arbeta i partnerskap – ha ömsesidig samverkan och samkonstruera övningen;
- att främjaren ska sträva efter att stärka självkänsla och självständighet hos den som håller på att lära sig

Varje individ har sin egen inlärningskurva och uppvisar ett eget unikt inlärningsmönster. Vi ser verktygsanvändning och lärandeprocessen som en del av utvecklingen av aktivitetsförmåga. Målet för intervention är att utveckla större förståelse för hur verktyget kan användas och en högre komplexitet i aktivitetsutförandet.

Vägledning för ett inkluderande och ömsesidigt förhållningssätt

- Uppmuntra, inspirera och öka motivationen hos den som lär
- Låt den som lär vara delaktig i att påverka/visa/styra inriktningen på övningen.
- Skapa ett ömsesidigt samarbete – partnerskap i aktiviteten
- Anpassa aktiviteten så att den ger en precis lagom utmaning till den som lär i förhållande till förmåga och dagsform
- Stimulera egna initiativ till att utforska, hantera, göra och samspela
- Arbeta för att stärka självkänsla och egen kontroll i övningssituationen – främjande handlar om att stimulera en lärandeprocess som rör sig upp och ner och är beroende av energitillgång
- Lär känna den som lär för att anpassa strategierna till individuella behov och önskningar – de stimulerar viljan att använda verktyget för upplevelsen/ nyttan av dess funktioner
- Utveckla unika strategier för varje individ, ständigt prova nya vägar att främja lärandet - genom att uppmuntra försök och misstag; tillåta variation och högre komplexitet i utförandet; testa att öva i nya eller mer utmanande och oförutsebara situationer och miljöer
- Utveckla förståelse för den som lär genom dialog och ömsesidigt samspel, det ökar förmågan att uppfatta och registrera små förändringar, lyssna och ge lämpliga gensvar.
- Tänka på hur du använder talat språk, anpassa dialogen till varje individs nivå av förståelse när det gäller ordval, innehåll, volym, ton och eftertryck.
- Vara medveten om vad som kommuniceras med kroppsspråket, båda parter tolkar gester, ansiktsuttryck och kroppshållning och påverkas av olika uttryck för förväntningar på gensvar, lugn, överlämning av ansvar mm.
- Vara medveten om hur grupprocesser påverkar det ömsesidiga samspelet om flera främjare och/eller flera som lär deltar i en intervention.

Kort beskrivning av ALP-instrumentet och lärandeprocessen

Lärandeprocessen delas in i **åtta faser och tre stadier** (se *ALP-instrumentet*, tre sidor).

Den första fasen (1) är nybörjarfasen och den sista (8) är expertfasen.

De åtta faserna delas in i tre stadier:

- Stadie 1** Inåtvänt stadie (fas 1 – 3) – utforskar vilka **funktioner** verktyget har
- Stadie 2** Svår övergång (fas 4 – 5) – utforskar hur verktyget **hanteras - sekvensering**
- Stadie 3** Utåtvänt stadie (fas 6 – 8) – utforskar funktionell **användning** av verktyget

Nyckelfaktorer för främjande under varje stadie i lärandeprocessen

Stadie 1 Utforskar **funktioner** – kropp & verktyg (Inåtvänt)

- Tyst, stilla, avvaktande omväxlande med uppmuntrande, stimulerande, vägledande
- Ständig och skärpt uppmärksamhet på detaljer i sättet att utforska
- Uppmärksamheten riktad på att lägga märke till små, långsamma förändringar i samspelet

Stadie 2 Utforskar **hantering/sekvensering** – kropp, verktyg & omgivning (Svår övergång)

- Uppmuntra och tillåt egna försök och misstag
- Stimulera reflektioner över effekter och resultat av egna handlingar

Stadie 3 Utforskar **användning** – kropp, verktyg, omgivning & verksamhet (Utåtriktat)

- Beredskap att ingripa vid fara för att hålla en godtagbar säkerhetsnivå
- Ständig och skärpt observation av helheten
- Uppmärksamhet riktad på det allt snabbare och mångfaldiga samspelet - med verktyg, med den fysiska omgivningen och med andra i närheten

ALP-verktyget kan användas oberoende av om det gäller lärandet av att använda ett enkelt handverktyg eller mer komplexa och sammansatta verktyg som kan ha förses med olika typer av styrverktyg

Vid val av styrverktyg är det viktigt att i första hand prova använda en styrspak

Varför är en mittplacerad styrspak ett magiskt verktyg?

- Behöver inte skifta mellan olika styrverktyg och olika placeringar.
- Styrspaken sitter fast men kan ändå manipuleras och utforskas.
- Kan utforskas med mycket begränsad rörelseförmåga i hand/händer.
- Går att använda från enkel utforskning till komplicerad körning.
- Förståelsen av hur styrspaken kan användas utvecklas genom utforskning på en konkret, fysisk och omedelbar nivå.
- Lärandet kan ske genom fysiskt utforskande och experimenterande, utan talade instruktioner.
- Skillnaden på möjligheterna att undersöka och experimentera med styrspaken är stor jämfört med kontaktstyrning.
- Finns inga skärmar eller tavlor som ska förstås och avläsas – jämför skannande system.

~~~~~

## Allmänna strategier för att främja lärandeprocessen

### Uppmärksamhet och fokusering

Var medveten om behovet av att hålla uppmärksamheten på en hög nivå och vara fokuserad på vad den som lär gör – att hela tiden vara observant, vaksam och beredd att ge gensvar.

### Utmaningar

Försök att ge den som lär precis rätt utmaning för den fas i lärandeprocessen som han/hon för ögonblicket befinner sig i – svårt eftersom den som lär vid ett tillfälle kan växla upp och ner över flera faser

Om utmaningen är **för LÅG** – för lätt, blir uttråkad, tappar intresse/nyfikenhet

Om utmaningen är **för HÖG** – för svårt, ständiga misslyckanden, tappar intresse/nyfikenhet



### **Utforskar funktioner – fokus på kropp och verktyg**

(Inåtvänt stadium) – utmaningar:

- Uppmuntra och stimulera samspelet mellan den som lär och verktyget
- Envisas med att försöka uppnå ett samspel med den som lär och få honom/henne att tolerera fysisk beröring och handgriplig vägledning

### **Utforskar sekvensering – fokus på kropp, verktyg, omgivning**

(Svår övergång) – utmaningar:

- Att motivera den som lär att tåla/tillåta en låg nivå av framgång, fåtal tillfällen av fullträff, succé
- Att skapa förutsättningar för framgång, fullträffar genom att förenkla, anpassa utmaningarna till precis rätt nivå och därigenom minska frustrationen över misslyckanden

### **Utforskar användning – fokus på kropp, verktyg, omgivning, verksamhet**

(Utåtriktat stadium) – utmaningar:

- Erbjuder högre hastighet
- Erbjuder mer komplicerat sammanhang – fysisk och social miljö

## **Tecken på överbelastning - var observant**

- Upphör med varje form av aktivitet, lägger av, stänger av kontakten med omvärlden, stänger ögonen, ger ingen ögonkontakt eller får en glasartad blick.
- Kallsvettas, blir blek
- Andra tecken på utmattning – ser bekymrad eller ledsen ut, gråter eller skriker.
- Tecken på frustration, avvisande beteende, ilska, oro

Gör uppehåll i övningen men behåll position/situation, håll om och var nära, lugna och trösta, fortsätt lite till innan avslut – viktigt att övningstillfället avslutas positivt!

## **Pendling över flera faser**

Den som lär utvecklas inte trappstegsvis i lärandeprocessen, framsteg, tillbakagång och stillastående är naturliga inslag i utvecklingen både i det korta (ett tillfälle) och det långa perspektivet (månader – år).

- Var medveten om att den som lär vid ett och samma tillfälle kan pendla upp och ner mellan två eller flera faser beroende av vilken motivation, uppmärksamhet, energi och förståelse som är tillgänglig för ögonblicket.
- Utfallet vid olika tillfällen kan också variera beroende av aktuellt hälsotillstånd, humör, händelser före tillfället och vilka som är medföljare och främjare.
- Var uppmärksam på vilka möjliga orsaker som kan finnas till pendlingen upp och ner mellan faserna!

Den som lär kan i olika stadier uppvisa likartade mönster med pendlande över två eller flera faser. Skillnaden ligger i hur länge det går att hålla högsta fasen och hur lång tid återhämtningen tar, i de lägre faserna tar det längre tid jämfört med i de högre faserna.

**Exempel:** Utforskar funktioner – inåtvänt stadium:

- *Korta perioder på högst uppnådda nivå*
- *Efter nedgång tar det längre tid att på nytt uppnå en högre nivå*  
*Lätt att ge den som lär en alltför låg utmaning*

Utforskar användning – utåtvänt stadium:

- *Längre perioder på högst uppnådda nivå*
- *Efter nedgång tar det kortare tid att på nytt uppnå en högre nivå*  
*Lätt att ge den som lär en alltför hög utmaning*

## OBSERVERA falska intryck av skicklighet i fas 6

En som lär i fas 6 (Kompetent), kan ge ett falskt intryck av att vara i fas 7 (Skicklig), med förmåga att gradera och kalibrera utförandet på ett smidigt sätt.

I vissa fall kan form, tyngd, teknik och inställning av utrustningen göra att den som lär kan få svårt att gradera sina rörelser under aktivitetsutförandet.

**Exempel:** Om den som lär sig köra elrullstol på låg hastighet med spaken i ytterläge går det inte att avgöra om han/hon klarar av att gradera hastigheten med styrspaken.

Att kunna gradera innebär att man kan reglera hastigheten genom att gradera/kalibrera sin motorik och göra olika långa utslag med styrspaken i olika riktningar. Om intrycket av skicklighet är falskt eller äkta kan testas genom att öka hastigheten. Om den som lär ändå kan gradera, reglera hastigheten med styrspaken så är intrycket av skicklighet äkta.

## Att använda gruppaktivitet

Om man har möjlighet kan man låta flera öva verktygsanvändning i grupp. Men det förutsätter att man tänker efter vem som kan delta och vilken aktivitet som passar före start, och sedan hela tiden tänker på hur samspelet fungerar mellan deltagarna under övningen. Antalet och vem som deltar i gruppen vid ett visst tillfälle (de som lär och deras främjare) påverkar dynamiken i samspelet och lärandet. Innan man väljer att testa med gruppaktivitet behöver man göra en individuell bedömning av förmågan att klara av att vara i en miljö med många olika intryck och med samspel på flera plan mellan olika deltagare.

### Gruppaktivitet för utåtvänt stadium – Utforska användning

De som lär behöver ha uppnått fas 6 (Kompetent) innan de kan delta i en gruppaktivitet. I fas 6 är uppmärksamheten så inriktad på kompetent utförande att uppmärksamhetsspannet för allt annat som händer i miljön runtomkring blir mycket begränsat. Gruppaktiviteten kan stödja utvecklingen av deltagarnas förmåga att hantera flera intryck samtidigt, att öka medvetenheten om omgivningen och förmågan att samspela med andra under aktivitetsutförandet.

Främjarna måste övervaka säkerheten och hålla koll på hur relationerna mellan deltagarna utvecklas under gruppaktiviteten. De som lär kan visa upp intensiva känslor speciellt när de utvecklar sina egna bedömningar av hur de ska bete sig mot andra i gruppen. Konflikter som uppstår när de ska lära sig ta hänsyn till sig själv och andra behöver hanteras genom dialog och reflektion.



## Strategier för Stadium 1 (fas 1 – 3)

### Utforskar funktioner med fokus på kropp & verktyg

Använd ett mjukt förhållningssätt för att skapa en trygg och säker relation med den som lär.

Led uppmärksamheten hos den som lär mot verktygets funktion och den närmaste omgivningen.

#### Strategier inriktade på verktygets funktion och samspelet med verktyget.

Stärk medvetandet om hur kroppen kan användas för att utforska verktyget. (**ex.** det här är din hand, håll spaken med handen, trycker du med handen på spaken så rör stolen sig/händer något osv)

Uppmuntra och stimulera den som lär att utforska alla delar av verktyget och dess funktioner.

Uppmuntra och hjälp den som lär att hålla uppmärksamheten riktad mot sin kropp och utforskningen av verktyget. Om uppmärksamheten blir avbruten eller riktas mot något annat så försök få den att skifta tillbaka.

Erbjud handgriplig vägledning till den som lär, för att stödja utförandet av att gripa, hålla kvar greppet, trycka eller dra etc. Anpassa mängden av intryck till det individuella behovet av vägledning och stimulans. Variera mellan att ge kraftigare hårt tryck och en lättare vägledande beröring. Börja med att vägleda händer och fingrar, gå vidare till handled, underarm och armbåge för att sen kunna låta bli att ge stöd.

Skifta hela tiden mellan att dra dig undan från och att komma tillbaka nära intill den som lär. Därigenom kan den som lär förstå att det är han/hon själv som gör de akter/handlingar som får saker att hända. Gör det tydligt att det är den som lär (och inte du) som orsakar effekterna. Dra dig undan och var tyst och stilla en stund, ge den som lär tid att agera, reflektera och reagera. Kom tillbaka igen och erbjud handgriplig vägledning, visa med tecken eller talade stödord.

Stimulera utvecklingen av samordning mellan kroppshållning och de rörelseeffekter som verktyget/maskinen ger. Observera hur den som lär försöker samordna sina kroppsrörelser med maskinrörelser och ge honom/henne tillräckligt med tid för att själv räta upp sin hållning i förhållande till påverkan av yttre krafter som centrifugalkraft och jordens dragningskraft.

#### Uttryck för grundläggande frustration

Tillåt ilska, avvisande, ängslan eller passivitet hos den som lär och lägg märke till att dessa uttryck kan vara tecken på frustration på tidig nivå. På en enkel nivå kan den som lär bli arg eller irriterad för att skeendet inte utvecklas som förväntat.

Den som lär kan till exempel uttrycka missnöje med att han/hon inte kan åstadkomma en upprepning av en behaglig/tillfredsställande känsla som orsakades av användningen av verktyget. Känslan kan ha orsakats i kroppen av **t.ex.** att köra runt i cirkel med stolen i lite högre fart; att ha lyckats få mat i munnen med en sked; att ha fått något att hända på

dataskärmen. När upprepning av den förväntade upplevelsen uteblir kommer de yttre tecknen – rynka i pannan, missnöjesljud, knuffar, gungningar mm.

## Strategier för socialt samspel

”En-till-en” samspel

Strukturerad variation i fysiskt och socialt samspel

## Språk, tilltal

Uppmanande språk men mjukt tilltal.

Benämn, ”sätt etiketter” på kroppsdelar, verktygets olika delar, akter, handlingar och effekter. Fäst orden till akter/handlingar just när de utförs för att sätta etiketter på saker och görande. Med det sättet skapas förutsättningar för att längre fram kunna gå över från handgriplig vägledning till att ge talade stödord eller instruktioner på avstånd.

Använd långsamt tempo och tydligt tal med orden väl avgränsade – om ljuden kommer i en jämn ström är det inte lätt för den som lär att uppfatta var ett ord börjar och slutar. Använd ett precist, förenklat, förkortat språk.

Skifta mellan perioder av tystnad och tal för att påverka, stimulera.

Undertryck reflexmässiga reaktioner som att skrika till i samband med kollisioner/misslyckanden eller oväntade fullträffar, succé i aktiviteten med verktyget. Använd kroppsspråk för att förmedla budskap eller ge gensvar på ett konkret, fysiskt sätt som kan vara lättare för den som lär att förstå.

Förklara verktygets funktion med kroppsspråk, tecken och handgriplig vägledning.

## Uppmuntra egna initiativ till aktivitet

Stimulera den som lär att bli nyfiken och intresserad av att titta på, känna på och försöka röra på alla delar av verktyget.

Stimulera den som lär att utveckla förmågan att ta egna initiativ genom att använda handgriplig vägledning för att påbörja utforskande aktivitet. Sedan, så fort det känns möjligt, dras handen bort samtidigt som den som lär uppmuntras att själv fortsätta utforskningen.

Tillåt den som lär att utforska verktyget på sitt eget sätt.

Ge den som lär möjlighet att uppleva/prova ”fel utförande” eller ”extrem” verktygsanvändning.

**Exempel:** erbjud test av olika hastigheter och tillåt ”kontrollerade” kollisioner i elrullstol. På den här nivån går det inte att förstå vad det innebär att köra för fort eller att kollidera förrän man har fått uppleva det. Om upplevelsen är obehaglig blir det något som den som lär vill undvika – inte för att det är farligt men för att det känns obehagligt!

Tillåt den som lär att oavbrutet upprepa sina utforskande akter/handlingar för att uppnå sin egen nivå av mättnad/tillfredsställelse, upprepningarna behövs för att först kunna lagra och senare hämta fram tidigare erfarenheter från minnet.

Tillåt den som lär att försöka, testa, prova på sitt eget sätt.

Tillåt den som lär att bestämma inriktningen på utforskningen – den ska inte styras, bara uppmuntras och stimuleras av främjaren.

## Speciella strategier för varje fas (1 - 3)

### Fas 1 - Oerfaren

Etablera en relation med den som lär.

Öka vakenhet och nyfikenhet genom att ge en guidad upplevelse av hur verktyget fungerar.

Förmedla den kroppsliga upplevelsen av rörelse genom handgriplig vägledning av handen på verktyget.

Uppmuntra och stöd upprepning av den kroppsliga upplevelsen.

Minska ängslan och passivitet för att ge rum åt nyfikenhet och utforskning.

Skapa förutsättningar för slumpmässig aktivering av verktygets funktioner.

Låt den som lär få erfarenhet av djupa känselintryck genom att ge tryck och handgriplig vägledning på de delar av kroppen som tolererar det bäst. Kan till en början vara den sämsta handen, armen eller till och med på fötterna.

### Fas 2 - Nyfiken oerfaren

Uppmuntra den som lär att sträcka ut hand eller arm från kroppen för att undersöka någon del av verktyget – som en aktivitet i sig själv. **T.ex.** känn på bordet, sladden, spaken.

Uppmuntra den som lär att undersöka alla delar av verktyget som finns inom räckhåll.

Underbygg den växande insikten om grundläggande användning av verktyget genom handgriplig vägledning och talade stödord.

Ge uppmuntran när den som lär fullföljer en akt/handling efter att handen/vägledningen dragits bort. Odlä och stöd alla förändringar i sätten att använda verktyget.

Främja idén om eget aktivitetsutförande genom handgriplig vägledning av hanteringen.

Vägledningen ger en demonstration av vad som kan uppnås genom att hantera verktyget på olika sätt.

### Fas 3 - Nybörjare

Peka på eller slå lätt på verktyget för att dra uppmärksamheten tillbaka till aktiviteten med verktyget. Friska upp minnet av hur verktyget kan användas.

Understöd viljemässig aktivitet genom att gå undan och vänta ut egna initiativ och tillåt egna sätt att hantera verktyget. Minimera den handgripliga vägledningen och använd korta uppmaningar på avstånd för att uppmuntra egen aktivitet.

Arbeta aktivt med att bygga upp ett språkligt förråd av de begrepp som används i samband med verktygsanvändningen. Använd ord/tecken för att knyta samman utförda akter/handlingar med begreppen för dessa akter och de saker som utforskas.

Ge den som lär tid och möjlighet att smälta och samordna sina sinnesintryck och erfarenheter under kortare perioder av tystnad och stillhet.





Öka avståndet till den som lär under samspelet.

Utmana och locka till samspel kring verktygsanvändningen genom socialt samspel ”en-till-en” (en i taget), gör rörelser fram till och bakåt för att öka avståndet och omfånget på samspelsutrymmet.

Börja med enkla lekfulla ”en-till-en” samspelsaktiviteter och öka sedan gradvis svårighetsgraden.

## **Språk, tilltal**

Använd dialog med enkelt talat språk, kroppsspråk och vägledning.

Ge begrepp och förklara verktygets funktion och vad som kan bli resultatet av verktygsanvändningen.

Förklara verktygets funktion med enkelt talat språk, kroppsspråk och handgriplig vägledning.

Stimulera förmågan att förstå och undvika situationer som t.ex. kan orsaka klämskador, för att lära sig att akta sin egen kropp under användningen av verktyget.

## **Uppmuntra egna initiativ och försök**

Uppmuntra egna försök att komma på hur verktyget fungerar, att prova på nytt och på nytt, att prova på ett annat sätt.

Tillåt den som lär att utforska verktygsanvändningen på sitt eget sätt.

Tillåt den som lär att göra sina egna misstag.

Tillåt den som lär att utveckla sina egna strategier, egna sätt att lösa problem som uppstår.

Erbjud den som lär hjälp, men om svaret är nekande så försök stanna i bakgrunden och avvakta till han/hon själv ber om hjälp.

## **Specifika strategier för varje fas (4 - 5)**

### **Fas 4 - Förfinad nybörjare**

Erbjud den som lär handgriplig vägledning för att uppmuntra utforskning av verktyget. Gör upprepade försök att få uppmärksamheten hos den som lär riktad mot verktyget om han/hon blivit avledd.

Växla med perioder där du håller dig bakgrunden och väntar ut egen aktivitet hos den som lär. Erbjud den som lär tysta, stilla perioder med låg stimulering från omgivningen varvat med mer livlig, rörlig omgivning.

Stimulera egna försök, initiativ till enkelriktat samspel hos den som lär.

## Fas 5 - Högt utvecklad nybörjare

Erbjud vägledning och enas om hur ni ska samarbeta för att uppnå önskade resultat av verktygsanvändningen

Ge minimal handgriplig vägledning, gå från handen mot armbågen för att sen ta bort stödet. Uppmana den som lär att stödja underarmen och handloven mot bordsskivan för att få bättre kontroll på hand och fingrar

Läs av energinivån hos den som lär och anpassa hastighet och aktivitet i samråd så att den ger en lagom utmaning.

Fråga den som lär om han/hon vill att det ska gå fortare eller långsammare.

Ge den som lär möjlighet att använda den hastighet han/hon önskar, måste få uppleva ”för hög fart” själv för att kunna veta var gränsen går för vad som känns bekvämt eller obehagligt.

Anknyt verktygsanvändningen med personliga favoritsysselsättningar eller intressen.

Föreana samspelet kring verktygsanvändningen med t.ex. turtagningslekar/aktiviteter.

För in verktygsanvändningen i det sociala samspelet.

## Alternativa styrsätt

I det här stadiet kan det bli aktuellt att överväga ett annat styrsätt än styrspak. Den som lär har nu utvecklat förståelse för verktygets funktioner och hantering och har lärt sig mer om rumsliga relationer mellan sig själv, verktyget och omgivningen. När den som lär förstår vad styrspaken ska användas till, men inte klarar av att kontrollera styrningen trots mycket långvarig träning så kan frustrationen bli svår. Om det är möjligt så försök att kommunicera med den som lär om att det finns teknik som kan göra styrningen lättare, och ta reda på om han/hon vill kämpa på lite till med styrspak eller prova med annat styrsätt.

Det är viktigt att vänta med att prova alternativa styrsätt tills den som lär har förståelse för att verktyget kan aktiveras och styras med styrspaken. Då är det lättare att förstå att tekniken kan hjälpa till att göra det som hindras av begränsningar i motoriken i arm hand.

Om den som lär får prova alternativa styrsätt (elektroniska system som ögonstyrning för datorer, slingkörning och sensorer som får elrullstolar att undvika hinder) innan han/hon har utvecklat förståelse för hur man kan använda styrverktyget på ett kompetent sätt så kan han/hon ha svårt att förstå skillnaden mellan vilka effekter som orsakas av det egna görandet med styrverktyget och vilka som orsakas automatiskt av verktyget som helhet. Det kan upplevas mycket förvirrande för den som ska lära att verktyget plötsligt tar över påverkan och styrning.

Automatisk styrning begränsar också möjligheterna till ett varierat lärande.

**Exempel:** Om den som lär kör med ett system med *sensorer som får stolen att vika bort från hinder* förloras upplevelser av att köra in i och krocka med saker i omgivningen. Lärandet av hur man sekvenserar för att köra målriktat begränsas av att man inte får ta konsekvenserna av att kollidera, köra fast och sen lära sig hur man tar sig ut ur låsta lägen.

**Exempel:** Om man använder ett *slingkörningssystem* (tejp på golvet och sensor på elrullstolen som gör att den följer tejp) förloras möjligheterna att köra i cirkel, reglera hastigheten själv, köra in i och krocka med väggar och saker. Lärandet av hur funktioner används i sekvenser begränsas till stopp – start och eventuellt att svänga åt höger eller vänster i en korsning. Lärandet av hur mycket plats maskinen tar och relationerna till omgivningen begränsas också



Ge instruktioner som den som lär ska följa – från enkla till mer sammansatta.

Gör gemensamma överenskommelser om hur ett övningstillfälle ska struktureras.

Stimulera utvecklingen av förmåga att bedöma risker och möjligheter för sig själv och i förhållande till andra i olika situationer. Gör den som lär medveten om vad som kan förväntas, förutses i olika situationer och hur han/hon kan tänka när det gäller planering, framförhållning i nya och mer komplexa miljöer.

Stimulera förmågan hos den som lär att bedöma situationer med hänsyn till vilka risker och möjligheter det finns för andra vid utövandet av verktygsanvändning i olika miljöer.

### **Understöd egna initiativ till verktygsanvändning och aktivitet**

Uppmuntra utvecklingen av egna önskningar, mål – vad vill du göra, vem till du träffa  
Understöd fullföljandet av egna önskningar och idéer om verktygsanvändning och olika aktiviteter som kan göras samtidigt eller med hjälp av verktyget.

Uppmuntra egna initiativ hos den som lär – försök själv, gör det på det sätt du tycker går bäst.

Tillåt den som lär att utforska verktygsanvändningen på sitt eget sätt.

Tillåt den som lär att göra sina egna misstag (med minimerad risk).

Tillåt osäkra utföranden till en grad av risk som känns rimlig.

Tillåt den som lär att ta ledningen under övningarna.

## **Specifika strategier för varje fas (6 - 8)**

### **Fas 6 - Kompetent**

Tillåt den som lär att göra pauser och ge perioder av vila så att han/hon kan återhämta energi och fokusera på nytt.

Stimulera utvecklingen av fin precision, generering av kraft och gradering och tajming av rörelser som ett led i utvecklingen av smidig och mjuk verktygsanvändning.

Stimulera och utmana utvecklingen av motoriken i handen från grov till fin, mjuk användning av styrspaken genom att växla mellan låg och hög hastighet.

Uppmuntra utforskning av okända gränser för verktygsanvändningen i relation till den fysiska omgivningen. T.ex. att utforska om ett utrymme är tillräckligt brett för att rullstolen ska kunna passera eller tillräckligt stort för att köra in i och vända.

Uppmuntra den som lär att göra egna kortare expeditioner på egen hand.

Uppmuntra tvåhands-aktiviteter. T.ex. att köra med en hand och samtidigt ta en sak från ett bord eller knuffa ner något med en pinne som man håller mot bordet med andra handen.

### **Fas 7 - Skicklig**

Erbjud den som lär uppgifter i vardagliga omgivningar som utökar hans/hennes förmåga att använda elrullstolen för att styra, bestämma kurs och samspela med den fysiska och sociala miljön. Hastighet, lek, och vardagsaktiviteter kan medvetet anpassas och ändras för att ge den som lär ökande utmaningar.

Börja med enkla navigeringsuppgifter och öka gradvis komplexiteten genom att be den som lär köra i olika utrymmen stora eller små, öppna eller trånga, stillsamma eller fulla av aktivitet, inomhus eller utomhus. Utförandet kan också göras mer komplext genom att lägga

till samspel som sträcker sig från att förhålla sig tyst, ha ljud i bakgrunden, ge uppmaningar eller instruktioner, föra ett lättsamt samtal, ställa enkla rutinfrågor eller kunskapsfrågor som frågor om släktrelationer, födelsedagar, läxarbete mm.

Exempel på en gradvis övergång från enkla till svårare utmaningar:

Be den som lär att:

- köra in i ett annat rum och vända för att sedan köra ut igen, förhåll dig själv tyst när den som lär utför uppgiften.
- köra in i ett annat rum, vända, köra ut och samtala lätt avledande under tiden
- köra in i ett annat rum och backa ut igen
- köra in i ett annat rum, kör runt i rummet, vänd sedan tillbaka mot dörren, vänd igen och backa ut ur rummet
- köra in i olika möblerade rum av varierande storlek och köra i en cirkel runt t.ex. ett bord, att köra i cirkel både framlänges och baklänges samt i motsatta riktningar (medsols eller motsols)

Tillåt och uppmuntra lekfull verktygsanvändning (fri lek eller lek med regler) och upptäcktsfärder.

Använd dialog och stimulera reflektioner över egna erfarenheter hos den som lär för utveckla förståelsen av konsekvenserna som kan uppstå när han/hon provar nya saker, aktiviteter – 'Vad lärde du dig av den här erfarenheten?' 'Hur ska du göra för att...?'

Uppmuntra den som lär att göra längre expeditioner på egen hand – utom synhåll.

Uppmuntra kombinationer av verktygsanvändningen med utförandet av andra aktiviteter.

T.ex. att köra och puffa en boll eller en kartong i en viss riktning mm.

## Fas 8 - Expert

Erbjud möjligheter att utöva verktygsanvändning i en stor variation av situationer, sammanhang och miljöer som är familjära – nya/okända; inomhus – utomhus. Integrera automatiserad verktygsanvändning med vardagsaktiviteter, livsstil och kultur.

## Referenser

- Durkin J. Developing powered mobility with children who have multiple and complex disabilities: Moving forward. (2006). *Doctoral dissertation* in Department of Health Professions, Clinical Research Unit. 2006, University of Brighton: Brighton, UK. EThOS Persistent ID: uk.bl.ethos.426977
- Nilsson L. Driving to Learn. The process of growing consciousness of tool use – a grounded theory of de-plateauing. (2007). *Doctoral dissertation*, Faculty of Medicine, Institution of Health Sciences, Section of Occupational Therapy and Gerontology. 2007, University of Lund: Lund, Sweden. ISBN 978-91-85559-11-4.
- Nilsson, L., & Durkin, J. (2014). Assessment of learning powered mobility use – applying Grounded Theory to occupational performance. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 51(6), 963-74.
- Nilsson, L., & Durkin, J. (2017). Powered mobility intervention: understanding the position of tool use learning as part of implementing the ALP tool. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, 12(7), 730-739.
- Nilsson, L., Wilds, S., & Clarke, C. (2018). Assistive technology intervention: A tool use learning process for powered mobility and augmentative and alternative communication. Two hour symposium. RESNA – Rehabilitation Engineering and

Assistive Technology Society of North America, Juli 13-15, 2018, Arlington, Washington DC, USA

Clarke, C., Wilds, S., & Nilsson, L. (2018). Teaching Access for Augmentative and Alternative Communication: An Adaptation of Assessment of Learning Powered Mobility Use (ALP). Poster presentation, 22 april. American Occupational Therapy Association (AOTA) Annual Conference & Expo, April 19-22, 2018, Salt Lake City, U.S.A.

### **På svenska:**

Nilsson L. (2009). Köra för att Lära™. Att använda och utvärdera en ny arbetsmetod inom kommunens verksamhet för barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning. Kommunförbundet Norrbotten, Sverige, *Rapportserie FoU Norrbotten nr 54*; 2009. [citerad 2014 mars] Kan laddas ner från: <https://www.fouvalfard.se/kora-for-att-lara-tm-att-anvanda-och-utvardera-en-ny-arbetsmetod-inom-kommunens-verksamhet-for-barn-unga-och-vuxna-med-utvecklingsstornig>

Svensson E, Nilsson L. (2009). Köra för att Lära. *FoU Habilitering och Hjälpmedel, Region Skåne, Enkel rapport nr 3*; 2009.

Nilsson, L. (2012). Köra för att Lära™ stimulerar utveckling och lärande hos personer med kognitiva funktionsnedsättningar. *Tidskriften Arbetsterapeuten*, nr 8, Forskning i praxis. <http://www.fsa.se/Min-profession/Utbildning-och-forskning/Forskning-i-praxis/2012/TA-82012/>

Nilsson, L. (2016). Övning i elrullstol – en metod för lärande. Kapitel 18 i boken: *Arbetsterapi för barn och ungdom*. Redaktörer: Ann-Christin Eliasson, Helene Lidström, Marie Peny-Dahlstrand. Studentlitteratur, Lund.

Nilsson, L. (2019). Nya verktyg och hjälpmedel - hur kan vi främja lärandet och användningen. Kommunikationskarnevalen, Arr.: DART Göteborg

Länk till inspelad föreläsning om Köra för att Lära som finns på Nka play (Nka = Nationellt kompetenscentrum anhöriga)

<http://www.anhoriga.se/nkaplay/flerfunktionsnedsattning/intressanta-exempel/kora-for-att-lara/kora-for-att-lara-mojligheter-till-stimulans-och-utveckling-for-barn-ungdomar-och-vuxna-med-funktionsnedsattning/>