

PECS

– ett sätt att lära sig funktionell kommunikation

The Picture Exchange Communication System (PECS) är en vanlig metod för alternativ och kompletterande kommunikation (AKK). Metoden går ut på att lära personer med en diagnos inom autismspektrumet eller andra kommunikativa funktionsnedsättningar att kommunicera med hjälp av bilder. PECS utarbetades år 1985 av Lori Frost och Andrew Bondy vid Delaware Autistic Program, USA. Den senaste manualen kom ut år 2002.

En grundläggande tanke med PECS är att barnet eller den vuxne (i fortsättningen används ordet ”barnet”, även om PECS kan användas oavsett personens ålder) ska lära sig att ta egna spontana initiativ till kommunikation. Målet är att barnet kommunicerar genom att rikta sig till andra personer och överlämna en bild för att få något som barnet vill ha. Bilderna sätts efter hand in i en personlig pärm – en sorts bärbart ordförråd. Genom att alltid utgå från barnets intressen skapar man behov av att kommunicera. Målet är funktionell kommunikation i alla tänkbara vardagliga situationer. Ofta har barn som ska börja med PECS något annat sätt att göra sig förstådd, till exempel att dra en vuxen i handen eller att ställa sig nära något de vill ha. En fördel med PECS är att det blir ett tydligare och effektivare kommunikationssätt; alla kan snabbt förstå vad bilden betyder och det blir färre missförstånd. Ibland uttrycker anhöriga eller personal oro för att barnet inte ska utveckla talat språk om man introducerar PECS. Men det finns ingen risk för att PECS ska hämma talutvecklingen. Tvärtom finns det forskning som tyder på att PECS ibland kan stimulera utvecklingen av talat språk (Charlop-Christy et al, 2002 och Ganz & Simpson, 2004).

Att lära sig PECS

Metoden bygger på principer från inlärningsteori och tillämpad beteendeanalys (TBA). En viktig princip är att inlärningen påverkas både av det som händer före och det som händer direkt efter ett kommunikativt beteende. Till exempel:

- *Före:* Ett barn får syn på en bil och kan inte ta den själv.
- *Beteende:* Barnet gör någonting, exempelvis drar en vuxen i handen.
- *Efter:* Barnet får bilen.

Om barnet gör på samma sätt nästa gång tyder det på att hen har lärt sig att dra i handen för att få en bil. Beteendet har blivit inlärt genom positiv förstärkning. Det är en inlärningsprincip som innebär att beteenden ökar när de leder till någonting som personen tycker om (antingen att man får tillgång till ett föremål, en aktivitet eller en social reaktion). Det handlar om att lära sig av sina erfarenheter.

I inlärningen av PECS vill man förstärka ett mer funktionellt kommunikativt beteende: att räkna över en bild. För barn med autism kan sociala konsekvenser – till exempel beröm eller leenden – ofta vara mindre motiverande. Därför börjar man i PECS med konkret förstärkning,

det vill säga att ge tillgång till specifika föremål eller aktiviteter som barnet tycker mycket om.

En annan princip är att inläringen ska vara så felfri som möjligt. Barnet ska få många tillfällen att lära sig genom att lyckas. Därför blir det viktigt att planera för hur och när man ger prompt, alltså olika typer av stöd som kan behövas i början av träningen men som sedan tas bort. Träningen sker i små steg som är grundligt beskrivna. När barnet har lärt sig en ny färdighet behöver den generaliseras till olika situationer och personer. Därefter övar man på nästa steg. För att uppnå spontan kommunikation krävs intensiv träning, enligt manualen 30–40 PECS-tillfällen per dag i början.

Inläring i flera steg

PECS består av sex faser. I dessa faser kan tre olika kommunikativa funktioner tränas:

- att begära
- att svara på frågan: ”Vad vill du ha?”
- att kommentera.

Fas 1: Att överlämna en bild. Här lär sig barnet att självständigt ta en bild och överlämna till en person för att få något intressant. Före fas 1 är det viktigt att göra en noggrann kartläggning av vad barnet tycker om. Det gäller att hitta så många förstärkare som möjligt och att anpassa sig till barnets intressen. Vissa barn tycker om det mesta som kan köpas i leksaksaffären, medan andra har mer individuella intressen. Det kan handla om att känna på isbitar, leka med dörrar, vifta med blomskott, lyssna på en viss låt eller att bli kliad på ryggen på ett speciellt sätt. Man börjar inläringen med en bild och en förstärkare i taget. Två vuxna deltar. Ett ”hjälpjag” som inväntar barnets initiativ och hjälper barnet att ta upp och räcka över bilden. Och en kommunikationspartner som tar emot bilden och snabbt levererar förstärkaren. Inga uppmaningar eller frågor används, men kommunikationspartnern bekräftar alltid muntligt vad bilden symboliserar. Barnet behöver ännu inte förstå varje bild. Här gäller det bara att lära sig själva överlämnandet. När barnet kan överlämna en bild helt utan hjälp inleds fas 2.

Fas 2: Avstånd och ihärdighet. Nu är bilden fäst med kardborreband på utsidan av en pärm. Barnet får lära sig att ta loss bilden. Dessutom ökar man avståndet till kommunikationspartnern och till pärmens samt flyttar in bilden inuti pärmens. Överlämnandet generaliseras till olika personer i olika miljöer. Barnet lär sig även att tydligt påkalla uppmärksamhet. Fas 2-träningen pågår kontinuerligt, även när barnet kommit till senare faser och behöver anpassa sig till ett nytt sammanhang.

Fas 3: Bilddiskriminering. Denna fas handlar om att diskriminera, det vill säga att skilja mellan olika bilder. Två bilder sitter nu på pärmens framsida – en motiverande och en ointressant. Om barnet väljer rätt bild utökas antalet bilder successivt. Om barnet tar fel bild används en speciell procedur för felkorrigering som syftar till att hjälpa barnet att lyckas nästa gång. Om det visar sig att barnet ändå inte diskriminerar mellan bilderna finns det sätt att underlätta inläringen; man kan till exempel ändra bildernas färg, form, storlek eller struktur så att de blir så olika som möjligt.

Fas 4: Meningsbyggnad. I stället för att bara lämna över en bild lär sig barnet nu att överlämna en meningsremsa, med startfrasen ”Jag vill ha” och en bild av det barnet vill ha. När barnet har lämnat över remsan läser mottagaren meddelandet högt medan barnet pekar eller får hjälp att peka på bilderna. Ibland börjar barnet fylla i en del av meningen med ljud eller talade ord. Detta uppmuntras förstås, men det får aldrig bli krav på att tala i samband

med PECS. Kommunikationen är det väsentliga. Att begära med olika attribut såsom färg, form och storlek kan också tränas, till exempel ”Jag vill ha blå krita” eller ”Jag vill ha liten boll”. En annan kommunikativ funktion som kan läras in via PECS är att be om hjälp.

Fas 5: Svara på frågan ”Vad vill du ha?” Denna fas lärs in enligt ovan, fas 4. Skillnaden mot tidigare faser är att kommunikationspartnern nu inleder med en fråga (som en förberedelse för fas 6). Det är viktigt att varva med tidigare faser så att spontan kommunikation upprätthålls.

Fas 6: Kommentera. Denna fas innebär att barnet inte bara lämnar över en bild för att få något konkret, utan för att få en social reaktion. Med hjälp av nya startfraser på meningsremsan får barnet besvara frågor som ”Vad ser du?”, ”Vad hör du?” och så vidare. Detta övas i en strukturerad situation när något oväntat händer, som är värt att kommentera. Barnet svarar till exempel ”Jag ser kanin”, ”Titta Batman!” eller ”Jag hör musik”. Därefter tränas barnet att spontant kommentera händelser i vardagen. Eftersom en del barn med diagnos inom autismspektrumet kan ha svårt att uppskatta sociala reaktioner kan denna fas vara svårare att lära sig än de tidigare.

Att uppmuntra spontan kommunikation

När barnet väl har förstått principen med PECS (efter fas 3) ska pärmen alltid finnas tillgänglig. Annars blir det aldrig spontan kommunikation. Barnet blir i stället beroende av att någon annan tar fram pärmen. Inledningsvis bör omgivningen vara mycket generös med att erbjuda saker som barnet vill ha, för att bevara barnets motivation att kommunicera. Vissa barn som använder PECS kan precis som andra barn bli tjatiga en period, men så småningom brukar de lära sig att hantera ett nej.

Barn tillägnar sig PECS i olika hastighet. Somliga passerar flera faser vid ett och samma träningsstillfälle, andra kan av olika anledningar ”fastna” i någon fas. Barn som använder PECS kan ha olika utvecklingsnivå, med eller utan intellektuell funktionsnedsättning. Vissa talar lite, andra saknar helt talat språk. Men gemensamt för dem är att de har svårt för att ta egna initiativ och/eller att rikta sin kommunikation. Några använder ett stort antal bilder för aktiviteter, leksaker, mat, dryck, färg, storlek och så vidare. Andra har ett fåtal bilder i sin pärm. Det viktiga är inte antalet bilder, utan att barnen har bilder för sådant som verkligen intresserar dem. Bilderna kan vara tecknade eller fotografiska – eller blandat. Huvudsaken är att barnet förstår dem. Det skrivna ordet bör finnas med på bilden, så att alla säger samma sak när de tar emot bilden.

Barn som har utvecklat ett ganska bra tal kan ändå fortsätta att ibland använda sina bilder. Genom bilderna kan barnet få idéer om vad man kan prata om, eller få hjälp att kunna uttrycka sig i längre meningar.

Vad kräver träningen?

Det är nödvändigt att alla inblandade lär sig metoden och förhållningssättet bakom PECS. Det krävs också att man är motiverad och medveten om vad träningen innebär. Den höga intensiteten kan upplevas som krävande för anhöriga och personal. De har ett ansvar att uppdatera PECS-pärmen och att skapa anledningar till kommunikation i vardagen. För att ge PECS en ordentlig chans kan man behöva lägga annan undervisning åt sidan ett tag. Att dokumentera när, var, hur och med vem barnet kommunicerar med hjälp av PECS ingår också i metoden. Med ett sådant underlag är det lättare att utvärdera effekten av insatserna och planera för fortsatt träning.

PECS och annan AKK

I början kan det vara bra att koncentrera sig på PECS som nytt kommunikationssätt, för att underlätta inläringen. Sedan, när grunderna är inlärd, kan man med fördel använda flera olika kommunikationssätt samtidigt. Ett barn kanske kommunicerar med PECS för att begära de flesta aktiviteter, leksaker och maträtter men använder teckenkommunikation för att be om fart i gungan och ett talat ord för att säga ”kom”.

Det finns också tekniska hjälpmedel som kan likna PECS, där man trycker på en bild och motsvarande ord hörs via talsyntes. I en artikel om övergången från PECS till talapparat betonar Frost och McGowan (2012) hur viktigt det är att kommunikationen inte försämras om man slutar med PECS. De menar bland annat att det är bra att ha passerat fas 4 (meningsbyggnad) innan man går vidare till ett talande hjälpmedel.

Fördelar med PECS

PECS är en metod som i början kan kräva mycket tid men som på sikt ofta är ett effektivt sätt att lära barn med en diagnos inom autismspektrumet funktionell kommunikation. Flertalet barn blir påtagligt mer kommunikativa när de märker att de kan påverka sin omgivning genom att begära vad de vill ha eller göra. En förbättrad kommunikationsförmåga kan också minska risken att utveckla beteendeproblem. Några utvecklar tal i samband med PECS, trots att detta inte är fokus för träningen. Många föräldrar har uttryckt en stor lättnad över att äntligen förstå vad deras barn vill och tycker att de har fått bättre kontakt med barnet med hjälp av PECS.

Skribent

Dag Strömberg, leg. logoped, cert. beteendeanalytiker (BCBA)

Referenser

Charlop-Christy, M. Carpenter, L. Le, L.A. LeBlanc, K. Kellet (2002). Using the Picture Exchange Communication System (PECS) with children with autism. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 35, 213–231

Frost, L., & Bondy, A. (2002). *The Picture Exchange Communication System. Training Manual*. Second Edition. Newark, DE: Pyramid Educational Products, Inc.

Frost, L., & McGowan, J. (2012) Strategies for Transitioning From PECS to SGD. Part II: Maintaining Communication Competency. Vol. 21, 3-10. SIG 12 Perspectives on Augmentative and Alternative Communication.

Ganz, J. B., & Simpson, R. L. (2004). Effects on communicative requesting and speech development of the Picture Exchange Communication System in children with characteristics of autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(4), 395–409.