

## Förmågor vi ofta ställer för höga krav på - Checklista

- 1. Förmågan att beräkna orsak och verkan.** Den behövs när man ska beräkna konsekvenser av egna handlingar men även när man ska skapa sig en bild av vad som ska komma.
  - Seriesamtal som förklarar sammanhang.
  - Förebygga genom schema och struktur i form av bilder.
- 2. Svårighet med uthålligheten.** Förmågan att komma ihåg medan man tänker. Bristande arbetsminne. En del kan inte komma ihåg en bearbetade information de har i huvudet.
  - Förebygga genom schema och struktur i form av bilder.
  - Transportkort, bildstruktur i flera steg
  - Förtur i samling, minneshjälp
  - Kan vi minska vänta situationer
- 3. Förmågan att hålla impulser.** Många barn reagerar direkt på det som händer i situationen och kan inte låta bli.
  - Titta över våra regler, vilka impulser skapar de?
  - Rena ytor/avgränsade ytor och miljöer.
  - Transportkort, bildstruktur i flera steg
- 4. Flexibilitet eller förmågan att ställa om snabbt och byta aktivitet.** De flesta barn gillar när det är som vanligt och vissa har mycket svårt när nya saker kommer in oväntat eller på fel ställe även om det är små förändringar. Vi vuxna kan då tycka de är barnsliga.
  - Skapa naturliga slut!
  - Visualisera vad som ska hända under dagen
  - Undvik att byta aktiviteter för många gånger under en dag, längre pass istället.
  - Förbered barnet på nästa aktivitet
  - Begränsa antalet val och skapa struktur i de som kvarstår tex. tydliga bilder på valen, låt barnen välja i lugn och ro.
  - Förklara och visa innan vad som ska hända, genom foton, faktiska besök av platsen, måla upp och rita vad som ska hända.

- Förbereda och bekräfta elever som har svårt för förändringar även om förändringarna är små.

Övrigt:

**Sociala förmågor.** Beräkna andras tankar, känslor och handlingar. Svårt att se sin roll och att sätta sig in i situationen samt hur beteendet upplevs av andra. Dessa elever har svårt att bedöma andras avsikter. Kan vara svåra att motivera till ex. städa, duka etc.

- Seriesamtal/sagor, förklara utan bannor.

**Stresstålighet.** En del barn stressas av saker som både kan vara positiva upplevelser och negativa.

- Förståelse för att man ibland behöver vila fast man haft ex utelek, film, fri lek etc.

**Förmågan att säga JA.** En del barn säger alltid nej. Det kan bero på många saker, motivation, brist i någon av förmågorna ovan. **Nej, kan betyda vänta jag behöver fundera.**

- Öka känslan av delaktighet genom att exempelvis skapa förutsägbara valmöjligheter och tid.

**Förmågan att lugna sig själv eller hålla sig lugn.** Kallas för affektregleringsförmåga. Det handlar inte om vilja, ingen vill förlora kontrollen.

- Hitta strategier för barnet så det kan behålla sin självkontroll, springa iväg, sitta under bordet, läsa...

Fritt från Bo Hejlskovs bok "Beteendeproblem i skolan"