

Det kallas tvivel, det där som stör  
Det kallas för en klump I magen och ett konstigt humör  
Och jag ser hur du tänker på nåt  
Hur du längtar dig bort  
Som en fågel I bur  
En obehaglig distans  
En konstig känsla nånstans  
Det känns tomt - eller hur?

(Winnerbäck –Tvivel)

# Onda cirklar

- Upprepade misslyckanden
- Underprestation
- Överkrav
- Kaos
- Snurrar runt i systemen

# Adhd - pedagogiska principer

- Tydligt avgränsade arbetsuppgifter
- Intresseväckande arbetsuppgifter
- Tydligt avgränsade instruktioner
- Ge hjälp att hitta
- Ge hjälp att fokusera på materialet

# Pedagogiska principer

- Ge stöd att genomföra saker
- Förstärk, beröm och belöna
- Korta arbetspass
- Minska störningsmomenten
- Arbeta ibland i liten grupp eller enskilt. Oftast vid nyinläring

# Arbetsmetod Asperger

- Struktur
- Tydlighet
- Regler

# De sju frågorna

- Vad skall jag göra
- Var skall jag vara
- När skall jag vara där
- Med vem skall jag vara där
- Hur mycket skall göras
- Vilken ordning
- Och sedan

# Svåra situationer

- Rutinsituationer i vardagen
- Att vänta
- Förändringar
- Valsituationer
- Att sysselsätta sig själv

# Att komma ur de onda cirklarna

- Att inte ta personens reaktioner personligt
- Att agera istället för att reagera
- Handling istället för tjat
- Att inte skuldbelägga
- Att hålla distansen

# Realistiska krav och förväntningar

- Varken för höga eller för låga krav
- Ta reda på vad individen faktiskt förmår och inte vad det borde klara
- Prioritera – vad är viktigast just nu
- Dra av 30% från individens ålder
- Satsa på det individen kan lyckas med
- Hitta strategier för att kringgå svårigheter

# Miljöanpassning

- Enkelhet, överskådlighet
- Ordning och reda
- Saker på bestämda platser
- Lugn och avstressande
- Begränsa störande ljud och synintryck
- Hjälプ personen hålla ordning i sin miljö

# Struktur i vardagen

- Förutsägbarhet och tydlighet
- Rutiner för dagliga aktiviteter
- Vad ska jag göra; när, hur och med vem
- Veckoscheman, dagsscheman, aktivitetsscheman
- Hjälpmedel för tid och komihåg

# Generella principer vid beteendeproblem

- Vad är mest väsentligt
- Positiv omformulering
- Gör en överenskommelse
- Förhållningssätt handikapp
- Förbered dig på situationen
- Var tydlig

# Generella...

- Beröm och belöna
- Avbryt oönskat beteende
- Undvik att trappa upp konflikter
- Kräv handledning för dig själv

# Dags & veckoplanering

- Synliggöra strukturera tiden
- Införa och följa rutiner
- Komma ihåg
- Få saker uträttade
- Passa tider och beräkna tider
- Samordna

# Hem & hushållsarbete

- Hålla ordning
- Organisera dagliga sysslor
- Inte störa grannar
- Komma ihåg att lämna saker på reparation

# Ekonomihantering

- Sortera och betala räkningar i tid
- Veta hur mycket pengar man har
- Göra en budget
- Hejda utgifter som kan dra iväg

# Arbete & studier

- Sortera och organisera
- Komma ihåg möten osv
- Komma igång
- Prioritera tiden
- Fokusera på rätt saker
- Studieteknik

# Fritid, kultur, samhälle

- Att känna sig orienterad i utbudet
- Att få hjälp med begränsning
- Att komma sig för
- Komma i tid
- Komma ihåg vad man skall göra

# Att tänka på

- Korta stödinsatser
- Jagstärkande
- Belöningssystemet
- Påminnare

# I det vardagliga livet

- Bristande tidsuppfattning
- Svårt att organisera och planera
- Svårt att hålla ordning
- Svårt att få saker gjorda
- Svårt att välja och välja bort
- Svårt att göra flera saker samtidigt
- Svårt att komma ihåg

# I det vardagliga livet

- Svårt med förändringar
- Bristande orienteringsförmåga
- Gränslöshet
- Ojämna prestationer, ojämna dagar
- Svårt att uppfatta instruktioner
- Svårt att förklara sina behov

# Hur kan vi ge personer med ojämna förmågor adekvat stöd i sin vardag?

- Kunskap och förståelse
- Respekt!
- Förmåga att bortse från egna värderingar
- Utökad samverkan
- Kartläggning av Individuell stöd & funktionsprofil
- Kvalitetssäkring av stödinsatser