



Övning: Sinnesmätare

Mål

Målet är att lära barnet att använda sinnesmätaren för att stödja berättandet i situationer där sensoriska stimuli påverkar beteendet.

Anvisning

Diskutera först sinnen och hur allas sinnesupplevelser är individuella. En person kanske gillar något som en annan person inte gillar. Ni kan använda delen "Vi utforskar tillsammans" för sinnen som hjälp.

Skriv ut eller spara sinnesmätaren (PDF) på en digital enhet.

På vänster sida av mätaren finns bilder för olika sinnen. Mätaren i högra kanten mäter om sinnesintrycket är behagligt, neutralt eller obehagligt.

Välj ett sinne högst upp på mätaren. Använd mätaren för att bedöma hur olika upplevelser som är förknippade med detta sinne känns.

Mätaren kan användas för att få information om barnets sinnesupplevelser i olika omgivningar. Baserat på detta kan man fundera på hur den sensoriska belastningen kan minskas.

Observera

Testa sinnesmätaren regelbundet i 2–4 veckor.

- Förändrades något? Hur märker du förändringen?
- Har något blivit lättare i er vardag?
- Har ni hittat nya sätt att agera i situationer med många stimuli?
- Borde någon annan metod testas?
- Vilka utmaningar har ni stött på under övningen?