



# Vi utforskar tillsammans: Jag gillar, jag bryr mig inte, jag gillar inte

Känn igen barnets sensoriska överkänslighet. Diskutera tillsammans hur hen upplever följande saker.

Om du vill kan du anteckna de viktigaste sakerna som känns trevliga eller otrevliga.

Känselsinnet	Gillar	Gillar inte	Spelar ingen roll
tvättlappar på kläder			
strumpor som rullat sig			
åtsittande kläder			
löst sittande kläder			
att byta vinterkläder till sommarkläder eller vice versa			
mjuka material			
hårda material som jeans och skjortor			
kramar			
smekning			
hårda kramar			
att gå in i ett litet utrymme			



att borsta håret			
lätt beröring eller nuddning			
hårda livsmedel eller rårivet			
ojämna livsmedel, såsom yoghurt med fruktbitar			
att borsta tänderna			

Luktsinnet	Gillar	Gillar inte	Spelar ingen roll
starka dofter från mat			
lukter på toaletten			
parfymer			
lukten av bensin			
doften av blommor			
lukten av svett			
rengöringsmedel			



Smaksinnet	Gillar	Gillar inte	Spelar ingen roll
starka kryddor			
såser			
matingredienser som rör varandra på tallriken			
tandkräm			

Synsinnet	Gillar	Gillar inte	Spelar ingen roll
starkt ljus			
solljus			
fyrverkerier			
klara färger			
stora mönster på kläder			
blinkande ljus			
allmänt kaos eller folkmassor			
vissa ansiktsdrag, såsom ett skäggigt ansikte			



Hörselsinnet	Gillar	Gillar inte	Spelar ingen roll
ljud från motorfordon			
högljudd gråt eller högljutt skrik			
klocka som tickar			
luftkonditioneringens surr			
ljudet från en dammsugare eller annan hushållsapparat			
pennans rörelse på papper			
plötsliga starka ljud			
allmänt stök eller buller			
fyrverkerier			
nynnande			
musik			
ekande utrymmen			



Rörelse och hållning	Gillar	Gillar inte	Spelar ingen roll
snurrande rörelse, såsom en karusell			
att åka buss eller tåg			
klättring			
att hänga upp och ner			
sitta på huk på en stol			
fram- och tillbakarörelse eller svängande rörelse i sidled			
handrörelser			
att gunga			

Finns det några andra ljud, dofter, smaker, rörelser eller saker du ser,  
som du gillar

som du inte gillar