



Förutse och förbered för en situation

Mål

Målet är att försöka minska den belastning som en elev med sensorisk överkänslighet upplever i skolan.

Anvisning

Planen kan göras upp individuellt med en elev eller med hela gruppen eller klassen.

Planen görs upp inför en kommande situation eller ett kommande evenemang, såsom en vårfest, en skolutflykt eller ett besök i simhallen.

En individuell plan

Ta tillsammans reda på vilka typer av stimuli som kan belasta eleven. Ni kan till exempel ta hjälp av Sinnesmätaren (stödmotod 4) och listan Vi utforskar tillsammans i skolan.

Fundera tillsammans på vilka typer av metoder som kunde hjälpa eleven att kunna delta i skolans specialprogram.

En plan för hela klassen

Gör på förhand upp en gemensam plan tillsammans med klassen inför ett kommande evenemang.

Diskutera tillsammans vilka faktorer som kan kännas svåra eller påfrestande under evenemangets gång. Kom överens om vad man kan göra om något stimuli orsakar överbelastning eller ett sinnesintryck känns för starkt.

Om eleverna som behöver stöd har sådana kompisar i klassen som de kan lita på i situationer där de blir sensoriskt överbelastade så kan dessa elever användas som stödpersoner.

Ta hjälp av följande frågor när ni gör upp planen:

- Vad är det som kommer att hända?
- När?
- Med vem?
- Hur länge?
- Vilka hjälpmedel kan man använda?
- Vart kan man gå ifall belastningen blir outhärdlig?
- Vem fungerar som stödperson till vem?



Exempel

På fredag är det julfest i skolans gymnastiksal.
Festen börjar kl. 9.00 och pågår i 45 minuter.
För klassen har det reserverats platser där vi ska sitta.

Marie, Einar och Viola har svårt med höga ljud. Det finns möjlighet att använda hörselskydd och öronproppar under julfesten.

För Samir börjar det lätt kännas jobbigt när han är på platser med mycket folk.

Vivian börjar må dåligt av stark belysning. Ibland hjälper det om Vivian blundar. Under julfesten får man blunda om man upplever att belysningen är för stark.

Marie, Einar, Viola, Samir och Vivian kan sitta på stolarna närmast väggen. Även skolgångsbiträdet sitter närmast väggen.

Om belastningen blir outhärdlig kan man avlägsna sig och gå till sitt klassrum. Man kan tyst gå ut ur gymnastiksalen via sidodörren nära klassens sittplatser. Skolgångsbiträdet går till klassrummet tillsammans med den första eleven som behöver lämna salen.

Einar, Viola och Samir klarar av att gå från salen till klassrummet på egen hand.

Marie och Vivian behöver en ledsagare. Karolina kan vid behov vara ledsagare åt Marie och Vivian och sedan tyst gå tillbaka till festlokalen. Karolina sätter sig på en stol närmast väggen.

På torsdag går vi med hela klassen och tittar på var vi ska sitta.