

Sånn vil jeg ha det 

Annelise Bølling Gundersen

Cand. Polit, pedagogisk psykologisk rådgiver, Ungdomslos og eier av
Saannviljehadet.no

Hva skal vi snakke om i dag?

- **Det vi ser er ofte ikke hva det er, - vi må vite!**
- **Betydningen av safespace, være trygg i noe man liker**
- **Hva er Sånn vil jeg ha det**
- **Betydningen av den viktigste samtalen**
- **hva er Sånn vil jeg ha det**
 - **De ulike samtalskjemaene**
 - **Oppbygging og utforming**
 - **Hvorfor bruke SVJHD spesielt**
 - **For hvem**
 - **Hvordan**
 - **Hva gjør du med informasjonen du får**
- **Sånn vil jeg ha det på skolen og SFO**
- **Sånn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp**
- **Sånn vil jeg ha det hjemme**
- **Sånn vil jeg ha det på fritidsarenaen**
- **Forebygging og stressreducerende tiltak og strategier**
- **Kartlegg alltid barnets interesser**
- **Jobb**

«Sånn vil jeg ha det» vs «Sånn vil du ha meg»

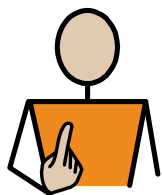
Siste vers i Inger Hagerups dikt:

*Kjenn hvor det hviler i din
hånd*

- en lett og munter bagatell

*Fordi du ville ha meg sånn
fornekter det i dag seg selv*





Sånn vil jeg ha det

på skole



Sånn vil jeg ha det

på skole



Et støttemateriell for samtale med mennesker med ulike behov om hvordan de vil ha det når de mottar helsehjelp

Se mer materiale i "Sånn vil jeg ha det" serien på www.saannviljeghadet.no

Laget av Annelise Bølling Gundersen i samarbeid med Jannicke Ringstad i Normedia

Widgit Symboler © Widgit Software 2002-2025
Norsk: NorMedia AS - www.normedia.no



Sånn vil jeg ha det hjemme



Et støttemateriell for samtale med mennesker med ulike behov om hvordan de vil ha det hjemme

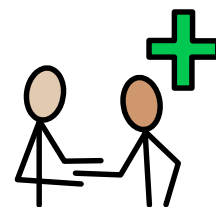
Se mer materiale i "Sånn vil jeg ha det" serien på www.saannviljeghadet.no

Laget av Annelise Bølling Gundersen i samarbeid med Jannicke Ringstad i Normedia

Widgit Symboler © Widgit Software 2002-2025
Norsk: NorMedia AS - www.normedia.no



Sånn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp



Et støttemateriell for samtale med mennesker med ulike behov om hvordan de vil ha det når de mottar helsehjelp

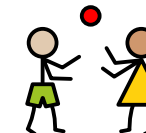
Se mer materiale i "Sånn vil jeg ha det" serien på www.saannviljeghadet.no

Laget av Annelise Bølling Gundersen i samarbeid med Jannicke Ringstad i Normedia

Widgit Symboler © Widgit Software 2002-2025
Norsk: NorMedia AS - www.normedia.no



Sånn vil jeg ha det på fritidsarenaen



Et støttemateriell for samtale med mennesker med ulike behov om hvordan de vil ha det når de er på fritidsarenaen

Se mer materiale i "Sånn vil jeg ha det" serien på www.saannviljeghadet.no

Laget av Annelise Bølling Gundersen i samarbeid med Jannicke Ringstad i Normedia

Widgit Symboler © Widgit Software 2002-2025
Norsk: NorMedia AS - www.normedia.no

Take home – messenger!

Alle trenger et safespace!

Vår jobb er å hjelpe mennesker å finne deres trygghet



Hva er det vi ser:

- Frekkhet
- Stahet
- Irritabilitet
- Trekker seg unna
- Sinne
- Stille
- Rastløshet/uro i kroppen
- Barnslig og tullete
- Påståelig og rigid
- Avbrytende og forstyrrende
- Gjennomfører ikke
- Lat – gjør ingenting
- Tåler ingenting – er sær
- Overreagerer, utagerer





Hva er det det er:

- Redsel
- Stress
- Blir misforstått
- Misforstår
- Forstår ikke
- Overbelastning
- Vet ikke hva som skal skje
- Mangler kontroll
- Feiltolker
- Oppfatter verden annerledes, sensoriske vansker
- Opplever å ikke mestre

"Det vanskeligste var ikke at jeg ikke forsto det sosiale, men at jeg hele tiden ble bombardert med overbelastning av sensorisk informasjon»

Donna Williams



Når autismehjernen blir overbelastet, trenger den:

- Hvile
- Trygghet
- Safespace

Viktig å kartlegge:

- Sensoriske vansker
- Hva som gir energi

Vår oppgave:

- Hjelp til å finne ord for behov
- Øve på å hvile
- Skape trygghet og forutsigbarhet

Kjernespørsmål:

- Når er du trygg?
- Hvordan vil du ha det?

Fagdag arrangert på BUP Innlandet 2025

«Hvordan går det for barna med ADHD og autisme når de blir store?»

Forskningsgruppe på tvers av sykehus og universitet der en av funnene er :

- Det er mye fokus på diagnose og medisiner
- Vi må ha mer fokus på funksjon og tiltak i hverdagen
- Mestringsfokus er viktig – Finne gode mestringsstrategier i livet
- Aksept av egne vansker
- Sosial støtte – **raushet** og aksept

Snakk med dem det gjelder, forstå og respekter, - da kan man tilrettelegge hensiktsmessig

Derfor skal vi ha den viktigste samtalen

Det er en del av norsk lov

- Retten til å bli hørt, Grunnloven, Barnekonvensjonen, Forvaltningsloven, FN - konvensjonen
- Retten til helsehjelp, medvirkningsrett
- Arbeidsmiljøloven

Medvirkning på alle arenaer, men også situasjoner

Selvbestemmelse er en ferdighet

- Det kommer ikke alltid naturlig
 - For noen må vi gi denne muligheten
 - For noen må vi tilrettelegge

Noen trenger bistand i å selv vite hva som er vanskelig

En opplevelse av å få være med på å styre det som skal skje er et sterkt virkemiddel på negativ atferd



Hva er Sånn vil jeg ha det?

Fem, - (snart 6)
samtalemateriell

Handler ikke om diagnose, men
om funksjon i hverdagen,
- Det vi kan gjøre noe med!



De ulike områdene:

- Sånn vil jeg ha det på skolen og sånn vil jeg ha det på SFO
- Sånn vil jeg ha det hjemme
- Sånn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp
- Sånn vil jeg ha det på fritidsarenaer

Alle skjemaene har en egen informasjon del og veiledning.
Link til materialet finner du lenger ned på siden.

Hvert område har påstander med bildestøtte, og en kan sette kryss i boksen eller en kan bare prate om bildet eller påstanden.

A grid of four sample cards for the 'Sånn vil jeg ha det' program. Each card has a title, an icon, and a description. Below each card is a 'Last ned' button and a link to 'Les mer her'.

- Card 1 (Blue border):** 'Sånn vil jeg ha det på skolen' and 'Sånn vil jeg ha det på SFO'. Icon: person at a desk. Description: 'Et samtalemateriell for barn med mennesker med ulike behov som fungerer de ut fra det når de er på skolen og SFO.' Link: 'Last ned' and 'Les mer her'.
- Card 2 (Red border):** 'Sånn vil jeg ha det hjemme'. Icon: house. Description: 'Et samtalemateriell for barn med mennesker med ulike behov som fungerer de ut fra det hjemme.' Link: 'Last ned' and 'Les mer her'.
- Card 3 (Yellow border):** 'Sånn vil jeg ha det på fritidsarenaer'. Icon: two people playing. Description: 'Et samtalemateriell for barn med mennesker med ulike behov som fungerer de ut fra det når de er på fritidsarenaer.' Link: 'Last ned' and 'Les mer her'.
- Card 4 (Green border):** 'Sånn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp'. Icon: person with a plus sign. Description: 'Et samtalemateriell for barn med mennesker med ulike behov som fungerer de ut fra det når de får helsehjelp.' Link: 'Last ned' and 'Les mer her'.

Utforming og oppbygging

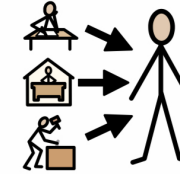
- Informasjonsdel og veiledning
- Innledning til hvert område
- Sentrale temaer en vet det er viktig å snakke om
 - Planlegging, organisering og gjennomføring
 - Instruksjoner og informasjon
 - Kommunikasjon og relasjoner
 - Energi og stress

Områder som er viktig for å øke omverdens bevissthet om en persons **sensitivitet** og **behov for forutsigbarhet på de ulike arenaene**, men også innen hvert tema en snakker om



Ferdige påstander

Fysisk arbeidsmiljø



Sett kryss om det stemmer

- Ferdige påstander
 - Gitt av dem det gjelder
 - Områder en vet er viktige
 - Trenger ikke forholde seg til alle
 - Mange kjenner seg igjen

- Bildestøttet og skal tilpasses den det gjelder
 - Widget – symboler, - gitt og satt inn av NorMedia
 - Meningsbærende i setningene
 - Informasjonen blir mer tilgjengelig, forståelig, men også forutsigbar for de fleste

| | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Jeg sitter helst foran i klasserommet nær tavlen og læreren | |
| <input type="checkbox"/> Jeg liker at det er stille og rolig rundt meg | |



Hvorfor bruke SVJHD spesielt

- Lett tilgjengelig, nedlastbar veileder
- En god samtalestarter og enkel og tilgjengelig kommunikasjon
- Trygg og konkret samtalesituasjon
- Gir en økt forutsigbarhet
- Pedagogisk struktur og tilpasning – delt opp i områder
- Kan tenke forebyggende og få en mulighet til å gjennomføre
- Ferdige påstander som en kan kjenne seg igjen i
- Det støtter selvforståelse og samarbeid
- Gir en reell medvirkning og mer treffsikker tilrettelegging



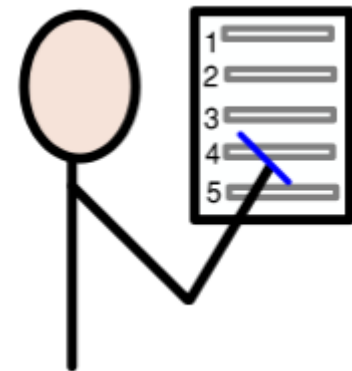
For hvem

- Utsagn laget av og for mennesker med diagnoser som asperger syndrom, adhd, autisme, dld
- Kan være nyttig for mange
- Ikke for alle

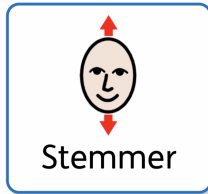


Hvordan

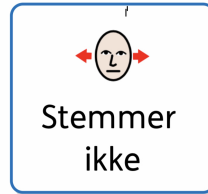
- Tilpass
- Delt opp i områder
- Kan dele opp og prate om ett og ett område av gangen
- Kan krysse ut selv, lærer/andre kan krysse ut
- Skriv ned kommentarer underveis
- Skriv ned støttebehov underveis



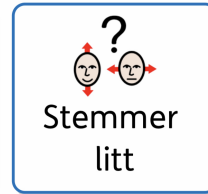
Uavhengig av kommunikasjonsform



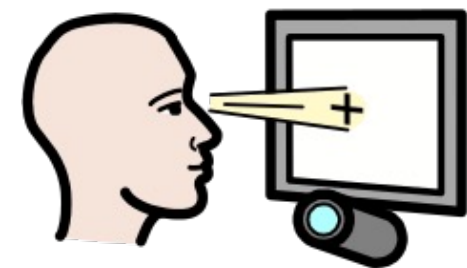
Stemmer



Stemmer
ikke



Stemmer
litt



Oppsummer MED personen

- Har jeg forstått deg riktig når du sier at/gir uttrykk for at.....
- Hva kan jeg gjøre
- Hva kan andre gjøre
- Sjekkliste
- Prøv ut og juster
- Min bruksanvisning

Min sjekkliste

Jeg får vite hva som skal skje dagen etter

Jeg har min egen dagsplan på pad. Denne snakker vi om hver morgen

Jeg kan bruke caps inne

Jeg kan gå til grupperommet når jeg har jobbet litt

Jeg får en gul lapp når det er tre minutter igjen

Jeg kan gå først ut sammen med en venn

Underskrift meg: lærer: mamma/pappa:

Hvor kan du finne det

- Gratis nedlastbart
- Informasjonsdel og veiledning i hvert skjema
- Statped.no
 - Hvordan tilrettelegge for medvirkning, ASK
 - Ressurser og verktøy: Tre samiske språk
- Saannviljehadet.no
- Lastet ned og ligger ute på ulike kommunale sider, men også interesseorganisasjoner og ideelle stiftelser der målet er å hjelpe

Livetogsånn.no

Redd barna, - medvirkningshåndboka



Sánn vil jeg ha det

SAMTALESKJEMAER ANNET MATERIELL AKTUELT DIVERSE HVEM ER VI

De ulike områdene:

- Sánn vil jeg ha det på skolen og sánn vil jeg ha det på SFO
- Sánn vil jeg ha det hjemme
- Sánn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp
- Sánn vil jeg ha det på fritidsarenaer

Alle skjemaene har en egen informasjonsdel og veiledning.
Link til materialet finner du lenger ned på siden.

Hvert område har påstander med bildestotte, og en kan sette kryss i boksen eller en kan bare prate om bildet eller påstanden.

| | | | |
|--|---|--|---|
| | | | |
| Last ned | Last ned | Last ned | Last ned |
| Sánn vil jeg ha det på skolen og Sánn vil jeg ha det på SFO Les mer her | Sánn vil jeg ha det hjemme Les mer her | Sánn vil jeg ha det på fritidsarenaen Les mer her | Sánn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp Les mer her |

Sånn vil jeg ha det på skolen og Sånn vil jeg ha det på SFO

Laget sånn at den kan deles i to:

Skole: Forstå elevens behov i hverdagen

Lærere kan bruke, relasjonsskapende

Tar opp det som faktisk påvirker læring: struktur, arbeidsmåter, stress og relasjoner

Kan brukes forebyggende

Gir et felles språk

Lovpålagt medvirkning

SFO: Viktig arena i et barns liv, fritid

Mindre struktur

Frokost og mellommåltid



| Innhold | |
|---|--------------|
| Informasjonsdel og veiledning | side 2 |
| Hva er Sånn vil jeg ha det | side 3 - 4 |
| Bakgrunn | side 5 |
| Hvordan bruke støtte materialet | side 6 |
| Nytteverdi | side 6 |
| Hvem kan bruke Sånn vil jeg ha det | side 7 |
| Sånn vil jeg ha det på skolen | side 10 |
| Planlegging, organisering, gjennomføring og avslutning av skolearbeidet | side 10 - 12 |
| Instruksjoner og informasjon | side 13 - 15 |
| Kommunikasjon og relasjoner | side 16 - 17 |
| Å vise hva jeg kan | side 18 |
| Energi og stress | side 19 |
| Fysisk arbeidsmiljø | side 20 - 21 |
| Sånn vil jeg ha det på SFO | side 22 |
| Planlegge, starte opp og gjennomføre aktiviteter | side 22 - 23 |
| Kommunikasjon og relasjoner | side 24 - 26 |
| Energi og stress | side 27 - 28 |
| Fysisk miljø | side 29 - 30 |
| Frokost og mellommåltid | side 31 - 32 |

Vi har symbolisert påstandene i dette støtte materialet for å gjøre det enklere å forstå innholdet.

Sånn vil jeg ha det på skolen



Energi og stress



Sett kryss om det stemmer

| | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Av og til er jeg veldig sliten, og orker ikke å jobbe like mye. Det kan variere fra dag til dag og endre seg i løpet av skoledagen. | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg har behov for korte pauser mens jeg jobber. | |
| <input type="checkbox"/> Av og til hjelper det om jeg får legge meg ned og lytte til gjennomgang eller diskusjoner. | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg trives best med å jobbe i korte økter, og jeg trenger å røre på meg av og til. JA | |
| <input type="checkbox"/> Jeg liker å kunne stå når jeg jobber. | |
| <input type="checkbox"/> Noen situasjoner gjør meg stresset. Dette er: <ul style="list-style-type: none"> ELEVÉR/FOLK SKRIVE/PAPIR | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg har mest energi en viss tid på dagen. Dette er: <ul style="list-style-type: none"> KLØKKEN TO PA NATTEN | |

Sånn vil jeg ha det på skolen



Fysisk arbeidsmiljø



Sett kryss om det stemmer

| | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Jeg sitter helst foran i klasserommet nær tavlen og læreren. | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg liker at det er stille og rolig rundt meg. | |
| <input type="checkbox"/> Av og til trenger jeg å gå ut av klasserommet eller bort fra pulten min og sitte for meg selv. | |
| <input type="checkbox"/> Det er bra om vi kan bestemme hvordan jeg skal si ifra om jeg trenger å gå ut av klasserommet litt. | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg vil gjerne ha mulighet til å bruke hørselvern for å dempe lyd. | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg liker å høre på musikk mens jeg jobber selvstendig. AV OG TI | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Jeg liker å ha noe å fikle med, for eksempel når jeg hører på lærers gjennomgang av tekst. SAND | |

«Se, - her har du oppskriften på meg»



 **MIN**  **SJEKKLISTE**

JEG FÅR  **VITE** **HVA SOM SKJER**  **DAGEN**  **ETTER**

JEG HAR MIN EGEN  **DAGSPLAN** **PÅ PAD,** **DENNE SNAKKER**
VI OM HVER MORGEN

JEG KAN HA  **HETTE** **PÅ INNE**

JEG KAN  **HVILE** **PÅ KONTORET** **NÅR JEG TRENGER DET**

JEG FÅR  **GRØNT** **KORT** **NÅR DET ER 3 MINUTTER IGJEN**

JEG KAN GÅ FØRST UT SAMMEN MED  **MATHIAS**

UNDERSKRIFT  **MEG:**

 **LÆRER:**

 **MAMMA/PAPPA:**



*«Hæ? Hvordan vet du så mye
om hva jeg liker?!»*



«Jeg opplevde temaene som relevante, fordi hun gjorde det. Hun reflekterte mer over ting når det var viktig for henne»

Sånn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp

- Hva er helsehjelp?
- Før – under – etter handlingen ligger under planlegging, organisering, gjennomføring
- Oppsummer med personen, og gi den den skal møte den avtalte informasjonen
- Å lese SVJHD er også en god påminner UTEN at den er fylt ut, - for behandler



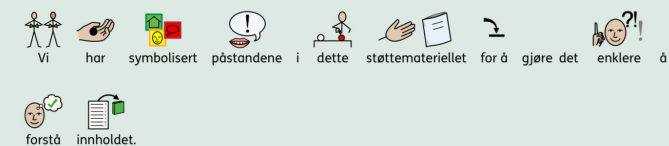
Under handlingen

Sett kryss om det stemmer

| | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Jeg har med en voksen jeg er trygg på | |
| <input type="checkbox"/> Jeg liker å prate alene med helsesykepleier, tannlege eller lege | |
| <input type="checkbox"/> Jeg føler meg tryggere hvis en voksen jeg kjenner holder meg i hånden eller holder rundt meg | |
| <input type="checkbox"/> Den som skal behandle meg må forklare med rolig stemme hva han/hun gjør, i tillegg til at det er forklart i forkant | |


Innhold

| | |
|---|--------------|
| Informasjonsdel og veiledning | side 2 |
| Hva er Sånn vil jeg ha det | side 3 - 4 |
| Bakgrunn | side 5 |
| Howdan bruke støttematerialet | side 6 |
| Nytteverdi | side 6 |
| Hvem kan bruke Sånn vil jeg ha det | side 7 |
| Sånn vil jeg ha det når jeg får helsehjelp | side 8 |
| Planlegging, organisering og gjennomføring av aktiviteten | side 10 |
| Før handlingen | side 10 - 11 |
| Under handlingen | side 12 - 13 |
| Etter handlingen | side 14 |
| Instruksjoner og informasjon | side 15 |
| Kommunikasjon og relasjoner | side 16 - 17 |
| Energi og stress | side 18 - 19 |



Når jeg skal til BUP trenger jeg:



- Jeg får vite når vi skal til BUP dagen før
- Jeg får vite hva den personen jeg skal snakke med heter, og se et bilde før møtet
- Første møtet varer i 15 minutter, og vi prater litt om hva jeg liker
- Jeg kan bruke earpods, men slår av musikk på vei inn
- Den jeg skal snakke med tar ikke på meg
- Jeg kan ta en pause, og komme tilbake til rommet. Da bruker vi litt lenger tid
- Jeg kan fikle med strikkene mine der inne, - de er i lomma
- Jeg får vite når neste gang er, og hva vi skal snakke om
- Når vi er ferdige, kjøper vi smoothie 

Sånn vil jeg ha det hjemme

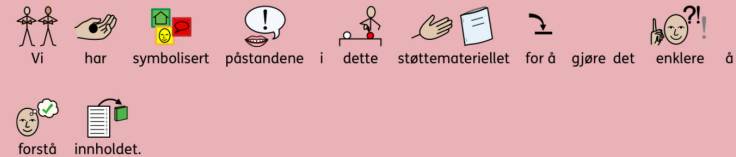


- Innspill startet med en mor på en konferanse om skolefravær
- Foresatte ønsket selv å dele opp dagen
- Måltid et eget område
- Annerledes dager viktig
- Å sove borte er for alle

Innhold



| | |
|---|--------------|
| Informasjonsdel og veiledning | side 2 |
| Hva er Sånn vil jeg ha det | side 3 - 4 |
| Bakgrunn | side 5 |
| Hvordan bruke støttematerialet | side 6 |
| Nytteverdi | side 6 |
| Hvem kan bruke Sånn vil jeg ha det | side 7 |
| Sånn vil jeg ha det hjemme | side 8 |
| Planlegging, organisering og gjennomføring av aktiviteten | side 10 |
| Når jeg står opp | side 10 - 11 |
| Når jeg kommer hjem | side 12 - 13 |
| Når det er ettermiddag og kveld | side 14 - 15 |
| Måltid | side 16 - 18 |
| Instruksjoner og informasjon | side 19 |
| Kommunikasjon og relasjoner | side 20 - 21 |
| Energi og stress | side 22 - 24 |
| Når jeg sover borte | side 25 - 26 |
| Når det er annerledes-dager | side 27 - 29 |



Vi har symbolisert påstandene i dette støttematerialet for å gjøre det enklere å forstå innholdet.

Det er ikke **om** barnet skal til frisøren lenger

Det er planlagt, forutsigbart

Det er trygt

  **Jeg skal til**  **frisøren** **og**  **klippe meg** 

 **Jeg vet når jeg skal til frisøren en uke før jeg skal det**

 **Jeg vil selv godkjenne at det skal skje på et bestemt tidspunkt**

 **Det er Hanne som klipper meg**

 **Jeg kan høre på musikk fra min telefon mens jeg klipper meg**

 **Jeg får reise og handle**  **mat og selv lage det jeg vil etterpå**

 Laget på WidgitOnline.com for Annelise Belling Gundersen 1 Widgit Symbols © Widgit Software Ltd 2002 - 2026

Fra autismekonferansen i Tønsberg 2024:

Fysisk aktivitet er et problem blandt ungdom med ASF (NTNU)

Organiserte arenaer når denne gruppen i mindre grad

Treningscenter skiller seg kraftig ut

Friluftsliv fremstår som bedre

Ingen skjønnsforskjeller

Planlegging, organisering og gjennomføring av aktivitet



Under aktiviteten:



Sett kryss om det stemmer

| | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Jeg har min faste plass når vi står samlet | |
| <input type="checkbox"/> Jeg kan ha på meg caps eller hette for å skjerme meg fra lys og andre ting jeg ikke liker så godt | |
| <input type="checkbox"/> Når vi skal gjøre noe nytt kan jeg få se på først før jeg prøver selv | |
| <input type="checkbox"/> Jeg kan få lov til å høre på musikk eller ha på headset når vi holder på med aktiviteten | |
| <input type="checkbox"/> Jeg trenger hjelp av en voksen om vi skal velge selv hva vi skal gjøre | |
| <input type="checkbox"/> Om vi spiller på lag, trenger jeg å ha min faste posisjon, også om det er digitalt | |
| <input type="checkbox"/> Jeg får ikke tilbakemelding fra voksne på det jeg gjør mens vi er i aktiviteten | |

17

Take home messenger:

- Det kan være enkle ting vi kan gjøre for å gjøre livet litt bedre for et menneske, - vi må bare vite hva!
- Vær en etterforsker, - let etter stressreducerende tiltak og det som gir energi

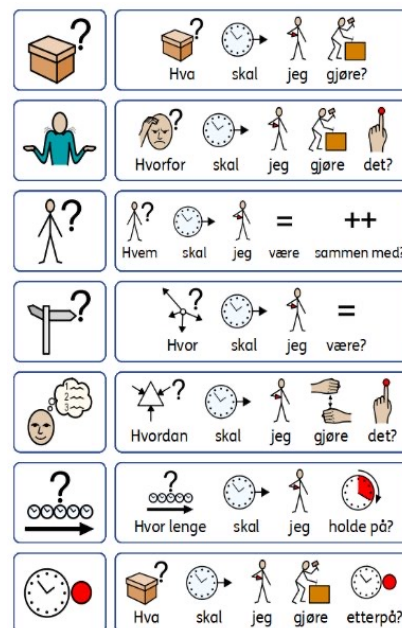


Struktur, oversikt og forutsigbarhet

Innebærer tydelig oversikt over hva som skal skje og hva som er forventet i den aktuelle situasjonen

Ulike måter å strukturere hverdagen på:

- Fysisk struktur
- Rammestruktur
- Situasjonsstruktur
- Oppgavestruktur



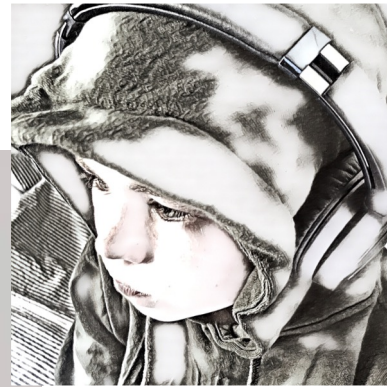
Men vi vet også at forventninger om struktur kan oppleves som krav, da må vi ha snakket om det

Mulige stressreducerende tiltak

- **Kartlegg sensoriske utfordringer, - alltid!**
- **Vis forståelse, og ta det på alvor**
- **Respekter**
- **Tilpasning, ikke tilvenning**
- **Gi tilstrekkelig tid – og rom (avstand)**
- **Gi tilstrekkelig oversikt og forutsigbarhet, legg inn pauser**
- **Unngå for mange, motstridende eller uoverkommelige krav**
- **Gi konkrete og entydige beskjeder og oppgaver**
- **Forebygg**
- **Tilby skjerming eller reduser/fjern forstyrrende sansestimuli**
- **Særinteresser kan dempe stress/fylle på energi!**
- **Undersøk eventuell søvn/næringsmangel, sett inn tiltak og reduser krav ut fra det**
- **Økt medbestemmelse**



Stressreducerende hjælpemidler



Verktøy og ressurser

- Sosiale historier
- Mine sirkler (app med egne sosiale historier)
- +/- - samtaler, Se Statped.no eller Spiss.no for eksempler, digitale kurs eller maler
- Dagsplaner, ukeplaner, kalenderfunksjon (Nav.no Kognitive hjelpemidler om behov)
- Statped.no
- Hjelp med følelsesregulering
- Autismekunnskap.no

**Vi skal slutte å tilrettelegge
fordi noen er annerledes. Vi
skal tilrettelegge for at alle er
forskjellige!**

Alle må tåle mer
forskjellsbehandling for at
flere skal klare det de må
klare!



Bilde: Signo Rycon AS

«Those who have a why to
live can find an easier way to
how»

Leder i Organiserete Aspergere 2018



Interessekartlegging - Hva gir akkurat dette barnet energi

Kartlegging gjøres ved å:

- samtale med barnet
- samtale med nærpersoner hjemme/bhg/skole
- observere barnet på ulike arenaer
- strukturert samle kunnskap om barnet gjennom bruk av ulike verktøy eller skjemaer utviklet for å finne interesseområder

- Det er også sånn at for å komme i posisjon for å kartlegge stressfaktorer som sensoriske vansker er det fint å gå gjennom interesser
- Se Statped.no for interessekartleggingsskjema

Sånn vil jeg ha det på jobb

- Fra mennesker som selv har opplevd skole, oppvekst og nå er i arbeid eller ønsker å arbeide
- Ny introduksjonsdel som personen leser selv
- God veiledning for arbeidsgiver
- Kan brukes også i høyere yrkesrettet utdanning, der en finner veien videre sammen
- Bedre psykisk og fysisk helse
- Samfunnsnyttig



**Sånn vil jeg ha det
på jobb**



Et støttmateriell for samtale med mennesker med ulike behov om hvordan de vil ha det når de er på jobben

Se mer materiale i "Sånn vil jeg ha det" serien på www.saannviljeghadet.no

Laget av Annelise Bølling Gundersen
i samarbeid med Jannicke Ringstad i Normedia

Widgit Symboler © Widgit Software 2002-2026
Norsk: NorMedia AS - www.normedia.no

Referanser:

- Statped.no
- Inger Lamache, Osloskolen – 2024, Autismekonferansen i Tønsberg
- NTNU, - Institutt for psykisk helse; NAKU, Nasjonalt kompetansemiljø om utviklingshemning
- Autism, - an inside – out approach, - Donna Williams
- Saannviljehadet.no
- Udir.no
- Persepsjon hos personer med autisme og asperger-syndrom av Olga Bogdashina

Bare å ta kontakt!

Annelise Bølling Gundersen
Gundersen.annelise@gmail.com
90746576

Saannviljehadet.no

Instagram: #saann_vil_jeg_ha_det

Facebook: Sånn vil jeg ha det