



**LÄR KÄNNA
VAR TYDLIG
TA DET LUGNT**

FUNKA OLIKA

Vi tycker att det är viktigt att våra barn och unga ska få vara med som sig själva i våra verksamheter. Du som ledare kan påverka så det blir mer möjligt.

ADHD OCH AUTISM:

Alla med ADHD och autism funkar inte lika, kom ihåg att utgå från just individens utmaningar och styrkor. Kom ihåg att fråga frågor som: ”Vad betyder det för dig?” och ”Vad kan jag som ledare göra för att det ska bli bra för dig?”

FÖRVÄNTNINGAR:

Dina förväntningar på vad barn och unga ska klara av, påverkar vem du har planerat och gjort din aktivitet för. Genom att göra medvetna val kan du på så sätt möjliggöra för fler barn att vara med på din aktivitet. Det kan vara rättvist att göra olika.

LÄR KÄNNA

Vi tror på att genom att lära känna våra deltagare så kan vi också skapa en aktivitet och verksamhet som funkar för dem.

RELATION ÄR GRUNDEN:

Tänk på att försöka se till att du kan lära känna gruppens deltagare.

TA DIG TID:

Försök att ta dig tid att se och möta alla som kommer till din aktivitet, dela upp deltagarna om mellan dig och en annan ledare så alla kommer med.

INGE FÖRTROENDE:

Försök skapa en god relation till deltagarnas vårdnadshavare, berätta i början av terminen hur just ni jobbar för inkludering på er aktivitet.

VAR TYDLIG

Vi tror på att genom tydlighet så möjliggör vi för fler att vara med på våra aktiviteter och i vår verksamhet som sig själva.

VISA:

Försök att illustrera det ni ska göra i bild, till exempel genom bilder, föremål eller punktlister

BERÄTTA I FÖRVÄG:

Ge information till deltagarna i god tid innan som svarar på frågorna: Vad, när, hur länge och med vem.

UNDVIK ÖVERRASKNINGAR:

För många är detta ett jobbigt moment och är i behov av att veta i förväg vad som ska hända.

EN INSTRUKTION I TAGET:

Det gör det lättare att komma ihåg vad som ska göras.

SÄG DET DU VILL ATT DELTAGARNA SKA GÖRA:

Undvik ordet ”inte”. Ge förslag på vad du vill ska hända.

TA DET LUGNT

Vi tror på att genom ett lugnt bemötande kan vi hjälpa deltagare att fortsätta vara med i vår verksamhet som kanske inte annars hade haft möjlighet till det.

AFFEKTKURVA:

Kom ihåg att det är saker som sker ”längst med vägen”, affektutlösare, som gör att vi hamnar i stark affekt, kaos. Försök se dem och se om det går att göra annorlunda vid dessa tillfällen nästa gång.

ANPASSA:

Märker du att en deltagare blir stressad, försök att sänka kraven eller byta upplägg för den deltagaren så den får möjlighet att återfår kontroll över sig själv.

KÄNSLOR SMITTAR:

Tänk på att ditt sätt att vara, prata och agera påverkar deltagarna i gruppen. Kan du hålla dig lugn, trygg och tydlig så ökar det möjligheten för deltagarna att också vara det.

ETT SAMARBETE MELLAN:

FRILUFTS
FRÄMJANDET

