

KÄNSLOTERMOMETER som stöd för diskussion med barnet om orsaker till varför det är svårt att gå till skolan och/eller vara närvarande i skolan.



Anvisning till förälder:

Ibland kan det vara svårt för barn och unga att sätta ord på sina känslor. Då kan vi använda visuellt stödmaterial för att kartlägga olika känslor. I den här uppgiften har vi gett exempel på stödfrågor, med hjälp av vilka du kan prata med ditt barn om känslor relaterade till skolgången. Du läser upp frågan och barnet kan svara genom att markera var på termometern hen känner sig.

Termometerns skala: på det gröna området överst på skalan känns allt bra, inga problem, medan känslan nederst på det blåa området på skalan är mycket obehag, det är jätte jobbigt. Dra streck från varje påstående till känslan på termometerns skala. Alternativt kan du skriva varje påståendets nummer vid rätt känsla på termometerns skala.

SÅ HÄR KÄNNER JAG:

1. på morgonen när jag vaknar och tänker på skolan
2. när jag ska gå hemifrån
3. på skolvägen (buss, gå, cykla, skjuts)
4. när jag kommer till skolgården
5. när jag tänker på kompisar i skolan
6. så här känner jag på olika lektioner
 - matematik
 - modersmål
 - gymnastikandra ämnen

7. när jag tänker på lärarna
8. när jag tänker på matsalen
9. när jag tänker på rasterna
10. när jag tänker på att gå på toan i skolan
11. andra saker med skolan

