

# AKK - olika sätt att kommunicera

Kommunikation handlar om meningsfull gemenskap som bygger på ömsesidighet. Fungerande kommunikation är en grundläggande mänsklig rättighet som alla har, oavsett funktionsförmåga. Alternativ och kompletterande kommunikation (AKK) är ett samlingsnamn för olika sätt att kommunicera. Bilder, fotografier och symboler (GAKK - Grafisk AKK) samt Tecken från svenskt teckenspråk (TAKK - Tecken som AKK) är de vanligast förekommande i förskolan

- Bilder, fotografier och symboler (GAKK - Grafisk AKK)
- Tecken från svenskt teckenspråk (TAKK - Tecken som AKK)

Forskning och erfarenhet visar att AKK främjar kommunikationsutvecklingen och stimulerar tal- och språkutvecklingen. Barn med kommunikativa utmaningar utvecklas bäst när AKK introduceras så tidigt som vi 12 månaders ålder.

För barn som har ett uttalat behov av AKK bör det alltid finnas ett nära samarbete med barnets vårdnadshavare.

Kommunikation är en rättighet, varje barn ska:

- Vara delaktig i samspel med andra
- Tycka, fråga, välja och säga nej
- Få veta vad som händer.
- Utveckla sin kommunikation med tillgång till AKK

Fritt urval från: <https://www.asha.org/NJC/Communication-Bill-of-Rights/>



Forskning visar att AKK främjar kommunikationsutvecklingen och stimulerar tal- och språkutvecklingen hos barn med kognitiva och/eller språkliga funktionsnedsättningar.

Vid användning av AKK är det viktigt att reflektera kring sitt eget sätt att kommunicera och att vara lyhörd för barnens gensvar. Det grundläggande förhållningssättet är att vara en aktiv lyssnare, betrakta barn som fullvärdiga samtalspartners och ge tid för kommunikation. Tecken, bilder och symboler stödjer lek, samspel och samtal. Om vi använder AKK med alla på ett naturligt sätt i vardagen säkerställer vi samtidigt att inget barn blir ensamt om sitt sätt att kommunicera.

## Läs mer

B Heister Trygg. *AKK i skolan: en pedagogisk utmaning: om alternativ och kompletterande kommunikation (AKK) i förskola och skola*. Södra regionens kommunikationscentrum (SÖK)2012.

SPSM: [AKK i lärandet - för allas rätt att kommunicera](#). Malmö 2015.

SPSM: [Alternativ och kompletterande kommunikation](#). 2024

# Arbets- och aktivitetsordning

En arbets- eller aktivitetsordning kan vara ett stöd för att tydliggöra upplägg av vad som ska göras och i vilken ordningsföljd. Vad ska jag göra först, vad gör jag sedan, i vilken ordning? Syftet med arbets- och aktivitetsordningar är att göra miljön begriplig och hanterbar och skapa förutsättningar för delaktighet och självständighet. Barn i förskoleåldern har ofta inte utvecklat de kognitiva funktioner som är till hjälp för att planera, strukturera, rikta och anpassa uppmärksamhet och därför kan det vara svårt att förstå exempelvis i vilken ordning något ska göras. Då kan man hjälpa barn genom att skapa en visuell och/eller konkret överblick över i vilken ordning saker ska göras.

- Arbetsordningen talar om för barn vad som förväntas.
- Aktivitetsordningar kan ge stöd i när och vad som kommer att ske tex. på- och avklädning, aktiviteter, utflykter, matsal/lunch och dagens innehåll
- Via en aktivitetsordning bryts aktiviteten ner i mindre steg och åskådliggörs, först - sedan eller förmiddagen respektive eftermiddagen.
- Arbetsordningar och aktivitetsordningar kan se ut på många olika sätt och kan gärna användas ihop med ett tidsstöd.

Nedan följer ett antal exempel på olika typer av aktivitetsordning som ger barn svar på **vad** som ska göras.



Läs mer:

J Karlsson & A Morell. *Visuellt stöd som verktyg i förskolan*. Gothia kompetens AB 2025.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.

G Gerland & U Aspeflo. *Barn som väcker funderingar: se, förstå och hjälpa förskolebarn med en annorlunda utveckling*, Pavus utbildning 2015.

# Att möta tysta barn

I förskolan möter vi barn som trots adekvat språk- och talförmåga inte kan använda talat språk i vissa situationer men talar obehindrat i andra sammanhang. Ofta har barnet också social ångest, oro och ett undvikandebeteende som försvårar vardagen i olika grad. Tystnaden är inte självvald och den är svår att bryta på egen hand trots att barnet upplever en stark motivation och längtan efter att prata med exempelvis sina pedagoger och kompisar. Svårigheterna är generellt mer uttalade i förskolan än i hemmiljön.



I förskola handlar det till stor del om att:

- Skapa goda relationer och bygga förtroende.
- Skapa en trygg och förutsägbar miljö.
- Ge extra stöd vid situationer som kan skapa mer ångest än vanligt, exempelvis nya aktiviteter/personer/miljöer.

Kommunikativt förhållningssätt i mötet barnet:

- Gör om frågor till påståenden. I stället för ”Hej, hur mår du?”, kan du säga ”Hej, vad kul att se dig!”.
- Om du måste fråga - använd stängda frågor så barnet kan signalera ja eller nej.
- Prata med barnet utan att förvänta dig ett svar.
- Lämna utrymme för tystnaden. Du behöver inte fylla den med egna ord.

Läs mer:

Engström, C. (red.) *Pratlust och talängslan: om selektiv mutism*. Studentlitteratur 2010

Förening: [Tala om tystnad](#)

# Bemöt yngre

I förskolan vill vi hjälpa barnen att utveckla många färdigheter som de behöver. Det kan då hända att vi ställer krav på barn efter vad vi anser att de borde klara av. För barn som inte utvecklat samma färdigheter som jämnåriga blir förväntningarna/kraven ofta för svåra och lärandet minskar. Barn lär sig inte genom att misslyckas utan genom att med avvägda utmaningar och lagom stöd få lyckas. Därför blir det viktigt att vi ställer krav som barn kan klara.

De flesta vuxna tycker att det är lättare att hantera en 3-åring som t ex inte vill klä på sig än en 5-åring som gör samma sak. Det faller sig naturligt att hjälpa till med den första strumpan, ge ledtrådar på fortsatt påklädning och mycket positiv coachning till 3-åringen. Ofta har man högre förväntningar och krav på en 5-åring.

Att "Bemöta yngre" kan vara en metod för att få en större förståelse för det enskilda barnet och öka möjligheterna till rätt insatser. Istället för att utgå från att det är en situation eller aktivitet som barnet bör klara, blir tanken att just i det här tillfället bemöta barnet som om den var några år yngre. Det är då lättare att anpassa kraven, lyssna, ställa andra frågor och hjälpa till mer.

## Tänk på:

- Är kraven möjliga att klara för barnet just nu?
- Var lyhörd på vad barnet förmedlar. Kan du få några ledtrådar till varför förväntningarna/kraven är svåra?
- Hur skulle du bemöta ett några år yngre barn i samma situation? Vilket stöd skulle du ge och vilket förhållningssätt skulle du ha?
- Vilken form av hjälp och förståelse behöver barnet just nu?
- Utvärdera - Var ditt förhållningssätt till hjälp för barnet? Finns det behov att ytterligare anpassa förväntningar och/eller krav?

## Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022.

G Niss. *Uppdrag omsorg - en förskola på barnens villkor*. Gothia Kompetens AB 2021.

D Edfelt. *Utmaningar i förskolan: att förebygga problemskapande beteenden*. Gothia Fortbildning 2015.

A Sjölund & L W Henrikson. *Förskolekompassen: för dig som möter barn som har svårt att navigera*. Gothia fortbildning 2015

# Bild- och symbolstöd

Bild- och symbolstöd i förskolan är ett pedagogiskt verktyg som kan tydliggöra vardagen, visualisera språket och stödja det sociala samspelet. Tanken är att lyfta fram det betydelsebärande innehållet i kommunikation. Det kan handla om konkreta föremål, fotografier, bilder eller olika typer av symboler. Bilder och symboler är bra för alla barn men särskilt viktigt för barn som av olika anledningar har behov av en tydliggörande pedagogik och språkligt tillgänglig miljö. Det bidrar till att öka barns självständighet samt göra vardagen i förskolan begriplig, hanterbar och meningsfull. Att utveckla bild- och symbolstöd kräver kunskap, reflektion och medvetenhet i hela organisationen.

När du skapar bild- och symbolstöd är det viktigt att fundera över:

- Vad är syftet med bildstödet?
- Är symbolerna representativa för målgruppen?
- Är materialet tydligt och överskådligt?
- Hur ska bilderna introduceras och presenteras?

Det finns program som är utformade för att skapa bild- och symbolstöd och som bygger på olika symbolbaser. I dagsläget har Umeå kommunlicens på layoutprogrammet InPrint 3 där Widgit symbolbas ingår. I programmet går det att lägga till och använda egna bilder, fotografier och andra bildbaser så som Ritade tecken, Pictogram och Bliss.

För att bilder och symboler ska bli ett stöd i det praktiska arbetet under hela dagen på förskolan kan det underlätta att utgå från Levlas kategorier; förhållningssätt, strukturstöd, strategistöd, kommunikationsstöd och organisation.

Några exempel:

**Förhållningssätt** -Alla som arbetar i förskolan är viktiga förebilder (Lpfö18) i kommunikationen. Det handlar om att inta ett förhållningssätt där du använder dig själv, din röst och ditt kroppsspråk på ett medvetet sätt bilder och symboler som ett komplement. Du behöver också ta hänsyn till situationen och vem som är mottagare och om barnen kan tolka bilder.

**Strukturstöd** - Genom att använda bilder kan vi hjälpa barn att svara på VAD de ska göra. Exempel på strukturstöd är dagsschema/veckoschema.

**Strategistöd** - Genom att använda bilder hjälper det barn att svara på HUR de ska göra. Exempel på strategistöd är handtvätt, påklädning.



**Kommunikationsstöd** bidrar till att ge barnen förutsättning att FÖRSTÅ och GÖRA SIG FÖRSTÅDDA. Om bild- och symbolstöd används aktivt och medvetet i förskolan som stöd för kommunikationen skapar det förutsättning till delaktighet för alla barn.

Exempel på kommunikationsstöd.

- tallriksunderlägg
- kommunikationskortor
- nyckelknippor
- konkret material, t ex figurer och föremål vid sagoberättande.



### Läs mer

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Första utgåvan: Natur & Kultur 2019.  
 U Aspflo & E Almsenius. *I relation till lärande: kommunikationsstöd i undervisningen*. Aspflo & Klamas AB förlag 2019.  
 B Heister Trygg. *AKK i skolan: en pedagogisk utmaning: om alternativ och kompletterande kommunikation i förskola och skola*. Södra regionens kommunikationscentrum (SÖK) 2012.

### Digitala verktyg:

Symbolbruket, [In Print 3](#)

SPSM [Ritade tecken](#)

Dart, Västra götalandregionen. Kommunikations- och dataresurscenter. [Färdigt material](#)

# Dagsschema

För att möta alla barns behov av förutsägbarhet och hjälpa dem att utveckla strategier i att planera och organisera, bör förskolans dagar se så lika ut samt ha ett tydligt upplägg. Detta upplägg kan synliggöras och presenteras på olika sätt, viktigast är att det tydliggör var, vad och när man ska göra olika saker och i vilken ordningsföljd. Syftet är att göra dagen begriplig och hanterbar och hjälpa barnen att bli självständig utifrån sin ålder och mognad. En tydlig struktur och ett tydligt schema är ett stöd för alla barn, men en nödvändighet för vissa. En del barn har behov av individuell anpassning av sitt dagsupplägg för att få grepp om tillvaron.

Nedan följer några tips om hur scheman kan utformas:

- Schema är ett tydliggörande i tid och innehåll och svarar på frågorna NÄR? VAR? VAD? och vilken ordningsföljd FÖRST- SEDAN
- Färg tydliggör veckans olika dagar, vedertagna färger är måndag – grön, tisdag – blå, onsdag – vit, torsdag – brun, fredag – gul, lördag – rosa, söndag – röd
- Scheman kan ha många olika typer av utformning t ex. konkreta föremål, fotografier, ritade bilder, bilder t ex. widgeysymboler.
- Ett schema behöver vara levande, flexibelt och kunna anpassas utifrån oförutsedda händelser och dagsläge. Det innebär att varje "aktivitet" bör vara löstagbar (kardborre, häftmassa, magnet) så att det kan bytas ut vid förändringar



Läs mer

J Karlsson & A Morell. *Visuellt stöd som verktyg i förskolan*, Gothia kompetens AB 2025

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur, Stockholm, 2019

B Hejlskov Elvén & A Sjölund. *Hantera, utvärdera, förändra: med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik*. Natur & kultur, 2018

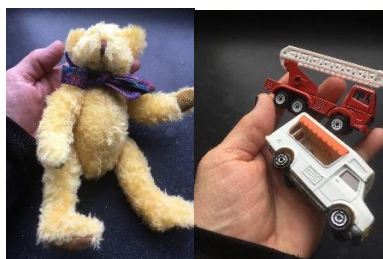
# Erbjuda val

Att välja aktivitet, komma igång och genomföra samt att hantera övergångar mellan aktiviteter är svårt för barn i förskoleålder. Att kunna göra val förutsätter förmåga att skapa en inre bild, hålla kvar bilden i minnet och förstå valets konsekvenser.

Att få förslag på val är bra för att ge barn överblick och tydliggöra de förväntningar som finns. Att få valförslag kan även ge barnet en ökad känsla av begriplighet, hanterbarhet och kontroll, vilket ofta leder till sänkt stressnivå samt ökar meningsfullhet och motivation.

För att kunna göra val måste barn veta vad som finns att välja på. Valförslagen och antalet alternativ bör ges utifrån barns ålder och utvecklingsnivå. Val kan tydliggöras med konkreta föremål, foton eller bild vilket gör det lättare för barn att hålla alternativen i minnet.

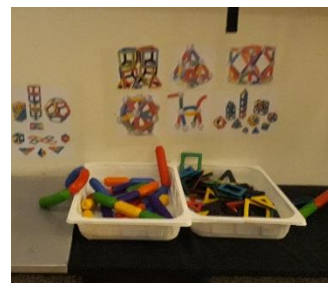
För att introducera valsituationen är det bra att börja med två valförslag där ett alternativ är intressant och det andra mindre intressant så blir valet enklare för barn. Successivt kan man sedan utveckla förmågan att välja mellan två lika intressanta valförslag eller flera valalternativ.



Exempel med konkreta saker som visar vilka val som kan göras



Exempel på valtavla/aktivitetstavla



Exempel på vad man kan välja att göra med materialet

Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier. Studentlitteratur 2022.*

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan.* Första utgåvan: Natur & Kultur 2019  
B Hejlskov Elvén & A Sjölund. *Hantera, utvärdera, förändra: med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik.* Natur & kultur 2018.

# Förförståelse

Många barn i förskoleålder har behov av att få tydlig förberedelse inför olika aktiviteter, vad de ska göra, när saker äger rum, i vilken ordning och hur det går till, med vem och vad ska man göra sedan. Med hjälp av bilder/föremål kan dagens aktiviteter tydliggöras.

Barn mår bra av dagliga rutiner och tydligt upplägg för sin förskoledag. I förskolan ger vi ofta barnen information om vad som ska hända under dagen i en samling där vi berättar, förklarar och förbereder.

Exempel på förförståelse inför och vid skapande aktivitet

- Ansvarig pedagog signalerar att det är dags för skapande aktivitet, t ex plinga i klocka (Vad/Vem)
- Barnen sätter sig på sina markerade platser (Var/Vilka)
- Presentation av innehåll med bilder/föremål (Hur/Vilken ordning/Hur länge)
- Aktiviteten avslutas med en återkommande aktivitet, t ex plinga i städsklocka eller ramsa (Vad/Hur)
- Ansvarig pedagog informerar om nästa aktivitet, t ex visa bild/föremål (Sedan)

För en del barn kan det behövas mer riktad förberedelse i nära anslutning till en aktivitet. Hur formen ser ut anpassas efter barnets behov och utveckling. En bra rutin är att pedagogen tillsammans med barnet går igenom vad som ska hända och samtalar om vad barnet ska göra t ex "först-sedan". Förförståelse genom att enskilt få sjunga en ny sång, leka en ny lek eller spela ett spel tillsammans med en pedagog kan skapa förutsättningar för delaktighet i en senare gemensam aktivitet.



Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022.

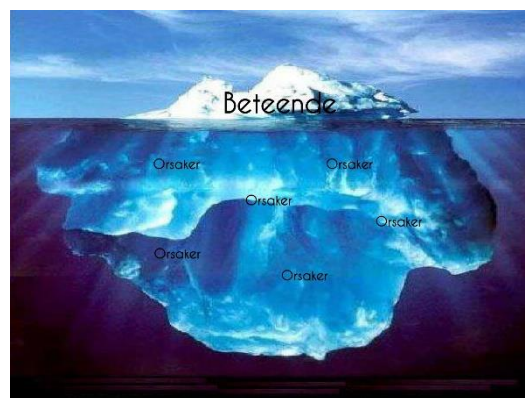
D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Första utgåvan: Natur & Kultur 2019.

# Förstå beteende

## Öka förståelse för beteende i situationer

Ibland kan det vara svårt för oss vuxna att förstå varför vissa situationer blir svåra för barn. Vi behöver då närmare undersöka situationerna i syfte att förstå vad som skulle kunna förändras. För att identifiera situationer som är svåra är det till hjälp att "ta ett steg tillbaka" och titta närmare på situationerna på ett mer systematiskt sätt. Kan vi se några mönster? Vi behöver ta på oss våra nyfikna detektivglasögon för att kunna förstå och få till förändringar som hjälper barn att lyckas.

- Vad händer i situationen och innan?
- Vilket beteende handlar det om?
- Varaktighet? Hur länge har beteendet funnits?
- Frekvens? Hur vanliga är problemen?
- Är det ett mönster som upprepas eller något som bara händer i vissa situationer, speciella tidpunkter på dagen, viss plats, viss aktivitet, övergång, väntan, med vissa personer?
- Intensitet och omfattning? Hur starkt/kraftigt är beteendet? Vilka reaktioner väcker det bland andra? Finns problemen i flera sammanhang och olika miljöer?
- Vilket behov kan finnas bakom barnets beteende, hur kan det förstås utifrån barnets perspektiv?
- Konsekvenser? Hur påverkas barnet och omgivningen?



När vi har mer information kring vad det är som händer kan vi bättre göra de förändringar och anpassningar som behövs för att bryta negativa mönster.

Vi behöver också rikta vår uppmärksamhet mot och identifiera situationer som fungerar bra. I och med att vi gör detta ökar sannolikheten att vi ger barnet positiv uppmärksamhet och förstärker det som fungerar bra. Vi kan också hitta framgångsfaktorer som vi kan använda oss av i de situationer som är svårare och vi kan då medvetet planera för och skapa fler av de situationer som fungerar bra. Barn mår bra av och lär sig av att lyckas och positiv uppmärksamhet behöver barn som hamnar i svåra situationer extra mycket av.

Läs mer:

P Karlsson & E Thormann. *Positivt beteendestöd i förskola för lärande, lek och livskvalitet*, Natur och kultur 2023.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Första utgåvan: Natur & Kultur 2019.

# Förstärka samspel

Inom psykologin innebär begreppet "mentaliserings" förmåga att förstå sina egna och andras tankar, känslor och avsikter. Det handlar alltså om att förstå både sin egen och andras inre värld; vad det är som får mig att agera och reagera som jag gör, och vad det är som får andra att agera och reagera som de gör. De flesta av oss mentaliserar utan att tänka på det. Exempelvis när vi reflekterar över varför en kollega svarade på ett visst sätt, varför vi känner oss nervösa inför något eller när vi väljer att stå över något roligt till förmån för något förnuftigt. Förmågan varierar från situation till situation och påverkas av dagsform och humör.

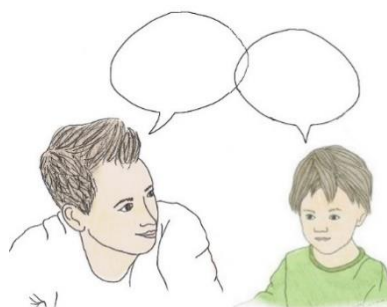
Barn föds inte med denna förmåga utan den utvecklas med åren genom erfarenhet och träning i samspel med andra. Vuxna hjälper barn att förstå sig själva genom att vara lyhörda för och tona in barns behov och spegla känslor.

*Du ska stå med den ena foten i din egen sko och den andra foten i den andra människans sko.*

Att förstärka samspel genom mentalisering handlar inte om att "läsa" andra människor fullt ut, för det är inte möjligt, utan det handlar om att skapa en nyfikenhet på sitt eget och andras beteenden och att hjälpa barn att reglera sina känslor. Det gör man bland annat genom att hjälpa dem förstå vilken känsla som dök upp, varför de fick känslan och vad de kan göra åt situationen.

**Hur kan vi förstärka samspel och hjälpa till att utveckla mentalisering i förskolan?**

- För många kan det vara ett stöd att pedagogen visualiserar sociala händelser och situationer. Det kan till exempel göras genom ritprat och seriesamtal.
- Använd böcker eller filmer för att uppmärksamma karaktärernas olika viljor och känslor.
- Gå igenom konflikter i efterhand just med fokus på vad andra kan ha velat eller känt.
- Förtydliga samspelen som pågår med andra och använd roller där man är en annan person. Hur pratar och tänker den personen? I lekssituationer kan pedagogerna tydliggöra för barn vad andra tänker just då genom att exempelvis säga "nu vill Anna ... men jag vill ...".
- Använda "jag" och "du" när vi pratar och framför allt tillsammans med ord som "tänker", "gillar", "behöver" eller "vill ha" för att tydliggöra att vi är olika på insidan.



Läs mer:

G Niss. *Uppdrag omsorg – en förskola på barns villkor* Gothia kompetens 2021.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019

I Brandtzæg, S Torsteinson & G Øiestad. *Se barnet inifrån: att arbeta med anknytning i förskolan*, Natur & Kultur 2016.

# Goda relationer

Enligt Läroplanen för förskolan (lpfö 18) ska utbildningen utgå från en helhetssyn på barns behov där omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet. Med stöd av programmet Vägledande samspel, ett hälsofrämjande och förebyggande program, skapas goda förutsättningar för barns utveckling och lärande genom god omsorg, gott samspel och nära, trygga och tillitsfulla relationer. Utifrån programmets tre dialoger för gott samspel kan man arbeta för goda relationer i förskolan.

## Den känslomässiga dialogen

Grunden för barns kognitiva och sociala utveckling är det känslomässiga samspelet med viktiga vuxna i barns omgivning. Den emotionella dialogen med barn förutsätter att de vuxna uttrycker positiva känslor, ger bekräftelse, erkännande, är lyhörda och följsamma och därmed etablerar en nära och varm dialog.

- Visa positiva känslor - visa att du tycker om barnet
- Se och följ barnets initiativ
- Ha en god dialog med barnet – utbyt positiva känslor
- Uppmuntra och bekräfta barnet

## Den meningsskapande och utvidgande dialogen

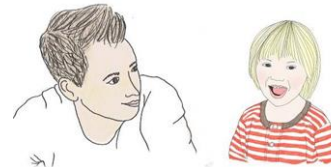
Med utgångspunkt i gemensam uppmärksamhet och gemensamma upplevelser utvidgar vuxna barns upplevelse genom att ge mening, förklara och berätta så att upplevelserna framstår som meningsfulla, intressanta och knutna till barns övriga erfarenheter. På detta sätt skapas en gemensam förståelse av verkligheten.

- Hjälp barnet att rikta sin uppmärksamhet, ha ett gemensamt fokus
- Förklara, ge innehåll och mening åt det som händer med entusiasm
- Utvidga och berika barnets upplevelser genom jämförelser, förklaringar och berättelser

## Den reglerande dialogen

De vuxna hjälper barn att bemästra de uppgifter och utmaningar som de möter i vardagen, att överblicka situationer, reflektera över hur man kan hantera dem och vilka konsekvenser beteenden kan få. De vuxna stödjer och vägleder barn med känsloreglering och gränssättning i en atmosfär av vänlighet och ömsesidig respekt.

- Reglering genom att planera steg för steg
- Anpassat stöd
- Reglering med hjälp av situationen och fasta rutiner
- Positiv gränssättning



Läs mer:

UNICEF: [Barnkonventionen](#).

J Jakobsson Lundin. *Samspelets psykologi i förskolan*. Lärarförlaget 2019.

I Brandtzæg, S Torsteinson & G Øiestad. *Se barnet inifrån: att arbeta med anknytning i förskolan*. Natur & Kultur 2016.

# Guldstunder

## Gyllene ögonblick

God omsorg med trygga och tillitsfulla relationer till vuxna är en förutsättning för barns utveckling och lärande. Det är pedagogernas ansvar att se till att relationen till barnen är präglade av trygghet och glädje och detta är något som aktivt behöver arbetas med i förskolan. Vardagen i förskolan består av många gyllene ögonblick/guldstunder tillsammans med barn, det kan vara längre stunder av fin kontakt i lek och samspel och det kan också vara korta ögonblick i form av en blick eller en nick i samförstånd. Att både uppmärksamma, skapa och planera för dessa stunder är oerhört viktigt för barns hälsa, utveckling och lärande. Att rikta uppmärksamheten på goda stunder tillsammans med barn är betydelsefull för den bild vi skapar av barnet. Den bild vi har av ett barn påverkar den omsorg vi ger barnet, därför är det oerhört viktigt att vi arbetar aktivt för att få till goda stunder och skapa en god relation.

### Strategier för att bygga upp en god relation:

**Avsätt tid:** Se över när är det praktiskt möjligt att avsätt tid att vara tillsammans och ha fullt fokus på närvaro i samspelet.

**Visa intresse:** Ta dig tid, sätt dig vid barnet och visa intresse för det barnet gör. Med mindre barn kan du beskriva det du ser att barnet gör och med äldre barn kan du visa ditt intresse genom att med öppet och nyfiket sätt uppmuntra barnet att berätta vad den gör.

**Följ barnets initiativ:** För att uppmuntra barnets egna initiativ och intressen, kan det vara bra att undvika uppmaningar och frågor som i "guldstunden" kan upplevas störande och kravfyllt. Ett alternativ till att ställa frågor är att berätta något om sig själv eller något om något man varit med om, då kan barnet välja om det vill haka på och berätta något eget.

**Ge positiv uppmärksamhet:** En viktig del i att skapa en god relation är att ge positiv förstärkning för bra och neutrala beteenden. Genom att fokusera på och ge mycket uppmärksamhet på dessa, positiva kommentarer och att visa och uttrycka engagemang kring att vara tillsammans förstärker bra beteenden och undviker att förstärka problemskapande beteenden.

### Skapa rutin:

- att stanna upp i vardagen och reflektera kring, när uppstår gyllene ögonblick/guldstunder?
- att alla barn får ta del av och uppleva gyllene ögonblick/guldstunder.
- att regelbundet dela med sig av guldstunder till varandra i arbetslaget, är ett bra sätt för att synliggöra och inspirera varandra.
- att vid varje överlämning till vårdnadshavare dela dagens guldstunder. Att få positiva beskrivningar av sitt barn påverkar deras bild av barnet på ett stärkande sätt.



Läs mer:

G Niss. *Uppdrag omsorg - en förskola på barnens villkor*. Gothia Kompetens AB 2021.

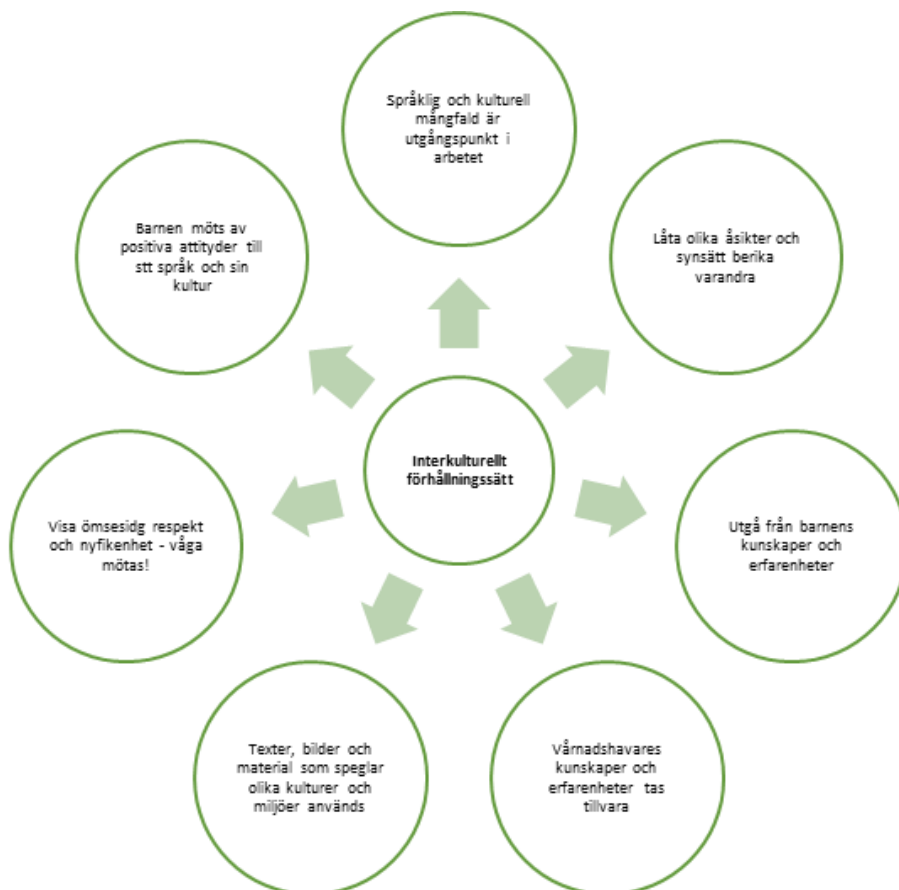
I Brandtzæg, S Torsteinson & G Øiestad. *Se barnet inifrån: att arbeta med anknytning i förskolan*. Natur & Kultur 2016.

M Forster. *Fem gånger mer kärlek: forskning och praktiska råd för ett fungerande familjeliv: en bok till föräldrar med barn mellan 2 och 12 år*. StorySide, 2015.

# Interkulturellt förhållningssätt

I förskolan möts människor med olika bakgrunder, erfarenheter och kulturer. I förskolans sammanhang passar det bra att använda en definition av kultur som ett livsmönster som överförs från en generation till nästa, ett beteendemönster för hur man beter sig i sin vardag. Genom ett interkulturellt förhållningssätt tas barns tidigare erfarenheter, intressen och språkbakgrund till vara. Ett interkulturellt förhållningssätt innebär en lärandeprocess där olikheterna är berikande och där ingen utsätts för diskriminering eller missgynnas.

Ett interkulturellt förhållningssätt innebär att möta barn och vårdnadshavare med öppenhet, respekt, reflektion och empati och ta vara på den mångfald som barn och vårdnadshavare representerar. Ett interkulturellt förhållningssätt innebär att mötas med jämlikhet, tolerans, förståelse och ömsesidig respekt och syftar till att överbygga kulturella barriärer.



### Strategier för ett interkulturellt förhållningssätt:

- Vi undersöker, reflekterar och är intresserade
- Vi är nyfikna och tar in det som händer i omvärlden. För att kunna fånga nya trender, tendenser och förändringar försöker vi utmana våra egna tankemönster.
- Vi tar till vara barns frågor, tankar och idéer i ett lärande samspel där vi påverkas av varandra och för processer vidare
- Vi är medvetna om vår egen roll utifrån vår etniska bakgrund och förstår hur ett mångkulturellt samhälle kan återspeglas i förskolan
- Vi ser varje barn som en individ och inte som en representant för en grupp eller kultur
- Vi ger barn med tillhörighet i olika kulturer bekräftelse och möjlighet att utveckla hela sin identitet, både hemma och i förskolan och skolan
- Vi visar ömsesidig respekt och nyfikenhet
- Vi ser olikheter som en tillgång
- Vi tar tillvara vårdnadshavarnas kunskaper och erfarenheter
- Vi låter lärmiljön påverkas av vårt interkulturella arbetssätt

### Läs mer:

Skolverkets lärportal: Flera språk i barngruppen, del 2 [Interkulturellt förhållningssätt](#).

P Håland Anveden. [Interkulturellt förhållningssätt och barn som är nya i det svenska språket](#). 2024

B Riddarsporre & J Stier. *Interkulturellt arbete i förskolan: med läroplanen som grund*. Natur & Kultur 2019.

# KASAM - Känsla av sammanhang

För barn i förskoleåldern kan mycket i förskolan vara obegripligt. För att barn ska kunna delta i förskolans aktiviteter och känna sig trygga behöver dagen i förskolan vara begriplig, hanterbar och meningsfull. Känsla av sammanhang (KASAM) är ett begrepp med salutogent perspektiv som fokuserar på hälsosamma resurser och förmågor, så kallade friskfaktorer, i stället för att uppmärksamma det som inte fungerar.

KASAM består av tre komponenter:

**Begriplighet** innebär att det som händer går att förklara och förstå.

**Hanterbarhet** innebär att man har de verktyg som behövs för att påverka.

**Meningsfullhet** innebär att man är delaktig och att det känns meningsfullt.

| Begriplighet  | Hanterbarhet                | Meningsfullhet |
|---------------|-----------------------------|----------------|
| Förförståelse | Upplevelse av självkontroll | Delaktighet    |
| Information   | Positiv självkänsla         | Lust           |
| Tydlighet     | Rimliga krav                | Gemenskap      |
| Struktur      |                             | Mening         |

Frågor att fundera över som pedagog:

- Hur gör vi dagarna på förskolan begripliga för barnen?
- Hur ger vi barnen en upplevelse av att verksamheten är tydlig och sammanhängande?
- Vilka redskap ger vi barnen så att de kan hantera sin vardag?
- Ställer vi rimliga krav på barnen utifrån förmåga?
- På vilket sätt har barnen en meningsfull vardag?

Att tänka på:

- Gör mer av det som fungerar!
- Om något inte fungerar gör på ett annat sätt.
- Förändra inte det som fungerar.



Läs mer:

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019

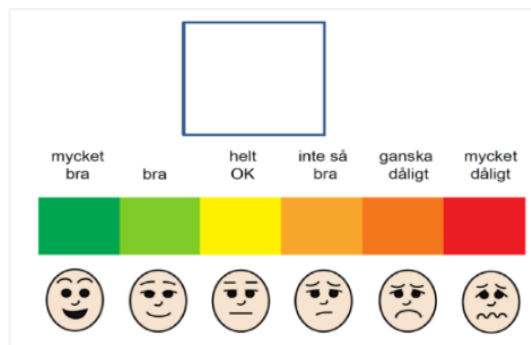
B Hejlskov Elvén & A Sjölund. *Hantera, utvärdera, förändra: med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik*. Natur & Kultur, 2018

# Kommunikationsskalor

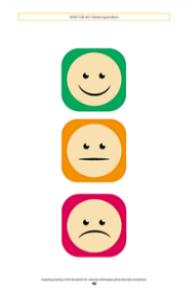
Att kunna kommunicera och uttrycka sina behov är en grundläggande mänsklig rättighet. Alla barn behöver få möjlighet att kunna beskriva och uttrycka sig. I vissa situationer kan det bli svårt i kommunikationen och att göra sig förstådd. Det kan behövas fler ord, begrepp och uttryck än barnet äger för tillfället för att kunna förmedla sina känslor och behov.

Att använda olika former av skalor kan vara ett sätt att underlätta kommunikationen. Syftet är att hitta ett verktyg som hjälper till att sätta ord och bild på känslor, uttryck och behov. Skalor kan ge en tydlighet och ökad förståelse, men även vara en möjlighet att koppla känsla till handling vilket kan vara svårt för barn i förskoleålder. Många gånger är det enklast att tillsammans med barnet/barnen skapa en skala utifrån de begrepp, känslor och behov som är aktuella i en specifik situation eller för barnet/barnen t ex beskriva behov och känslor inför en aktivitet/situation, utvärdering efter en aktivitet eller stämma av känsloläget.

Nedan finns olika förslag på skalor att använda:



Louise Kjellsson, (Centrum för hjälpmedel, Örebro läns landsting, 2013) har tagit fram denna skattningsskala. Där man i den tomma rutan kan sätta in text, bild eller symbol på uppgift/aktivitet/lektion/händelse



Kari Dunn Buron har tagit fram en skala i färgerna grönt till rött (The incredible 5-point scale). Skalan kan användas för att sätta ord på nyanser i känslolägen, uttrycka vad man tycker om olika saker men även hjälpa till att ge ord för aktivitetsnivåer och kravnivåer.

Läs mer:

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn Cajsas & M Reutersvärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan* Natur & Kultur 2019.

G Gerland & U Aspflo. *Barn som väcker funderingar: se, förstå och hjälpa förskolebarn med en annorlunda utveckling*. Pavus utbildning, 2015.

Solfrid Raknes. *Smarta tankar om starka känslor: ett självstärkande verktyg för barn*. Gothia 2012.

# Lek och samspel

Leken är viktig för barns utveckling och lärande och ska präglade verksamheten i förskolan. I lekens och det lustfyllda lärandets olika former stimuleras fantasi, inlevelse, kommunikation och förmåga till symboliskt tänkande samt förmåga att samarbeta och lösa problem. Barnet kan i den skapande och gestaltande leken få möjligheter att uttrycka och bearbeta upplevelser, känslor och erfarenheter samt få förståelse för andra. Barn söker och erövrar kunskap genom lek, socialt samspel, utforskande och skapande, men också genom att iaktta, samtala och reflektera.



Frågeställningar kring lek och delaktighet kan t.ex. vara att barnet sällan visar intresse för eller uppmärksammar andra barns lek, leker bredvid de andra barnen på förskolan, inte visar intresse för leksaker, enbart gillar vissa lekmaterial, använder lekmaterial på ett annorlunda sätt, inte kan hålla på med en lekaktivitet någon längre stund utan byter från det ena till det andra eller fastnar i samma lektema. Det kan också vara svårt att etablera en kontakt med barnet.

Det är i relationen till de vuxna som den sociala leken grundläggs. Pedagogerna behöver finnas där som trygghet, ge vägledning och inspirera. Pedagogerna fungerar som sammanhangsförklarare för barnen på förskolan och i sociala situationer, dvs som social tolk för att skapa begriplighet, meningsfullhet, hanterbarhet och lotsa barnen genom dagens alla situationer och aktiviteter. Genom att delta i lek och samspel kan pedagogerna modellera, skapa struktur och ligga steget före för att utvidga och utveckla leken och avvärja incidenter. Vuxna måste vara lyhörda för att det finns olika sätt att leka. Kom ihåg att det finns femåringar som har behov av tittutlekar och att rulla boll fram och tillbaka med en pedagog.

När ett barn leker med andra barn ställs större krav än vid den tillrättalagda leken med vuxna. Barnet måste kunna dela med sig och komma överens om lekregler, veta när det är på låtsas och förstå de sociala lekreglerna och i detta behövs pedagogernas stöd.

## Fundera:

- Kan det vara så att förmågan att leka behöver lockas fram? Att pedagogen behöver gå in i leken för att visa hur man gör?
- Titta närmare på vilken sorts lek som barnet egentligen leker. Kanske barnet inte haft möjlighet att träna turtagningen från början utan att det är där man behöver börja med de första lekarna som att sitta på golvet och rulla en boll fram och tillbaka.
- Följ barnet – utgå från barnets intressen, låt det bestämma takten och riktningen.
- Arrangera lekgrupper ibland för att stötta barnen i att visa varandra och hjälpa varandra in i leken genom att som pedagog ställa frågor som "Hur ska ni göra nu? Vem är chaufför? Var ska ni resa?" för att få en samsyn på leken.
- Det är pedagogernas uppgift att skapa möjligheter såväl till olika former av lek som till en miljö där barnets självbild kan växa sig stark. Det gäller både den fysiska miljön och den sociala miljön och därför bör en ständig diskussion föras om hur möbleringen ser ut, vad man erbjuder och hur det introduceras och presenteras likväl som hur det sociala samspelet ser ut mellan barn-barn och pedagog-barn.

## Läs mer:

M Öhman. *När leken inte fungerar*. Gothia kompetens 2023.

R Samuelsson. *Guidad lek i förskolan. Språkutveckling mellan undervisning och lek*, Studentlitteratur 2022.

M-L Folkman & E Svedin. *Barn som inte leker från ensamhet till social lek i förskolan*. MTM 2019.

# Ligga steget före

Många gånger vet vi på förhand vilka situationer som kommer att bli svåra för barn. Det kan handla om teaterbesök eller luciaframträdanden för föräldrar. Det kan också vara specifika delar av de dagliga rutinerna på förskolan eller övergångar mellan dem.

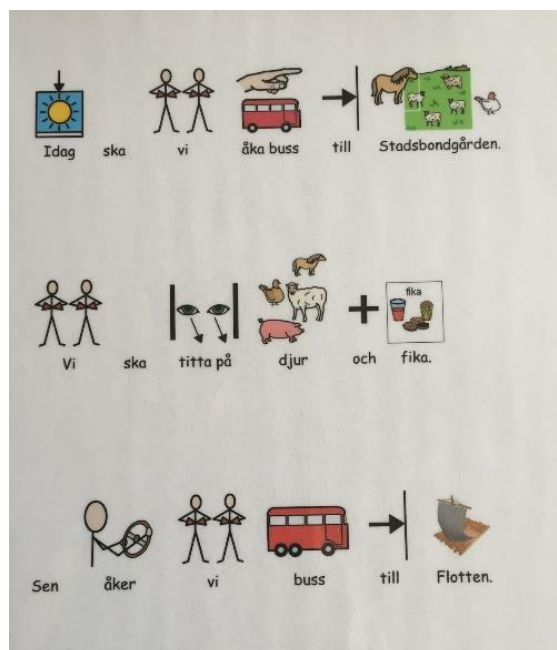
Att inte riktigt veta vad som ska hända skapar oro och stress, vilket försämrar barns möjligheter att använda sina förmågor fullt ut. Påminnelser, förberedelser och stöd kan behövas för att öka möjligheterna att få lyckas och för att förhindra stress.

När man vet vilka situationer som kan bli svåra för barn behöver de förebyggas genom planering – att ligga steget före.

Att presentera och ge en "färdplan"/aktivitetsordning inför t ex teaterbesök är en bra förberedelse. Det kan man göra genom att ritprata eller genom att visa på ett aktivitetsschema med bilder och/eller foton där man berättar vad som ska hända.

Barnet bör få svar på följande frågor:

- Vad ska jag göra?
- Varför ska jag göra det?
- Var ska jag vara?
- Med vem ska jag vara?
- Hur länge ska det hålla på?
- Vad ska hända sedan?



Läs mer:

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.

G Niss. *Det händer i hallen*. Gothia Fortbildning 2018

B Hejlskov Elvén & D Edfelt. *Beteendeproblem i förskolan: om lågaffektivt bemötande*. Natur & Kultur 2017.

# Ljudmiljö

Ljudmiljön i förskolan består av många olika typer av ljud i olika styrka. Det kan exempelvis vara ljud från leksaker, kompisars prat eller ventilation som låter. Det kan också vara ljud utifrån eller från rummet bredvid. Ljudmiljö påverkas av fysiska förutsättningar i rummet, hur många personer som vistas i rummet samt hur verksamheten utformas. Mänskliga röster är den ljudkälla som vår hjärna har svårast att stänga ute, och kan därför vara en besvärlig bullerkälla. I en god ljudmiljö finns möjlighet att urskilja de viktiga ljud som behövs i en situation utan ansträngning.

Vi människor är olika känsliga för ljud och påverkas olika mycket av störande ljud runt omkring oss när vi ska fokusera på att exempelvis uppfatta tal. Ljud påverkar oss i olika grad. Att vara i en ljudrik miljö kan orsaka konsekvenser som trötthet och andra stressreaktioner. När barn ska tillägna sig ny kunskap är en god ljudmiljö av stor vikt, och för vissa barn är det helt avgörande för lärande och utveckling.

Ljud omkring oss består av vågor. Om ljudvågor har hårda ytor att studsas på så som fönster och skåpluckor så stannar de kvar längre och det blir mer buller/oönskat ljud. Om ljudvågor istället möter öppna hyllor och gardiner så bryts de, och hörbarheten förbättras.

Fysiska anpassningar för att främja en god ljudmiljö:

- Använd ljudabsorbenter och tysta möbler.
- Använd kraftigare gardiner och tjocka mattor.
- Använd "silent socks" eller möbeltassar på bords- och stolsben. Möbeltassar behöver ses över regelbundet.
- Se till att dörrar, skåpluckor, bänkluckor och lådor när de stängs möter dämpande tätningslister.
- Smörj dörrarna så att de inte gnisslar. En golvlister minskar ljudspill mellan rummen.
- Klä in förvaringslådor med filttyg eller liggunderlag i botten.
- Byt ut metall och porslin mot trä eller plast.
- Klä borden med filttyg och vaxduk eller "golvbiter".
- Välj i största möjliga mån tysta och mjuka material, exempelvis mjuka klossar och bilar med gummihjul.
- Färgsortera lego för att ta bort bullret som uppkommer när man gräver efter en kloss i rätt färg.

Pedagogiska strategier för att främja en god ljudmiljö:

- Medveten placering i olika situationer, använd gärna fast placering.
- Dela upp barnen i mindre grupper och nyttja de rum som finns.
- Använd aktivitetstavla där antalet barn anpassas till aktiviteterna.
- Tydliggör med bildstöd vilka ljudnivåer som ska användas vid olika aktiviteter.
- Inled gärna matsituationer med exempelvis fem tysta minuter.
- Använd skärmar för att dämpa ljud och skapa rum i rummen.
- Undvik bakgrundsljud som exempelvis musik och projektor.
- Ha alla samtal på nära håll och undvik att ropa över rummet.
- Arbeta tillsammans med barnen och samverka med vårdnadshavare kring ljudmedvetenhet.
- Arbeta aktivt med kommunikationsstrategier med barnen som exempelvis att ha ögonkontakt innan man börjar prata.

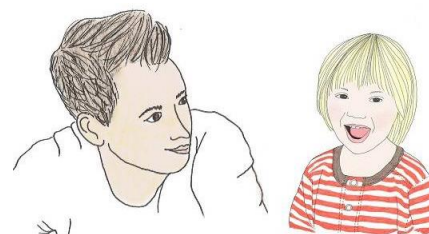
Läs mer:

Specialpedagogiska skolmyndigheten: [Ljudmiljö](#)

# Lågaaffektivt förhållningssätt

Lågaaffektivt förhållningssätt syftar till att genom ett tryggt, lugnt och positivt bemötande minska stress och utmanande beteende. Utmanande beteende uppstår ofta då omgivningens förväntningar och krav överstiger barns förmågor och färdigheter. Barn gör allt de kan för att nå de förväntningar och krav som omgivningen ställer. Ibland blir situationer för svåra och då behöver vuxna ta ansvar att hjälpa barn.

Många förskolebarn har svårt att reglera sina känslor och de behöver mycket stöd av vuxna för att så småningom kunna reglera sina känslor på egen hand. Barn behöver få sina känslor bekräftade. I lågaaffektivt förhållningssätt utnyttjar man att affekter smittar. Barn reagerar ofta i samma ton som det omgivande känsloläget. Därför måste vi vuxna vara medvetna om affektsmittan. I svåra och stressfyllda situationer är det viktigt att som vuxen behålla lugnet. I en situation där barn inte klarar att reglera sina känslor blir det kontraproduktivt att med skarp ton tillrättavisa vilket ofta ökar stress och barnet blir då utan det viktiga stödet att hantera och reglera sin affekt. När man arbetar lågaaffektivt behöver man använda tre verktyglådor; hantera, utvärdera och förändra/förebygga.



**Hantera:** När barnets affektnivå är hög behöver vi hjälpa barnet att bibehålla eller så snart som möjligt återfå sin självkontroll.

- Ha kontroll över det egna känsloläget, bemöt barnet med lugn, använd ett mjukt kroppsspråk, lugn röst och prata inte i onödan.
- Undvik intensiv ögonkontakt vilket riskerar att öka stress och affekt.
- Ta ett steg tillbaka istället för att gå närmare, detta minskar risken att situationen upplevs hotfull.
- Anpassa kraven utifrån den aktuella situationen, ibland kan det vara nödvändigt att släppa på kraven för att undvika ökad affekt.
- Avled, ändra fokus så upptrappningen av affekt kan brytas och känsloläget ändras.

**Utvärdera:** Varför blir situationen svår? Ett starkt känsloutbrott är ofta en signal att barnet har svårt att hantera kravet eller situationen. För att få vägledning i vad som behöver anpassas behöver vi fundera vidare kring situationen.

- Vad hände innan situationen utvecklades?
- Vad förväntade vi oss att barnet kunde?
- Hur påverkade vårt bemötande barnets affektutbrott?
- Hur fungerade barnets strategi att försöka lösa situationen?
- Använde vi några strategier för att hjälpa barnet att hantera affekten och bevara sin självkontroll eller använde vi strategier som försvårade?

**Förändra och förebygga:** Möjliggör gynnsamma förutsättningar och utvecklingsmöjligheter för barnet.

- Vilka strukturer i organisation och miljö behöver förändras?
- Hur kan tydliggörande pedagogik användas?
- Hur kan förhållningssätt utvecklas?

Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier.* Studentlitteratur 2022.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan.* Natur & Kultur 2019.

B Hejlskov Elvén & D Edfelt. *Beteendeproblem i förskolan: om lågaaffektivt bemötande.* Natur & Kultur 2017.

# Positiv förstärkning

Ibland hamnar vi i situationer som är svåra att hantera och bara leder vidare in i onda cirklar av tjtat och upptrappade situationer. Vid sådana tillfällen är det rimligt att ställa sig frågan vilken strategi man som vuxen ska använda sig av. Att förstärka och uppmärksamma det som är positivt är både en mer effektiv och mer hållbar strategi än att bestraffa det som upplevs negativt. Genom att på ett medvetet och strategiskt sätt uppmärksamma och förstärka positiva saker kan man påverka beteendet i positiv riktning.

Det är effektivt att uppmärksamma det som fungerar eller är på väg att fungera. Försök att fånga sådana tillfällen och hjälp barnen att tydliggöra och bryta ned vilka strategier som används vid det positiva tillfället. Genom att förstärka och tydliggöra sådana beteenden och strategier ökar du sannolikheten för att barnen ska fortsätta med dessa.

## Bra strategier:

- Ge barnet fem gånger så mycket positiv uppmärksamhet som tjtat, tillsägelser och gränssättning. Det behövs mycket mer positiv uppmärksamhet än man kan tro.
- Barn behöver främst uppmärksamhet genom att bli sedda, lyssnade på och förstådda snarare än att höra att de är duktiga.
- Att använda sig av beskrivande uppmärksamhet skapar variation och gör kopplingen mellan beteende och positiv uppmärksamhet mer begriplig för barnet.
- Omedelbar och specifik uppmuntran direkt i stunden gör det lättare för barnet att förstå varför det får beröm.
- Förstärk din muntliga uppmuntran med tonfall och tydligt kroppsspråk.
- Bekräfta även barnet icke verbalt, en nick, ett leende, en tumme upp, en strykning på ryggen är för många barn en önskad positiv förstärkning.



## Läs mer:

B Hejlskov Elvén & A Sjölund. *Hantera, utvärdera, förändra: med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik*. Natur & Kultur 2018.

P Karlsson. *Positivt beteendestöd i omsorg och skola: en introduktion*. Natur & Kultur 2018.

M Foster. *Fem gånger mer kärlek*. Natur & Kultur 2009.

# Reflekterande samtal med kollegor

Som pedagog ställs man lite då och då inför mycket svåra uppgifter och det kan hända att man känner sig ensam i tuffa situationer. Det är då viktigt att få hjälp och stöd av sina kollegor och sin organisation. Det kan vara krävande att arbeta med barn som är i behov av mycket extra stöd och anpassningar och det är lätt att känna sig otillräcklig när det inte går så bra som man önskar. Ibland kan det vara så att vi låter saker vara svåra lite för länge och att ta stöd av andra leder ofta till att vi snabbare kommer vidare.

Det är inte alltid så enkelt och självklart att dela med sig av det som är svårt för en själv. Ett sätt att underlätta detta är att vi skapar former där vi tillsammans med kollegor kontinuerligt delar och reflekterar kring de utmaningar vi ställs inför. Det underlättar att sätta upp enkla och kortsiktiga mål. Det är lättare att ta sig an mindre områden med överskådliga och korta delmål istället för att fokusera på stora mål som kan ta terminer eller förskoleår att uppnå.



Att genomföra förändringar tar tid och energi. Försök att inte ställa orimliga krav på din egen insats. Var beredd på bakslag, det är en del av utveckling. Vilket stöd behöver du av din organisation för att kunna arbeta långsiktigt, hålla ut och fortsätta när uppförsbacken är brant?

Du som pedagog är central och mycket viktig för barnets positiva utveckling. Se till att du får stöd av förskolechef, av kollegor, kanske handledning och konsultation från specialpedagog och/eller förskolepsykolog.

## Tänk på:

- Schemalägg regelbunden tid med kollegor, skapa en agenda så att samtalen blir konstruktiva och värdefulla.
- Hur kan ni i arbetslaget dra nytta av varandras kunskaper och erfarenheter?
- Sätt upp konkreta delmål istället för att endast fokusera på övergripande mål.
- Utvärdera kontinuerligt: Är vi på väg i rätt riktning? Vad fungerar? Vad behöver intensifieras och förändras?
- Ibland kan det vara värdefullt att få en kollegas input genom att låta den observera utifrån specifika situationer.
- Utveckling och förändring kan ta olika lång tid, ha tålamod. Ofta ger vi upp för tidigt, många åtgärder och förhållningssätt kräver lång tid för att fungera.
- Sök stöd hos förskolechef, fundera över vad du som pedagog kan göra och vad som kan göras organisatoriskt. Behövs det stöd av specialpedagog på området och eller stöd av Elevhälsans stödteam till förskolan med specialpedagogisk och psykologisk kompetens.

## Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019

B Hejlskov Elvén & D Edfelt. *Beteendeproblem i förskolan: om lågaffektivt bemötande*. Natur & Kultur 2017.

# Rimliga krav och förväntningar

Alla människor strävar efter att behålla sin självkontroll i de flesta lägen. Ingen vill hamna i kaos och göra saker som sedan ångras. I situationer som innehåller krav som är svåra att bemästra sätts självkontrollen på prov. Alla gör vi vad vi kan för att behålla självkontrollen och vi har olika lösningar och strategier för att behålla den.

Vid kravsituationer har en del barn svårt att hitta fungerande lösningar för att behålla sin självkontroll, vilket kan bli problematiskt för dem själva, sina relationer och för omgivningen. Dessa lösningar kan visa sig som vägran, lögn, slag, användande av glåpord eller att barnet flyr. Barnets lösningar kan uppfattas provocerande och leda till maktkamp och konflikt.

Psykologen Bo Hejlskov Elvén förklarar detta genom Affektutbrottsmodellen och Kontrollprincipen "Man måste ha kontroll över sig själv om man ska kunna lämna över lite kontroll till någon annan" och "Man måste ha självkontroll om man ska kunna samarbeta". Det är pedagogens uppgift att skapa förutsättningar för att barn i förskolan ska uppleva kontroll i sin omgivning och över sig själv stället för att vara tillrättavisande eller rådgivande, behöver man inta ett nyfiket och undersökande förhållningssätt så kan man få veta varför barnet agerar som den gör och hitta lösningar därefter.

Pedagogen kan tillsammans med barnet undersöka vad som har gått fel:

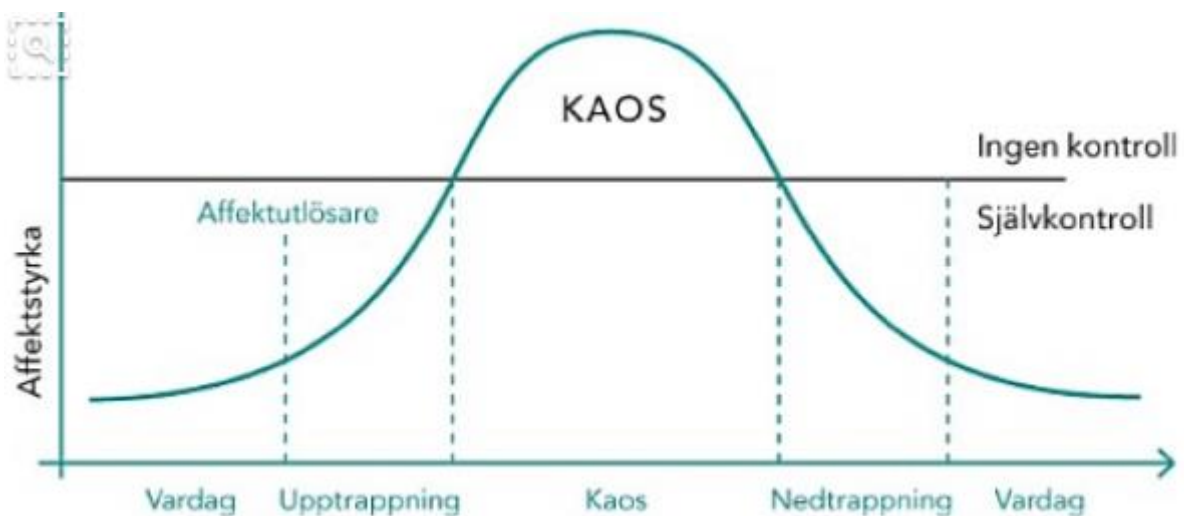
- Kan du berätta vad som hände innan när...?
- Jag ser att du är arg/ledsen/orolig för något - kan du berätta...
- Hur känns det för dig då...?
- Vad skulle du vilja göra istället?
- Om du skulle ... (den vuxna föreslår något) ... vad tror du skulle hända då?



Har inte barnet förmågan att med ord beskriva vad som hänt i en kravfylld situation kan det krävas att pedagogen tillsammans med kollegor i stället observerar och registrerar under vilka aktiviteter som konflikter och svårigheter uppstår. Vilka förmågor krävs av barnet i den särskilda situationen? Vilka resurser har barnet att klara av situationen? Vad har hänt innan och vad kommer hända efteråt?

När man förstått vad som ligger bakom beteendet har man möjlighet att ändra på förutsättningarna så att kraven kan anpassas och utefter barnets behov hitta fungerande lösningar. Man kan inte förbjuda eller fördöma barns lösningar utan att först försöka hitta en annan lösning som passar bättre.

Med hjälp av affektregleringsmodellen och tillhörande utvärderingsfrågor till respektive fas, (vardag, upptrappning, kaos, nedtrappning och vardag) som finns i "Beteendeproblem i förskolan" av Hejlskov Elvén och Edfelt finns goda möjligheter att utifrån barnets behov ändra förutsättningar och hitta lösningar.



#### Läs mer:

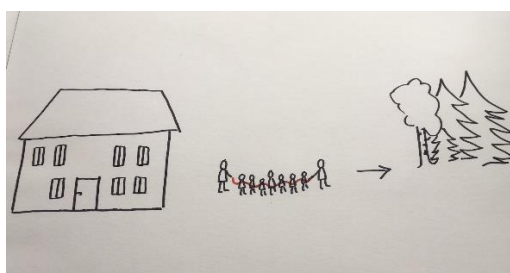
M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022.

B Hejlskov Elvén & D Edfelt. *Beteendeproblem i förskolan: om lågaffektivt bemötande*. Natur & Kultur 2017.

D Edfelt. *Utmaningar i förskolan: att förebygga problemskapande beteenden*. Gothia Fortbildning 2015.

# Ritprata

Ritprata är ett pedagogiskt stöd som kan användas för att tydliggöra, visualisera och göra kommunikationen mer begriplig och hanterbar. Barn i förskoleålder kan behöva stöd att förstå vad som händer i sociala sammanhang, tolka vad andra säger, tänker, känner och gör, visualisera kommande händelser och aktiviteter. Genom att använda papper och penna hjälper pedagogen barnet att logiskt bygga upp tankar, förtydliga situationen, förstå orsak och verkan, och få en möjlighet att reflektera och lära in nya beteende.



Inför en skogsutflykt har pedagogen förtydligat för barngruppen vad som ska hända och hur man ska göra på promenaden från förskolan till skogen.

I exemplet bredvid har en situation som varit svår, tydliggjorts genom ett enkelt skissat samtal i serieform. Pedagogen och barnet har tillsammans ritat en serie som används för att synliggöra tankar, känslor och uttalanden. Syftet med seriesamtalet är att barnet lättare ska förstå vad som händer i samspelet mellan människor. Den sista rutan används för att utforska alternativa sätt att lösa situationen.



Med appen [Ritprata 2](#) kan du skapa sociala berättelser och seriesamtal med färdiga symboler och figurer som du enkelt kan spara och dela med andra. Det går även att rita, sätta, spela in ljud, skriva text och lägga in bilder från kameran.

Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*, Studentlitteratur, 2022.

B Hejlskov Elvén & A Sjölund. *Hantera, utvärdera, förändra: med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik*. Natur & kultur 2018.

G Lundkvist. [När tålamodsburken rinner över: om att ritprata](#). Specialpedagogiska institutet, Härnösand, 2011.

# Samlingsstruktur

Samling är en aktivitet på förskolan som sker återkommande. Den fyller en viktig funktion som t ex gemenskap, träna på att göra saker tillsammans och att förberedas på saker som ska hända. En samling kan se ut på många olika sätt och ha olika syften, t ex att uppmärksamma vilka som är på förskolan och vilka som saknas, få dela gemenskap, upplevelser och glädje, upptäcka och utveckla olika kunskaper och färdigheter. Viktigt är att försöka hitta något för alla och att alltid tänka på att barnen ska få lyckas och gå ifrån samlingen med en känsla av meningsfullhet och glädje.

Samlingen ställer krav på barns förmåga att kunna:

- hantera motoriska krav som att sitta stilla och hålla kroppen i upprätt position längre stund
- hantera sinnesintryck
- rikta och hålla kvar uppmärksamheten
- hålla tillbaka impulser
- klara turtagning, vänta på sin tur
- hålla flera saker i minnet.

För att alla barn ska få förutsättningar att delta och vara delaktiga behöver samlingen anpassas och tydliggöras utifrån barnens olika förmågor genom att ha tydlig och återkommande struktur:

- Skapa trygghet och förutsägbarhet genom t ex att alltid vara i samma rum, ha egen sittplats som är uppmärkt med bild/symbol eller med en egen sittdyna.
- Tydlig start och avslut genom en återkommande aktivitet, t ex start-sång och avslutningsramsa.
- Tydliggöra innehållet med hjälp av bilder och/eller konkreta föremål.
- Tydliggöra tid genom att använda tidsstöd - "hur länge, hur många gånger?"
- Tydliggöra turtagning genom "pratpinne", "samtalssten" eller liknande.

En del barn behöver mer tid och stöd att utveckla sina färdigheter för att kunna vara delaktig i samlingen. De kan behöva ha förförståelse för vad som ska ske på samlingen, t ex lekt leken med vuxen innan. En del barn klarar av att vara med en kort stund, bäst är att vara med på slutet och få avsluta med sina kamrater och därmed få med känslan av att ha lyckats och få positiva erfarenheter. Att vara med från början och behöva lämna samlingen ger en ökad risk för känsla av misslyckande hos barnet.

Läs mer:

P Partanen. *Att utveckla barns förmågor i förskolan*, Skolutvecklarna Sverige AB 2024.

D Edfelt. *Utmaningar i förskolan: att förebygga problemskapande beteenden*. Gothia Fortbildning 2019.

Skolverket: [Läroplan för förskolan: Lpfö 18](#), 2018

B Bruce & B Riddersporre. *Kärnämnen i förskolan: nycklar till livslångt lärande*. Natur & Kultur 2012.

# Samtalsmatta

Metoden för samtalsmatta utvecklades initialt för personer med kommunikationssvårigheter. Det är ett visuellt arbetssätt vilket är bra för många barn, inte bara för de som har svårigheter i kommunikation. Metoden, att använda en matta med bilder, möjliggör ett strukturerat samtal och ger möjlighet att uttrycka åsikter och känslor. Samtalsmattan hjälper till att hålla uppmärksamhet, den är konkret och kommunikationen blir tydlig.

Barn i förskoleålder kan behöva stöd i att förmedla vad de känner och tycker, då kan samtalsmattan vara till hjälp. Genom metoden får även pedagogen hjälp att undvika att lägga in värderingar och ställa ledande frågor. T ex "är det stökigt på samlingen?" istället ställs frågan "hur är samlingen?" Barn får möjlighet att titta på bilden och ges tid att fundera innan den placeras i vald kategori. Tänk på att använda bilder/symboler/foton som barn kan tolka utifrån ålder och utvecklingsnivå.

Man kan precis som det låter, använda en dörrmatta där man fäster bilder som då blir ett utmärkt kommunikationsredskap. Högst upp sätts bilder som symboliserar en visuell skala. Det kan vara glad gubbe/ledsen gubbe/neutral gubbe eller tumme upp/tumme ner som beskriver barnets åsikt/perspektiv på en situation. När man till exempel vill ta reda på hur ett barn upplever samlingen sätts en bild längst ner på mattan som symboliserar ämnet. Pedagogen ställer därefter frågor kring samlingens olika delar till barnet, exempelvis "Vad tycker du om att sjunga?" och lämnar över en bild som symboliserar att sjunga. Barnet placerar sen bilden under bra/tumme upp eller dålig/tumme ner. Genom olika svar från barnet har man sedan fått ledtrådar till att förstå och hitta funktionella lösningar.



Gör en samtalsmatta (se kapitlet Tryggsäcken) tillsammans med barnet och samtala kring olika situationer med hjälp av bilder. Till varje fråga, oavsett om det blir tummen upp eller tummen ner, är det förstås viktigt att ställa följdfrågor för att ta reda på mer om barnets perspektiv på situationen.

#### Förslag på frågor

##### Vad tycker du om ...?

- ☐ att vara inne på toaletten
- ☐ att be om hjälp
- ☐ att vänta
- ☐ att tvätta händerna
- ☐ att spola
- ☐ att torka sig
- ☐ kompisarna
- ☐ personalen
- ☐ vad du hör med dina öron
- ☐ vad du ser med dina ögon
- ☐ vad du känner med din näsa
- ☐ vad du känner med dina händer eller din kropp



#### Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*, Studentlitteratur 2022.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019

# Samverkan med vårdnadshavare

Alla som arbetar inom förskolan ska utveckla tillitsfulla relationer med vårdnadshavarna och kommunicera om barnets trivsel, lärande och utveckling i förskolan. Förskolans arbete med barnen behöver ske i ett nära och förtroendefullt samarbete med hemmet. För att lyckas med det behöver vi redan från starten lägga en god och stabil grund, där fokus på förskolans uppdrag och en dialog med stor lyhördhet blir viktiga verktyg. Genom ett medvetet arbete redan innan och under introduktionen ökar vi sannolikheten att en tillitsfull relation utvecklas mellan hem och förskola.

Det är förskolans ansvar att se till att relationerna mellan hem och förskola fungerar. Genom förhållningsätt och bemötande kan man i den dagliga kommunikationen bygga ett gott samarbete, tillit och relation med vårdnadshavare och det krävs ödmjukhet och lyhördhet i samspelet. I förskolan skiljer man mellan formella (planerade) och informella (ex hämtning och lämning) samtal och möten. I båda fallen är det viktigt att ha en bra relation till föräldrarna och att samtidigt vara professionell.

- Värna det dagliga mötet med föräldrarna – det är det överlägset bästa sättet att bygga goda och förtroendefulla relationer. Den tid som vi investerar i goda relationer har vi alltid igen! Prioritera att bygga goda relationer, för när vi behöver förtroendet kanske vi inte hinner skapa det tillräckligt snabbt.
- Ta ansvar. När det blir fel är det en bra start att fundera över hur problemsituationen kunde förhindrats, vad du kan göra annorlunda nästa gång. På så sätt får du saker som du kan påverka och göra något åt!
- Hänvisa till konkreta situationer i samtal med vårdnadshavare. Det blir nästan alltid lättare att kommunicera utifrån en befintlig situation. Berätta om hur ni arbetar med och utmanar barnen och hur ert uppdrag ser ut, mål och inriktning (styrdokumentet).
- Ha positiva förväntningar på barn och familj.
- Lyft positiva situationer. Kom ihåg att berätta om situationer som har fungerat bra. En bra regel är att lyfta goda exempel innan en mindre bra. Börja och avsluta samtal positivt.
- Ta del av vårdnadshavarnas information kring barnet, dess situation och familjen.
- Var lyhörd för barn/föräldrars behov. Tänk på att alla är olika och ska bemötas därefter.
- Skapa förutsättningar för samtal. Ibland kanske vi behöver fortsätta kommunikationen i ett annat sammanhang, på en annan enskild plats i lugn och ro. Tveka inte att säga. – "Det här är viktigt och jag vill gärna prata med dig om det här, men just nu/här passar det inte, vi kan väl boka in ett möte/ett telefonsamtal."
- Använd tolk vid behov i alla planerade samtal med vårdnadshavare med annat modersmål än svenska.
- Val av tid och plats. Tänk noga igenom var och när ett möte ska hållas. Välj dag och tid som inte innebär stress.
- Lyssna och var lyhörd. Många missförstånd och konflikter kan förhindras eller i alla fall mildras om vi lyssnar lite längre, ställer ytterligare en fråga. Lyssna för att förstå – inte för att ge råd.
- Sammanfatta. Vid avslut av formella samtal, sammanfatta det ni pratat om och vad ni beslutat. Det ger vårdnadshavarna en bekräftelse på att de blivit hörda samtidigt som vi säkerställer att båda parter uppfattat samma saker. Glöm inte dokumentera.
- Återknyt till syfte. Om vi inte får till kommunikationen, om vi missförstår varandra eller blir osams så kan det vara en god idé att ta ett steg bakåt och återknytta till syftet. – "Nu känns det som om vi missförstår varandra, vi pratade tidigare om... Hur kan vi hjälpas åt?"

Läs mer:

A Hellberg Björklund. *Möten och samtal med vårdnadshavare i förskolan*. Gothia kompetens AB 2024.

A-M Markström & M Simonsson. *Utvecklingssamtal: kommunikation mellan hem och förskola*. Studentlitteratur 2013.

B Hougård. *Praktisk vägledning i kommunikation för lärare i förskola och skola*. Liber 2008.

J M Steinberg. *Professionella samtal: konsten att leda utvecklingssamtal i förskolan*. Gleerups utbildning 2008.

# Skapa energibalans

Vad som ger och vad som tar energi av barn i deras förskolevardag kan se olika ut. För vissa barn kan det vara mycket som stressar och tar energi t ex miljö med många sinnesintryck, socialt samspel och nya och oväntade situationer som ställer krav på anpassning och flexibilitet. En del barn har svårt att automatisera hur de ska agera i olika situationer, det som en del barn gör automatiskt kräver för andra barn koncentration och tankeprocess med stor energiåtgång och förhöjd stressnivå som följd. Att kartlägga barns förmågor och färdigheter kopplat till de förväntningar och krav som vardagssituationer kräver, skapar goda möjligheter att kravanpassa och kompensera så barnets energiåtgång blir rimlig. Att ständigt ha krav som överstiger den egna förmågan att hantera dem leder till en stor belastning som minskar möjlighet att utveckla förmågor och färdigheter.

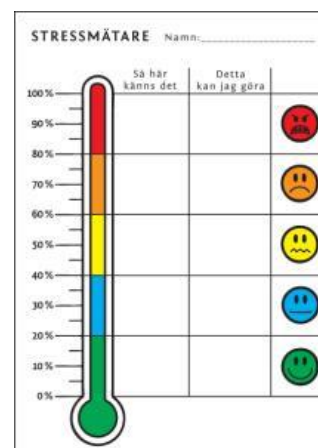
Förskolebarn har många gånger svårt att själva förstå vad som tar energi och ökar stress, då kan det vara till hjälp att de vuxna gör en energiinventering. Detta för att få mer ledtrådar till hur man kan minska energiläckage och på så sätt hjälpa barnet att spara energi och få en mer balanserad vardag som skapar bättre förutsättning för utveckling och lärande. Att som vuxen lära sig känna igen tidiga tecken på stress hos barnet gör det lättare att i tid avstyra och avleda starka stressreaktioner hos barnet.

Exempel på Energiinventering:

| Platser som tar energi | Platser som ger energi | Aktiviteter som tar energi | Aktiviteter som ger energi |
|------------------------|------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                        |                        |                            |                            |
|                        |                        |                            |                            |

Med en del barn kan man utifrån konkreta situationer och konkret material tillsammans undersöka vad som tar energi och framkallar stress. Symboler och bilder underlättar för barn att uttrycka sig. Stressmätare, kan hjälpa barnet att visa hur det känner sig och vuxna kan tillsammans med barnet fundera kring hur de kan hjälpa barnet att få lugn och vilka strategier barnet själv kan använda.

Bild hämtade från  
[www.imaginari.se](http://www.imaginari.se)



Läs mer:

J Karlsson & A Morell. Visuellt stöd i förskolan. Gothia kompetens 2025.

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022

B Hejlskov Elvén & D Edfelt. *Beteendeproblem i förskolan: om lågaffektivt bemötande*. Natur & Kultur 2017.

L Nyholm. *Nedstressad förskola: medveten närvaro*. Gothia fortbildning 2016.

# Sociala berättelser

Sociala berättelser är ett pedagogiskt arbetsverktyg som kan användas för barn som har svårt att förstå den verbala kommunikationen och behöver stöd för social förståelse. Den hjälper barn att logiskt bygga upp tankar, konkretiserar och förtydligar situationer och förklarar hur andra kan tänka och känna.

En social berättelse handlar om barnet, den beskriver en situation och hjälper barnet att hantera situationen.

När man skriver en social berättelse ska den innehålla i tur och ordning:



Beskrivning av situationen



Perspektiv på situationen utifrån barnet och omgivningen



Förslag på alternativa handlingar

Exempel på social berättelse:



Den sociala berättelsen skrivs i jag-form.

Använd bilder/foton och anpassa ordval efter barnets ordförråd och mognad.

Läs mer:

G Gerland & U Aspflo. *Barn som väcker funderingar: se, förstå och hjälpa förskolebarn med en annorlunda utveckling*. Pavus utbildning 2015

Andersson, Lena (red.), *Sociala berättelser och seriesamtal: teori och praktik*, Riksfören. Autism, Stockholm, 2001

# Stöd vid motorisk oro

Barn kan uppleva en inre motorisk oro som stör deras uppmärksamhet och koncentration och förskolan är även full av signaler som kan påverka uppmärksamhet och koncentration. En del barn kan med lätthet uppmärksamma det som är tänkt att man ska göra och lära in, medan andra barn kan ha svårt att rikta sin uppmärksamhet. Det kan även vara svårt att sortera ut och hålla kvar uppmärksamheten och koncentrera sig på det som är viktigt. Det här tar både tid och energi för barn och kan leda till stress och oro.

Barn som har svårigheter att hålla tillbaka impulser att säga eller göra något olämpligt, eller reagerar med stora känsloutbrott kan få stöd genom att man anpassar i miljön. Möbleringen på förskoleavdelningen är betydelsefull eftersom man agerar på det mest begripliga sättet i olika miljöer. Att minska intryck och stimuli kan göra att barn får lättare att stoppa impulser, som t ex att innan samling plocka undan roliga lekmateriel i rummet. Fundera även på om kraven är för stora i speciella situationer/rutiner för barnet och anpassa därefter. Behöver barnet stöd av bilder för att komma ihåg och koncentrera sig på olika moment?

Barnets placering i olika rutinsituationer och lärtillfällen kan hjälpa barnet till mer lugn och koncentration. T ex att barnet tar på ytterkläderna i ett lugnare rum än i hallen med många andra barn. Tänk också på att barnet kan vara hungrig, trött eller stressad vilket minskar möjligheten att styra impulser.

Barn som har hög aktivitetsnivå kan vid aktiviteter som kräver stillasittande vara hjälpta av att t ex sitta i en karmstol, på en markering (ex en prick) eller på en balansboll. För att få utlopp för barns energi kan pedagogerna under samlingen variera aktivitetsnivån med inslag av rörelselek/sång. Ibland kan även en "stressboll" att hålla i handen vara till hjälp. För en del barn kan det vara lättare att delta i aktiviteter genom att få en tydlig uppgift, exempelvis ta fram bildkort eller leda en aktivitet.



Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*, Studentlitteratur 2022.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019

# Svåra samtal

Att kommunicera svåra ärenden eller situationer till vårdnadshavare kan vara utmanande. Förbered dig noggrant så du har all fakta kring det du vill förmedla. Det är viktigt att ha mycket information och förståelse för situationen. Försäkra dig om att du har nog med fakta och är väl insatt i ärendet så att du kan svara på vårdnadshavares frågor och förklara situationen tydligt. Ta inte upp för många olika saker under ett och samma möte. Ge i stället vårdnadshavarna möjlighet att själva väcka frågor de vill ge synpunkter på. Ta upp sådant som är positivt, både i början och i slutet av ett samtal.

Att tänka på inför det svåra samtalet:

## Innan ni ses

- Vänta inte för länge. Så fort du har en fundering kring ett barn bör du prata med vårdnadshavarna.
- Ta aldrig ett sådant här samtal i förbifarten, i till exempel en kaotisk miljö under lämning/ hämtning. Bjud in vårdnadshavarna till ett möte och var då redan i inbjudan tydlig med vad det gäller. För att få till ett givande samtal är det viktigt att alla inblandade redan från start vet varför de är där, så att vårdnadshavarna hunnit fundera och förbereda sig.
- Innan mötet bör du och dina kolleger noga tänka igenom *hur* ni ska säga saker, inte bara på vad som ska sägas. Om det handlar om ett riktigt svårt samtal, där det finns en konflikt med vårdnadshavare, är det viktigt att vara förberedd. Bestäm; När och var ska mötet hållas och vilka ska vara med?

## Nu ska det ske

- Att vara öppen med att man är nervös är inte oprofessionellt, det är ett sätt att rensa luften. Om det känns svårt, börja med att säga att du känner så.
- Säg sedan vad saken gäller. Många missuppfattningar handlar om att man inte varit tydlig nog. Tala i "jag-budskap", ex "Jag upplever att...". Utgå från dina upplevelser.
- Be sedan om vårdnadshavarnas tankar och reaktioner kring det du sagt.
- Sammanfatta sedan vad som sagts och kom tillsammans fram till hur ni ska gå vidare. Hur kan vårdnadshavare och förskola samarbeta och hjälpas åt? Ibland hinner vi inte med allt vi vill samtala om eller vi behöver tänka igenom det hela på varsitt håll och då är det bättre att avsluta och boka in ett uppföljande möte.

## Glöm inte

- Kom ihåg att bara säga så mycket som relationen tål. Goda relationer tål en hel del och därför är det viktigt att alltid arbeta för goda relationer med alla vårdnadshavare till barn i förskolan redan innan något händer.
- Kom ihåg att relationen med vårdnadshavare är en nödvändighet för att barnets förskoletid ska fungera.

Läs mer:

K Alnervik, S Anderstaf, K Wennerfors, C Öhman. *Vårdnadshavare i förskolan – förtroendefulla relationer för professionellt samarbete*, Lärarförlaget 2024.

B Hougard. *Praktisk vägledning i kommunikation för lärare i förskola och skola*. Liber 2008.

# Ta hänsyn till olika perception

Varje dag tar vi emot information och intryck från våra olika sinnen; lukt, smak, syn, hörsel, känsel, balanssinnet och "egenrörelsesinnet" (kroppsuppfattning, koordination). Perception är hur vi tolkar, processar och förstår dessa sinnesintryck. Det är viktigt för vårt välbefinnande att känna igen, reagera och bearbeta intryck som ljud, ljus eller lukter, att känna hunger, kyla eller trötthet. En del barn upplever sinnesintrycken på ett sätt som inte liknar sina kamraters. Några kan vara överkänsliga för olika intryck och andra kan ha en nedsatt känslighet. En annorlunda perception kan göra att mycket av barnets fokus och energi går åt att tolka och hantera sinnesintryck. Det kan i sin tur leda till stress och att barnet inte har förmåga eller ork att fokusera på den information som är nödvändigt för att till exempel genomföra en aktivitet eller orka med dagen. Barn kan använda olika strategier för att hantera sinnesintrycken. Vissa strategier fungerar bra medan andra strategier kan upplevas som problematiska av omgivningen. Det är viktigt att vara nyfiken och lyhörd när vi tillsammans med barnet försöker förstå och hantera situationer som blir svåra.

En annorlunda perception kan visa sig genom:

- Känslighet för olika typer av lukter ex. i hallen, köket, på toaletten eller ute på gården.
- Känslighet för olika smaker ex. vissa maträtter.
- Känslighet för olika typer av ljus ex. solljus genom fönster, lysrör.
- Känslighet för olika ljud ex. ventilation, tickande klockor, sång, plötsliga ljud och gråt.
- Känslighet för konsistenser och beröring ex. duschstrålen, konsistenser på mat, material på kläder.
- Känslighet för synintryck ex. färger på mat, teckningar på väggen, former i rummet.
- Svårigheter att hantera balans ex. klättra, befinna sig på höjder, sitta på en stol.
- Svårigheter att hantera vissa kroppsrörelser och positioner.
- Svårigheter att hantera flera sinnesintryck samtidigt ex. se någon i ögonen och samtidigt lyssna.
- Svårigheter att filtrera bort ovidkommande intryck.

Se över miljön för att få en större förståelse och öka möjligheterna till rätt anpassningar och att hitta fungerande strategier för att vistas i förskolan.

- Var? Ex. hallen, lekrummet, gården, toaletten
- Hur visar sig svårigheterna?
- Vilka strategier använder barnet idag? Är det fungerande strategier?
- Behövs nya strategier för att hantera vissa situationer?
- Vilka anpassningar kan pedagogerna göra för att underlätta?

Läs mer:

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.

K Lamm Laurin. *Barn med ätsvårigheter: förhållningssätt och råd till förskolan*. Gothia fortbildning 2018.

L Nyholm. *Nedstressad förskola: medveten närvaro*. Gothia fortbildning 2016.

M Ohlsson. *Specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022.

# TAKK - Tecken som stöd

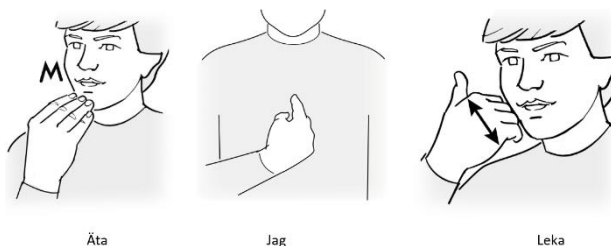
Tecken som alternativ och kompletterande kommunikation (TAKK) är ett redskap för att stötta språk och kommunikation hos barn med kognitiva och/eller språkliga funktionsnedsättningar. TAKK används både för att skapa förståelse hos barn och för att erbjuda ett sätt att uttrycka sig samt för att erbjuda ett sätt att uttrycka sig i samspel och kommunikation.

Varför är det bra att använda TAKK:

- Tecken tydliggör det talade språket.
- Tecken använder flera sinnen.
- Tecken ger barnet redskap att samspela språkligt oavsett förmåga till talat språk.
- Tecken kräver mindre finmotorik än tal.
- Tecken har man alltid med sig.
- Tecken dämpar den vuxnes talflöde, vilket i sin tur hjälper barnet att processa språket.

TAKK innebär att de betydelsebärande orden i den mening som sägs tecknas med hjälp av tecken från svenska teckenspråket. För att användningen av tecken ska bli framgångsrik krävs medvetna pedagoger samt en kommunikativ och tecknande miljö. Många tecken är gester som vi spontant gör när vi tänker på ordet, så var inte rädd för att använda naturliga gester. Det viktigaste är inte att det blir korrekt utan att använda tecken, gester och kroppsspråk under hela dagen.

Ritade tecken är en bildbas med ritade bilder från teckenspråket som också är kompatibel med bild- och symbolstödsprogrammet InPrint 3.



Läs mer

Linda Palla. *TAKK som specialpedagogiskt didaktiskt verktyg i förskolans undervisning*, Nordisk barnehageforskning 2023.

S Tonér. *Tecken: ett verktyg för ökad kommunikation*. Natur & Kultur 2016.

B Heister Trygg. *TAKK: tecken som AKK: tecken som alternativ och kompletterande kommunikation*. Specialpedagogiska institutet 2004.

Digitala verktyg:

Stockholms universitet: [Teckenspråkslexikon](#).

SPSM: [Ritade tecken](#).

# Tidsstöd

Ett visuellt tidsstöd visar konkret att tiden går, detta ger barnet möjlighet att överblicka tiden. De flesta visuella tidsstöd är utformade så att ett färgfält eller en stapel krymper eftersom tiden går. Tidsstödet kan användas till hela barngruppen eller utifrån individuella behov. Barn i förskoleåldern har generellt svårt att förstå tid, den inre klockan är under utveckling. Tidsbegrepp som sen, senare, om en stund, om ett tag blir svåra att förstå. Därför kan ett visuellt tidsstöd hjälpa till att förstå tiden. För en del barn kan det vara svårt att bedöma när det är dags att utföra något men också hur lång tid olika uppgifter/aktiviteter/delar tar.

Barn som har svårt med tidsuppfattning kan behöva stöd i att utveckla denna förmåga och få stöd i att hitta strategier för att få känna kontrollen över tiden. Muntlig information med hänvisning till en analog eller digital klocka är sällan tillräckligt för ett förskolebarn eller någon som har svårt med tidsuppfattning. Att visuellt förtydliga tid och planering kan göras på många sätt genom tidsstöd, arbetsordningar och scheman. Det finns många typer av visuella tidsstöd som visar tiden konkret.

**Exempel:**



Time Timer finns både som mjukvara och fysisk produkt.

Timstock finns både digital och analog.

**Att tänka på vid val av tidsstöd:**

Det finns en rad tidsstöd i olika utformningar och i olika prisklasser. Vilket tidsstöd som passar för ett barn eller barngrupp behöver kartläggas och provas ut. Om barn är ljudkänsliga passar ett tidsstöd som bygger på tydlig visuellt stöd bättre. Ett tidsstöd som ligger på en mobil/läsplatta kan vara mycket praktiskt då det alltid finns med, men kan ibland vara svårt att använda eftersom det kan ge impulser att använda mobilen/ läsplattan till annat. Det kan underlätta för barn om samma typ av tidsstöd används på flera ställen. Ha en dialog på förskolan och med vårdnadshavare om vad som upplevs fungerande.

**Hur tidsstöd kan användas:**

- Tydliggöra hur lång tid som är kvar.
- Dela upp aktiviteter i moment, tidsstöd tydliggör hur lång tid varje moment tar.
- Tydliggöra aktivitetens längd, ge barn förberedelse inför en aktivitet eller förberedelse att avsluta en aktivitet tex. Hur lång tid sitter vi tillsammans till bords? Hur lång tid har vi på att göra klart en uppgift/aktivitet? Hur länge får jag sitta med lpaden? När blir det min tur?

Läs mer:

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.  
Fleischer, Anne Vibeke & From, Käte, *Exekutiva funktioner hos barn och unga*, 1. uppl., Studentlitteratur, Lund, 2016

# Tillgänglig förskolemiljö

En utvecklande miljö i förskolan uppmuntrar barn till lärande genom att vara rik på möjligheter att utforska och experimentera, samtidigt som den erbjuder social trygghet. Undervisningsmiljön bör utveckla alla barns kompetenser, förmågor och färdigheter i enlighet med läroplanens intentioner. En tillgänglig förskolemiljö innebär mer än intryckssanerade lekrum, bildstöd och veckoscheman i färg - det är framför allt ett förhållningssätt. Att regelbundet gå en rond där pedagogerna ”spanar efter otydligheter” i verksamheten utifrån barns perspektiv kan vara ett bra stöd i det tillgängliggörande och tydliggörande arbetet.

En tydlig, tilltalande och tillgänglig lärmiljö möjliggör för barn att bli självständiga och trygga individer på sina villkor. Förskolans fysiska, sociala och pedagogiska miljöer behöver samspela för att ge barn bästa möjlighet till lärande och utveckling. Förskoledagen behöver anpassas utifrån barns olikheter så att alla barn kan delta och lära på sitt sätt. För att skapa en tillgänglig miljö behöver den organiseras, t. ex genom att:

- möblera den fysiska miljön så att det är tydligt vilken aktivitet som avses.
- intryckssanera miljön för att öka tydlighet och fokus
- använda bilder på hyllor och lådor för att visa innehåll
- använda bilder som visar vad man kan göra inomhus/utomhus
- använda bilder för att visa hur man gör, t ex leker med dockor eller klär på sig.
- använda bilder på aktiviteter för att visa barnen vad som ska ske under dagen.
- använda bilder på pedagoger/barn/föräldrar för att visa vem som arbetar, vem som följer med, vem som hämtar mm.



Läs mer

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.

E Weckström & M Klasson. *En likvärdig förskola - alla barns rätt*. Natur & Kultur 2019.

# Traumamedveten omsorg

## TMO

Det finns många barn i förskolan som är påverkade av trauman, inte sällan utan att vi vet om det. Det kan till exempel röra sig om barn som har varit med om en allvarlig olycka, flytt från ett krigsdrabbat land, blivit misshandlade, sexuellt utnyttjade eller varit utsatta för omsorgssvikt. Barn har en stor risk att drabbas av psykisk ohälsa och problembeteenden till följd av traumatiska händelser, men alla jobbiga händelser leder inte till traumatisering. Ofta stannar det vid en akut stressreaktion som går över på några veckor. Risken för kvarstående symtom ökar om händelserna har pågått under en längre tid, om traumat orsakats av en människa eller om barnet saknar skydd av en trygg vuxen.

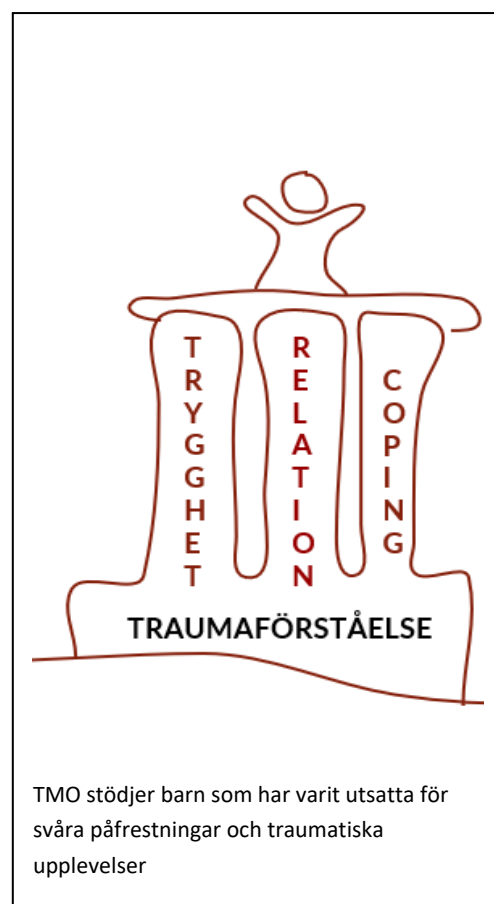
Vid traumatisering utvecklas ett överkänsligt stresssystem. Barnet kan bli väldigt lättskrämt och reagera starkt även på ofarliga händelser, det blir svårare att knyta an till och lita på andra människor, och ofta uppstår det kroppsliga reaktioner såsom huvudvärk eller magont. Traumamedveten omsorg, TMO, är ett förhållningssätt som används för att skapa en lugn och trygg miljö för traumatiserade barn. TMO bygger på tre grundpelare; relation, trygghet samt coping (känsloreglering).

### Skapa relation till barnet

En del traumatiserade barn har utvecklat strategier för att hålla vuxna på avstånd vilket kan göra det svårare att bygga relationer. Låt det ta tid. Erbjud en relation där positiva känslor kan utvecklas. Om barnet vill berätta vad det varit med om, lyssna men förhåll dig lite passiv, gå inte in och fråga om detaljer eller känslor. Visa att det är okej att berätta.

### Skapa trygghet runt barnet

Ett traumatiserat barn behöver kontinuitet, förutsägbarhet, pålitlighet, tillgänglighet och ärlighet från vuxna för att känna sig trygga. I förskolan är det därför viktigt med en tydlig struktur och förutsägbarhet. Du behöver vara flexibel i ditt bemötande, inte hålla allt för hårt på principer eller bli för auktoritär. Se över den fysiska miljön på förskolan och skapa rum där barnet känner sig trygg. Barnet behöver också få känna sig delaktig och inkluderad i gruppen.



Skapa förutsättningar för att utveckla nya copingstrategier. Coping är en persons förmåga att hantera stressfyllda situationer. Förmågan att reglera sina känslor är ofta nedsatt hos traumatiserade barn. De påverkas lätt av andras känslor, så det är viktigt att du behåller ditt lugn och använder ett lågaffektivt bemötande. Var försiktig med ögonkontakt, använd en lugn röst och var avslappnad i kroppen. När oro uppstår behöver barnet hjälp att lugna ner sig. Hjälp barnet att sätta ord på sina känslor. En del barn tycker om fysisk kontakt när de är oroliga men inte alla. Gemensamma rytmer kan användas för att lugna; vaggas, gunga, klappa händerna eller lek rytmer. Musik är också effektivt för att bryta oroliga sinnestillstånd. Mat och dryck kan användas i ett lugnande syfte. Kom ihåg att för ett traumatiserat barn kan det ta lång tid innan förändring ses. Ge inte upp, håll fast vid TMO. Alla som barnet möter kan hjälpa till att bidra till en positiv förändring.

Läs mer:

A Hellberg. Traumamedvetenhet i förskolan. Studentlitteratur 2017.

S Wirsén. *Liten och trygg- en handledning för förskolan*. Brottsoffermyndigheten

Rädda barnen: [Råd och kunskap](#).

# Trygghetscirkeln

Trygghetscirkeln som bygger på många års forskning om anknytning är en väldigt användbar utgångspunkt i förskolans vardag då vi enligt Läroplanen (Lpfö18) ska arbeta så att omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet.

För att barn ska kunna, utforska, upptäcka, leka, lära och utvecklas behöver de känna sig trygga och förvissade om att det finns vuxna som kan möta och tillgodose deras behov. En vuxen som är lyhörd, närvarande, trygg och tillgänglig skapar goda förutsättningar för barnet att kunna utforska sin omvärld.

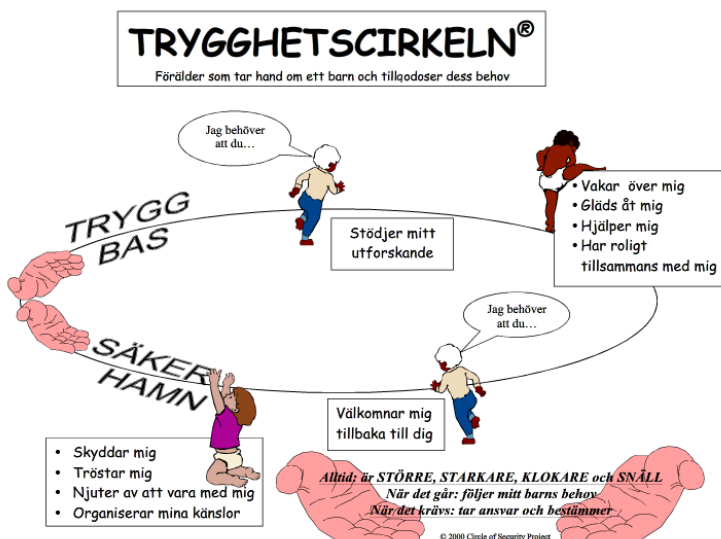
I Trygghetscirkeln framkommer två medfödda grundläggande och väl sammankopplade behov:

**Anknytningen** - barnets behov av skydd och omvårdnad.

**Utforskande** - barnets behov av att undersöka och bemästra världen och utveckla självständighet

I den nedre delen av cirkeln (säker hamn) ser vi barnets anknytningsbehov i form av en nära och trygg vuxen som kan ge barnet stöd, tröst och närhet då anknytningssystemet är aktiverat. Det kan finnas många olika anledningar till att anknytningssystemet är påslaget, ofta handlar det om barnets grundläggande och naturliga behov av känslomässig påfyllnad i form av närhet och bekräftelse. Det kan också handla om att barnet är ledset, rädd, trött eller att barnet har börjat förskolan och ska skiljas från vårdnadshavare.

I den övre delen av cirkeln (trygg bas) ser vi barnets självständighet och behov av att få stöd, uppmuntran och närvaro av den vuxna för att utforska och upptäcka sin omvärld.



Barn rör sig ständigt i denna cirkel, små barn återkommer ofta till den säkra hamnen, utflykterna ut i världen blir sedan längre ju äldre barnet blir.

Trygghetscirkeln är extra bra att ha i åtanke vid introduktion i förskolan. Då barn börjar i förskolan bör huvuduppgiften för den ansvariga pedagogen vara att bygga upp och skapa en god trygg och tillitsfull relation till barnet. Denna relation kommer hjälpa barnet att få sitt anknytningssystem i viloläge vilket är en förutsättning för att barnets behov av utforskande, utveckling och lärande ska bli möjlig.

Läs mer:

M Broberg, B Hagström & A Broberg. *Anknytning i förskolan: vikten av trygghet för lek och lärande*, Natur & Kultur 2023.

I Brandtæg, S Torsteinson & G Øiestad. *Se barnet inifrån: att arbeta med anknytning i förskolan*, Natur & Kultur 2016.

# Tydliggörande i övergångar

Många barn har svårt att snabbt ställa om när de är upptagna med en lek. Att snabbt kunna ställa om, hantera förändring, kompromissa och anpassa sig efter andra kräver flexibilitet. Pedagoger behöver hjälpa till och stötta upp för att lyckas med övergångarna i förskolan. Ibland blir ord för abstrakta och barn kan ha svårt att både förstå och minnas vad som har sagts och då kan olika former av visuellt stöd och förberedelsestöd underlätta.

Avslutandet av en aktivitet kan visualiseras med tidshjälpmedel som räknar ner och ett visuellt stöd som visar att det är dags att avsluta. Just övergångar mellan aktiviteter är en välkänd risksituation som ofta ställer högre krav än barn klarar av. Genom att tydliggöra vad som händer sedan skapas väl förberedda och mjuka övergångar och därmed förebyggs stress och stressreaktioner för barn med bristande flexibilitet.

Genom att arbeta med bildstöd och visuella ledtrådar presenteras information på ett mer tydligt och konkret sätt som engagerar fler av våra sinnen och fungerar som stöd för minnet och det blir lättare att minnas och förstå. En bild är också bra att kunna hänvisa till då pedagogerna vill påminna om eller upprepa något.

## Tips för att strukturera övergångar:

- Tydliga instruktioner och förberedelser så att barnen vet vart de ska och med vem, varför och vad som händer sedan.
- Pedagogerna strukturerar sig för att veta vem som gör vad – vem följer, vem stöttar vid övergången, vem tar emot och startar nästa aktivitet.
- Undvik att barn behöver vänta utan vuxenstöd inför start av ny aktivitet.
- I situationer där barn kan behöva vänta på varandra är det bra att som pedagog ge "väntstöd".

## Kravanpassning

Alla barnen ska få lyckas vid övergångar och därför bör man ställa individanpassade krav, inte för höga och inte för låga krav. Ibland får man släppa på krav som man trodde var rimliga och hitta lösningar som fungerar utifrån dagsformen. Barn lär sig inget av att misslyckas så det finns ingen mening med för högt ställda krav. Barn lär sig av lämpliga utmaningar med lagom stöd och det är en pedagogisk utmaning att individanpassa krav och stöd.



### Exempel på visuellt stöd i övergången:

- Kommunikationsknippa kan vara ett stöd i samband med övergångar mellan olika aktiviteter. Bilderna bör vara tillgängliga under hela dagen och pedagogen visar och pekar på aktuell bild för att förstärka informationen av det verbala språket.
- Stödtecken är ett bra komplement till det talade språket. Det hjälper barn och vuxna att förstå sammanhang och att kunna uttrycka sin vilja och förstå andras vilja.
- Ritprata är ett sätt att visualisera situationer och förbereda övergång.
- Tidsstöd synliggör och ger en visuell bild av hur lång tid som gått och hur lång tid det är kvar. Det finns både fysiska och digitala varianter av den här typen av hjälpmedel i form av klockor och appar på mobilen och datorn. Ofta synliggör de tiden i form av ett färgfält eller en stapel som gradvis krymper allteftersom aktiviteten eller uppgiften närmar sig sitt slut. Detta gör tiden mer konkret och begriplig för barnen.

### Läs mer:

M Ohlsson. *Ett specialpedagogiskt förhållningssätt i förskolan. Förståelse, bemötande och pedagogiska strategier*. Studentlitteratur 2022.

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.

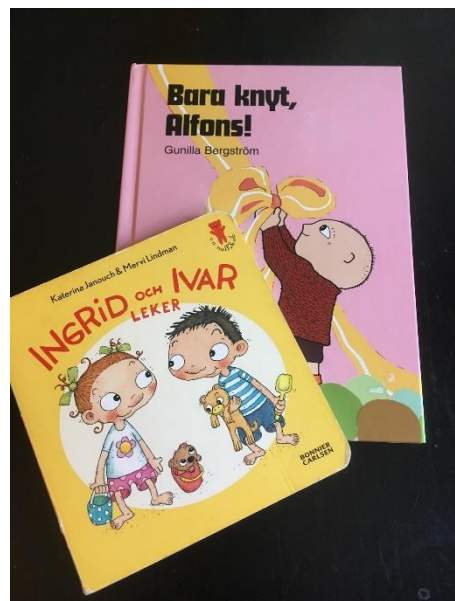
D Edfelt. *Utmaningar i förskolan: att förebygga problemskapande beteenden*, Andra upplagan, Gothia Fortbildning 2019.

# Väntstöd

Många situationer i förskolan kräver att man kan hålla tillbaka impulser och exempelvis vänta på sin tur under samlingen/fruktstund/måltid, vänta på en leksak eller stå stilla och vänta i en kö. Barn som har svårt med det eller som har svårt att hantera att göra "ingenting", vara stilla och avvakta med egna behov kan behöva något konkret att göra medan de väntar. En låda med "vänta-aktiviteter" som alla barn kan sysselsätta sig med när de väntar är en lösning. En annan är att ha bildkort med förslag på "vänta-aktiviteter" som påminnelse om vad man kan göra under väntan.

Prata gärna med barnen och reflektera och fundera tillsammans över strategier man kan använda när man väntar. Det blir dessutom ett tillfälle att träna problemlösning tillsammans. "Vad kan man göra när man väntar? Har du några bra knep? Jag brukar ibland räkna linjer i handen eller prata med en kompis. Vad kan vi göra medan vi väntar?"

Exempel på väntstöd:



När vi kan hitta något att fylla tiden med blir det lättare att vänta!

Läs mer:

D Edfelt, A Sjölund, C Jahn & M Reuterswärd. *Tydliggörande pedagogik i förskolan*. Natur & Kultur 2019.

D Edfelt. *Utmaningar i förskolan: att förebygga problemskapande beteenden*, Andra upplagan, Gothia Fortbildning 2019.