

Ta hänsyn till annorlunda 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 elever upplever sinnesintrycken på ett sätt som inte liknar sina klasskamrater. Några kan vara överkänsliga för olika intryck och andra kan ha en nedsatt känslighet. En annorlunda perception kan göra att elevens fokus och energi går åt att tolka och hantera sinnesintryck. Det kan i sin tur leda till stress och att eleven inte har förmåga eller ork att fokusera på den information som är nödvändig för att till exempel minnas eller genomföra en uppgift.

Eleven 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 eleven försöker förstå och hantera situationer som blir svåra.

En annorlunda perception kan visa sig genom

- Känslighet för olika typer av lukter ex. i matsalen, bildsalen, idrottshallen
- Känslighet för olika smaker ex. vissa maträtter
- Känslighet för olika typer av ljus ex. solljus genom fönster, lysrör
- Känslighet för olika ljud ex. bakgrundsljud, ventilation, tickande klockor
- Känslighet för konsistenser och beröring ex. duschstrålen, olika konsistenser på mat, material på ex. kläder
- Svårigheter att hantera balans ex. klättra, befinna sig på höjder
- Svårigheter att hantera vissa kroppsrörelser och positioner
- Svårigheter att hantera flera sinnesintryck samtidigt ex. se någon i ögonen och samtidigt lyssna
- Svårighet att filtrera bort ovidkommande intryck

Att se över miljön tillsammans med eleven ger en större förståelse och man ökar möjligheterna till rätt anpassningar och att hitta fungerande strategier för att vistas i skolans miljö.

- Var? Ex. slöjdsal, matsal, idrottshall, omklädningsrum, klassrum, korridor
- Hur visar sig svårigheterna?
- Vilka strategier använder eleven idag? Är det fungerande strategier?
- Behövs nya strategier för att hantera vissa situationer?
- Vilka anpassningar kan skolan göra för att underlätta?

Läs mer:

Anna Sjölund et al. *Autism och ADHD i skolan – handbok i tydliggörande pedagogik*, Natur & Kultur, 2017

Johanna Lundin *En skola som fungerar för alla*, Studentlitteratur, 2017

Tuija Lehtinen och Jenny Jakobsson Lundin *Psykologi för klassrummet*, Läroförlaget, 2016

Olga Bogdashina *Sinnesintryck och omvärldsuppfattning vid autism och Aspergers syndrom*, 2012