

ORKA

LÄRARHANDLEDNING



INNEHÅLL

ORKA	2
FÖRORD	2
ORKA – BAKGRUND, SYFTE OCH MÅL.....	2
KOPPLINGAR TILL LGR II	2
PROGRAMPRESENTATION.....	3
SÅ HÄR KAN DU ANVÄNDA SERIEN ORKA	3
ATT TÄNKA PÅ.....	3
INNAN NI SER PROGRAMMEN FÖRSLAG 1	4
INNAN NI SER PROGRAMMEN FÖRSLAG 2	4
INNAN NI SER PROGRAMMEN FÖRSLAG 3	4
ARBETA MED AVSNITTEN	5
• Felicia klarar inte skolan	5
• Leo är ledsen	5
• Alvin får utbrott	6
• Kaveh har inga kompisar.....	7
• Minna har tvångstankar.....	7
PROGRAMMET I ANDRA MÅLGRUPPER	8
• I personalgruppen	8
• På föräldramötet	8
• Titta hemma.....	8
LÄNK TIPS – MER OM OLIKA DIAGNOSER.....	8

ORKA

Orka – är en serie i fem (5) delar om NPF, neuropsykiatriska funktionsnedsättningar hos barn och unga.
Målgrupp: åk 4-6

FÖRORD

Serien Orka är inriktad på frågan hur man som barn kan få hjälp när man har svårigheter, och även hur man kan stötta en kompis som har det jobbigt. Och vilken hjälp man har rätt till! Den här säsongen handlar om barn som har en så kallad neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. Om vad det innebär att ha en diagnos som ADHD, autism eller tvångssyndrom - ur barnets perspektiv.

Ulrika Johnsson, producent
Caroline Ginner, projektledare

ORKA OM NEUROPSYKIATRISKA FUNKTIONSNEDSÄTTNINGAR – BAKGRUND, SYFTE OCH MÅL

De senaste åren har antalet barn som utreds för - och får diagnos inom - NPF, neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, ökat. I alla skolor, i de flesta klasser finns det barn och unga som har diagnoser som till exempel ADHD, ADD eller Aspergers syndrom. Syftet med tv-serien Orka är att öka kunskapen hos jämnåriga kamrater om dessa och andra diagnoser inom NPF. En ökad förståelse för hur någon med till exempel ADHD upplever sin vardag och reagerar i olika situationer minskar inte

bara risken för konflikter och svårigheter i skolan och på fritiden, utan ger också alla barn anledning att fundera kring våra individuella behov och olikheter. Olikheter som kan vara både en tillgång och något som gör att vi ibland behöver extra stöd och hjälp; inte minst i skolan. Många pedagoger saknar grundläggande utbildning om olika neuropsykiatriska funktionsnedsättningar vilket gör Orka till en serie som dessutom fungerar utmärkt att använda som utgångspunkt för samtal och vidare studier i exempelvis ett arbetslag.

Målet har också varit att skapa en serie där barn och unga med en diagnos kan känna igen sig. Genom att låta äldre ungdomar berätta om, och titta tillbaka på, sin mellanstadie-tid bidrar serien till att ge barn och unga som upplever svårigheter i skolan hopp om förbättringar; serien ger tips, idéer och förslag på lösningar som har fungerat för andra. För alla de ungdomar som medverkar i serien har diagnosen inneburit något positivt som har hjälpt både dem själva och omvärlden att bättre förstå och möta de särskilda behov de har.

KOPPLINGAR TILL LGR II

Orka om NPF är främst tänkt att användas i samband med det som brukar kallas skolans "värdegrundsbete". I Lgr 11 framgår det tydligt att detta är ett arbete som ska pågå kontinuerligt i skolan - i alla ämnen. Handledningen kommer därför ge förslag på frågor och uppgifter som går att använda i skolans alla ämnen

likväl som på till exempel ett fritidshem eller under en temavecka. Redan under läroplanens första rubrik, Skolans värdegrund och uppdrag, läser vi följande:

Skolans uppgift är att låta varje enskild elev finna sin unika egenart och därigenom kunna delta i samhällslivet genom att ge sitt bästa i ansvarig frihet. *(ur Lgr 11, Grundläggande värden)*

Skolan ska främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse. Omsorg om den enskildes välbefinnande och utveckling ska prägla verksamheten. Ingen ska i skolan utsättas för diskriminering på grund av kön, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, könsöverskridande identitet eller uttryck, sexuell läggning, ålder eller funktionsnedsättning eller för annan kränkande behandling. Sådana tendenser ska aktivt motverkas. Främlingsfientlighet och intolerans måste bemötas med kunskap, öppen diskussion och aktiva insatser. *(ur Lgr 11, Förståelse och medmännisklighet)*

Eleven ska i skolan möta respekt för sin person och sitt arbete. Skolan ska sträva efter att vara en levande social gemenskap som ger trygghet och vilja och lust att lära. Skolan verkar i en omgivning med många kunskapskällor. Strävan ska vara att skapa de bästa samlade betingelserna för elevernas bildning, tänkande och kunskapsutveckling. Personlig trygghet och självkänsla grundläggs i hemmet, men även skolan har en viktig roll. Varje elev har rätt att i skolan få utvecklas, känna växandets glädje och få erfara den tillfredsställelse som det ger att göra framsteg och övervinna svårigheter. *(ur Lgr 11, God miljö för utveckling och lärande)*

PROGRAMPRESENTATION

Orka består av fem delar. Varje del i serien presenterar en pojke eller flicka i åldern 10 – 12 år som i sina liv upplever svårigheter kopplade till olika neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Det är fiktiva karaktärer som i serien representeras av namngivna pappfigurer. De fiktiva barnen får sin historia berättad av programledaren Stephan Wilson Yüceyataks. Stephan besöker och intervjuar yrkesgrupper och personer som på olika sätt arbetar med - eller finns i närheten av - barn som har en diagnos inom det neuropsykiatriska spektret. I varje program möter vi en eller ett par äldre ungdomar som själva har en neuropsykiatrisk diagnos. Korta dramatiseringar visar ögonblicksbilder från när de var yngre och i intervjuer berättar de om sin skoltid, och om hur deras liv ser ut idag. Det är positiva berättelser som visar att alla - med rätt stöd och hjälp - kan vända en del av sina svårigheter till tillgångar.

Genom att använda pappfigurer istället för att göra dokumentära inslag har det varit möjligt att beskriva och berätta om diagnoser, svårigheter och situationer som av integritetsskäl annars hade varit mycket svåra att skildra. Stephens förmåga att levandegöra pappfigurer i kombination med de berättelser och tillbaka-

blickar som vi som tittare får genom de äldre ungdomarnas medverkan gör att det är mycket lätt att inleda samtal och diskussioner om de fiktiva barnen efter att ha sett programmen.

I några fall är en diagnos redan ställd när vi möter Stephan och pappfiguren. I andra fall har programmet mer fokus på pappfigurens olika symtom och på hur en utredning går till. Detta är inte minst viktigt att ta med sig vidare in i det fortsatta arbetet med serien eftersom en diagnos inom NPF alltid utgår ifrån en kriterielista där samma diagnos kan yttra sig på många olika sätt. Vi har valt att använda diagnosen Asperger i den här handledningen eftersom de ungdomar som förekommer i serien omtalar sin diagnos med det namnet. I nyare utredningar benämns diagnosen istället autismspektrumtillstånd; en diagnos som också innefattar bland andra atypisk autism.

SÅ HÄR KAN DU ANVÄNDA SERIEN ORKA

Den primära målgruppen för tv-serien Orka är barn i åldern 10 – 12 år. De förslag på hur man kan använda serien kommer att utgå från den målgruppen, men avslutningsvis kommer det också tips på i vilka andra målgrupper och sammanhang serien passar. Begreppet "gruppen" kan betyda allt ifrån en hel klass till en grupp barn i exempelvis ett fritidshem. Se alla uppgifter och frågeställningar som förslag och anpassa dem efter den kontext där just ni tittar på programmen.

ATT TÄNKA PÅ

Innehållet i Orka kan väcka starka reaktioner hos barnen; inte minst gäller det om det finns barn i gruppen som kanske är under utredning, har en diagnos men inte är öppna med den eller barn som på grund av sin funktionsnedsättning är särskilt utsatta eller har svårigheter i sina sociala kontakter. Det är därför oerhört viktigt att du som pedagog "tänker efter noga före": När passar det att jag visar programmen? Finns det några delar jag bör hoppa över? Hur förbereder jag gruppen? Behöver jag informera andra i barnens omgivning – till exempel övrig skolpersonal, föräldrar, äldre kamrater eller syskon som finns i skolan? Har jag tid och möjlighet att prata mer efteråt om något barn har behov av det?

Det får aldrig finnas minsta risk att något eller några barn känner sig utpekade eller att du som pedagog inte kan hantera de frågor som kan uppstå i samband med att ni tittar på programmen. Undvik att visa serien i ett svep, då det annars är lätt att gruppen uppfattar det som att "nu lär vi oss lite om hur det är att ha ADHD". Försök istället att arbeta med frågor om allas olika förutsättningar under en längre tid och lyft in andra inslag i undervisningen som anknyter till innehållet i Orka.

Högläs till exempel:

- Mark Haddon, Den besynnerliga händelsen med hunden om natten, 2004
- Camilla Lagerqvist, Det brinner i mitt huvud, 2009

- Per Nilsson, Inte som alla andra, 1999
- Anette Skåhlberg, Jag älskar dig så mitt hjärta brister, 2009
- Sofie Hedman, Jag vill ha ett liv, 2001
- Rick Riordan, Percy Jackson född till hjälte
- Emily Hecht och Eve Band, Att växa upp med en bror med autism - en lillasysters berättelse, 2006

eller visa:

- Orka – om barn i kris (UR 2010, målgrupp 4-6)
- Åsså har jag dyslexi (UR 2012, målgrupp F-3)
- En dag med (UR/radio 2009, målgrupp F-3)
- En dag med (UR 2006, målgrupp 4-6)
- Plugga bättre (UR 2012, målgrupp 4-6)
- Percy Jackson och kampen om åskvигgen (spelfilm)
- Vara vänner (UR 2009, målgrupp F-3)

Notera att bok- och programtipsen i vissa fall har en annan målgrupp än serien Orka.

Den nedan beskrivna arbetsgången lägger stort fokus på förberedande samtal och förarbete i gruppen. Många av frågeställningarna och uppgifterna går lätt att anpassa också till de ovan listade förslagen på böcker och program.

INNAN NI SER PROGRAMMEN FÖRSLAG 1

1. Inled med att be alla i gruppen att skriva ner minst tre saker som förenar er eller gör er lika. Alternativt samtala med gruppen och gör en gemensam lista/tankekart. Följande bör finnas med: vi är människor, barn, bor i Sverige, går i samma klass, bor i samma kommun, har en hjärna, en kropp, behöver mat, vatten, motion och närhet o s v.
2. Gör om övningen men be nu gruppen att komma på vad som skiljer er åt. Här kan man ta fasta på exempelvis kön, olika smakpreferenser, längd, vikt, hårfärg, språk, familjeförhållanden.
3. Nästa steg är att be alla i gruppen att skriva ner tre saker som är unika för just dem. Det kan vara egenskaper, utseende, familjeförhållande eller annat som barnen själva uppfattar som speciellt och olik alla andra. Den här uppgiften kommer att vara svår för många och det kan man som pedagog ta fasta på och samtala kort om. Är det så att vi är mer lika än olika? Vad gör oss egentligen unika? Finns det verkligen något som jag är helt ensam om?
4. Nu är det dags för alla att skriva ner eller tillsammans lista några olika tillfällen då man (generellt) eller jag (specifikt) behöver något särskilt – stöd, hjälp eller hjälpmedel - i skolan, på fritidsaktiviteten eller hemma. Det kan handla om allt ifrån att behöva hjälp med att stoppa in vantarna i jackärmen till att behöva en stödlapp med delar av multiplikationstabellen under matematiklektionen. Tänk gärna i förväg igenom och anteckna några olika tillfällen/stödbehov som du vet finns i gruppen; men peka inte ut någon.

INNAN NI SER PROGRAMMEN FÖRSLAG 2

1. Numera använder vi ordet funktionsnedsättning. För några år sedan var funktionshinder den vanligaste termen. Funktionsskillnad eller funktionssolikhet kanske man också skulle kunna säga? Skriv upp de olika orden på tavlan och be gruppen fundera på vad som skiljer dem åt. För de yngre barnen kan det vara bra att förklara ordet nedsättning genom att ge några olika exempel: "idag kan jag inte vara med på gymnastiken för min fot är stukad, jag har nedsatt rörlighet" eller "min farbror måste använda förstöringsglas när han ska trä tråd på nålen för han har nedsatt syn".
2. Gör tillsammans en lista på olika funktionsnedsättningar. Utgå gärna från våra fem sinnen och från kroppens olika delar för att få med så många förslag som möjligt.
3. Gör ett gemensamt schema över hur en vanlig dag ser ut: vaknar, stiger upp, äter frukost, klär på sig, går till skolan, har svenska, so, går ut på rast och så vidare.
4. Utgå från listan med olika funktionsnedsättningar och arbeta två och två med varsitt alternativ. Fundera på i vilka olika vardagssituationer den som har den funktionsnedsättningen kan behöva hjälp, stöd eller speciella lösningar för att klara sig.

INNAN NI SER PROGRAMMEN FÖRSLAG 3

1. De flesta barn i 10 – 12 års ålder har någon gång hört orden/begreppen ADHD, Damp, Asperger – inte sällan i sammanhang där de använts nedsättande och förminskande. Skriv på tavlan upp de olika neuropsykiatriska diagnoser som Orka tar upp. Be alla i gruppen att skriva ner sina associationer till orden; vad de tror att de olika orden betyder och står för. Tala om att ingen kommer att läsa vad de skriver – det de antecknar är bara till för att alla ska få en möjlighet att fundera i lugn och ro.
2. Berätta att alla orden/begreppen handlar om neuropsykiatriska diagnoser. Förklara vad det betyder och ta också upp i vilka andra delar av kroppen vi kan ha funktionsnedsättningar. På bibliotek och på nätet finns fakta och information om NPF och de olika diagnoserna. Använd gärna en skala för att beskriva att man kan ha mer eller mindre olika nedsättningar och att det finns många som inte har en diagnos som ändå kan ha vissa av de funktionsnedsättningar som omfattas av NPF.
3. Be nu alla i gruppen att på nytt skriva ner sina associationer till orden/diagnoserna. Inte heller denna gång ska någon annan läsa vad barnen skriver.

ORKA – 1. FELICIA KLARAR INTE SKOLAN

Felicia är 12 år och har precis fått diagnosen ADHD. Hon har svårt att klara skolan eftersom hon är glömsk och har svårt att koncentrera sig. Hennes klasskamrater tycker ofta att hon är jobbig. Tidigare har Felicia varit pigg, glad och livlig, men ju svårare det har blivit både i skolan och hemma desto mer har hon tappat lusten att gå till skolan. Stephan träffar specialpedagogen Anna Christina Strömberg som jobbat länge med att hjälpa barn med ADHD-problematik för att ta reda på hur man kan hjälpa och stötta någon som har det som Felicia.

Jimmy fick diagnosen ADHD när han var 9 år. Idag är han 19 år och kan berätta hur han upplevde att han inte passade in i skolan. Enda gången det funkade var på idrotten eller när han fick vara själv med sin elevassistent.

ARBETSGÅNG

Förförståelse

Samtala tillsammans om vad en specialpedagog gör.

Titta på programmet

1. Arbeta två och två och skriv ner allt ni ser i klassrummet som är till för att ni ska lära er bättre. Det kan vara allt från kartor och matematikmaterial till hörlurar och stressbollar. Välj de tre saker på listan som ni absolut inte vill vara utan.

2. Felicia skolkar ibland och känner inte att hon får det stöd hon behöver i skolan. Hemma är det också jobbigt när hennes föräldrar blir arga och besvikna.

Välj ett av följande alternativ:

- Skriv ett brev, ett sms eller mail till Felicias lärare där du ger tre förslag på hur han eller hon kan göra det lättare för Felicia i skolan.
- Felicias klasskompisar har tröttnat på att hon är stökig, alltid glömmar och inte kan koncentrera sig. Arbeta tillsammans med att komma på tre saker som ni skulle kunna göra för att underlätta för Felicia om hon gick i er klass. Försök att föreställa er hur Felicia har det både i klassrummet och på rasten.
- Gör ett rollspel där Felicia, hennes föräldrar och storebror är med. Fundera ut en situation där du/ni tror att det kan vara jobbigt för Felicia hemma.

3. I programmet berättar både Jimmy och Anna Christina om många egenskaper som är positiva och en styrka hos den som har ADHD. Gör tillsammans en lista på vilka. Välj något från listan och rita en bild eller seriestrip med en situation där just den egenskapen är en tillgång.

4. För många som har ADHD, Aspergers syndrom eller autism är klassrummet en väldigt stökig och rörig plats. Det är många intryck att ta in, många ljud och upple-

velser som samsas om en liten yta. Men hur känns det egentligen?

Pröva följande:

Välj en ganska svår text som en tredjedel av gruppen ska skriva av. Gärna på tid. Ge övriga i gruppen papper, pennor, mobiltelefoner med ett spel som plingar och låter. Ge också några i uppgift att göra:

- höga ljud med munnen
- ytterligare några att skrapa med stolar och bord
- en eller ett par som, med jämna mellanrum, reser sig upp och rör på sig

Starta tiden och låt alla göra sina uppgifter – prassla med papper, knacka och raspa med pennor, skutta upp och ner, spela på telefonen med ljud på, låta och skrapa med möbler. Påminn då och då om att tiden snart är ute. Avsluta övningen och byt roller så att alla får vara den som ska utföra en uppgift som kräver koncentration. Prata om hur det kändes. Kan man stänga ute ljud? Hur gör man om man är en person som hör allt och inte kan stänga av? Varför blir vissa störda av att andra rör sig medan några inte störs alls?

TIPS: På Hjälpmedelinstitutets webbplats finns en Kognitionssimulator som man också kan använda.

ORKA – 2. LEO ÄR LEDSEN

Tioåriga Leo är kreativ och har alltid älskat att rita och måla. Han lyssnar gärna på musik och han har alltid varit en påhittig och fundersam kille. Den senaste tiden har han fått det allt svårare i skolan. Han tappar koncentrationen, sitter och dagdrömmer och kommer aldrig igång med de uppgifter eleverna får i klassrummet. Hemma drar han sig undan, är sällan glad och ligger mest på sitt rum och gör ingenting. Hans föräldrar förstår att Leo behöver hjälp. Evelina var 19 år när hon fick reda på att hon har ADHD och atypisk autism. Först då fick hon en förklaring till varför hon under sin uppväxt har haft det extra svårt att klara vissa saker, som att sitta stilla eller förstå sociala koder. På BUP träffar Stephan psykologen Lotta som arbetar med utredningar av barn.

ARBETSGÅNG

Förförståelse

Samtala tillsammans om vad en psykolog gör.

Titta på programmet

1. Leo vill inte längre gå till skolan. Han känner sig ledsen och ensam. Arbeta två och två och kom tillsammans på sådant som gör att man kanske inte vill gå till skolan. Berätta för varandra i gruppen.

2. Leo dagdrömmer ofta och hans lärare tycker att han är lat. När dagdrömmer du? Rita en bild av dig själv i klassrummet när du dagdrömmer. Vad tror du det beror på att du börjar dagdrömma istället för att lyssna

och koncentrera dig på skolarbetet? Är det för att du är hungrig, trött, ledsen, inte förstår eller för att ni har gjort samma sak för länge? Rita gärna så att bilden visar vad det är som gör att du börjar dagdrömma. Berätta om era bilder för varandra.

3. Evelina berättar att hon tyckte det var skönt att få en diagnos. Då förstod hon äntligen varför så mycket hade varit svårt för henne i skolan och tillsammans med kamraterna. Ofta var det hur andra reagerade på hur hon var som var jobbigt. Lista tillsammans vad Evelina berättade att hon tycker är jobbigt med sin diagnos. Prata om hur alla som finns i Evelinas närhet kan göra det lättare för henne; göra så att hon slipper känna det som att hon stör, förstör eller är annorlunda. Hur gör Evelina idag för att undvika att hamna i situationer som är jobbiga för henne?

4. Evelina säger att hon har svårt att förstå ironi och sarkasm och att hon inte alltid förstår hur hon ska visa empati. Ta reda på vad orden betyder.

5. Många som har svårt att få kompisar eller tycker att det är jobbigt att alltid vara social tycker det är skönt att ha ett husdjur som kompis istället. Varför tror du/ni att det är så? Vad tycker eller tror du/ni är det bästa med att ha ett husdjur?

6. Många som har diagnosen atypisk autism, autism eller Aspergers syndrom har svårt att förstå när någon inte går rakt på sak eller är tydlig och ärlig. Använd en eller flera av följande repliker och dramatisera en situation som visar att hur vi säger något kan orsaka en konflikt:

- Här behöver man minsann inte ha päls! Kan du öppna fönstret?
- Om du har lust får du gärna rita en bild i din bok också. (säger läraren som sedan skäller när du inte har ritat någon bild)
- Men, kan ingen bara tala om för henne vilken ful tröja hon/han har! (viskar kompisarna till varandra)
- Ta på dig en jacka, det regnar småspik.
- Jag hinner inte duka av. Gör du det?

eller...

- kom på en egen replik.

ORKA – 3. ALVIN FÅR UTBROTT

Alvin har autism. Redan när han var liten fick han sin diagnos. Han går i en vanlig klass, men har en egen resursperson som hjälper honom att hantera vardagen i skolan. Det som är extra svårt för Alvin är att klara plötsliga förändringar. Då blir han frustrerad, ledsen och får utbrott. Marit som jobbar som resurs berättar för Stephan hur man kan bemöta personer med autism så att det blir lättare för dem att fungera med andra. Linda och Emil är två unga vuxna som båda har en neuropsykiatrisk diagnos. De träffades på nätet och det var tack vare Emil, som har Aspergers syndrom, och hans

familj som Linda äntligen fick diagnosen autismliknande tillstånd och kunde förstå varför så mycket varit jobbigt under uppväxten.

ARBETSGÅNG

Förförståelse

Prata om vad en resursperson är. Finns det resurspersoner i klassen, i skolan, på fritids? Vad gör de? Varför kan det behövas resurspersoner i en skola? Kom på så många anledningar som möjligt.

Titta på programmet

1. Alvin får lätt utbrott om något inte blir som han har tänkt sig. Kan du känna igen dig i det? Hur känns det i din kropp och själ när något du har planerat för eller bestämt sedan länge plötsligt blir inställt eller förändras. Det kan vara en resa du har sett fram emot, något du ska göra med din bästis som blir inställt, en farmor/morfar/ kusin som plötsligt inte kan komma på besök. Beskriv dina känslor i ord, bild eller ton. Välj något av följande alternativ.

- Skriv en berättelse som handlar om detta
- Skriv en dikt eller sångtext som beskriver hur det känns
- Rita eller måla en bild
- Välj musik som du tycker visar en känsla som stämmer med hur du kan känna dig
- Skriv en lista med alla känslor du kan komma på som man kan känna i en sådan situation

2. Alvin vill gärna veta precis vad som ska hända under dagen. Arbeta tillsammans med en kamrat och skriv en dagbok/ ett schema som beskriver en vanlig skoldag. Skriv eller markera i vilka situationer och vid vilka tillfällen det kan hända att saker snabbt förändras (t ex i matsalen, gymnastiken, på väg till och från fritids, vid en genomgång i något visst ämne).

3. Vad tycker du att Alvins klasskamrater ska tänka på för att det ska fungera så bra som möjligt för både Alvin och klassen? Låtsas att Alvin går i din klass. Skriv en tipslista till dig själv och dina klasskamrater. Kom ihåg att många av tipsen säkert passar även om Alvin inte går i klassen.

4. Gör en lista på olika känslor – arg, glad, ledsen och så vidare. Är det några känslor som du/ni tycker är bättre eller sämre än andra? Får alla känslor alltid uttryckas eller finns det tillfällen då vissa känslor inte passar att visa? Kanske blir du precis som Alvin riktigt arg och upprörd ibland utan att visa det. Vad beror det på? I vilka situationer eller tillsammans med vilka kan du visa vilka känslor som helst?

- Rita en bild som handlar om det ni har pratat om.
- Skriv en dikt som handlar om det ni har pratat om.
- Hitta på ett spel eller en lek som handlar om olika känslor.

- Skriv olika känslor på små kort eller lappar. Sitt tillsammans och dra ett kort i taget och säg meningens: *Jag vill inte åka utomlands i sommar* på det sätt kortet säger. Använd kroppen, ansiktsuttryck och röst för att visa de olika känslorna.

ORKA – 4. KAVEH HAR INGA KOMPISAR

Kaveh är 10 år och har Aspergers syndrom. Han har lätt för sig i skolan och har ett eget specialintresse som han kan nästan allt om - tåg. Problemet är att han har svårt att behålla sina kompisar. De tycker han är tjatig och att han pratar för mycket om samma sak. Så de har börjat dra sig undan. Att ha problem med kompisar är vanligt när man har Asperger. Stephan träffar Tindra, Fanny och Tim, som också har Aspergers syndrom. De berättar vad de tror att Kaveh kan göra för att behålla sina vänner. De tipsar även Kavehs kompisar om vad de kan tänka på för att det ska bli lättare att vara med Kaveh. Joanna som också har Asperger har hittat sitt sociala liv på nätet och tycker det är ett bra sätt att hitta nya kompisar. Hon har också haft stor hjälp av sin stöd- och kontaktperson.

ARBETSGÅNG

Förförståelse

Samtala om vad en stöd- eller kontaktperson är. Vad gör han eller hon? Vem kan behöva en stöd- eller kontaktperson?

Titta på programmet

1. Kaveh älskar och kan allt om tåg. Det är många som i perioder har olika specialintressen eller hobbyer. Nästan alla har någon gång samlat på något, till exempel vackra stenar, porslinsdjur eller bokmärken. Arbeta tillsammans och gör en "specialintresselista" i gruppen. Vilka intressen och samlingar har ni fortfarande kvar? Varför tog "intresset" slut? Ge också förslag på vad som kan vara bra med att ha ett specialintresse som man håller fast vid.

2. Den här uppgiften passar att göra i slutet av dagen. Alla behöver höra att de är bra och få känna att de duger. Kaveh får ofta beröm för att han är duktig i skolarbetet, men av sina kompisar får han sällan höra att han duger. Skriv tillsammans upp så många positiva saker ni kan komma på som ni tycker att man kan säga om andra. Tänk: han/hon är...

Alla i gruppen får en lista med allas plus Kavehs namn på. Alla skriver ett positivt omdöme om var och en på listan. Samla in listorna. Sammanställ det som gruppen har skrivit så att var och en i gruppen får fem positiva omdömen. När gruppen samlas nästa dag ska var och en ha en lapp på sin plats med fem positiva saker om sig själv. Kavehs lapp sitter så att alla kan se den. Samtala om hur det känns att få höra bra respektive dåliga saker om sig själv.

3. Både Joanna och ungdomarna i programmet säger att det är bra om kompisar är tydliga och berättar när och vad man gör fel. Vilka andra tips får Kaveh och hans

kompisar av ungdomarna i programmet? Rita, skriv eller samtala om hur den som har Aspergers syndrom kan få det lättare i sina kontakter med kompisar.

4. Kavehs föräldrar har inte berättat för någon utanför familjen om Kavehs diagnos. Men många menar att det är bättre att vara öppen och berätta om man har till exempel ADHD, Asperger eller någon fysisk sjukdom som allergi eller diabetes. Arbeta tillsammans med en kompis och låtsas att ni är Kavehs föräldrar som har valt att berätta om Kavehs diagnos på ett möte med alla barn och föräldrar. Vad skulle de säga? Spela upp era förslag för varandra.

5. Många som har fått en diagnos jämför det med att ha fått en karta eller kompass till vilka de är. Vad menar de med det? Vad har man en karta till? En kompass? Rita/gör din egen personliga karta. Tänk dig att du ska flytta till en ny familj, börja i en ny klass, flytta till ett nytt land eller kanske till en ny planet – vad behöver andra veta om dig för att du ska ha det så bra som möjligt? Kanske har du väldigt dåligt morgonhumör eller kräks du av fiskpinnar? Vill du alltid ha musik på när du läser eller kan du inte titta på tv om du fryser? Gör en mind map om vem just du är!

ORKA – 5. MINNA HAR TVÅNGSTANKAR

Minna är en populär och självständig tjej som alltid har haft många kompisar. Vad ingen vet är att hon kämpar dag och natt mot sina tvångstankar. Hon är överdrivet rädd för smuts. Rädslan för smuts och det tvångsmässiga tvättandet börjar mer och mer styra hennes liv. Stephan träffar psykologen Per Andrén som jobbar på BUP med att hjälpa barn som lider av tvångssyndrom. Dessutom berättar Oscar, som från nio års ålder varit drabbad av både tvång- och Tourettessyndrom, om den tuffa kampen att lära sig leva med sina svårigheter och dessutom vända det till något positivt.

ARBETSGÅNG

Förförståelse

Vad är en fobi? När blir något en fobi? Vad är skillnaden mellan en fobi och en rädsla? Prata till exempel om mörkrädsla, spindel- och ormskräck eller höjdrädsla.

Titta på programmet

1. Det är väldigt vanligt att människor har tvångstankar eller tics ibland. För de allra flesta går det över och är inget som man behöver hjälp med. Precis som med fobier är det först när tvångstankarna eller ticsen tar över det vanliga livet och man inte längre kan leva som vanligt som man behöver hjälp. Arbeta i mindre grupper och ge exempel på vad en person som har följande fobier eller tvångstankar kan ha svårt att göra eller vara med på:

- Hundfobi
- Mörkrädsla

- Agorafobi (torgskräck, att vara rädd för offentliga platser med mycket folk)
- Hypokondri (rädsla för att bli sjuk, smittad eller drabbas av sjukdomar)
- Tvångstankar och tvångshandlingar kopplade till att stänga och låsa dörrar, skåp och lådor.
- Klaustrofobi (cellskräck, att vara rädd för att bli instängd i trånga utrymmen eller på platser som man inte kan ta sig ifrån)

2. Ritualer och ceremonier i samband med olika tävlingar eller tillfällen när man ska prestera något är vanligt. Många idrottskvinnor- och män har till exempel olika saker som de alltid gör innan en tävling. Diskutera i gruppen om ni har några sådana ritualer eller ceremonier som är viktiga för er. Det kan vara att ni alltid vill ha samma tröja när ni åker till farmor, att ni alltid kliver ur sängen på en viss sida när ni har match eller att ni alltid måste säga en viss ramsa med laget för att det ska gå bra i matchen. Är sådana ritualer och ceremonier något som skulle kunna bli tvångstankar? Skriv en berättelse eller gör ett rollspel där det händer.

3. Hur kan den som har tvångstankar få hjälp? Rita en bild eller serie som visar hur Minna kan få hjälp att komma över sina tvångstankar.

4. Om du tror att en kompis har tvångstankar, vad kan du göra då? Samtala om hur man ska göra om man tror att någon mår dåligt på grund av till exempel tvångstankar, ätstörningar, ensamhet, svåra tankar eller utsatthet. Vem kan barn prata med? Vem har tystnadsplikt och vad betyder det? Vad händer om kompisens tycker att man skvallrar?

5. Oscar berättar att han fick hjälp att bli bättre på ett behandlingshem. Vad är det? Han säger att han plötsligt förstod hur mycket kraft och energi han la på sina tvångstankar. Kraft som han kunde använda till något annat. Vad gjorde han? Skriv Oscars vykort, bloggar eller uppdateringar på sociala medier under några av dagarna på hans resa.

PROGRAMMEN I ANDRA MÅLGRUPPER

I PERSONALGRUPPEN

Orka lämpa sig utmärkt som arbetsmaterial i till exempel ett lärararbetslag eller annan personalgrupp i skolan. Barn med neuropsykiatriska diagnoser kan väcka starka känslor. De syns och hörs kanske mer än andra. De kan bete sig annorlunda eller vara utsatta och ensamma. Okunskap om hur de fungerar leder ofta till konflikter med både vuxna och andra barn. Genom att tillsammans titta på programmen i serien och samtala om pappfigurernas karaktärer kan många svårigheter förebyggas. Pappfigurerna fungerar som exempel-

soner som arbetslaget fyller med exempel från den egna verkligheten. Genom att inte tala om specifika elever är det lättare att föra en konstruktiv och lösningsinriktad diskussion om hur man kan möta elever med olika diagnoser; vilka metoder som fungerar och vilka anpassningar som krävs.

PÅ FÖRÄLDRAMÖTET

Enstaka avsnitt eller klipp ur serien fungerar bra som basen i information på ett föräldramöte. Vare sig klassen har elever med olika diagnoser eller inte är det bra om alla föräldrar känner till och får kunskap om de olika diagnoser som serien handlar om. Den efterföljande diskussion kan exempelvis handla om:

- hur jag som förälder gör om mitt barn är kompis med någon som får raseriutbrott ofta
- hur jag kan hjälpa mitt barn att stötta och peppa en kompis som har svårigheter i skolan
- vart jag kan vända mig om jag känner oro för mitt eget barn
- varför det ibland är barn som "inte behöver göra som alla andra"
- hur jag som förälder kan samtala med mitt barn om allas lika värde och att alla har rätt att få hjälp och stöd

TITTA HEMMA

Barn och föräldrar som lever med en diagnos eller anar att det finns någon form av funktionsnedsättning kan uppleva att det är lättare att prata om det om de först har tittat på programmen. Serien betonar det positiva, visar lösningar och ger konkreta tips och råd; vilket är just vad många barn och föräldrar kan behöva.

LÄNKTIPS - MER OM OLIKA DIAGNOSER

Här följer ett urval länk. Det finns naturligtvis många, många fler. Flertalet sidor har litteraturtips för vidare fördjupning.

- Specialpedagogiska skolmyndigheten, webbplats
- Hjälpmedelsinstitutet, webbplats
- Riksförbundet Attention, webbplats
- UMO (Ungdomsmottagningarnas webbplats)
- Skoldatatek, webbplats
- 1177 vårdguiden, webbplats
- Levamedadhd.se, webbplats
- Autism- och Aspergerförbundet, webbplats