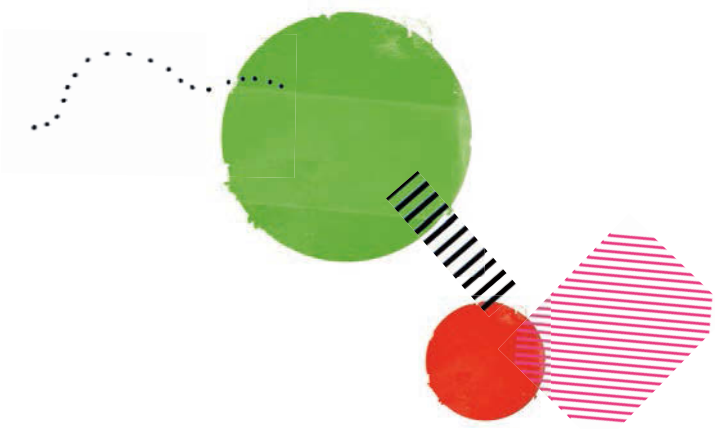
FÅ DET ATT FUNKA I SKOLAN

För dig som är förälder till barn med NPF



Riksförbundet Attention och Min Skola-projektet
Riksförbundet Attention är en intresseorganisation för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) såsom ADHD, ASD/Asperger, Tourettes syndrom och språkstörningar.

Vi arbetar för att de barn, ungdomar och vuxna som finns bakom diagnoserna ska bli bemötta med respekt och få det stöd de behöver i skolan, på arbetsmarknaden och på fritiden.

Skriften är framtagen inom Attentions projekt Min Skola med medel från Allmänna Arvsfonden. Min Skola är ett 3-årigt projekt. Målsättningen med projektet är att arbeta för en bättre skola för elever med NPF.

Läs mer om **Min Skola-projektet** och **Riksförbundet Attention** här: **www.attention-riks.se**

RIKSFÖRBUNDET Attention

ARVSFONDEN • ARVSFONDEN • ARVSFONDEN

Redaktörer: Nina Norén och Karin Forsberg
Grafisk form: Pernilla Förnes Form

TILL DIG SOM ÄR FÖRÄLDER TILL BARN MED NPF I SKOLAN

Många föräldrar till skolbarn med NPF sliter hårt varje dag för att få allt att fungera kring sitt barn. De tar ett betungande stort ansvar för barnens skolgång. I en enkätundersökning som Riksförbundet Attention gjorde i slutet av 2015 framkom det till exempel bland de svarande föräldrarna att 95 % upplever att deras barn behöver extra stöd för att klara kunskapsmålen. 52 % av föräldrarna svarade att de har fått gå ner i arbetstid för att stödja sitt barn, och 47 % svarade att de har använt mycket tid till extra läxläsning. Det är föräldrarna som får kompensera när samhällets insatser brister. Just frågan om en NPF-vänlig skola vet vi är viktig för många familjer. Om bara situationen i skolan fungerade skulle allting annat också vara lättare och hela familjen må bättre. Till dig som är förälder har vi tagit fram den här skriften som har fokus på barn med NPF och deras skolgång.

För det finns också vägar vidare, vilket vi vill låta några familjer berätta om här. Föräldrar som har hittat lösningar och som sitter inne på kloka strategier. Matnyttig information om till exempel vad en Samordnad Individuell Plan är, om vad som gäller enligt Skollagen, och vad som är bra att tänka på i kontakten med skolan. Elevernas egna tankar kring hur skolan borde tillmötesgå deras behov och skapa en tillgänglig skolvardag, och vad som händer när ens barn inte längre vill gå till skolan. Huvudansvaret för att åstadkomma en fungerande skolgång för era barn ligger såklart på våra skolor och kommuner. Attentions insatser riktar sig direkt till dem för att nå förändring. Men med det här materialet vill vi också ge er föräldrar något, som är till hjälp för er i strävan efter en bättre skola för era barn.

Materialet är i form av ett magasin med en samling artiklar, som du kan läsa från framsida till baksida eller välja ut något enstaka reportage. Samtidigt är magasinet ett samtalsmaterial, som kan användas för att diskutera frågor kring skolan tillsammans med andra föräldrar. Över hela Sverige finns Attentions 60 lokalföreningar, där många av våra medlemmar träffas för att stötta varandra och utbyta erfarenheter. Det är ett väldigt viktigt arbete som våra lokalföreningar gör. Detta material ska vara till hjälp för föreningar att anordna träffar där man får möjlighet att diskutera skolan. Om du är intresserad av sådana kan du kontakta lokalföreningen där du bor. Vår förhoppning är också att många av er som läser det här kommer att träffas på det sättet. I ett sammanhang där ni möts av förståelse och igenkänning och kan få andrum från en annars tung vardag.

INNEHÅLL

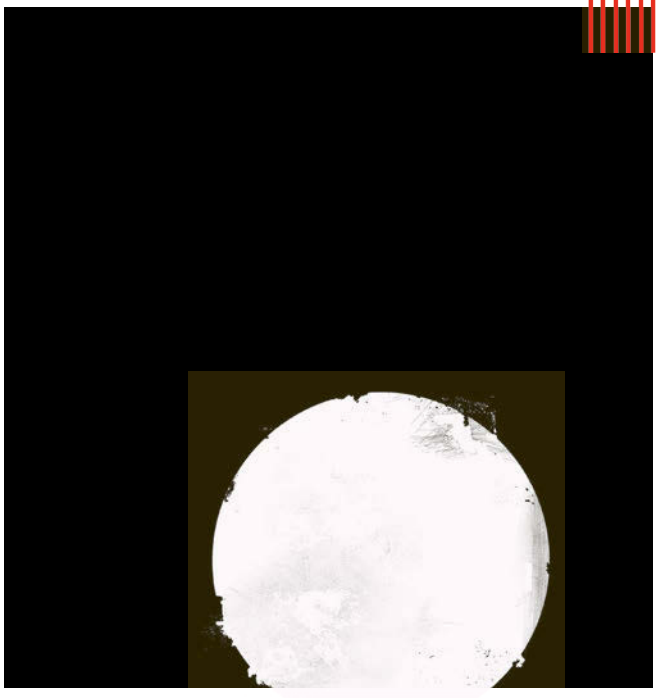
Mamma Jenny är detektiv och luskar ut vad sonen behöver i skolan 4 | Redaktionen testar: Vilka hjälpmedel hjälper? 6 |

”Det viktigaste är att bli sedd och känna att läraren tror på en” 8 | Elevens checklista 9 |

”Att tvinga Lisa till skolan kändes ju nästan som barnmisshandel” 10 | Hemmasittare med Asperger är ofta utbrända 12 |

När eleven inte längre vill gå till skolan 14 | SKOLGUIDEN – Vad har eleven rätt till? 16 | Tack vare SIP:en slipper Annika vara den som driver på 18 |

”Bemötandet på den nya skolan var som en öppen famn” 20 | Bra att tänka på i kontakten med skolan 22 |



MAMMA JENNY ÄR DETEKTIV OCH LUSKAR UT VAD SONEN BEHÖVER I SKOLAN

Text & Foto: Nina Norén

Jenny är mamma till 15-åriga Emil som har Tourettes och Aspergers syndrom. En av de största utmaningarna i Emils liv har varit att få till en bra skolgång. Nu går han sista året i grundskolan och har snart nått det efterlängtade målet – skolavslutningen i nian. Vägen dit har varit krokig och det har krävts ett stort engagemang från Jenny och hennes man.

Skoldagen är precis slut och solen är redan på väg ner när jag träffar Jenny och Emil. Så här i slutet av terminen är Emils krafter nästan helt slut och han vill bara hem och ta det lugnt. Han har kämpat hårt hela dagen för att hålla tillbaka sina tics. Det var för två år han fick veta att han har Tourettes och Aspergers syndrom. Hans föräldrar har alltid förstått att något är annorlunda med Emil, men kanske inte exakt vad. De märkte tidigt att han behövde hushålla med sin energi och att struktur var viktigt för att få familjelivet att flyta på.

Föräldrarna blev bryggan mellan Emil och skolan

Utmaningarna Emil har stött på i och med sina diagnoser har han ofta tagit inåt – i synnerhet i skolan.

– Även om Emil var helt utmattad under en lektion och fröken frågade honom hur han mådde så svarade han alltid automatiskt ”Bra!”. Han är liksom inte typen som själv räcker upp handen och ber om hjälp, säger Jenny.

Jenny förstod tidigt att hon behövde kliva in och fungera som en brygga mellan Emil och skolan. Det är ett gediget detektivarbete de lagt ner under åren på att hemma gräva fram svårigheterna Emil stöter på under en skoldag. När de tillsammans med Emil kommit fram till vad som är svårt så har det också alltid varit upp till föräldrarna att komma med konkreta lösningsförslag till skolan. Till skillnad från många andra skolor verkar Emils skola vara lyhörd inför föräldrarnas idéer och mycket blir som de föreslagit.

– Jo, vi har verkligen tur med hans skola på det sättet! De lyssnar på oss. Det händer saker när vi ber om det. Å andra sidan är det ju rätt enerverande att det händer saker enbart när VI ber om det. Hade vi inte legat på hade det ju inget hänt. Det är vi som ger förslagen i åtta eller nio fall av tio, säger Jenny.

Jenny blir arg när hon tänker på hur mycket kraft och energi det kostat henne att konstant övervaka och ha koll på Emils skolgång. Hon blir ännu argare när hon tänker på de barn som inte har föräldrar med samma möjlighet att kunna vara delaktiga i skolan. Eller på de barn som går i skolor där man inte lyssnar på föräldrarna.

Läxorna – en hård nöt att knäcka

Även om de under åren verkar ha kommit överens med skolan om det mesta så har en sak förblivit olöst – nämligen läxorna.

Emil är utmattad efter skoldagarna och att då tvinga honom att sätta sig med läxorna har lett till otaliga konflikter igenom åren. De har vädjat till skolan om läxfritt, men det har inte gått att genomföra.

– Ja, jösses det här med läxor väcker verkligen känslor hos oss alla! Emil var liksom utbränd på eftermiddagarna. Att då sätta sig och göra läxor med honom var ju helt omöjligt. Han var ju så trött så han knappt kunde läsa. Han lärde sig ju ingenting, säger Jenny med frustration i rösten.

När Emil till slut förstod att läxorna var ett nödvändigt ont började han och Jenny tillsammans vrida och vända på saker för att komma fram till en bra lösning.

– Under en skogspromenad, kom han plötsligt på hur han ville ha det. Han ville läsa läxorna på morgonen istället. Sagt och gjort. Vi testade och det funkade bra. Alltsedan dess gör vi läxorna samtidigt som vi äter frukost. Kanske inte den bästa starten på dagen, men då vet Emil att han bara får chilla när han kommer hem, berättar Jenny.

Jennys tips i kontakten med skolan

Att skolan i de flesta fall valt och lyssna på deras förslag på lösningar tror Jenny beror på att skolan haft riktigt bra rektorer. Hon tror också att det beror på hur Jenny och hennes man själva har bemött skolan.

– Man måste tyvärr vara väldigt ”street-smart” som förälder. Stormar man in och är överbeskyddande och slår näven i bordet hamnar man inte i så himla bra läge. Det är nog väldigt vanligt att man blir frustrerad och förbannad. Det har ju även vi blivit såklart, men gjort så gott vi kan för att trycka tillbaka det i mötet, säger Jenny.

Det är lätt att kontakta skolan enbart när saker går snett och något är fel. Jenny och hennes man har medvetet valt att däremellan ibland också bara höra av sig för att berätta när något faktiskt gått bra.

Jenny är också av den åsikten att ingen i skolan någonsin bemött Emil dåligt på grund av ovilja eller elakhet. Hon tror att det snarare handlar om okunskap. Därför valde hon och hennes man att själva sprida kunskap om Emil bland alla hans lärare. Det är ju verkligen en sak att få kunskap om NPF i allmänhet. En annan att få specifik kunskap om vad det innebär för just Emil.

– Vi frågade rektorn om vi fick berätta om Emil och vilka behov han har på en studiedag som lärarna hade. Hon sa ja och det blev verkligen bra. Alla lärarna har hört av sig efteråt och sagt att det var så himla bra. Att göra så rekommenderar jag verkligen alla föräldrar att göra, avslutar Jenny. ●

ELEVER HAR TESTAT: VILKA HJÄLPMEDEL HJÄLPER?

Skolan är skyldig att skaffa de hjälpmedel som eleven behöver. Attention lät några elever testa och betygsätta några vanliga hjälpmedel, läsa om fler på www.hi.se

BOLLVÄST

☛ **VAD?** En bollväst är en väst

med bollar i, som gör västen tung att ha på sig. Västarna kan väga olika mycket, upp till 12 kilo.
☛ **VARFÖR?** Västen kan göra att man känner sig lugnare och kan koncentrera sig bättre.

Positivt ☺

Erica: Det positiva är att den inte tynger en utan gör en mer lugn och isolerad. De är en perfekt kombination med sittdyna därför att man kan stressa av och bli lugnare, det blir lättare att koncentrera sig.
Samuel: Det hjälper till med koncentrationen.
Frida: Jag märkte inte av att den fungerade men mina vänner tyckte det.

Negativt ☹

Erica: Det är inte jättedåligt men det kan bli varmt om man har den på sommaren.
Simon: Det är lite svårt att veta vilken sida som är ut och in. Och när man sitter ner känns den inte så tung.
Frida: Att min lärare alltid skulle komma med den irriterade mig. Den är ful.

Betyg: 3,75 av 5

TIME TIMER

☛ **VAD?** Ett tidshjälpmedel med en urtavla där man ser hur lång tid det är kvar. När tiden är slut ringer ett alarm. Time timer finns också som app. För android heter den *"Visuell timstock"* och är gratis. För iPhone heter den *"Timstock"* och kostar 9 kr att ladda ner.

☛ **VARFÖR?** Time Timer gör det tydligt hur lång tid som har gått, och hur lång tid som är kvar. Om det är svårt att hålla reda på tiden eller "känna" hur lång tid något tar, kan det här hjälpmedlet underlätta.

Positivt ☺

Samuel: Att man ser hur mkt tid det är kvar.
Simon: Det är bra om man inte är så bra på att hålla tiden.
Erica: Det är speciellt bra för mig eftersom jag har ADD och är en väldigt noggrann person så jag har svårt att få mina morgonrutiner ihop. Och då är timern bra för att jag själv kan se hur lång tid allting tar. Så att jag sen senare lär mig att vissa saker ska ta en viss tid.

Negativt ☹

Samuel: Om det inte finns batterier kvar.
Simon: Ljudet som låter när den är klar är ganska tyst så man hör den inte.
Frida: Man har timer på telefonen och klockan så den känns meningslös.
Brandon: Kan lika gärna använda mobilen eller klockan.
Erica: Det som verkar dåligt är att den kanske är för stor men då kan man ta appen.

Betyg: 3,33 av 5

STRESSBOLL

☛ **VAD?** Stressbollar finns i olika

former och varianter. Det är små bollar eller liknande saker som man kan sysselsätta händerna med, till exempel medan man lyssnar på lärarens genomgång.
☛ **VARFÖR?** Att leka med en stressboll gör att man slappnar av och kan då koncentrera sig bättre. Det känns avkopplande.

Positivt ☺

Samuel: Att den motverkar stress.
Simon: De var sköna att pilla med
Brandon: (Fransboll) Bra, låter inte och är avslappnande. (Grön boll) Bra, låter inget alls så man kan leka hur man vill.
Frida: (Fransorm) det finns mycket att göra med bollen, som t ex dra i fransarna. Gillar att den är av lite "slajmigare" material men ändå fast.

Negativt ☹

Simon: Vissa kanske kommer kasta runt med bollarna.
Brandon: (Fransboll) lite för hårda strån. (Tennisboll) hård, låter mycket, går inte att krama om och ful.
Frida: (Fransorm) man kan inte bolla med den.

Betyg: 2,71 av 5

SITTDYNA

☛ **VAD?** Sittdynor finns i lite olika

varianter. En del är uppblåsta med luft, andra innehållar bollar. De är alla lite ostadiga att sitta på, vilket är bra om man är rastlös.
☛ **VARFÖR?** Istället för att till exempel sitta och stampa med foten i golvet, kan man sitta på en sittdyna. Rastlösheten försvinner, och man kan fokusera bättre på vad lärare berättar eller uppgiften man jobbar med.

Positivt ☺

Simon: Det var skönt att sitta på.
Brandon: Man kan röra lite på sig och kan röra sig utan att det stör så mycket.
Erica: Det kan vara bra för att människor med hyperaktivitet kan röra på sig lite och få ut energin på just sittdynan. Så att de sen också kan fokusera på läraren eller genomgången.

Negativt ☹

Samuel: Man kanske inte kan sitta still. Det blir jobbigt att sitta på den efter ett tag.
Frida: Den hjälper inte.
Erica: Att det kanske inte hjälper alla, men alla är olika så man får anpassa sig efter hur eleven är som person och efter diagnos.

Betyg: 3,16 av 5

SLEEP AS ANDROID

☛ **VAD?** *"Sleep as android"* är en app som registrerar din sömn under natten. Genom din andning och dina rörelser känner den när du sover djupt och när du sover lätt, och på det sättet kan den se till att väcka dig när du sover som lättast. Appen finns i versioner för både android och iphone. För iPhone heter den *"Sleep cycle alarm clock"*.

☛ **VARFÖR?** För många är det väldigt svårt att komma upp på mornarna. Huvudet känns jättetungt och det är nästan omöjligt att komma igång. Om man får hjälp av appen att vakna när man sover som lättast, går det lite smidigare.

Positivt ☺

Brandon: Verkar bra för att man kommer upp tidigt.
Erica: Det verkar väldigt bra eftersom den ser hur man sover. Det kan vara bra för såna som har svårt att sova och då man kan se hur man sover och det kan bli enklare när man vet vad som är fel. Och då blir det lättare att göra något åt det.
Frida: Det verkar smart att kunna ha en enkel väckning.

Negativt ☹

Erica: Inget verkar dåligt förutom att appen är i mobilen och strålningen inte är så bra.

Betyg: 4 av 5

SKÄRM

☛ **VAD?** Avskärmare är en flyttbar skärm som man kan ställa på skrivbordet/skolbänken. Det skapar en egen liten hörna, där man kan sitta mer i lugn och ro. Man störs mindre av de andra i rummet.
☛ **VARFÖR?** Man ser inte vad de bredvid en gör, och då blir man mindre störd. Det blir lättare att fokusera på sitt eget skolarbete.

Positivt ☺

Samuel: Att man kan koncentrera sig på arbetet.
Simon: Det är bra för prov och sånt så man slipper sätta upp pärmar som vägg.

Betyg: 2,67 av 5

AM I LATE

☛ **VAD?** *"Am I late"* är en app som hjälper dig att hålla reda på tiden när du fixar olika vardagssysslor. Du väljer vilka sysslor du ska göra och hur lång tid du har på dig för varje syssla, till exempel hur lång tid det tar att duscha och att äta frukost på morgnarna. Appen räknar sedan ner tiden, och alarmet ringer för varje syssla. *"Am I late"* finns för android.
☛ **VARFÖR?** Det kan vara svårt att få alla sysslor gjorda på morgnarna och komma iväg till skolan i tid. Med hjälp av den här appen blir det lättare att hålla koll på hur lång tid det är kvar.

Positivt ☺

Erica: det är jättebra för människor som alltid kommer försent. Det är bra för att man har mycket lättare att hålla koll på sina rutiner och komma i tid. Den är också bra på det viset att man kan själv välja bort saker man inte vill göra.
Frida: Den kanske gör morgnarna lite roligare.

Negativt ☹

Erica: Det finns inget dåligt förutom att den klickar och det kan vara stressigt.
Brandon: Vore bra om den kunde starta av sig själv när väckarklockan ringer.

Betyg: 4 av 5

Linnéa som har ADHD:

”DET VIKTIGASTE ÄR ATT BLI SEDD OCH KÄNNA ATT LÄRAREN TROR PÅ EN”

Text & Foto: Calle Hedrén

Linnea Ahlqvist har precis fyllt 15 år och går i nian på Källbrinksskolan, Huddinge. Under sommaren mellan åttan och nian fick hon sin ADHD-diagnos.

– Det är otroligt skönt att ha fått en diagnos. Jag känner att jag blir mycket mer tagen på allvar nu. Redan innan gjorde lärarna vissa anpassningar, men efter att jag fått diagnosen är det fler som hjälper mig med studierna.

– Jag behöver hjälp med att ordna upp och strukturera. Exempelvis när jag ska läsa en text får jag hjälp att dela upp den i stycken. Efteråt ser lärarna till att jag sammanfattar texten med egna ord så jag minns vad jag läst.

Anpassningar för att få det att fungera

I klassrummet har hon fått skärmväggar så hon kan sitta avskilt, och hon får sitta längst fram så att det är lättare att fokusera på vad läraren säger. Det är mycket viktigt för Linnea att det är tydligt vad som förväntas av henne. Det hjälper om läraren förklarar strukturen på lektionen och om hon får uppgifterna skriftligt, gärna i punktform. Med läxor får hon hjälp av sin mamma, de sätter sig och planerar vilken dag olika läxor ska göras och hur lång tid det tar.

– Att vara för tydlig är aldrig något negativt, säger Linnea.

När det är gruppdiskussioner kan hon inte koncentrera sig eftersom hon har problem att sålla bland alla röster, då får hon lämna klassrummet. Diskussionerna deltar hon gärna i om hon får sitta med sin grupp i ett grupprum.

Bra vuxenkontakt på skolan är värdefullt

Linnea har god kontakt med en lärare som själv har ADHD och de pratar mycket om hur det är och hittar tillsammans strategier för att hantera skolan. Läraren tar upp det de pratar om med Linneas mentorer som förmedlar det vidare till berörda lärare. Den vuxenkontakten är mycket värdefull för Linnea. Det viktigaste är att bli sedd och känna att läraren tror på en, tycker hon. ●

ELEVENS CHECKLISTA, Så här vill jag som elev ha det i skolan:

✕

- ❒ 1. Lärare och personal ska få information om min funktionsnedsättning.
- ❒ 2. Tydliga skyltar och gärna foton på personalen utanför deras rum.
- ❒ 3. Inga surrande fläktar, störande ljud eller flimrande starka lysrör.
- ❒ 4. Information i god tid om vad som ska hända. Det är jobbigt för mig om det händer något oväntat.
- ❒ 5. Både muntlig och skriftlig information, som är rak och tydlig.
- ❒ 6. Påminnelser och hjälp med planering.
- ❒ 7. Kontrollera att jag verkligen har uppfattat det ni har sagt.
- ❒ 8. All undervisning på så få ställen som möjligt.
- ❒ 9. Anteckningshjälp på lektioner och möten.
- ❒ 10. Tillgång till ett lugnt rum om jag blir stressad och övertrött.
- ❒ 11. Skriftlig information om vilken hjälp jag kan få och vem jag ska prata med för att få stöd.
- ❒ 12. Öronproppar eller hörlurar för att slippa ljud.
- ❒ 13. Jag behöver ordning och reda.
- ❒ 14. Hjälpmedel som ger mig struktur, t.ex. tids- och planeringshjälpmedel, en whiteboard, scheman eller listor på vad jag ska göra.
- ❒ 15. Stöd och strategier för hur och när jag ska börja ett arbete och avsluta det.
- ❒ 16. Tala om precis vad jag ska göra och i vilken ordning jag ska göra det, vad som är viktigast att göra först om jag inte hinner allt, vem jag ska fråga om något blir fel och när jag kan fråga, när jag har ansvar och när andra har ansvar.
- ❒ 17. Jag vill på bestämda tider gå igenom hur allt fungerar och ha stöd, samtal och hjälp att lösa problem.

Annat som är viktigt för mig: .....

.....

.....

.....

Mitt namn: .....

Adress: .....

Telefonnummer: .....

E-postadress: .....

Denna checklista får lämnas ut till: .....

Informationen till den här checklistan kommer från Asperger- och ADHD-center.

RIKSFÖRBUNDET Attention

”ATT TVINGA LISA TILL SKOLAN KÄNDES JU NÄSTAN SOM BARNMISSHANDEL”

Text: Nina Norén / Foto: Scandinav, Marie Linnér

Per och Evas dotter Lisa har en komplicerad skolgång bakom sig. Redan i tredje klass började Lisa känna ett motstånd till att gå till skolan. År av bråk, gråt och ångest inför skolan avlöste varandra. Skolan skuldbelade föräldrarna och omgivningen kom med goda råd. När Lisa vid 12-års ålder fick diagnosen Aspergers syndrom föll många pusselbitar på plats – men långtifrån alla. Kampen med Lisa visar sig ha slitit hårt på familjen.

Hunden i huset är livlig och tar emot mig med stor entusiasm. Per och Eva hälsar också trevligt, men ger ett betydligt mer trött och dämpat intryck. De får in oss alla i köket, stänger dörren och säger lite viskande att dottern Lisa vilar på det andra våningsplanet. Vi slår oss ner i det trivsamma köket och påbörjar samtalet om dottern Lisas komplicerade skolgång.

I klass tre förändrades allt

Lisas första år i förskola/skola passerade utan några större mörka moln på himlen. Hon gillade att gå dit och hon hade en bästa kompis som ofta mötte henne på gården på morgonen. I trean slutade plötsligt kompisen tvärt att leka med Lisa. Förlusten blev brutal och slog med full kraft emot henne. Plötsligt var hon helt ensam på rasterna och visade inget som helst intresse av att vara med i de andras lekar. När det var dags att byta från låg – till mellanstadium orkade inte Lisa hålla ihop mer. Det blev för mycket oro och nya intryck. I och med detta utvecklade hon en sorts skyddsmekanism som gjorde att hon somnade. Hon kunde somna var som helst när som helst. Hela mellanstadiet fortgick i kaos och som en konsekvens av det vägrade Lisa successivt att gå till skolan.

– För att slippa gå till skolan började hon klaga på magont eller huvudvärk. Till slut förstod vi ju att man inte kan ha ont varje dag och fick börja tvinga iväg henne, säger Per.

– Vi fick till slut bära dit henne. Putta henne. Dra henne. Det var verkligen skitjobbigt. Vi tyckte det var otroligt viktigt att hon kom till skolan. Vi ville att det skulle ordna sig när hon kom dit. Men det ordnade ju sig inte när hon kom dit. Det blev inte bättre. Det kändes nästan som barnmisshandel, säger Eva sorgset.

Kände sig anklagade som föräldrar

Parallellt med den skenande paniken och oron Per och Eva kände inför sin dotters situation så fick de inget stöd från skolan. Tvärtom så kände de sig konstant ifrågasatta och anklagade som föräldrar. Istället för att rikta fokus på Lisas mående kände Per och Eva att skolsköterskor och annan skolpersonal skuldbelade dem som föräldrar. Det var en jobbig tid som till viss del tog slut när Lisa fick sin diagnos Aspergers syndrom vid 12-års ålder.

– Det var en enorm lättnad när vi fick diagnosen! Då började vi förstå att vi inte var så dåliga föräldrar som vi trott. Skolan började också förstå att de måste anpassa och möta henne på ett bra sätt. Nu fick hon exempelvis möjlighet att gå kortare dagar än normalt, berättar Eva.

När Lisa gick i 6:an valde familjen att flytta ut en bit utanför stan. Där låg en mindre skola som de trodde skulle passa Lisa bra inför högstadiet. Den mer trygga och överblickbara skolmiljön fungerade bättre för Lisa, men tyvärr hade inte klassläraren den kunskap och erfarenhet som krävdes. Situationen blev en aning bättre när läraren fick handledning utifrån, men inte tillräckligt bra. Därför beslutade Per och Eva att slutligen flytta Lisa till en Aspergerklass.

När man som förälder tar slut

Att ständigt ligga steget före, ha konstant beredskap och känna en malande oro har tärt på Per och Eva. Varje dag väcker de Lisa och får upp henne till frukostbordet för att läsa av henne. Är det möjligt för henne att gå till skolan eller ej? Målsättningen är tre halvdagar i veckan – något som sällan är görbart. Även om de får iväg henne till skolan så vet de aldrig om de måste lämna jobbet akut om något uppstår. Deras liv har successivt skalats av och blivit alltmer rutinbundet. Lisa gillar inte att resa och spontana utflykter är inte att tänka på. Hur mycket kärlek än ett föräldrahjärta än innehåller så kan det en dag ta tvärstopp. I den här typen av föräldraskap är det är vanligt att krafterna en dag tar slut och att utmattningssyndrom tar över livet – så även i Evas fall.

– Det är ju såklart flera saker som väger in, men jag tror den stora utlösande grejen är alla dessa år vi kämpat med Lisa. Jag har tagit bort mer och mer av marginalerna. Det har inte funnits någon ork kvar att ta tag i resten, säger Eva sorgset.

Eva har nu varit sjukskriven i nästan ett år. Per drabbades i samma veva av en sjukdom som gör att även han är långtidssjukskriven.

– Nu är vi hemmasittare allihop! Skojar Per till det mitt i allvaret.

Det är uppenbart att familjen har haft ett tufft år bakom sig och

att samhället inte har något utarbetat sätt att kliva in och stödja familjer i den här typen av kris. Istället har det hängt på dem själva att söka upp information om vilket stöd som kan erbjudas.

– Det är ju lite konstigt att vi mitt i allt detta svåra aldrig egentligen fått något vidare stöd riktat till oss andra i familjen. Jag har ett vagt minne av att jag hört talas om att det finns något anhörigcenter. Vi kanske borde ta med Lisas lillebror och gå dit, säger Per.

Det bästa stödet de som föräldrar fick var föräldrautbildningen via habiliteringen. Utbildningen var bra, men mötet med andra föräldrar i samma situation var nog ändå det bästa. Trots att utbildningen sedan länge är avslutad så är de ett gäng föräldrar som kontinuerligt fortsätter ses och stötta varandra.

Tips till föräldrar i samma situation

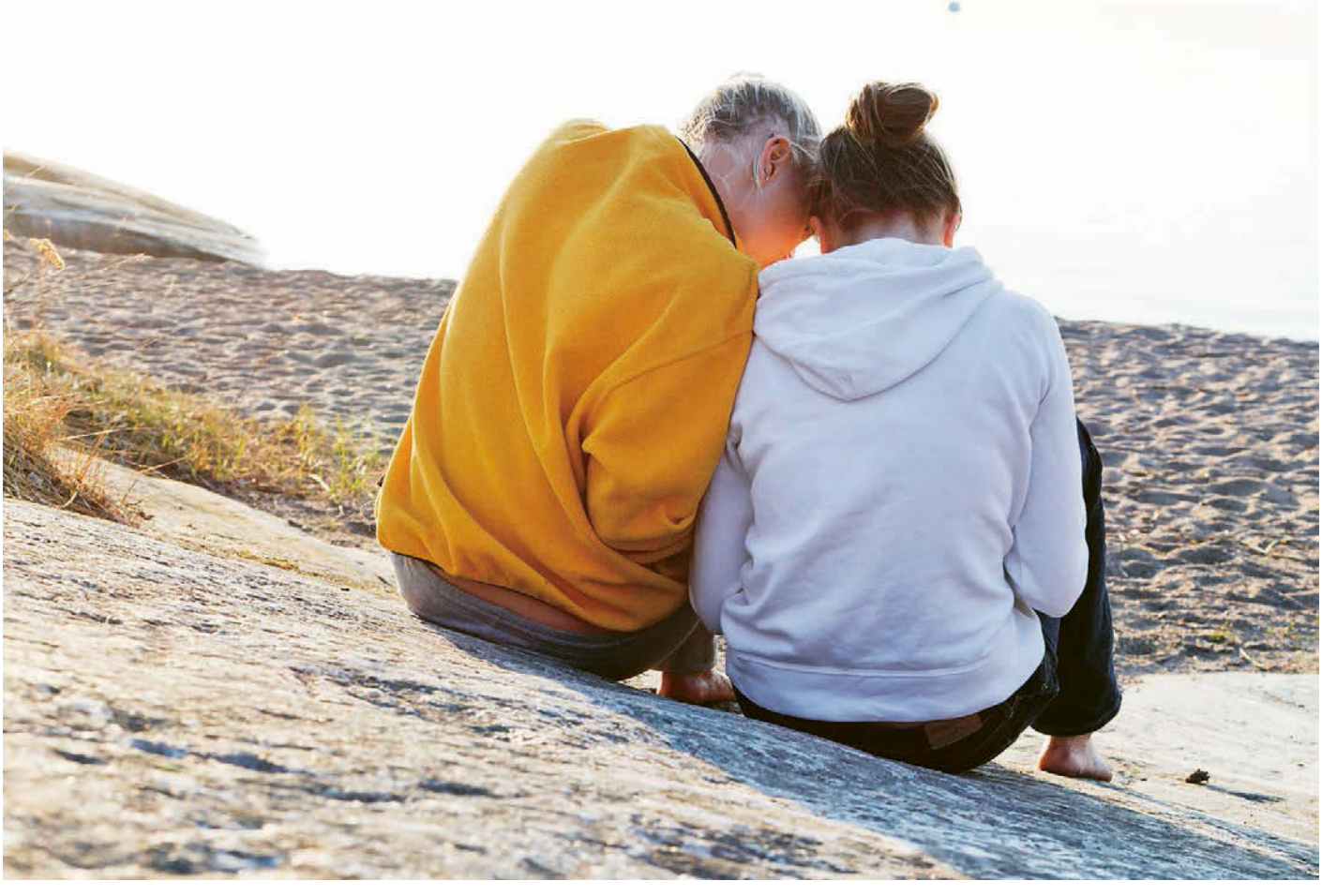
När Per och Eva ser tillbaka på det som varit och vad de önskar att de gjort annorlunda utbrister de i kör: ”Lyssnat!”

– Ja, vi borde verkligen ha lyssnat mer på vad Lisa egentligen sa och inte tvingat henne. Istället lyssnade vi för mycket på goda råd runtomkring som sa att hon måste till skolan till vilket pris som helst, säger Per.

– Lisa hade nog kunnat berätta mer om hur hon hade det om vi hade velat lyssna. Men vi ville ju egentligen inte höra. Det var för jobbigt. Hade vi lyssnat bättre hade vi satt igång utredningen fortare och hon hade sluppit de där åren av totalt kaos, inflikar Eva.

Per och Eva har under många år känt panikkänslor inför Lisas bristande skolkunskaper och ofullständiga betyg. Men när hon började i Aspergerklassen fick Per och Eva en betydelsefull insikt som gjort dem lugnare.

– Då insåg vi ju att alla elever inte måste gå samma väg, utan att det finns en alternativa vägar att gå. En del elever får en lite krokigare eller längre väg. Det är ju inte alls säkert att Lisa får fullständiga betyg, men hennes liv kan ju bli bra ändå. Vi hoppas och tror att Lisa i framtiden hittar sin plats i livet där hon trivs och känner sig trygg och blir accepterad, avslutar Eva med hoppfull ton. ●



HEMMASITTARE MED ASPERGER ÄR OFTA UTBRÄNDA

Text: Calle Hedrén / Foto: Elisabets privata

Elisabet von Zeipel är specialpedagog och har arbetat med utredning av barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar på Astrid Lindgrens Barnsjukhus och med föräldrautbildning på Asperger center i Stockholm. Hon är också författare till boken ”Asperger och stress – Inte bara Anna”.

– Asperger är väldigt påfrestande att leva med. Svårigheterna att se helheter och att tolka signaler skapar press på individen. Det skapar oro som leder till stress. Elever med Asperger som inte längre vill gå till skolan är ofta drabbade av utbrändhet, säger Elisabeth.

Elisabet menar att vi har en tendens att inte se tecknen och ta dem på allvar hos barn. Varningstecken är brist på ork eller ändrat beteende. Barn med Asperger är ofta regelstyrda och om det ändrar sitt beteende, kan det vara en signal på att hen inte mår bra. Många barn pressar sig själva, de vill vara duktiga och som andra barn. Det kan leda till att all energi försvinner i skolan och barnet inte orkar mer när hen kommer hem. Eller så kan hemmalivet fungera bra men skolan vara kaotisk. Då är det lätt att tänka att skolan inte klarar sin uppgift, när det egentligen handlar om att barnet är stressat. Här är det väldigt viktigt med öppenhet mellan förälder och skola och att inte pressa barnet när dess ork är slut.

Elisabet tror att det stora hindret i samarbetet med skolan är brist på kunskap om stressens betydelse. Som förälder kan man få mycket stöd om skola och föräldrar delar den kunskapen. Det dämpar även föräldrars oro vilket är lugnande för barnet.

– Om föräldrar och skola kan mötas i samförstånd skapar man förutsättningar för att barnet så småningom kan bli mottagligt för undervisning.

I Stockholms län kan man vända sig till Aspergercenter för att få information, men stödet är väldigt olika i olika län.

Elisabet har två gyllene regler för att arbeta med hemmasittande elever med Asperger:

- Återhämtning med total kravlöshet.
- Att återgå i egen takt.

Utbrändhet är ett allvarligt sjukdomstillstånd och kräver lång återhämtning. Den tiden måste vara fri från krav. En vuxen som är utbränd får en diagnos, utmattningssyndrom, och det tar månader, ibland år att komma tillbaka. Men barn hetsas ofta till att komma tillbaka till skolan så fort som möjligt. Man bör ställa sig frågan – vad stressar barnet minst? Med ett sådant bemötande kan hemmasittande förebyggas.

– Om barnet som är utbränt vet att ingen tvingar mig till skolan, jag får en paus, så vinner det massor med energi. Barnet vill gå i skolan, men det orkar inte.

Eftersom det är ett sjukdomstillstånd är det också viktigt att vända sig till sjukvården och få en diagnos. Även inom sjukvården kan kunskapen variera kraftigt. Om man märker att barnets problem inte tas på allvar har man rätt och bör söka sig till en annan instans.

– Det här är inte uppfostran, det är neuropsykiatriskt.

En annan sak barnen behöver är ”jag–kunskap”. Det är viktigt att prata om ork, energi och stress och ge barnet ord att sätta på sina känslor. Det handlar inte om terapeutiska samtal, det är enkla vardagliga samtal som ger barnet känslan att de kan göra något åt det som är jobbigt.

Barn som får återhämta sig i sin egen takt kommer sakta ur sitt skal och börjar självmant prata skola och blir redo att få undervisning. Då måste man låta barnet ta det i sin egen takt.

– Planera inte för ambitiöst för barnet, det finns inget prutmån för ett barn som varit utbränt. ●

PLUGGA-PLUGGA-PLUGGA
BETYGSUTVÄRDERING
GRUPPARBETE
X2=58-4
1000 LIKES PÅ INSTA
PARISTALTIK
KONJUKTIV
FOTOSYNTESEN
VAR HAR DU VARIT?
SKÄRP DIG
KRAV
ALGEBRA

NÄR ELEVEN INTE LÄNGRE VILL GÅ TILL SKOLAN

Text: Calle Hedrén / Illustration: Pernilla Förnes

Dominic är 24 år och studerar till undersköterska på gymnasienivå. Under större delen av grundskolan satt han hemma.

Han trivdes i lågstadiet, skolan var ett andrum från besvärliga familjeförhållanden. När han bytte skola i årskurs tre började mobbningen. Han berättade om det för sina lärare, men upplevde att han inte togs på allvar. Han slutade gå till skolan och det tog åtta månader innan det kom fram. Sociala myndigheter kopplades in, och de ville att han skulle återvända till skolan, Dominic vägrade. Det blev början på en rad olika sociala placeringar i fosterhem. Eftersom han flyttade runt mellan olika placeringar började han inte i skolan på de nya orterna. Vändpunkten kom när han var fjorton år och började i femman på en byskola.

Stadsmissionens projekt Oneeighty

Marit Sahlström är projektledare på Stockholms Stadsmissions projekt Oneeighty som arbetar med att nå ut till elever som inte längre vill gå till skolan. De arbetar nätbaserat, genom att chatta med eleverna fungerar de som en brygga mellan dem och skolan. Enligt Marit är det viktigt att visa att man tar eleverna på allvar och att bygga relationer med dem samt att byta fokus i ansvarsfrågan. Ofta pratar man om eleven eller elevens familj som problemet, när man istället borde fokusera mer på lärmiljöns betydelse för att en elev ska kunna komma tillbaka till skolan.

– Alla barn och ungdomar har rätt till en skolgång. Det är viktigt att skolan är tydlig i det mot eleven och att skolan och nätverket runt arbetar för att uppfylla sitt uppdrag.

Dominic var borta från skolan i flera år

– I byskolan fick jag extra hjälp när jag behövde men annars var jag med den vanliga klassen, berättar Dominic.

Här kände han att lärarna såg honom, de tog tag i saker med en gång och visade att de brydde sig om alla elever. Socialen tyckte att det fungerade bra och bestämde att han skulle återvända till sina föräldrar och sin gamla skola. När han kom dit var det precis som förut och allt började om. Skolan gjorde inga anpassningar och rektorn sa att det inte förekom mobbning på skolan. Skolan tyckte inte det behövdes extra stöd, eftersom det hade gått så bra på den mindre skolan. Dominic slutade gå till skolan under flera år.

Att tänka på när eleven kommer tillbaka

– När en elev återvänder efter att ha varit hemma en längre tid är det oerhört viktigt att denne får ett bra mottagande säger Marit från Oneeighty. Det kan till exempel innebära att en pedagog möter eleven i en miljö utanför skolan innan och följer med denne in i skolans lokaler. Har eleven varit borta behöver denne hjälp att strukturera upp sin skolgång. Läraren kan underlätta genom att skala ner antalet uppgifter till det som är nödvändigt för att nå kunskapskraven. Eleven kan ibland behöva ha tillgång till ett rum för att kunna dra sig tillbaka och vila. Det är också viktigt att trappa upp tiden i skolan långsamt, så att eleven hinner vänja sig och inte stressas.

Dominic började gymnasiet

Tillslut började Dominic gymnasiet och läste in grundskolans engelska, matte och svenska. Han beskriver att lärarna där såg alla elever, frågade hur det var och engagerade sig i livet utanför skolan när det behövdes. Det var där han träffade Marit. Efter några år började han på komvux på distans och efter ett tag var det okej att gå dit. Det var skönt att träffa vuxna människor och komma hemifrån.

Om en elev slutar komma till skolan tycker Dominic det är viktigt att läraren ringer och frågar varför eleven inte kommer. Det är vanligt att de som blir mobbade känner att det bara är mobbarna som ser dem. Vid varje möte med en ny person från myndigheterna var Dominic tvungen att berätta allt på nytt. Han tycker det hade varit bättre om han hade fått bygga förtroende för en person.

Marit säger att det är viktigt att tidigt ta kontakt med elever som stannar hemma. Ju längre de är hemma, desto svårare är det för dem att komma tillbaka. Och de flesta elever vill just tillbaka till skolan.

– En fungerande skolgång är det viktigaste skyddet mot ett långvarigt utanförskap, säger hon.

– Jag ville hela tiden tillbaka till skolan men till en skola som var mindre och lugnare, avslutar Dominic. ●

SKOLGUIDEN – VAD HAR ELEVEN RÄTT TILL?

Text: Karin Forsberg / Illustration: Pernilla Förnes

Att som förälder veta vilket stöd ens barn har rätt till i skolan är inte alldeles enkelt. För att guida föräldrar i denna djungel av lagar och paragrafer har Attentions projekt Min Skola tagit fram den viktiga skriften ”Skolguiden”. Nedan finner du utdrag ur guiden.

Enligt skollagen är skolan skyldig att ge extra stöd till den elev som behöver det. ”I utbildningen ska hänsyn tas till barns och elevers olika behov. Barn och elever ska ges stöd och stimulans så att de utvecklas så långt som möjligt” (Skollagen kap 1, paragraf 4).

– Stödet ska utgå från elevens individuella behov.

– Stödet ska inte bara ges för att nå upp till godkänt, utan eleven ska få möjlighet att utvecklas så långt som möjligt.

– Att det saknas ekonomiska resurser får inte vara en motivering till att en elev inte ges extra stöd.

– Hur stödet ska se ut står inte i lagen. Det bestäms på skolan, utifrån elevens behov.

Olika omfattande stöd

– ”Extra anpassningar” kallas ett mindre omfattande stöd. Det ansvarar läraren för och det kan oftast ges inom den vanliga undervisningen. Exempel: extra tydliga instruktioner, eller hjälp att planera skoldagen.

– Om det behövs mer omfattande stöd, kanske också under en längre tid, kallas det istället ”särskilt stöd”. Om man tror att en elev behöver särskilt stöd är rektorn ansvarig för att det utreds. Exempel: tillgång till elevassistent eller enskild undervisning. Särskilt stöd ska alltid dokumenteras i ett åtgärdsprogram.

Delaktighet

Både eleven själv och vårdnadshavare har rätt till delaktighet i utbildningen. I skollagen står det att barnets bästa ska vara utgångspunkt för verksamheten, och att man ska ta hänsyn till barnets åsikter i de frågor som rör honom eller henne. Enligt skollagen ska också föräldrar ha inflytande över sitt barns skolsituation. Både eleven själv och vårdnadshavare ska till exempel kunna vara delaktiga när man upprättar ett åtgärdsprogram.

Hur kan man gå tillväga för att få mer stöd i skolan?

Prata med elevens lärare till att börja med. I första hand ska man se om ”extra anpassningar” räcker för att ditt barn kan klara kunskapsmålen. Förhoppningsvis är du som förälder och skolans personal överens om situationen i skolan för ditt barn, och vilka åtgärder som behövs. Om ditt barn verkar behöva mer omfattande stöd, ”särskilt stöd”, är det rektorn som är ansvarig för att det utreds.

Om du har frågor kring elevens rättigheter i skolan kan du vända dig till Skolverkets Upplysningstjänst.

Läs mer i Attentions skrift ”Skolguiden”, som också innehåller information om bland annat stöd vid prov, vart man kan vända sig när något inte funkar, och ”Pys-paragrafen”. ●

Vill du läsa hela Skolguiden så hittar du den på Min Skolas projektsida på www.attention-riks.se

BÅDE ELEVEN OCH VÅRDNADSHAVARE HAR RÄTT TILL DELAKTIGHET I UTBILDNINGEN

PYS-PARAGRAFEN

ÅTGÄRDSPROGRAM BESLUTAS AV REKTORN

FÖR ATT DITT BARN SKA KUNNA KOMMA TILLBAKA EFTER LÅNG FRÅNVARO MÅSTE SKOLAN GÖRA TILLRÄCKLIGA ANPASSNINGAR

SKOLSKJUTS SKA KOMMUNEN ORDNA OM DET BEDÖMS BEHÖVAS

Vincent, elev på fryshuset

TÄNK PÅ ATT FÖRSÖKA LÖSA PROBLEMEN SÅ NÄRA ELEVEN SOM MÖJLIGT I FÖRSTA HAND MED LÄRARNA OCH SKOLAN

VISSA BESLUT INOM SKOLAN KAN ÖVERKLAGAS TILL SKOLVÄSENDETS ÖVERKLAGANDENÄMND

VART SKA MAN VÄNDA SIG, OCH VAD KAN MAN FÖRVÄNTA AV SKOLAN?

ÄVEN OM DET INTE STÅR I SKOLLAGEN EXAKT HUR STÖDET SKA SE UT, STÅR DET TYDLIGT ATT ALLA ELEVER SKA FÅ DET STÖD DE BEHÖVER FÖR ATT KLARA SKOLAN

LEDNING OCH STIMULANS, EXTRA ANPASSNINGAR OCH SÄRSKILT STÖD

TACK VARE ALBINS ”SIP” SLIPPER ANNIKA VARA DEN SOM DRIVER PÅ

Text & foto: Karin forsberg

– Det här är lika mycket för Albin som för oss föräldrar. Albin trivs bättre i skolan, och vi slipper kämpa så mycket, säger Annika, som berättar att de ser mer positivt på situationen numera. Detta tack vare en SIP – Samordnad Individuell Plan – där alla instanser kring Albin träffas tillsammans.

Annika är mamma till Albin, 11 år gammal, som har ADHD och just nu utreds för autismspektrumtillstånd. I skolan har han alltid fått en del hjälp och bra bemötande, men det har varit långt ifrån tillräckligt.

– De har ordnat assistent och hjälpmedel åt honom, men det har ändå aldrig fungerat tillräckligt bra för Albin. Skolan är så fyrkantig, och de har inte lyckats göra de rätta anpassningarna för honom. Albin har verkligen inte velat gå dit om dagarna, det har varit väldigt tufft för oss att tvinga honom, säger Annika.

Samverkan var obefintlig

Samverkan mellan skolan och BUP var dessutom tidigare obefintlig. Det är Annika som har fått föra vidare till skolan vad BUP har sagt och tvärtom, och att de själva skulle ha kontakt direkt med varandra verkar inte ha setts som ett alternativ. ”Det har aldrig varit så”, säger Annika och skakar på huvudet.

Vid en utbildningsdag hos Attention hörde hon talas om ”Mobila skolteamet”, som hon ansökte om hos Socialtjänsten. Under ett halvår får de nu stöd av dem, och det var dem som också tipsade Annika om SIP. De har hunnit ha ett par möten, där personer från skolan, mobila skolteamet och BUP har samlats, tillsammans med föräldrarna och socialhandläggaren.

– Vid första mötet hade de skrivit upp ”Albins fördelar” på tavlan, och vi fick bara prata om det som är positivt. Det var svårt, när man är så van att prata om allt som INTE fungerar, men vi fick syn på så mycket! Nu arbetar alla för att förstärka allt det här positiva ännu mer.

Fokus på lösningar

Annika tycker att SIP-mötena har gjort att man fokuserar mer på att hitta lösningar än tidigare, och att man ser till att faktiskt ordna det som inte fungerar. Hon berättar att det alltid har varit svårt för Albin att äta skolmaten, vilket har varit bekymmersamt, men på ett SIP-möte föreslog rektorn plötsligt att han skulle få specialkost.

– Han kom hem nästa dag och var jätteglad, för att han hade fått välja själv att han skulle äta blodpudding först en vecka, och sen köttbullar nästa. Skolsköterskan ringde mig för att ta reda på vilken sorts köttbullar vi brukar äta hemma, så att de kunde ge honom samma i skolan. Det tyckte jag var helt otroligt!

Annika beskriver att hindren kring Albin tas på större allvar i och med mötena där alla inblandade träffas, att ingen kan ducka för ansvar. Och att det innebär att Annika slipper vara den som driver på hela tiden och företräder sin son. Nu är det andra som diskuterar åtgärder, och hon kan släppa en del av det tidigare betungande ansvaret. Efter att ha varit sjukskriven i två år har hon nu börjat arbetsträna.

Konternuerlig uppföljning

Mötena brukar vara en timme långa, och det är social-handläggaren som leder dem. Annika uppskattar att hon på ett väldigt tydligt sätt har följt upp vad som hänt efter senaste mötet. Alla har fått berätta hur det har gått att genomföra det som de åtog sig förra gången. Annika och Albins pappa, som inte lever tillsammans längre, är alltid med på mötena och får godkänna allt som sägs. Alla som deltar får också skriva under ett kontrakt, där det står vad de åtar sig att göra.

Tanken är egentligen att det barn som SIP:en handlar om ska vara med på mötena. Men när Annika frågade Albin ville han inte det och Annika tror också att det hade varit svårt. Istället berättar Annika, Albins pappa eller hans styvpappa allt som bestäms på mötena för honom.

Vad som händer framöver vet inte Annika riktigt. De ska ha ett nytt möte om någon månad inför att mobila skolteamet ska avsluta sitt arbete, men efter det är inget mer bestämt.

– Det är ju så viktigt att det funkar i skolan för barnen, och om BUP är inblandade borde de samverka. Jag hade önskat att vi åtminstone kunde ha ett SIP-möte varje termin så länge Albin går i skolan. ●

Vad är en SIP?

Samordnad Individuell Plan – en så kallad SIP – innebär att flera olika myndigheter och aktörer kring ett barn, eller en vuxen, tillsammans träffas och skriver en plan för stöd till barnet. Detta görs för att de olika insatserna behöver samordnas, vilket kan förenkla mycket för barnet och dess föräldrar.

SIP ingår i hälso- och sjukvårdsslagen och i socialtjänstlagen, men inte i skollagen. Det innebär att skolor egentligen inte är tvingade att delta. Men på många ställen i landet har man gjort regionala överenskommelser som innebär att också skolorna förväntas delta. Inte heller Försäkringskassan är tvingade att vara med, men kan ändå bjudas in.

Du kan läsa mer om SIP på www.skl.se

Mamma Git:

”BEMÖTANDET PÅ DEN NYA SKOLAN VAR SOM EN ÖPPEN FAMN”

Text: Thomas Bushby / Illustration: Pernilla Förnes

Föräldrar till barn med NPF lever ofta i ständiga konfrontationer med lärare, rektor och skola. Tvingade att ideligen argumentera och påminna barnens självklara rättighet till stöd och anpassningar. Git – mamma till 15-åriga Samuel som har ADHD – berättar om sina upplevelser i kontakten med skolan.

Föräldrar till barn med särskilda behov vet att skarpa skrivningar om rättigheter i skollagen, förordningar och läroplaner är en sak. Praktik en annan. Ofta kommer inte rättigheterna av sig själv. Det är Gits erfarenhet.

– Mycket hamnar på oss föräldrar om våra barn ska få en bra utbildning, säger hon och berättar om sonen Samuels första år i skolan.

Han trivdes inte och ville oftast stanna hemma under lågstadiet. Ändå kämpade han och familjen och alla trodde att det gick hyfsat. Därför var det ett bakslag i årskurs tre när föräldrarna fick besked om att Samuel måste gå om tredje klass. Han hade fått för stora kunskapsluckor. Ändå blev det ett uppvaknande. Samuels föräldrar tog på sig uppgiften att få kommunikationen att fungera bättre med skolan.

– När vi såg att han inte fick tillräckligt med stöd gjorde vi allt vi kunde för att informera skolan om hans behov. Vi var också noga med att själva få information om hur det gick för honom, säger hon.

Hela tiden upplevde hon att hon fick jobba och ligga på för att få till en bra kommunikation.

Årskurs tre till sex minns hon som oerhört jobbiga år. Inte blev det bättre av att Samuel fick byta lärare åtta gånger under de här åren. Många lärare hade för lite kunskaper om lärandet för elever med särskilda behov, även om det fanns undantag.

– I årskurs fyra fick Samuel en lärare som hade rätt kunskaper och även visade förståelse men tyvärr slutade hon efter ett år, berättar Git.

Nu har Samuel nästan gått ett decennium i skolan och Git kan bara konstatera att kunskapen om NPF skiljer sig markant från lärare till lärare. Denna godtycklighet drabbar elever hårt.

Enklare att kräva rättigheter i och med diagnos

I årskurs fem fick Samuel den formella diagnosen ADHD, samt läs- och skrivsvårigheter. Det gjorde det enklare för Git att ställa krav på skolan.

– Jag lärde mig mycket på föräldrautbildningen, till exempel att han har rätt att komplettera proven muntligt, och att det finns hjälpmedel för elever med läs- och skrivsvårigheter, berättar hon.

Den stora vändningen för Samuel blev när han bytte skola i årskurs sju.

– Bemötandet på den nya skolan var som en öppen famn efter alla jobbiga år. Både biträdande rektorn och flertalet lärare fokuserade på Samuels rättigheter till en bra utbildning, inte bara på hans problem, säger Git.

Bemötandet har gett Git en helt annan trygghet som gör att hon vågar släppa en del av ansvaret.

– Ett exempel är att eftersom Samuel alltid haft svårigheter med matematiken pratade jag med hans nya mattelärare om hans problem. Läraren svarade att han skulle börja med att lära känna Samuel ordentligt, sen skulle de tillsammans se till att han fick kunskaperna, och han sa det med en positiv inställning och nyfikenhet på min son. Han såg inte bara på mig som en jobbig förälder. Det var otroligt skönt för mig, och nu har Samuel kommit ifatt i matten, berättar hon.

Kunskap om NPF är nyckeln

Även om Samuels föräldrar fortfarande får jobba och påminna en del för att få kommunikationen att fungera mellan dem och skolan är skillnaden stor jämfört med tidigare. Framför allt beror det på att det finns mer kunskaper om NPF på den nya skolan, menar Git. Det goda bemötandet hon känner på nya skolan tror hon hänger ihop med just kunskapen. Skolpersonalen har en kompetens och en djupare förståelse för eleverna och vad de behöver för att lära och utvecklas. ●

Bra att tänka på!

I KONTAKTEN MED SKOLAN

Text: Karin Forsberg / Illustration: Pernilla Förnes

För att samtalen med ditt barns skola ska bli fruktsamma, för att du som förälder ska känna att du blir lyssnad på, och för att arbetet kring ditt barn ska gå framåt, finns det saker som kan vara bra att tänka på. Här har vi listat en rad tips som föräldrar till skolbarn med NPF tycker har underlättat för dem i kontakten med skolan.

- **Ta reda på vilka rättigheter ditt barn har i skolan**. Ring Skolverkets Upplysningstjänst för att ta reda på vad som gäller.
  Telefon: 08-527 332 00. **Telefontid:** Vardagar 09.30–11.30 och 13.00–15.00
  E-post: upplysningstjansten@skolverket.se

- **Ta kontakt med rektor eller specialpedagog på skolan**. Ställ frågor, ta till exempel reda på vad de har för ärendegång när det gäller särskilt stöd och hur elevhälsan är upplagd, för att få information om vad som gäller. Detta kan också få skolans ledning att tänka till kring deras resurser och förutsättningar att stötta elever med NPF. Ta reda på vilken kunskapsnivå som skolans personal har kring ditt barns funktionsnedsättning. Utan att ifrågasätta kan man fråga barnets lärare ifall de tycker att de har den kunskap som de behöver. Om det verkar finnas behov av fortbildning, kan du ta upp det med rektorn.

- **Försöka lösa problemen så ”nära eleven” som möjligt**. Vänd er i första hand till lärarna och skolan. Att till exempel vända sig till Skolinspektionen är en stor process och kan ta lång tid, vilket kanske inte alltid är till hjälp för eleven.

- **Ta med intyg eller annan information till möten**. Det kan vara till hjälp för att förklara ditt barns behov för skolans personal.

- **Be någon följa med dig till kommande möten**, om du i tidigare kontakt med skolan har tyckt att det är svårt att komma framåt. En släkting eller till exempel någon från Habiliteringen, som kan hjälpa dig förklara. Detta bör du i sådant fall meddela skolan i förväg.

- **Be att få information skriftligt**. Skicka gärna dina frågor till skolan skriftligt, och be att få svar skriftligt. Om du ska på ett möte med skolan kan du be dem ordna så att någon antecknar vad som sägs, så du slipper göra det själv.

- **Begär snabba uppföljningar på det som ska åtgärdas**. Vid möten kan du försöka se till att det blir tydligt vad som händer härnäst och vad skolan behöver ordna. Det kan också vara bra att på en gång bestämma tid för ett uppföljningsmöte där ni får utvärdera insatserna som ska ha gjorts till då.

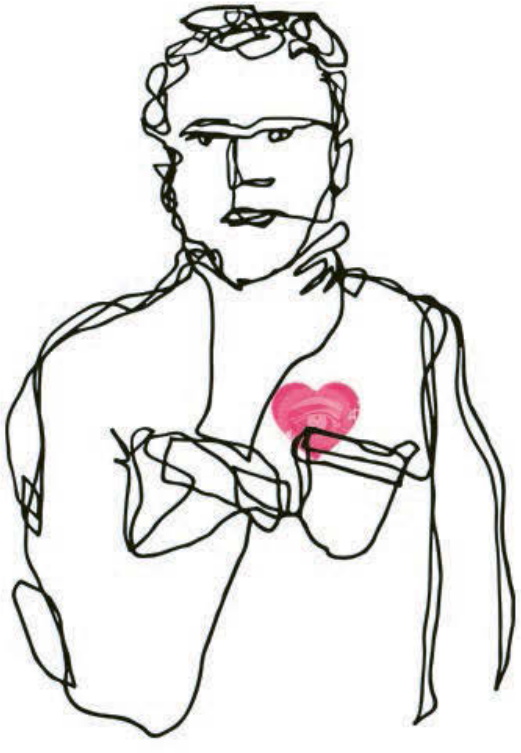
- **Viktigt att veta om åtgärdsprogram.** Ett åtgärdsprogram förklarar vilka åtgärder skolan ska göra. Inte på vilka sätt eleven ska förändra sitt beteende. På Skolverkets hemsida finns tydlig information om hur ett åtgärdsprogram ska skrivas.

- **Be om ett möte med en arbetsterapeut i skolan**. Hen kan hjälpa till att hitta de rätta anpassningarna och hjälpmedel för ditt barn.

- **Dokumentera dina kontakter med skolan**. Anteckna när du har varit i kontakt med någon på skolan, vad det gällde och vad du fick för svar.

- **Be om kontinuerlig feedback från skolan**. Föreslå till exempel att ni har kontakt varannan vecka, eller att ni får regelbundna rapporter från skolan.

- **Anmäl och klaga skriftligt**. Om man får avslag på en ansökan, kan man begära en beslutsmotivering för att få tydlig information om varför ansökan avslogs. Vissa beslut som fattas av skolan kan överklagas. Det ska man få information om när beslutet fattas. ●



MATERIAL FRÅN MIN SKOLA-PROJEKTET

Attentions Min Skola-projekt har tagit fram flera intressanta skrifter och filmer riktade till både eleverna själva, lärare och föräldrarna. Fokus i samtliga skrifter är att hitta sätt att få skolan att fungera för elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF).

SÅ HÄR! FÅ SKOLAN ATT FUNKA

Ett material för elever på högstadiet och gymnasiet som har NPF. Magasinet handlar om att vara tonåring och ha NPF. Framförallt om att hitta sitt eget sätt att klara skolan så bra som möjligt. Men också om vänskap, inspirerande personer och smarta prylar som kan göra det lite enklare att fokusera. Finns att köpa i **Attentions webbutik**.

SKOLGUIDEN, VAD HAR ELEVER MED NPF RÄTT TILL?

I Skolguiden har vi samlat information om vilka rättigheter elever med NPF har i skolan. För många föräldrar upplevs det som en djungel att förstå Skollagen och bestämmelser kring extra stöd i skolan. Vad är ett åtgärdsprogram? Vem ska jag vända mig till? I det här materialet finns samlad information som kan vara bra att ha i kontakten med ditt barns skola. Finns att läsa digitalt via Min Skolas projektsida på **attention-riks.se**.

GODA EXEMPEL. FÅ DET ATT FUNKA FÖR ELEVER MED NPF I SKOLAN

Ett inspirationsmaterial för personal inom skolan som möter elever med NPF i sitt arbete. Här belyser vi olika vägar mot att åstadkomma en NPF-vänlig skola. Bland annat berättar elever med NPF själva om sina upplevelser av skolan, vi ser vad som händer om man plockar in arbetsterapeuter i skolan, och vad förtydligande pedagogik är. För skolpersonal som vill lära sig mer om NPF och läsa om andra skolors utvecklingsarbete. Finns att köpa och läsa digitalt i **Attentions webbutik**.

MIN SKOLAS FILMER

I filmen ”Imorgon ska jag vara normal” får vi träffa fem elever med NPF som berättar om din skolgång. Vilka utmaningar de stött på. Vilka anpassningar som fungerade och hur deras drömskola ser ut. Min Skola har också gjort tre filmer på plats ute i skolan med eleverna Alvin, Erica och Marcus. I filmerna berättar eleverna bl. a om sin skolvardag, de delar med sig av sina egna strategier och hur de ser på sina diagnoser. Filmerna finns att se på Attentions youtube-kanal ”**Attentions play**”.

MER INFO FÖR DIG SOM ÄR ANHÖRIG

På Attentions hemsida finns ytterligare information till dig som är anhörig till unga med NPF. I Attentions projekt ”Egen styrka” fokuserar vi på stöd till anhöriga, och vikten av att ni också tar hand om er själva. Besök Attentions hemsida, **attention-riks.se**, för att få veta mer.