

**AST 26 MAJ**

**VAD**

**FUNKAR**  
.....



**JESSICA STIGSDOTTER AXBERG**  
**MRSHYPER**



”Vi är isolerade hemma. Det blir mer utbrott hos barnen, sömnsvårigheter och matvägran.”

”Jag har två barn hemma och försöker själv återhämta mig från utmattning.”

”Barnen har distansundervisning, med ångest och rubbade vanor som följd.”

”Högre grad av oro och panikångestattacker hos ungdomen med diagnos.”



CORONATIDER



## INDRAGNA STÖDÅTGÄRDER

Gruppaktiviteter, daglig verksamhet  
och samtalsgrupper.

Även  
hemtjänst, boendestöd och  
stödfamiljsverksamhet  
och utredningar eftersom de  
inte anses akuta



CORONATIDER



**FÖR NÅGRA ANDRA**  
är det en avlastning att man  
inte behöver vara i skolan  
varje dag från morgon till kväll



**CORONATIDER**



# ATT UNDVIKA ORO

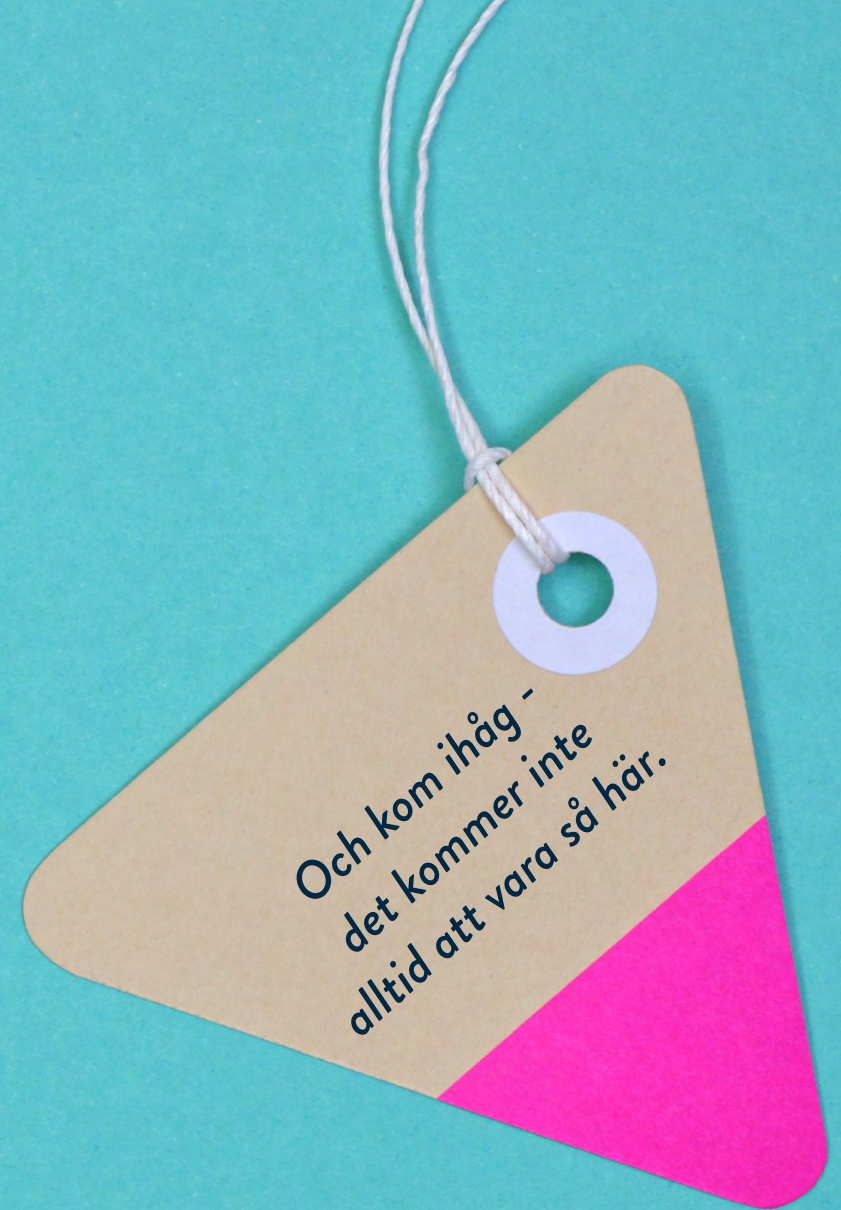
- Våga prata
- Ta reda på fakta
- Bryt din oro
- Håll dina rutiner

*Och kom ihåg -  
det kommer inte  
alltid att vara så här.*



# 5 RÅD TILL HEMARBETARE I CORONATIDER

1. Planera din arbetsplats
2. Skapa nya rutiner
3. "Gå till och från jobbet"
4. Digital-fika, -lunch och -möten.
5. Försök att efterlikna allt som fungerar bra på jobbet och skapa det även hemma.





# 5 RÅD TILL ARBETSGIVARE I CORONATIDER

1. Checka in på morgonen
2. Ha fokus på måndet
3. Uppmuntra till utveckling
4. Checklista för varje dag
5. Avsluta dagarna gemensamt

*Och kom ihåg -  
det kommer inte  
alltid att vara så här.*





AST - 26 MAJ  
VAD FUNKAR?



VAD  
FUNKAR  
A *till* M





# TJEJER *med* AST

Imitation  
Utsatthet  
Specialintresse  
Inåtagerande

”Aspie-kriterierna”  
med tillåtelse  
att använda av  
Tony Attwood





AST - 26 MAJ  
VAD FUNKAR?



# ARBETSPLATSENS BETYDELSE





# BOKA TÄTA UPPFÖLJNINGSMÖTEN







AST - 26 MAJ  
VAD FUNKAR?

# CHECKLISTA



©JESSICA STIGSDOTTER AXBERG







AST - 26 MAJ  
VAD FUNKAR?

# DAGSSCHEMA



# ENERGITJUVAR





# FEEDBACK







AST - 26 MAJ

VAD FUNKAR?

# GEMENSKAP

Hello

©JESSICA STIGSDOTTER AXBERG





# HANDLEDARE

## HUR VET MAN VAD SOM ÄR RÄTT?



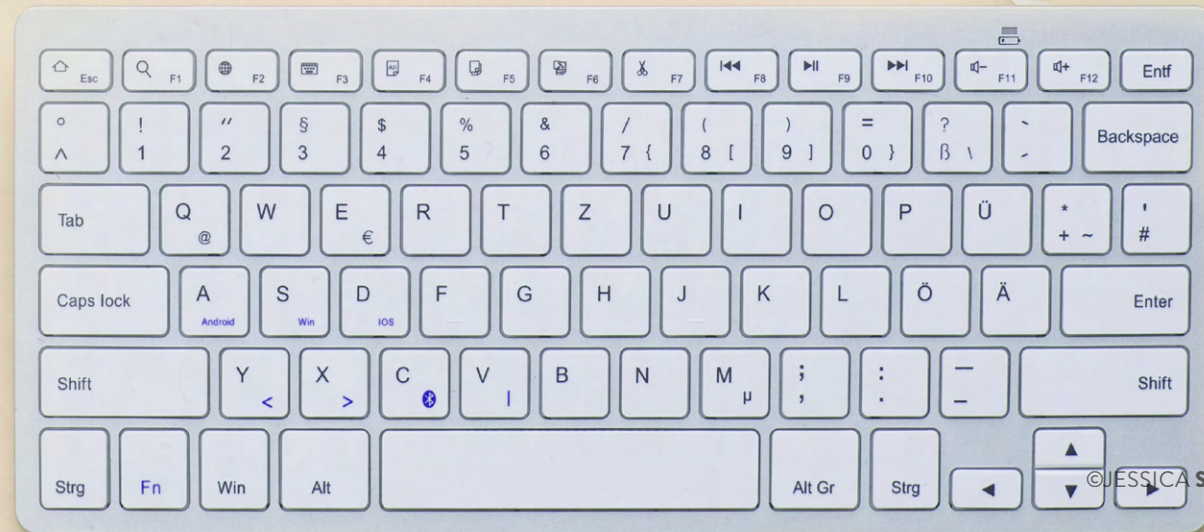
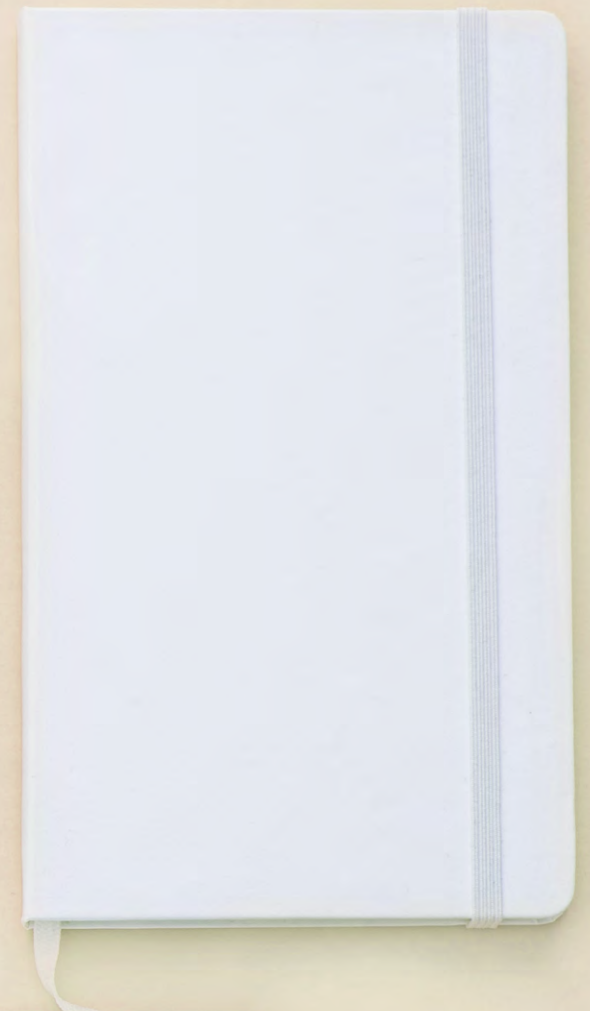


# INTRYCKSKÄNSLIGHET





# JAG SA JU DET!





# KROPPSPRÅK





AST - 26 MAJ  
VAD FUNKAR?

# LOJALITET



©JESSICA STIGSDOTTER AXBERG





# MINIMERA RISKEN FÖR MISSFÖRSTÅND