

<p>1. Problemlösning</p>	<p>2. Att kunna välja</p>	<p>3. Grupparbete</p>	<p>4. Förmåga att koppla av</p>
<p>Kan du agera i en oväntad situation? <i>T.ex. om du är på väg hem och märker att du har lämnat nycklarna hemma</i></p>	<p>Har du lätt att välja mellan två eller flera alternativ? <i>T.ex. maträtter, kläder</i></p>	<p>Har du lätt för att samverka i grupp? Kan du delta i en diskussion i grupp? <i>T.ex. säga din åsikt, tala när det är din tur, lyssna på andra</i></p>	<p>Har du lätt för att koppla av? Hurdana knep har du för att koppla av?</p>
<p>5. Att använda kommunikationsutrustning vid kommunikation</p>	<p>6. Att röra sig på olika platser</p>	<p>7. Att sköta sin hygien och ta hand om sitt yttre</p>	<p>8. Kost</p>
<p>Använder du telefon eller dator för att kommunicera med dina vänner?</p>	<p>Rör du dig utanför hemmet på egen hand? <i>T.ex. på främmande platser, nya rutter</i></p>	<p>Ser du själv till att tvätta dig regelbundet? Påminner någon dig om t.ex. att duscha?</p>	<p>Äter du bra och tillräckligt? Påminner någon dig om att äta? Har du lätt för att smaka på nya maträtter?</p>
<p>9. Spelregler i mänskliga relationer</p>	<p>10. Vänskapsrelationer</p>	<p>11. Skolgång</p>	<p>12. Att använda pengar</p>
<p>Vet du hur man ska uppföra sig när man är tillsammans med andra? Hur lyckas du i allmänhet med det? <i>T.ex. artig uppförande: att hälsa, tacka</i></p>	<p>Har du vänner i din egen ålder? Har du lätt för att få vänner? Råkar du lätt i gräl med dina vänner?</p>	<p>Hur går det i skolan?</p>	<p>Kan du göra inköp på egen hand? Har du egna pengar att röra dig med?</p>
<p>13. Fritid</p>	<p>14. Att genomföra uppgifter</p>	<p>15. Självbehärskning</p>	<p>16. Sömn</p>
<p>Får du tiden att gå på fritiden? Har du någon hobby eller något annat meningsfullt som du sysslar med på fritiden?</p>	<p>Hur bra lyckas du genomföra uppgifter som inte är så trevliga men som du förväntas genomföra? <i>T.ex. hushållsarbeten, läxor</i> Tycker du att det är lätt att planera och slutföra uppgifter som består av flera moment? <i>T.ex. att skriva en uppsats, städa ditt rum</i></p>	<p>Kan du stå emot en plötslig ingivelse eller lust? Hur? <i>T.ex. att kunna vänta på din tur fastän du är ivrig, hålla tillbaka din första reaktion (t.ex. slå eller skrika) när du är arg</i></p>	<p>Sover du bra och tillräckligt? Har du en regelbunden dygnsrytm?</p>
<p>17. Koncentrationsförmåga</p>	<p>18. Minne</p>	<p>19. Att reglera känslor</p>	<p>20. Att uppfatta helheter</p>
<p>Hur klarar du av att koncentrera dig? <i>T.ex. på undervisningen, att läsa</i> Kan du koncentrera dig trots oljud i omgivningen?</p>	<p>Har du lätt för att komma ihåg det du ser eller hör? Hur bra lyckas du t.ex. i en provsituation minnas vad du har lärt dig?</p>	<p>Kan du lugna ner dig när du är arg eller ledsen? Hur? Uttrycker du ibland dina känslor så kraftigt att du ångrar dig efteråt? <i>T.ex. sårar någon utan avsikt</i></p>	<p>Har du lätt för att uppfatta det viktiga i t.ex. en lärobok?</p>

4

3

2

1

8

7

6

5

12

11

10

9

16

15

14

13

20

19

18

17

21. Flexibelt tänkande

Hänger du lätt upp dig på detaljer?

Klarar du av att ändra uppfattning
eller åsikt om det behövs?

*T.ex. när majoriteten i gruppen vill göra
på något annat sätt än du*

22. Tidshantering

Kan du uppskatta hur lång tid
det tar att göra olika saker?

*T.ex. hur länge en resa tar,
hur lång tid du behöver för att göra läxorna*

Kommer du i allmänhet i tid till avtalade möten?

23. Sensoriska funktioner

Har du svårt att stå ut med vissa ljud,
lukter, smaker eller med beröring?

24. Att förstå andra människor

Märker du om du har gjort någon annan ledsen?

Kan du kommunicera med andra utan ord?
T.ex. miner, tonfall, kropps rörelser

24

23

22

21