

Introduktion av dagsschema

SYFTE: Ett dagsschema bidrar till att skapa förutsägbarhet, begriplighet och rätt ställda förväntningar och krav på situationer. Skapa tilltron till omgivningen och vad som ska hända "mig".

Allmänt:

Dagsschema behövs när användaren har svårt att överblicka långa tidsspann.

Används ett veckoschema för mera sällan aktiviteter kan en markering vid aktuell dag ge en bättre överblick och skapa fokus på just denna dag för användaren. Exempelvis kan en röd pil eller en bild på en sol sättas ut vid den aktuella dagen.

En del användare klarar att läsa och vill ha text och för andra kan det räcka med att bilderna är mer generella. För en del personer finns behovet av att använda specifika bilder på ett konkret sätt som beskriver aktiviteten.

Låt användaren vara delaktig i valet av bilder som ska användas i schemat.

Börja enkelt med några få roliga och motiverande aktiviteter för att skapa intresse.

Uppmärksamma när användaren frågar efter om något ska hända. Sätt tillsammans upp aktiviteten på dagsschemat.

- ✓ Räcker det med att ha rätt ordning på aktiviteterna eller behöver brukaren även veta när aktiviteten börjar och slutar?
- ✓ Behöver bilderna ligga fasta (ex. tryckt A4) eller är det en fördel om de går att flytta (ex skyltar på magnetavla)?
- ✓ Planera när bilderna ska tas ner och nya sättas upp. Skapa en rutin för detta, exempelvis att nya bilder sätts upp ett nytt fast dagsschema delas ut om nästkommande dags aktiviteter på kvällen innan.
- ✓ Gå igenom morgondagens olika aktiviteter en kort stund varje morgon och i den ordning de ska utföras.
- ✓ På kvällen kan man tillsammans reflektera/gå igenom är dagens aktiviteter. Finns det något som inte blev utfört och som kan flyttas över till kommande dag.

Om det är flera stödjande personer runt användaren är det av största vikt att prata ihop sig kring rutiner, metodik, ordval och förhållningssätt kring dagsschemat. Det blir då lättare för användaren att ta till sig "sitt" schema.