

Skema 1: Ticstælling

Ticstælling startes en uge før træningen startes og fortsætter under hele træningsforløbet. Alle tics tælles dagligt i præcis 15 minutter på samme tidspunkt og under samme aktivitet og af samme person og på samme måde.

Hvem tæller?: _____

På hvilket tidspunkt?: _____

Under hvilken aktivitet?: _____

før start	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
1. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
2. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
3. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
4. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
5. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
6. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
7. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
8. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
9. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
10. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
11. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit
12. uge	uge nr.	man.	tir.	ons.	tor.	fre.	lør.	søn.	ugegennemsnit

Skema 2: Træning af ticsundertrykkelse I

1. gang dato	træningsperiode	1. måling	2. måling	3. måling	4. måling	5. måling	6. måling	dagens rekord
2. gang dato	træningsperiode	1. måling	2. måling	3. måling	4. måling	5. måling	6. måling	dagens rekord

Træningsperioden øges op til 15 min. Først herefter laves provokation og ticstræningsmåling her 5. min.

3. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
4. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
5. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
6. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
7. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
8. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
9. gang dato	træningsperiode	antal gennembrudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.

Skema 3: Træning af ticsundertrykkelse II

___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.
___ . gang dato	trænings- periode	antal gennem- brudstics	Tictrangsmåling 0-10 (valgfri)				
			5 min.	10 min.	15 min.	20 min.	30 min.

Skema 4: Ticsmåler

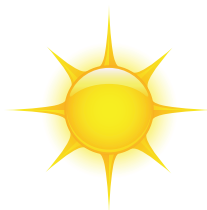
Lav en liste over de tics, som du har. Rækkefølgen er ikke vigtig. Giv dem karakter fra 0 (intet ubehag til 10 (maksimalt ubehag). Tilføj på listen, når nye opstår, og streg dem ud, som forsvinder. Gentag målingen med f.eks. en uges mellemrum, så du kan se, hvordan de forandrer sig.

Ticsliste (beskrivelse):	Dato:							

Skema 7: Temperamentskala



	10
	9
	8
	7
	6
	5
	4
	3
	2
	1



Skema 8: Forældre- og lærervejledning til at støtte et barn med ADHD, NLD og autisme

1. Vær 'guide-on-the-side' og vis barnet i handling, hvordan opgaven løses. Så længe barnet selv kan arbejde med opgaven, trækker man sig, men træder til, når barnet går i stå, og hjælper tilbage på sporet.
2. Del opgaver op i mindre dele og giv tydelig skridt-for-skridt instruktion, som i en kokebog.
3. Lær barnet 'verbal feedback', dvs. at barnet gentager, med egne ord, dét, som du lige har instrueret barnet i, så du er sikker på, at beskeden blev modtaget.
4. Giv en oversigt over opgaven, som ikke er for visuelt 'overvældende'. I starten udleveres det på skrift, og siden kan barnet selv skrive det ned fra tavle eller fra verbal instruktion. Vær opmærksom på, at det kan tage urimelig lang tid for barnet at skrive, så krav skal tilpasses barnets funktion.
5. Lær barnet at bede om hjælp – og vær til rådighed, når barnet beder om hjælp.
6. Giv direkte instruks i sociale færdigheder: at genkende og forstå ansigtsudtryk, kropssprog og følelser. Brug evt. rollespil.
7. Undgå straf og brug, så vidt muligt, konstruktiv kritik. Vær tydelig med ansigtsudtryk og stemmeføring.
8. Giv massiv støtte til at etablere og vedligeholde venskaber.
9. Træn strategier til at begå sig i forskellige sammenhænge – gerne ved hjælp af 'sociale historier', f.eks.: „Når man kommer på besøg hos en kammerat, siger man goddag til forældrene”.

Skema 9: Plan B-skema

At samarbejde om at løse konflikter eller ændre ting, man er utilfreds med
(skriv ned for hvert punkt)

Dato: _____

Problem: _____

1. Den andens mening om det, man gerne vil have ændret:

2. Min egen mening:

3. Alle forslag til løsninger:

4. Et forslag, som kan lade sig gøre, og som begge synes er værd at prøve:

5. Hvornår vi snakker sammen igen for at høre, om forslaget har løst problemet:

KILDE: ROSS W. GREENE: *DET EKSPLOSIVE BARN*