



12.5 Visuelle verktøy

Mange barn og unge syns det er vanskeleg å setja ord på kjensler eller opplevingar. Visuelle hjelpemiddel som fargelegging, symbol eller rangeringar gir elevane eit alternativ til munnleg språk. Eit ark med tydelege former og oppgåver gir rammer for samtalen, det kan gjere det lettare å snakka om vanskelege ting utan å kjenne seg «avslørt» eller pressa. Nokre elevar lærer og uttrykk seg best visuelt eller kinestetisk (gjennom bevegelse og teikning). Ved å bruka fargar, former og plasseringar, får desse elevane nytta sine styrker i vanskelege samtalar. Når ein elev plasserer fag på ein tryggleiksskala eller fargelegg ein relasjonssirkel, blir det visuelt tydeleg kor utfordringane ligg. Dette gir både eleven og den vaksne eit felles utgangspunkt for vidare samtale og tiltak. Når eleven får vere ein aktiv deltakar i å fylla ut, teikna eller velja symbol, opplevst samtalen meir som noko ein gjer saman – ikkje noko som blir gjort med eleven. Elevar med språkforskjellar, lærevanskar eller andre utfordringar kan ha nytte av visuelle uttrykksformer som ikkje krev avansert språk. Dette gjer samtalanane meir tilgjengeleg og rettferdige.

Etter samtalen kan det utfylte skjema nyttast til å følge opp, sette inn tiltak eller evaluera utviklinga over tid. Det er viktig å la eleven fritt velja fargar, symbol eller plasseringar. Unngå å tolka for raskt, still heller spørsmål som «Kan du fortelja meir om kvifor du valde å plassera det der?». Dei visuelle verktøya kan brukast for å fanga opp endringar over tid, ved at ein nyttar dei same arka fleire gonger i individuelle samtalar eller mindre grupper. Verktøya kan tilpassast eleven sin alder; yngre elevar kan bruka fargar og symbol, medan eldre elevar kan skrive meir – og ein kan kombinera desse to. Hovudmålet med å legge inn visuelle verktøy i denne rettleiaren er at du som vaksen skal kunne nytta dei som dynamiske aktivitetar med mål om å få i gong ein undringssamtale rundt vanskelege tema. Dette dannar eit godt grunnlag for refleksjon; «Korleis hadde du det sist gong me snakka saman? Kva har endra seg?».

Eksempel på desse verktøya finn de under; kjenslesirklar, relasjonssirklar, smilefjeslinjer for fag eller trivsel, tryggleiksskala og hjelpehanda som nyttast i Psykologisk førstehjelp. Lista er ikkje utømmeleg, ein kan fritt bruka desse som eit utgangspunkt, vidareutvikla og tilpassa dei til den enkelte elev eller ulike situasjonar.



Sirkelverktøyet har som formål å gjere det lettare for eleven å uttrykka eigne erfaringar, tankar og kjensler knytt til skule, fag, relasjonar og kvardagsopplevingar. Sirkclar er valt som form fordi dei inviterer til refleksjon utan å signalisera «riktig» eller «galt». Verktøyet kan tilpassast ut frå eleven sin alder, behov og dagsform, og kan nyttast både individuelt eller i gruppe. Det blir lagt vekt på at eleven har eigarskap til eigen prosess og har kontroll over kva som skal delast. Verktøyet egner seg særleg godt i oppstartssamtalar, og kan nyttast om igjen for å få innsikt i utvikling.

Eksempel på korleis ein kan nytta sirkelverktøyet

Skravering av kjensler og opplevingar: Be eleven skravera eller fargelegga sirkclar etter korleis dei opplev ulike tema de snakkar om. «Korleis har du det i ulike fag?» Sirklane har faga skriven i midten: matte, engelsk, norsk, naturfag og kroppsøving. Eleven fargelegg sirklane etter kor trygge eller utrygge dei kjenner seg. De kjem saman fram til kva fargane betyr for eleven, men mørk skravering kan ofte bety at noko er vanskeleg, og lys kan ofte bety at noko er OK.

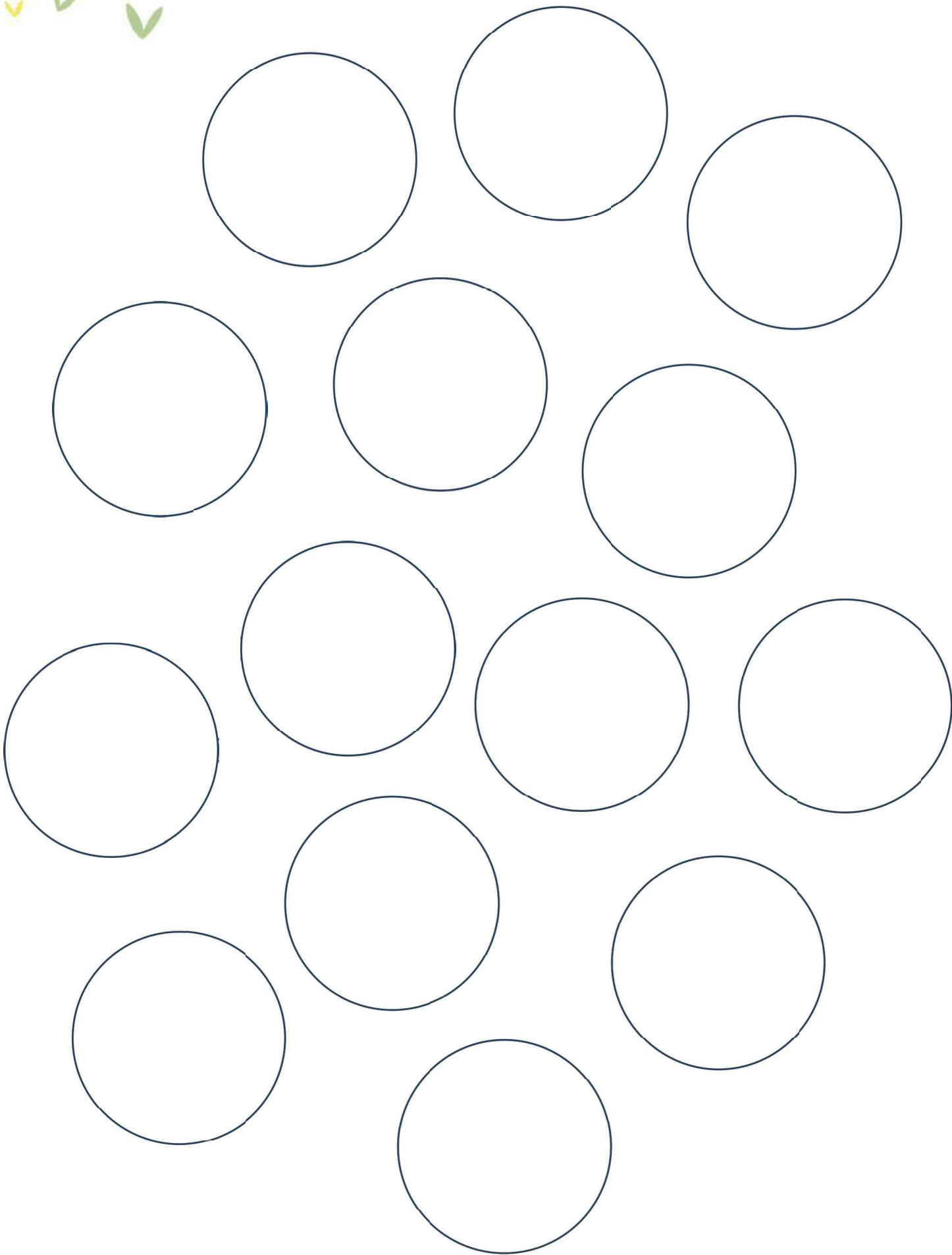
Rangering – kva er vanskelegast? Eleven får blanke sirkclar og blir bedt om å fylla inn ting som er vanskelege: eitt tema per sirkel. Deretter sorterar eleven sirklane i stigande eller synkande rekkefølge etter kor krevjande det kjennes. Sirklane kan innehalda ting som «stå opp om morgonen», «komma inn i klasserommet», «prata med læraren», «bli sett av andre», «gjere lekser», osv. Dette gir innsikt i kva som kjennes overveldande og kva som kan opplevast handterbart.

Ressurssirkclar – kva hjelper meg? Sirklane brukast til å identifisera støttande personar, strategiar eller ~~aktivitetar. Lærar kan stilla spørsmålet~~ «Kva hjelper deg til å ha ein betre skuledag?» Eleven fyller inn sirklane med «snakka med kontaktlærar», «gå tur før skulen», «ha oversikt over dagen», «vera åleine i pausen», «musikk på øyra», osv. Sirklane kan også delast inn i «hjelper mykje» og «hjelper lite».

Tidsperspektiv (før – no – ønsker). Dette kan støtta eleven i å reflektera over endring, utvikling og moglege mål. Tre sirkclar representerer følgjande:

- Før: Korleis var det på skulen tidlegare?
- No: Korleis er det no?
- Ønsker: Korleis skulle du ønske det kunne vore?

Relasjonskart. Bruk sirklane med namn på klassekameratar, lærarar og andre vaksne. La eleven skravera eller bruka fargar for å visa kven dei kjenner seg trygge med, nøytrale til eller utrygge med.





Smilefjes er eit lågterskel og visuelt engasjerande verktøy som mange elevar kjenner seg trygge på. Dei fungerer godt både samtale med yngre og eldre elevar – særleg når det er vanskeleg å setta ord på kjenslene. Gjennom visuelle uttrykk – frå glad til nøytral til lei seg – kan eleven lettare gi tilbakemelding på korleis dei har det, kva som er vanskeleg og kva som gir glede eller tryggleik. Verktøyet kan vere med på å senka terskelen for å dela, særleg når det er utfordrande å finna orda. Det inviterer til å snakka om kjensler, opplevingar og ønsker – på eleven sine premiss. Smilefjesa kan brukast åleine eller som del av ein større samtale. Dei eignar seg til å måla dagsform og tryggleik, kartlegga faglege eller sosiale opplevingar, følge utvikling over tid, fremja eleven sin stemme og medverknad.

Eksempel på bruk:

Dagsform: «Korleis har du det akkurat no?» Eleven peikar på eller set kryss ved smilefjeset som passar best med korleis dei kjenner seg i augneblinken. Ein kan gjerne gjenta dette spørsmålet i starten og slutten av samtalen av kvar samtale for å følge med på endring.

Situasjonssjekk: «Korleis opplevst ...» Lag ei liste over ulike situasjonar eller delar av skuledagen. La eleven setta eit smilefjes bak kvar.

- Når eg vaknar og tenker på skulen
- Når eg kjem til inngangen
- I timane
- I friminutta
- Når skuledagen er ferdig

Rangering av tryggleik eller glede. Gi eleven 3-5 blanke smilefjes og be dei skriva inn fag, noko dei gjer eller personar dei møter i løpet av skuledagen. Deretter rangerer dei frå mest til minst eksempelvis «trygg». Desse rangeringane opnar opp for moglegheit til å stille oppfølgingsspørsmål som «Kva gjer at det kjennes slik?» eller «Kva skulle du ønske var annleis?»

Smilekalender for oppfølging over tid. Lag ein enkel kalender eller oversikt med eitt smilefjes per dag (tomme sirklar). La eleven sette inn eit ansikt som beskriv korleis dei hadde det den dagen. Gir innblikk i mønster, endringar og svingingar over tid.

Ønskje og mål: «Kva vil eg kjenne meir av?» La eleven velja eitt eller fleire smilefjes som dei ønskjer å kjenne meir av. Snakk saman om kva som kan bidra til dette: små grep, støttepersonar eller endringar i skulekvardagen.

Sjå smilefjes frå til dømes KAT-kassen (Callesen & Nielsen, 2007): <https://cat-kit.com/nn/>, til bruk i arbeidet.



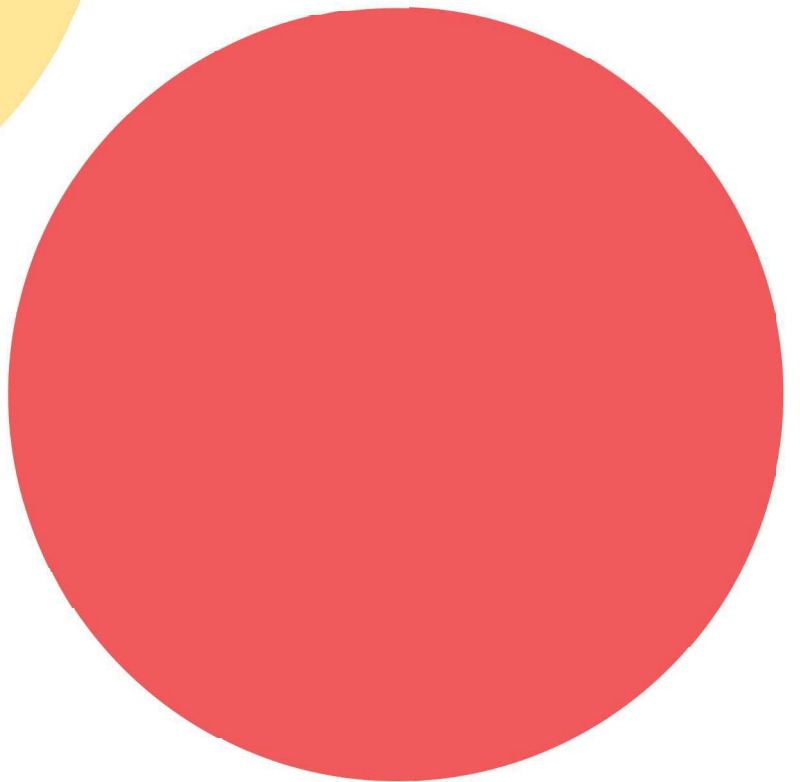
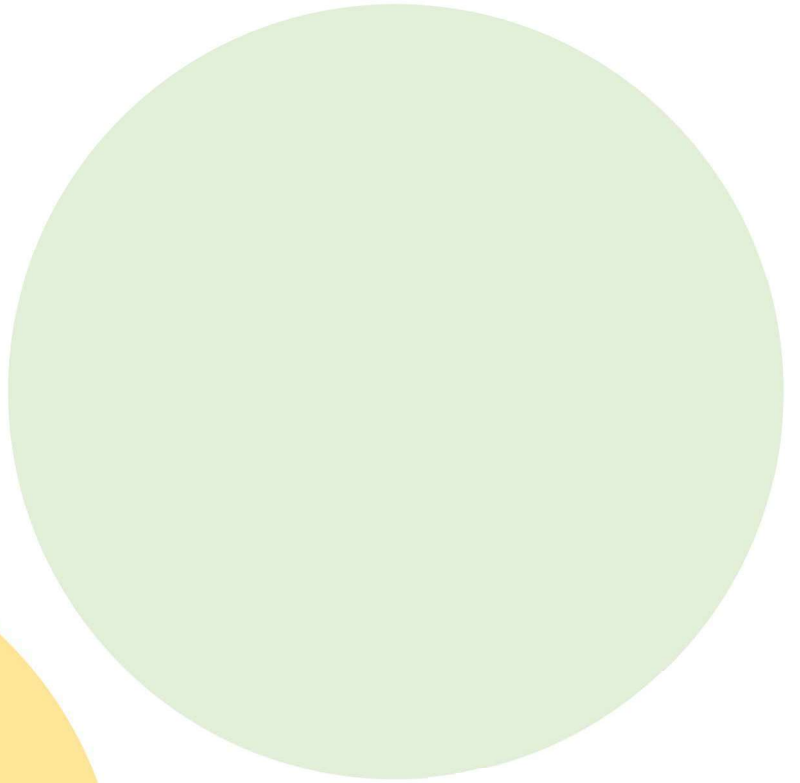
Fargekart har som formål å støtta eleven i å setta ord på korleis dei har det i ulike situasjonar, med fokus på områder dei kjenner seg trygge, usikre og utrygge. Fargane nyttast som visuell støtte for å gjere det enklare å uttrykka kjensler – særleg for elevar som synst det er vanskeleg å setta ord på opplevingar.

- Den grønne rundingen representerer det eleven kjenner seg trygg på; det som kjennest greitt. Døme på dette kan vere at eleven forstår kva som skjer, kjenner seg roleg, veit kva den skal gjere, kjenner at den vaksne vil den vel og kan be om hjelp.
- Den gule rundingen representerer det eleven er usikker på; den er litt uroleg. Døme på dette kan vere at ein ikkje er heilt sikker på kva som skjer, ei oppleving av stress eller at ein er ukomfortabel – tør kanskje ikkje sei kva den meiner, eller er redd for å gjera feil.
- Den raude rundingen representerer det eleven er utrygg på; uroleg og/eller overvelda. Døme på dette kan vere at eleven kjenner seg stressa, redd eller sint, ikkje skjønar kva som skjer, kjenner seg utanfor, ikkje har lyst å vera i ein situasjon og får lyst å trekke seg unna, gå eller sei i mot.

For å innleia verktøyet i ein samtale kan ein forklara at eleven kan nytta fargane til å visa korleis den har det, at den ikkje treng å forklara alt med ord, men at ein kan peika på ein farge dersom det er lettare. Lærar kan så stilla spørsmål, t.d. «Korleis har du det i klasserommet når me har matematikk?», og eleven kan peika på ein farge, eller plassera faget på rundingen (krev at du klipper ut lappar med fag / tema). Rundingane kan også nyttast i forventningsavklaringar eller når ein skal avtala vidare mål:

- Korleis ønskjer du at det skal kjennast neste gong?
- Kva treng du for å halda deg i den grønne sona?

Tilpass forklaringane etter alder og språkdugleikar – verktøyet er meint å nyttast dynamisk. Bruk konkrete situasjonar eleven kjenner igjen, gi eleven eigarskap til å sette ord eller farge på opplevinga de samtalar om. Det er ingen «feil farge», alle kjenslene er lov å ha.





Triggerkartlegging er ein prosess der ein identifiserer og kartlegg faktorar som utløyser uønska reaksjonar, som sterke kjensler eller åtferd. Eksempel på tiggjarar kan vere spesifikke stader, lydar, lukter, situasjonar, tankar eller kjensler. Ved å kartlegga desse, kan ein bedre forstå seg sjølv og utvikla meistringsstrategiar for å handtera triggjarar meir effektivt.

Hender det at du blir stressa / irritert / frustrert i sambandmed

Reglar/ prosedyrar, når ting ikkje går etter planen
Meistring, å ikkje få ting til eller at ting er for lett
Lydar/ ord/ spesielle tema
Visuelle stimuli,- ord, fargar, mønster, frisyrrar, lys, ein bestemt person, ting på feil plass...
Taktile stimuli,- nokon kjem borti deg, klede du har på, stolen din, skoa dine...
Lukter,- andre sin matpakke, tusjar, parfyme, nye bøker....
Tankar, idear, mentale bilder. Noko du skal/ skulle ha gjort, tankar om orden, vasking, blod, bakteriar, sjukdom, ting ein er redd for
Kva eg kan finna på å gjera,- skada nokon, forårsaka fæle ting, gjera spesielle bevegelsar



Sosiale triggarar,- andre sitt kroppsspråk, følelse av å bli målt/ vurdert, nokon spesiell ser på deg...

Andre ting du tenker er trigger for deg?



ABC skjema brukast for å kartlegga kva som skjer før, under og etter ei hending eller situasjon. Bruk konkrete beskrivinga og noter gjerne dato/tidspunkt om du har det, og situasjonen. Det skal vere rom for å fylle inn vurderingar eller kommentarar også. I arbeidet med å fylle ut skjema er det viktig at du som vaksen støttar eleven i å skrive konkret og ærleg. Bruk skjemaet som utgangspunkt for samtale og problemløysing. Still opne spørsmål som:

- Kva kunne vore gjort annleis?
- Kva ønskjer du at vaksne gjer neste gang?
- Kva treng du hjelp til i slike situasjonar?

ABC - Skjema

Tankesortering

Ta utgangspunkt i ein situasjon du opplevde som ubehagelig. Kanskje du reagerte med sinne, frykt, eller depressive kjensler, eller ein blanding av desse. Bruk spørsmåla til å gå tilbake og til å sortera ut kva for nokre tankar du har i situasjonen, og kva du trur hendinga inneber for deg.

Situasjon A • Kva er eg? • Kva tid er det? • Kven er eg saman med? • Kva gjer eg? • Kva skjer?	Situasjon B • Kva går gjennom hovudet mitt? • Kva for nokre førestillingsbilete har eg? • Kva uttrykker kjenslene mine i situasjonen? • Kva er det verste som kan skje? • Er eg lei meg for noko? • Kva seier hendinga om andre sine tankar om meg og mitt forhold til andre?	KJENSLE (inkl. kroppslege reaksjonar og åtferd) • Kva for nokre kjensler er involvert? • Beskriv t.d. kvar kjensle med eit ord, som stressa eller irritert.

Eksempel på ei utfylling kan ha dette innhaldet:

- Situasjon: Matteundervisning i klasserommet (dato: 17.07.2025, kl. 10:15 / 3. økt).
- Læraren delte oss inn i grupper eg ikkje likar.
- Eg sa eg nektar å vere med og gjekk ut av klasserommet.
- Læraren kom etter og spurte kva som skjedde. Eg fekk pause i gangen.
- Eg burde ha sagt frå på ein rolegare måte. Eg blir raskt irritert/lei meg/stressa når eg ikkje får velge gruppe.

For andre døme, sjå også: <https://app.assistertselvhjelp.no/sites/default/files/documents/abcd-skjema-alternativ.pdf>



Årsakskartlegging er ei systematisk undersøking for å finne årsakene til eit problem eller ei hending. I praksis inneber dette å samla informasjon, identifisera faktorar som bidrar til eit problem, og analysa desse for å forstå kvifor noko skjer. Eksempel på årsakskartlegging, basert på skjema frå Færder kommune, finn du under:

Print og klipp ut, og ta i bruk hjelpekort i samtale med eleven, og eventuelt føresette.

1. Legg korta utover bordet, og start med å la eleven sei noko om kva for nokre kort som ikkje er aktuelle. Ta desse vekk.
2. Bruk utdjuping av årsakar, boksar til avkryssing – dersom dette kjennes naturleg.
3. Alternativ: La eleven skravera på kortet for å visualisera omfanget.
4. Konsentrer samtalen om det eleven tenkjer kan vere relevant i høve til fråværet.

HJELPEKORT TIL BRUK I SAMTALE

FAG	Matte	Engelsk	Norsk
	Samfunnsfag	KRLE	Naturfag
	Kunst og handverk	Mat og helse	Musikk
	Valfag	Framandspråk	Gym - gymsal
	Gym - ute	Gym - skifte i garderobe	Gym - dusje
LÆRARAR	Lærer 1	Lærer 2	Lærer 3



ANDRE VAKSNE

Assistent

Fagarbeidar

Miljøterapeut

Rektor

Inspektør /
avdelingsleiar

Helse-
sjukepleiar



ANNA

Gå inn på skuleområdet	Gå inn når det ringer	Ta buss til skulen
Gå til skulen	Bli køyrt til skulen	Gå heim frå skulen
Bruka skulen sitt toalett	Vera i klasserommet	Vera i lita gruppe
Jobba individuelt	Ha prøvar i klasserommet	Ha prøvar på gruppe
Ha prøvar individuelt	Les høgt i klassen	Les høgt åleine for lærar
Be lærar om hjelp	Friminutt	Svara munnleg i klassen
Svara munnleg på spørsmål med lærar	Snakka med medelevar på skulen	Snakka med vaksne på skulen
Presentera noko åleine for lærar	Presentera noko i/for klassen	Eta i klassen
Presentera noko i gruppe	Samarbeida med medelevar	Forlata mor/far om morgonen



Utdjuping av årsak – boksar til avkrysning

Noko på skulen kjenns vanskeleg	Fysisk sjuk	Søvnproblem
Engsteleg / redd	Trist / lei seg	Heng langt etter fagleg
Noko anna?	Stress	Venner
Utfordringar heime		



Fleire eksempel på påstandar de kan fylle inn i brikkene:

Skulerelaterte situasjonar

- Å komma inn i skulegarden
- Å gå inn hovudinngangen
- Å gå forbi grupper med andre elevar
- Å møte blikk frå nokon i klassen
- Å finna plassen sin i klasserommet
- Å rekke opp handa
- Å svara munnleg på spørsmål høgt i klasserom
- Å bli ropt opp i timen
- Å delta i gruppearbeid
- Å bli satt saman med nokon eg ikkje kjenner
- Å få merksemd frå klassen
- Å gjere oppgåver på tavla
- Å bruka stemmen min i timen
- Å få lekser eg ikkje forstår
- Å ikkje rekke å bli ferdig med ei oppgåve
- Å sei hei til læraren
- Gå inn i skulegarden
- Vera med i gruppearbeid
- Bli med på heile skuledagen
- Sitta i klasserommet i 10 minutt
- Å komma inn hovudinngangen
- Å vera med i ein time
- Å svara på spørsmål i klassen
- Å gå inn utan følge
- Å sitta i klasserommet under høgtlesing
- Å sei i frå når noko er vanskeleg
- Å snakka med kontaktlærer
- Å sei hei til klassekameratar
- Å møte opp i garderoben

Tids- og dagsstruktur

- Å stå opp til vanleg skuletid
- Å vere klar til å gå heimefrå
- Å vere på skulen i éin skuletime
- Å vere på skulen på ein fredag (eller måndag)
- Å veta kva eg skal den dagen
- Å takla at timeplanen endrar seg
- Å ha pause utan planar
- Å komme for seint og likevel gå inn

Sosiale situasjonar og relasjonar

- Å sei hei til ein medelev



- Å småpratamednokonigangen
- Å stillaeitspørsmåltilenlærer
- Å beomhjelpitimen
- Å seiifråategikkjehardetbra
- Å seineitilnokoegikkjevil
- Å gååleineinniklasserommet
- Å veremedpåeinaktivitetifriminuttet
- Å blimedieigruppemedandre
- Å verestillenåregeigentlegvilseinoko
- Å seiunnskyld
- Å takleatnokonlerellertullar
- Å blimisforstått
- Å veremedpågymellerkroppsoving

Tankemessige og kjenslemessige utfordringar

- Å taklaatnokoervanskelegutanågå
- Å prøvasjølvomegerusikker
- Å toleategkjennermegstressa
- Å kjennapånervøsitetutanågiopp
- Å pusterolegnåregkjennerubehag
- Å verapåskulensjølvomegarhatteindårleg start på dagen
- Å seitilmegsjølv«detgåover»
- Å veradersjølvmadetikkjeerperfekt

Tilbaketrekking eller unngåing

- Å bliverandeirommetnåregvilgå
- Å ikkjebrukamobilenforåsleppaåsnakka
- Å seiifråistadenforåberregå
- Å gåtilbakeinnietromigjenettereinpause
- Å gåfråbilenoginnpåskulen

Meistring ogstøtte

- Å brukapusteteknikk
- Å spørjaompause
- Å gåtil/brukein«rolegstad»
- Å skrivanedkvaegtrenge
- Å brukaeitkodeordmedkontaktlærer
- Å planleggjadageniforkant
- Å lagaeinmeistringsplansamanmedeinvaksen



Livet og sånn er ein del av [Helsedirektoratet](https://www.helsedirektoratet.no) sitt program for folkehelsearbeid i kommunane. Prosjektet skal utvikla og implementera universalforebyggande tiltak, og har utvikla støttmateriell for førebyggjande arbeid som skal styrka og fremja psykisk helse, førebygga rusmisbruk og forhindra mobbing. Nedanfor følgjer eit par av desse støttemateriala som du kan skriva ut. For meir informasjon sjå nettsida: <https://www.livetogsann.no>

KORLEIS HAR DU DET PÅ SKULEN?

KOR GODT STEMMER DESSE PÅSTANDANE FOR DEG?				*
«Eg likar klassa mi»				
«I klassa mi er vi stort sett snille med kvarandre»				
«Eg har nokre trygge venner på skulen»				
«Eg likar plassen eg har i klasserommet»				
«Eg føler meg trygg på ein eller fleire av dei vaksne på skulen»				
«Eg klarer å følge med i timen»				
«Eg får med meg beskjedar som blir gitt»				
«Eg klarer å komme i gong og gjere det eg skal»				
«Eg føler at eg får den hjelpa eg treng på skulen»				
«Eg føler at eg klarer det som forventast av meg»				
«Eg føler at eg får vist kva eg kan på skulen»				
Dersom nokon sanseintrykk (syn, lukt, lyd, anna) er plagsame så skriv det inn på gult eller raudt: Skriv dei ulike faga du har på raudt, gult eller grønt alt ettersom kor godt du likar dei. Du kan gjerne fortelje litt om kva som gjer at du plasserer dei der.				
KORLEIS ER DETTE FOR DEG NO?				
Å vere i klasserommet og lytte til undervisning				
Å vere i klasserommet og jobbe med oppgåver sjølv				
Å vere i klasserommet og jobbe to og to				
Å vere i klasserommet og jobbe i grupper				
Å skifte frå eit fag til eit anna				
Å vere i garderoben før/etter kroppsøving				
Å ha friminutt				
Å dra til skulen				
Å dra heim frå skulen				
Å gjere skulearbeid heime				
Å vere på SFO				

*Om eleven vil utdjupe så set nummer i den siste ruta, og skriv på baksida eller på eit anna ark.



TRAPP FOR **DATO:.....**

- Denne trappa si hensikt er å avklare kva som er målet at eleven skal klare, meistre og trivast med i ei periode framover.
- De kan starte med å finne ut om de har eit felles mål som kan stå på øvste trinn. Det treng ikkje vere at eleven skal vere med på alt av skule som normalt. Det kan heller vere at eleven skal ha det bra, eller noko eleven har som mål lenger framme i tid.
- Lag trinna slik at dei heller er litt for enkle, enn for vanskelege.
- Prøv å hald dykk til avtalt mengde og ikkje oppmuntre til å gjere meir før de kjem til neste trinn.



KARTLEGGINGSARK ETTER MOBBING

Målet med dette skjemaet er å finne ut hvordan den unge har det i ulike situasjoner i hverdagen. Skjer det noe i disse situasjonene som skaper utrygghet for eleven? Eller kan eleven kjenne seg trygg her?

ARENA:	HVORDAN HAR DU DET NÅR DU ER: ↓				*
Skole	På veg til skolen				
	I klasserommet og jobber med fag				
	I klasserommet når lærer ikke legger merke til ting som skjer				
	På veg inn og ut av klasserommet				
	I friminutt				
	I kroppsøving				
	I garderobe før/etter kroppsøving				
	På SFO				
	På veg fra skolen				
Fritid	På fritidsaktivitet				
	Sammen med venner				
	Blant folk jeg ikke kjenner				
Hjemme	Sammen med familien				
	Aleine				
	Når jeg skal sove				
	I helger				
	I ferier				
På nett	På sosiale media				
	Favoritt-nettaktivitet:				
Annet sted?					

* Det er fint om den unge vil utdype noe og da skriver du nummer her og noterer på baksiden eller på eget ark. Utdyping kan handle om tanker og følelser som dukker opp, eller hva som gjør at disse situasjonene kan kjennes gode/trygge, uforutsigbare/varierende eller utrygge/vonde.



HEI spillet er eit verktøy som oppmuntrar til opne og meningsfulle samtalar. Enten det er å diskutera ein utfordrande situasjon eller utforska komplekse kjensler, gir Heispillet ein trygg og hyggeleg plattform for alle. Heispillet brukar ein serie kort, kvar med eit unikt scenario eller spørsmål. Desse korta fungerer som samtalestartarar, og oppfordrar spelarane til å dela sine tankar, kjensler og erfaringar. Spelet kan tilpassast forskjellige tema, noko som gjer det til eit allsidig verktøy for både familiar og profesjonelle. Meir informasjon finn de her: <https://www.heispillet.com>



Aktøren er eit tilpassa læringsmateriale om kjensler og meistringsstrategiar. Aktøren stimulerer eleven til å bli merksam på kjensler og gir erfaringar med å takla kjensler i kvardagen. For meir informasjon sjå <https://materiellservice.no/produktkategori/aktoren/>.

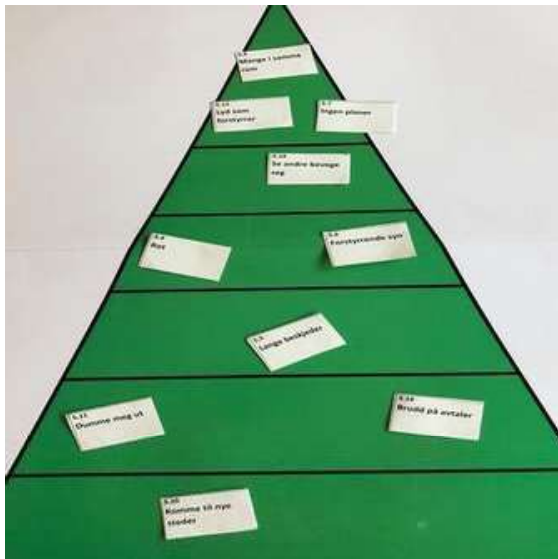


KAT-kassen kan vere eit verdifullt verktøy i arbeid med sosial kommunikasjon. Ein kan nyttainnhaldet til å inspirera og strukturera samtalar kring tankar, kjensler og åtferd mellom elev og lærar. KAT-kassen tilbyr ein visuell struktur når oppgåva er å oppklara, oppnå sjølvinnstikk, formidla personlege opplevingar og finna nye hensiktsmessige handlemoglegheiter. For meir informasjon sjå også <https://cat-kit.com/nn/>





IVAS er eit kartleggings- og kommunikasjonsverktøy for elevar som syns det er vanskeleg å snakka. Kartlegginga nyttar fysisk konkretiseringsmateriell, som gjer at eleven ikkje tren å sei så mykje, samt gir visuell og konkret støtte i samtale. For meir informasjon sjå <https://www.spiss.no/page/234295>



Verktøykassen **Dei tre gode hjelpere** frå RVTs inneheld ein kortstokk med konkrete reguleringsøvingar, tre figurar laga i tre, stressballar / terningar med spørsmål til bruk i samtale, samt ein plakat med bilde av «min motor» som er ein tilpassa variant av toleransevinduet for barn. Meir informasjon finn de her: <https://www.traumesensitivt.no/verktoykassen-de-tre-gode-hjelpere/>

