


Så här tycker jag om skolan

Namn:

Datum:







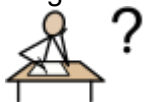

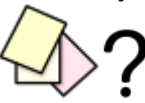

Meningsfullhet och sammanhang	Ja	Nej	Kommentar
Jag har kompisar i skolan. 			
Det finns vuxna i skolan som jag kan prata med och som förstår mig. 			
Skolan är viktig för mig. 			
Jag har mål för framtiden. 			
Skolan hjälper mig att nå mina mål. 			

Jag tycker det är svårt att koncentrera mig i klassrummet när (markera med rött gult och grönt):



det är tråkigt 	andra elever pratar 	jag tänker på annat 	jag är hungrig 
jag oroar mig för saker 	läraren har genomgångar 	jag ska skriva för hand 	jag ska skriva på dator 
det är stökigt 	jag måste sitta still 	det är saker som stör mig 	jag är stressad 
vissa elever är där 	vissa lärare är där 	jag har ont i huvudet 	

Jag tycker det går bättre att koncentrera mig om/när:

Hur lätt eller jobbigt är: (markera med rött, gult och grönt)

<p>ha lektion</p> 	<p>ha rast</p> 	<p>jobba själv</p> 	<p>jobba i grupp</p> 
<p>skriva för hand</p> 	<p>skriva på dator</p> 	<p>läsa</p> 	<p>lyssna</p> 
<p>minnas</p> 	<p>komma igång</p> 	<p>förstå vad jag ska göra</p> 	<p>orka göra färdigt</p> 
<p>bli klar i tid</p> 	<p>bli avbruten</p> 	<p>veta vad jag ska göra först/börja med</p> 	<p>välja</p> 
<p>äta frukost</p> 	<p>äta lunch</p>	<p>vänta</p> 	

Jag blir ledsen, arg eller stressad när (markera med rött):

<p>jag inte förstår</p> 	<p>det inte blir som jag vill/tänkt</p> 	<p>jag blir retad</p> 	<p>andra elever stör mig</p> 
<p>jag ska göra saker på tid</p> 	<p>läraren rättar mig</p> 	<p>någon tjarar</p> 	<p>jag inte kan</p> 
<p>jag ska jobba själv</p> 	<p>jag ska jobba med andra</p> 	<p>jag är på vissa lektioner</p> 	<p>jag har rast</p> 
<p>jag är i matsalen</p> 	<p>jag ska iväg till skolan</p> 	<p>det är kväll</p> 	<p>jag inte vet vad som ska hända</p> 
<p>andra inte förstår eller lyssnar</p> 	<p>det är mycket ljud</p> 		

När jag blir stressad eller arg brukar jag:

Jag blir lugn eller glad när (markera med grönt):

jag får vara ifred 	jag använder dator 	jag får prata ensam med en kompis 	jag får prata ensam med en vuxen 
jag äter frukost 	jag äter lunch 	jag sparkar fotboll 	jag cyklar 
jag ska jobba själv 	jag ska jobba med andra 	jag är på vissa lektioner 	jag har rast 
det är tyst 	jag ska iväg till skolan 	det är kväll 	jag vet vad som ska hända 
andra förstår eller lyssnar 	jag ritar 		

Vad tycker du om de olika skolämnena/situationerna: (markera med rött, gult och grönt)


Svenska 	Matte 	Engelska 	Hemkunskap 	SO 
NO 	Bild 	Musik 	Slöjd 	Idrott 
Skolgården/ rasterna 	Skolmatsalen 	Utflykter/ studiebesök 		

Helst skulle jag vilja:

få enklare uppgifter	få fler pauser under	ha fler kompisar	få höra mindre tjat
----------------------	----------------------	------------------	---------------------

	lektionerna 		
gå kortare dag i skolan 	få göra andra saker/uppgifter 	slippa vissa ämnen 	få hjälp att komma iväg till skolan 
få jobba mer med kompisarna 	få mer hjälp på lektioner 	få sitta på annan plats/i annat rum 	

Det jag helst skulle vilja göra mer av är:

ta hand om djur 	vara utomhus 	hålla på med musik 	idrotta 
rita/måla 	dansa 	hålla på med datorer 	meka med bilar 
bygga saker 	laga mat/baka 		