

Skolkartläggning (10 sidor)

Datum: _____ Skola: _____

Elevens namn: _____

Namn på vuxen som fyller i skolkartläggningen:

Läs högt för eleven:

Den här skolkartläggningen med alla frågor gör vi för att vi vill veta hur det fungerar i skolan och för att vi ska kunna förstå bättre hur *du* har det. Vi vill lyssna på dig, så det är värdefullt för oss om du berättar.

- 1 Vad skulle du säga att du är bra på?
- 2 Vad tycker du om att göra när du är ledig?
- 3 Hur känner du när du tänker på skolan? Vilka tankar dyker upp när du tänker på skolan?

Jag tänker ofta på skolan när jag är hemma:

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka tankar dyker upp när du tänker på skolan?

Hur känner jag mig när jag tänker på skolan?	ledsen 	okej 	glad 
--	--	---	--

Vad är det som gör att du känner så?

Är det något som skulle kunna få dig att känna på ett annat sätt inför skolan?

4 Hur känner du när du på morgonen ska gå till skolan?

Jag tänker ofta på skolan när jag är på väg dit på morgonen:

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka tankar dyker upp när du tänker på skolan?

Hur känner jag mig när jag är på väg till skolan?	ledsen 	okej 	glad 
---	--	---	--

Vad är det som gör att du känner så?

Är det något som skulle kunna få det att kännas på ett annat sätt när du är på väg till skolan?

5 Hur känner du när du befinner dig på skolgården?

Jag tycker om att vara på skolgården:

☐ Ja

☐ Nej

Om nej: Vilka tankar dyker upp när du befinner dig/tänker på skolgården?

Hur känner jag mig när jag är på skolgården?	ledsen 	okej 	glad 
--	--	---	--

6 Hur känner du dig när du tänker på dina skol-/klasskamrater?

Jag tänker ofta på mina skol-/klasskamrater:

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka tankar dyker upp när du tänker på skol-/klasskamrater?

Har du kompisar i skolan som du kan hänga/leka med?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka kompisar är det?

Om nej: Vilka skulle du vilja bli kompis med?

Är det någon utav kompisarna från skolan som du leker/hänger med utanför skolan/på fritiden?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka kompisar är det?

Hur känner jag mig när jag tänker på andra barn/mina klasskamrater?	ledsen 	okej 	glad 
---	--	---	--

7 Hur känner du dig när du tänker på dina lärare?

Jag tänker ofta på mina lärare:

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka tankar dyker upp när du tänker på dina lärare?

Har du skolpersonal som du känner att du kan prata med om du behöver prata med/ta hjälp av en vuxen?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilka vuxna är det?

Har du någon vuxen utanför skolan/på fritiden som du kan prata med om du behöver prata med en vuxen?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilken vuxen är det?

Är det någon vuxen på skolan som du skulle vilja prata med om du behöver prata med en vuxen?

Är det någon utav kompisarna från skolan som du leker/hänger med utanför skolan/på fritiden?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: Vilken kompis är det?

Hur känner jag mig när jag tänker på min lärare?	ledsen 	okej 	glad 
--	--	---	--

8 Hur känner du dig när du är inne i klassrummet?

I klassrummet tänker jag ofta:

Vilka tankar dyker upp när du är inne i klassrummet?

Dyker det upp jobbiga tankar om skolan när du är inne i klassrummet?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: När blir det jobbigt för dig i skolan? Ge exempel:

- ☐ När jag måste lyssna
- ☐ När jag måste skriva
- ☐ När jag måste läsa
- ☐ När jag måste prata inför klassen
- ☐ När jag måste komma ihåg saker/minnas
- ☐ När jag måste arbeta tillsammans med andra i klassen
- ☐ När jag måste arbeta själv
- ☐ När jag måste komma igång med en uppgift
- ☐ När jag behöver förstå vad jag ska göra
- ☐ När jag måste avsluta/bli klar med en uppgift
- ☐ När jag måste bli klar med uppgiften i tid
- ☐ När jag behöver förstå vad det är jag ska börja med
- ☐ När jag måste göra val/välja
- ☐ När jag har lektion
- ☐ När jag har rast
- ☐ När jag måste vänta
- ☐ När jag måste redovisa läxan
- ☐ När det blir jobbigt med vissa lärare
- ☐ När det blir jobbigt med vissa elever

Det blir mindre jobbigt för mig i skolan när:

Hur känner jag mig när jag är inne i klassrummet?	ledsen 	okej 	glad 
---	--	---	--

9 Hur känner du dig när du gör skolaktiviteter/jobbar i klassrummet?

Vilka tankar dyker upp när du jobbar i klassrummet?

Tycker du att det är svårt att koncentrera dig i klassrummet?

☐ Ja

☐ Nej

Om ja: När blir det svårt för dig att koncentrera dig i klassrummet? Ge exempel:

☐ När lärare har genomgångar

☐ När det är ett tråkigt ämne/en tråkig uppgift

☐ När det är stökigt/inte städat i klassrummet

☐ När det inte är studiero

☐ När lärare har genomgångar

☐ När jag är trött

☐ När jag är hungrig/törstig

☐ När jag blir störd

☐ När jag har svårt att sitta still

☐ När jag måste läsa/skriva/räkna/prata

☐ När jag ligger efter i skolarbetet

☐ När jag har oro i kroppen

☐ När andra elever pratar

☐ Annat

Det går lättare för mig att koncentrera mig i skolan när

Hur känner jag mig när jag gör skolaktiviteter/ jobbar i klassrummet?	ledsen 	okej 	glad 
---	--	---	--

10 Hur märks det på dig när du blir stressad/arg eller ledsen i skolan?
Vilka tankar dyker upp då? Och vad gör du då?

11 När blir du stressad/arg eller ledsen i skolan?

- ☐ När jag inte förstår uppgiften/förstår vad jag ska göra
- ☐ När jag inte har blivit förberedd på vad som ska hända under skoldagen/lektionen
- ☐ När någon/några retar mig
- ☐ När jag blir störd av andra elever
- ☐ När jag förväntas göra saker på tid
- ☐ När lärare rättar mig inför resten utav klassen
- ☐ När skolpersonal tjarar på mig
- ☐ När någon upprepar mitt namn
- ☐ När jag inte kan det som vi ska arbeta med i klassen
- ☐ När jag måste arbeta på egen hand
- ☐ När jag måste arbeta med andra i grupp/par
- ☐ När jag befinner mig på vissa lektioner
- ☐ När jag befinner mig i matsalen
- ☐ När jag gör mig i ordning inför att gå till skolan
- ☐ När jag är på väg till skolan
- ☐ När det är kväll, och jag tänker på att det är skola dagen efter

- ☐ När jag inte vet vad som ska hända på lektionen/under skoldagen
- ☐ När andra inte förstår mig och vad jag menar
- ☐ När jag inte blir lyssnad på
- ☐ När det är mycket höga ljud omkring mig
- ☐ När det är stökigt på lektionen/inte studiero

Det som hjälper mig när jag är stressad/arg eller ledsen är att

12 Vilka skolsituationer/skolämnen är roligast eller bäst tycker du?

- ☐ svenska/svenska som andra språk
- ☐ matematik
- ☐ engelska
- ☐ SO/samhällskunskap/historia/geografi/religion
- ☐ NO/fysik/kemi/biologi
- ☐ teknik
- ☐ idrott
- ☐ hem- och konsumentkunskap
- ☐ trä- och metallslöjd/textilslöjd
- ☐ språkval (spanska/franska/tyska/svenska/engelska)
- ☐ bild
- ☐ musik
- ☐ modersmålsundervisning
- ☐ studiehandledning
- ☐ skolmatsalen
- ☐ rasterna (lång och kort)
- ☐ utflykter
- ☐ studiebesök
- ☐ idrottsdag

13 Vad är det som gör att just det/de skolämnena fungerar bäst för dig?

14 Vilka skolsituationer/skolämnena utmanar dig mest eller är jobbigast, tycker du?

- ☐ svenska/svenska som andra språk
- ☐ matematik
- ☐ engelska
- ☐ SO/samhällskunskap/historia/geografi/religion
- ☐ NO/fysik/kemi/biologi
- ☐ teknik
- ☐ idrott
- ☐ hem- och konsumentkunskap
- ☐ trä- och metallslöjd/textilslöjd
- ☐ språkval (spanska/franska/tyska/svenska/engelska)
- ☐ bild
- ☐ musik
- ☐ skolmatsalen
- ☐ rasterna (lång och kort)
- ☐ utflykter
- ☐ studiebesök
- ☐ idrottsdag

15 Vet du vad det är som gör att de ämnena känns extra jobbiga?

16 För att skoldagarna skulle bli mindre ansträngande och jobbiga, så skulle jag vilja ...

- ☐ ... att jag fick hjälp med att komma iväg till skolan
- ☐ ... att jag fick hjälp med att komma i tid
- ☐ ... att jag fick mer stöd på lektionerna
- ☐ ... att jag fick möjlighet att sitta i ett annat rum

- ☐ ... att jag fick möjlighet att välja plats i klassrummet
- ☐ ... att jag fick möjlighet att arbeta mer med mina kompisar i klassrummet
- ☐ ... att jag fick möjlighet att få andra uppgifter om de jag har är för svåra
- ☐ ... att jag fick möjlighet att få fler pauser under lektionen
- ☐ ... att jag fick hjälp med att skaffa flera kompisar i skolan
- ☐ ... att skolpersonal tjarar mindre på mig
- ☐ ... att jag fick mer beröm och uppmuntran för mina ansträngningar
- ☐ ... att skolpersonal sa att de är glada att se mig
- ☐ ... att jag fick möjlighet att ha kortare dagar i skolan
- ☐ ... att jag fick extra mycket stöd i vissa ämnen

Avslutningsvis:

Hur kändes det att få svara på alla de här frågorna?

ledsen		okej		glad	
--------	---	------	---	------	---

Är det något vi har missat att prata om? Något som skulle kunna göra skillnad för dig och din skolgång?
