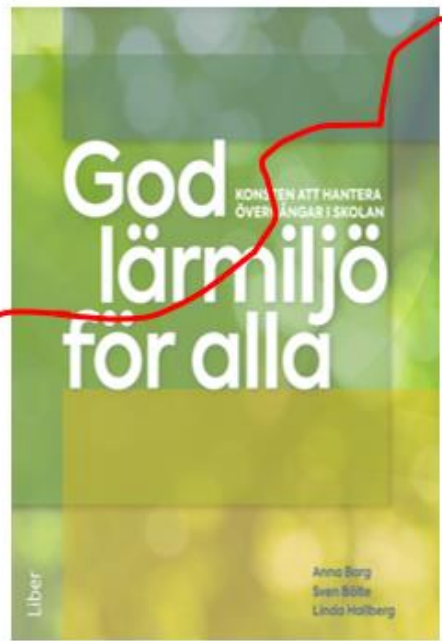


9.15-10.00 Föreläsning  
10.00-10.05 Paus  
10.05- 10.45 Föreläsning

**Att vägleda vid övergångar**  
- utmaningar och möjligheter!

---



# Anna Borg

[annaborg74@gmail.com](mailto:annaborg74@gmail.com): [anna.borg@ki.se](mailto:anna.borg@ki.se)

- Legitimerad lärare, specialpedagog, tidigare rektor och chef för elevhälsa.
- **Anknuten** till Center of Neurodevelopmental Disorders vid Karolinska Institutet (KIND) i Stockholm.
- **Utbildar skolpersonal** inom grund och gymnasieskola, med fokus på NPF.
- **Författare**
  - ✓ **Utanförskap i skolan - Förebygg och åtgärda med Nytorpsmodellen** (2018)
  - ✓ **God lärmiljö för alla - Konsten att hantera övergångar i skolan** (2021)
  - ✓ **NPF för lärare - Fokus på pedagogiskt arbete** (2023)
  - ✓ **Övergångar inom gymnasievardagen - Arbeta systematiskt för en tillgänglig skolmiljö** (2023)
  - ✓ **Övergångar i fritidshemmet** (2025)

# Vägledarkonferensen 2024

Vägledning av alla, för alla  
– vägledningens kompensatoriska uppdrag

21-22 mars, Stockholm

- Ett av studie- och yrkesvägledares större **uppdrag är att arbeta kompensatoriskt** för att främja likvärdighet och ge individer självkänsla, identitet och framtidshopp.
- Hur bidrar vi studie- och yrkesvägledare till det **livslånga lärandet** och till att Sverige ska fortsätta vara möjligheternas land?

# Förändringar eller övergångar

## Vad är vad?

- **En förändring** har som huvudkaraktär att den kommer från externt håll, ibland spontant utan större möjlighet till planering.
- **En övergång** (eller transition) är i högre grad något man kan förutse och därmed planera.
  - PRAO
  - Apl (arbetsplatsförlagt lärande)
  - ....

# Generella framgångsfaktorer kring övergångar. Vad säger forskning?

- Att den som **berörs** av övergång är förberedd på övergång. Tydlighet och transparens!
- Att den som berörs också **förstår vad den innebär** i allmänhet och mer specifikt för sig själv. Var öppen för deras synpunkter och frågor
- **Identifiera** vad man kan ändra i miljön för att underlätta övergångar
- **Beakta olika kognitiva förutsättningar**
- Att det finns en **övergångsplan**, ett systematiskt samarbete kring övergången för att ett **professionellt ansvar** för samarbetet och ledningen av implementeringsarbetet.



# Generella framgångsfaktorer kring övergångar (NPF)

## Vad säger forskning?

- ➔ Att den som **berörs** av övergång är förberedd på övergång. Tydlighet och transparens i kommunikationen!
- ➔ Att den som berörs också **förstår vad den innebär** i allmänhet och mer specifikt för sig själv. Var öppen synpunkter och frågor.



# Digitalt kunskapsstöd för studie och yrkesvägledning kring NPF förberedelse- allmänt och specifikt

## Studie- och yrkesvägledning vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

Sven Bölte, Marina Jonsson & Allan Toomingas.  
Red: Charlotte Danielsson



- **informera om syftet** och vad som kommer att ske
- **medföljare** vid första samtalen- ger trygghet- relation
- **uppmuntra** och betona de starka sidorna
- **Individanpassa**, behov i fokus,
- **korta samtal**, flera besök, gott om tid, vänta in svaren,
- **lite information i taget**, en fråga i taget, korta meningar,
- **skapa en tydlig struktur** samtalet
- **använd checklista** som bockas av vartefter
- **skapa ett aktivt deltagande via praktiska övningar**-  
Verkar kul- Kanske- Aldrig i livet
- **synliggör förväntningar**
- **studiebesök** på den nya skolan eller arbetsplatsen
- **visualisera MERA**

# Övergångar utmanar kognitiva funktioner



- **Beakta** individernas olika **kognitiva förutsättningar**.

Kognition handlar **om hjärnans förmåga att tänka, ta emot, lagra, bearbeta och plocka fram information**.

**Innefattar hjärnans olika funktioner** såsom minne, tänkande, uppmärksamhet, inlärning, beslutsfattande, problemlösning och språk.



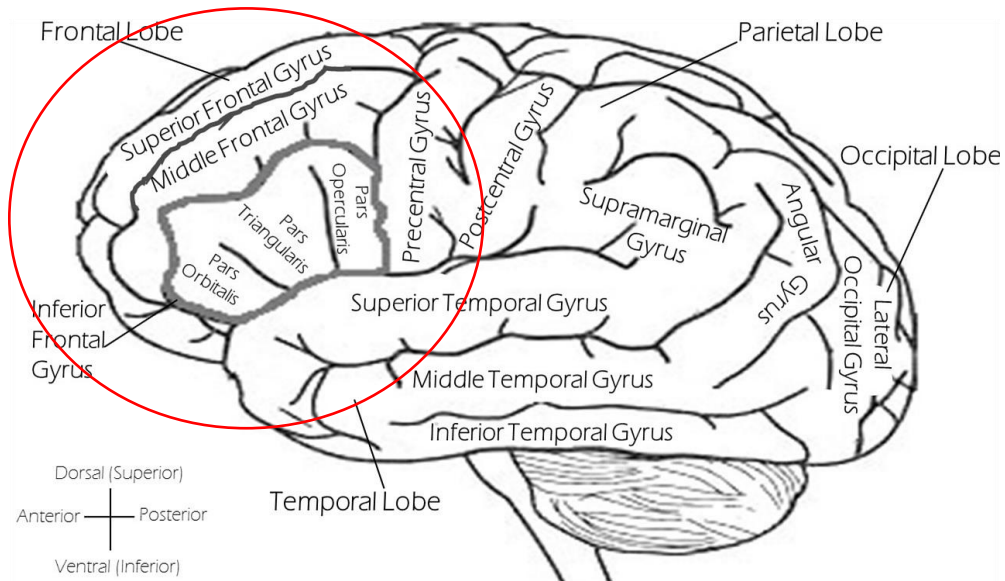


# Exekutiva funktioner (EF)

- **Innefattar flera kognitiva funktioner som samspelar** med varandra och sitter i hjärnans främre del. Exempelvis arbetsminne, fokus, styrning, planering och flexibilitet.
- Används för att **initiera, genomföra och avsluta en uppgift** men även för att **göra saker i rätt ordning och i tid** (Otero et al, 2014; Riccio & Gomes, 2013; 2016).



# Exekutiva funktioner (EF)



Handlar om **planera, starta upp, genomföra, vara flexibel och slutföra en aktivitet.**

Handlar om att **kunna prioritera och vara framtidsorienterad**

Hänger ihop med **vår förmåga att kontrollera vårt beteende.**



# Exekutiva funktioner (EF)

*Har INGEN större betydelse i bekanta situationer*

***Däremot ställs det höga krav på EF vid:***

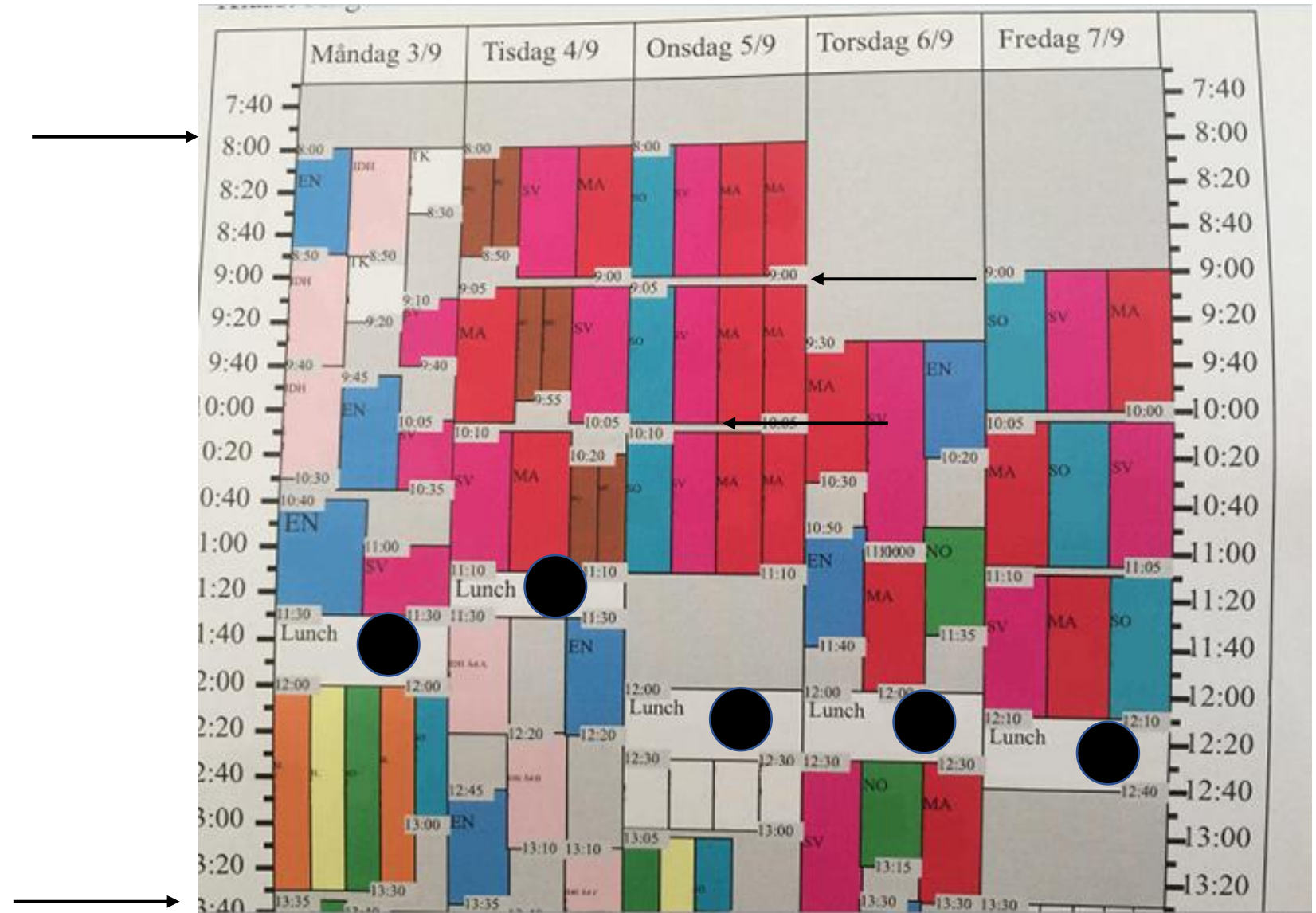
- Nya situationer
- Själständighet
- Planera, organisera och strukturera
- Anpassa aktiviteter efter den befintliga tiden
- Hålla reda på saker, schema, material, planering, tider, rum, grupper ...
- Att styra sig själv i förhållande till förändrade krav som ställs på mig- exempelvis vid övergångar

EF och dess olika delområden utvecklas under barndom till tonår/tidiga vuxenår.

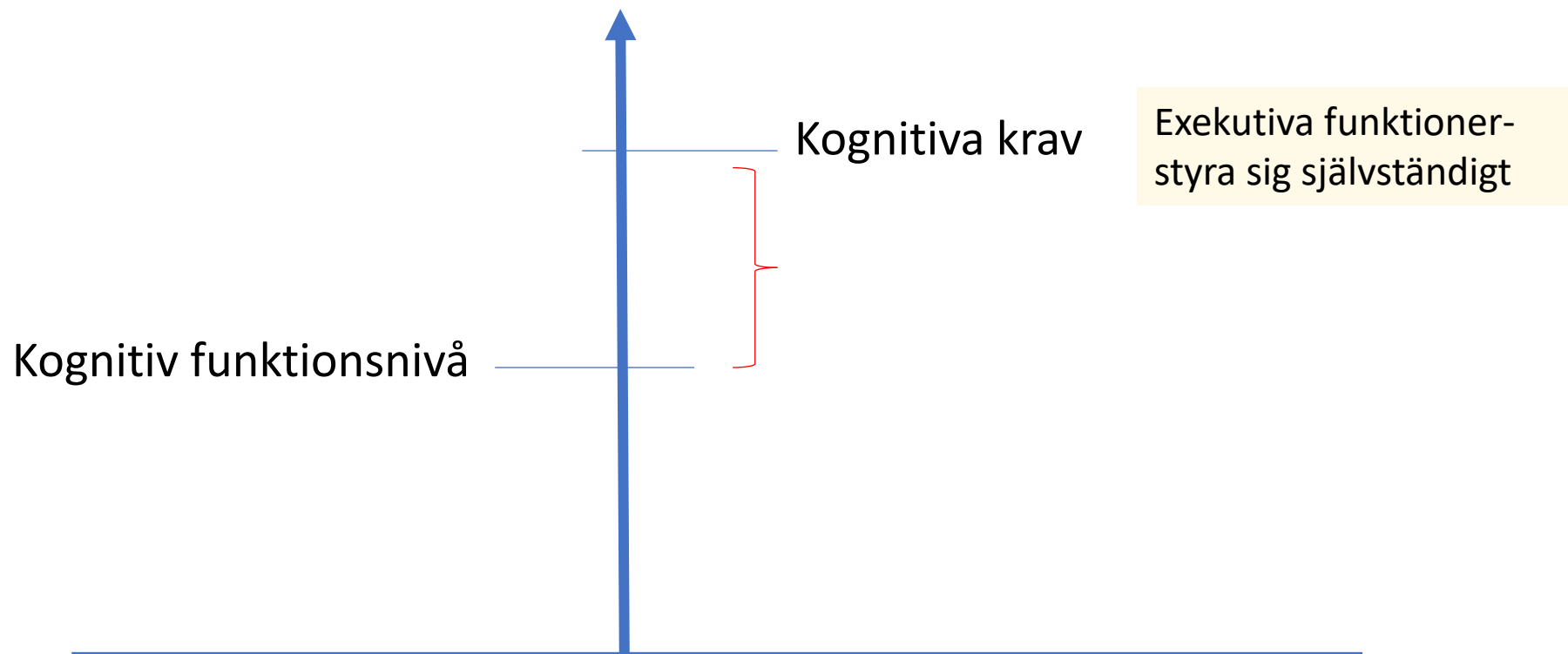


Ett schema ställer krav på  
exekutiva funktioner

- Växla mellan olika lärare
- Växla mellan klassrum
- Växla mellan grupper
- Växla mellan tid och rum
- Växla mellan olika ämnen
- Tidsuppfattning och tidsorientering
- Växla mellan lektion och lunch
- Växla mellan lektion och rast
- Växla mellan skola och fritids
- Skåp i stället för bänkar
- Till och från lunch etc.



”En av anledningarna till att vuxenstuderande misslyckas i sina studier är att de dagligen möter överkrav, bland annat på självständighet”



(Tydliggörande pedagogik i vuxenutbildningen, 2022: Aarreniemi-Jokipelto, Päivi & Bäck, Asta. (2014). Exploring opportunities to boost adult students' graduation: The reasons behind the delays and drop-outs of graduation. Porto: CELDA 2014. Fleischer, 2016. Doll, Jonathan Jacob., Eslami, Zohreh Rasekh & Walters, Lynne Masel (2013) Understanding Why Students Drop Out of High School According to Their Own Reports: Are They Pushed or Pulled, or Do They Fall Out? A Comparative Analysis of Seven Nationally Representative Studies. SAGE Open. Newbury Park: SAGE 1-15 10.1177/21582440135033834.)

# Övergångar ställer krav på exekutiva funktioner

- Växla mellan syften
- Växla mellan olika innehåll
- Växla mellan olika mötesaktörer
- Växla mellan olika platser
- Växla mellan gruppkonstellationer
- Växla mellan olika byggnader
- Tidsplanering
- Att ta sig från ett ställe till ett annat
- Växla mellan olika möten
- Växla mellan olika personer



Prata med grannen!  
Berätta om era  
frukostvanor!

Vad äter ni?  
Hur länge har ni ätit  
liknande frukost?

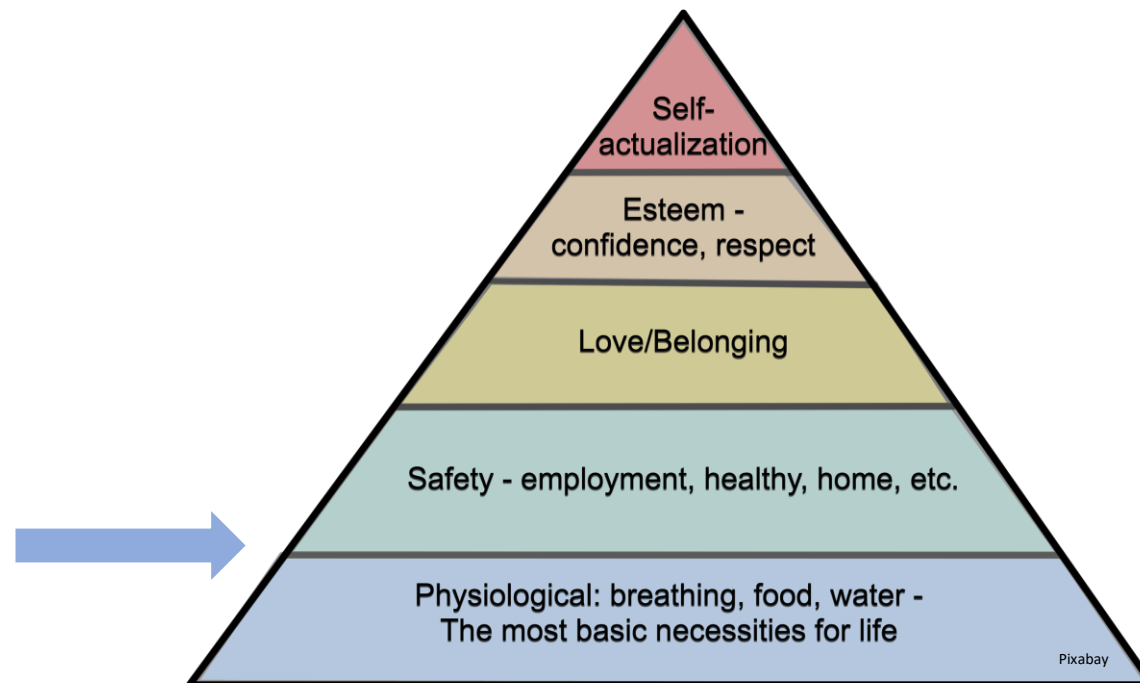


# Övergångar utmanar tryggheten

- Det som är **känt och tryggt utmanas** vilket leder till stress.
- **Även övergångar som välkomnas** kan skapa stress.
- Krav på att **ändra sina rutiner** och sitt beteende.
- Utsätter sig för **upplevd eller faktisk risk** att misslyckas.

**Trygghet** ett fundamentalt mänskligt behov som människan är mycket angelägen att få uppleva och prioritera. (Maslow, 1943)

I behovshierarkin ligger trygghetsbehovet i anslutning till fysiologiska grundbehov som mat, vätska och sömn.





# Övergångar = avbrott och krav på förändrat aktörskap

Övergångar innebär **förändringar i individers aktörskap.**

- Individer möter nya sociala kontexter och måste hitta **nya sätt att agera.**
- **Individer lämnar en säkerhetszon för att möta det okända;** nya rutiner, nya klasskamrater/kollegor, nya lärare/arbetsgivare, nya kulturer och ska självständigt finna sig till rätta i nya roller (Dockett, 2011; Fabian, 2007).

**Detta gäller oavsett ålder eller vilken övergång vi talar om...**

Tre faser i övergångar (William Bridges, 1991)





Att vägleda vid övergångar  
- utmaningar och möjligheter!

---

# Tydliggörande pedagogik

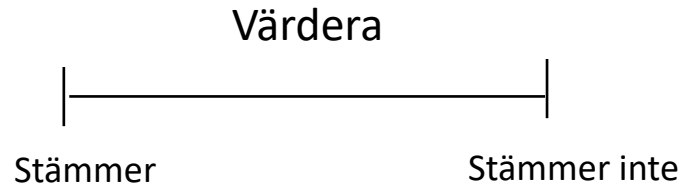
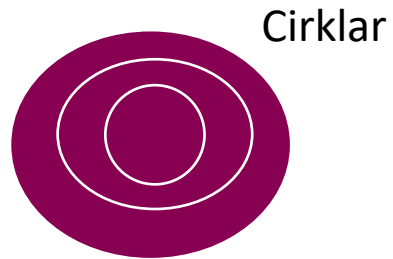
- **ett arbetsätt** där man synliggör och konkretiserar information, instruktioner och kommunikation.
- **är till för att göra personens tillvaro** begriplig, hanterbar och meningsfull.
- **skapa förutsättningar för att göra personer så delaktiga** som möjligt i olika situationer och aktiviteter.
- Nära koppling till det som kallas autonomistödjande pedagogik som **används för att stötta personer att självständigt röra sig mot ett mål** i vardagen, studier eller i arbetslivet.

## NYCKELFRÅGOR

- Vad ska jag göra?
- Var ska jag vara?
- När ska jag göra det?
- Med vem?
- Hur länge?
- När är det slut?
- Vad ska jag göra sedan?

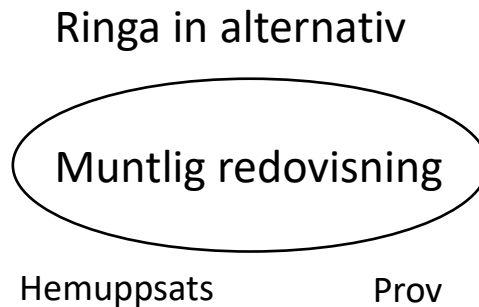
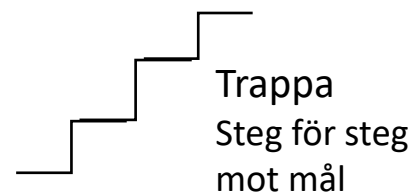
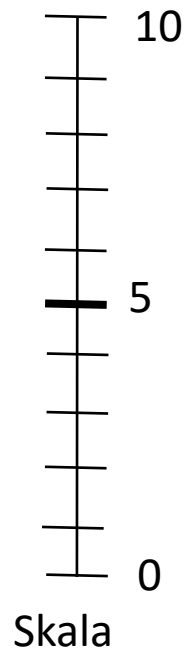


# Olika modeller för att tillgängliggöra kommunikation



Värdera  
Bra/dålig  
Kul/tråkig

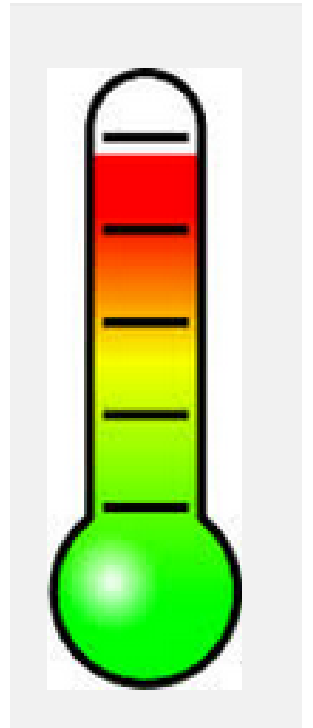
Känslor  
ex. ilska/glädje



Smileys

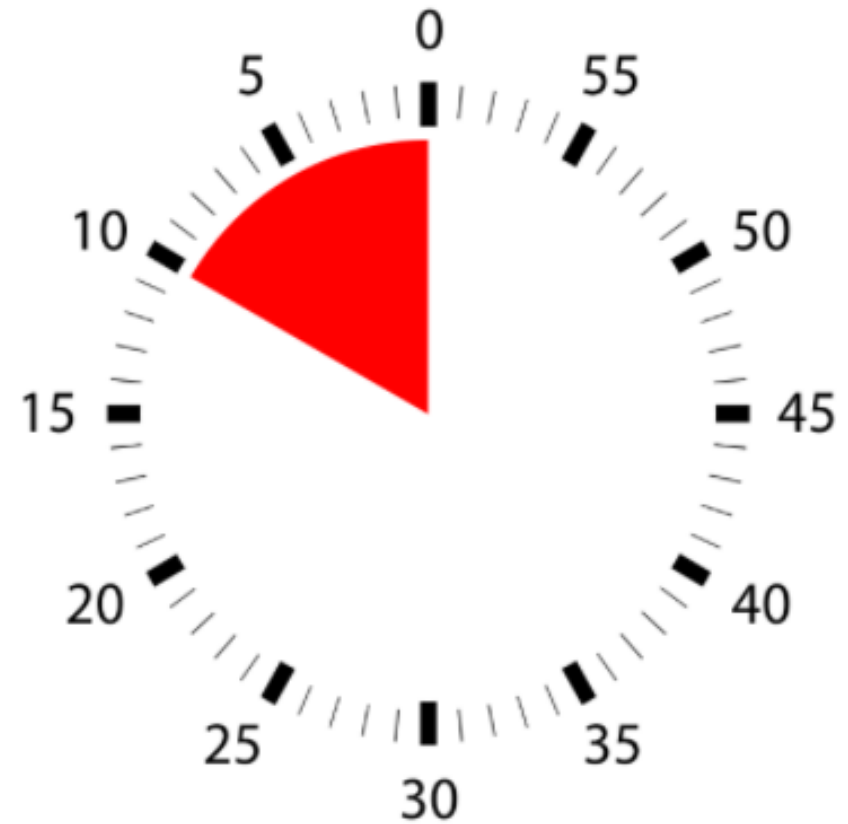


Termometer



“En kort  
bensträckare”

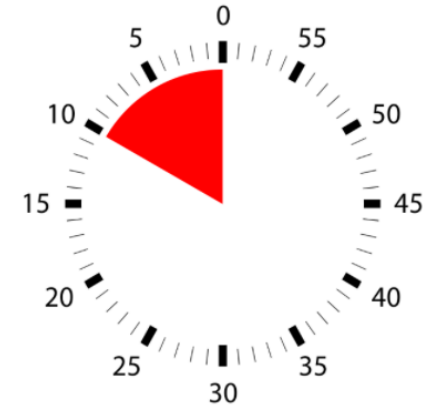
**10 minuter paus**



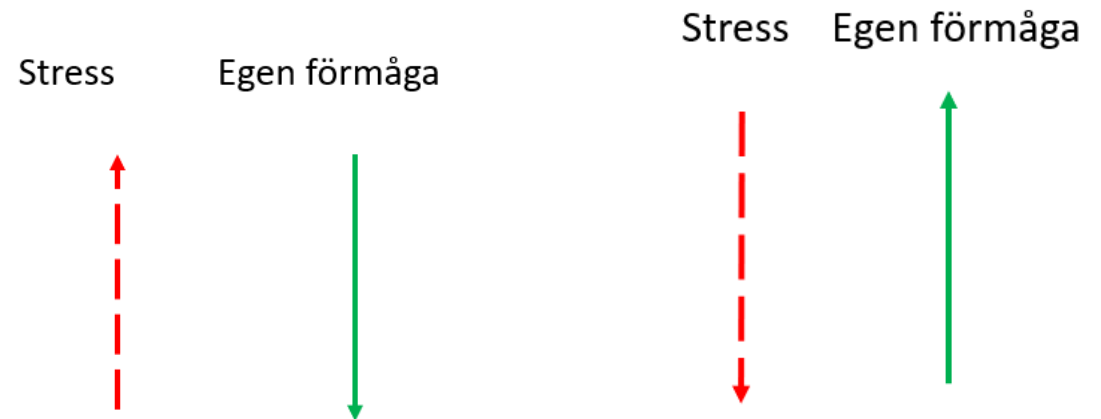
## Yttre stöd och visuella ledtrådar

- Visuellt stöd **stannar kvar** till skillnad från tal som är flyktigt och försvinner så fort det sagts.
- Visuellt stöd kan **ge tid** för att tolka språk.
- Visuellt stöd kan **hjälpa till att förbereda** inför förändringar och övergångar.
- Visuellt stöd kan hjälpa personer att **se vad det är du menar**.
- Visuellt stöd **hjälper alla** elever.
- Visuellt stöd kan hjälpa till att göra eleverna **självständiga**.
- Visuellt stöd kan hjälpa till **att sänka stress och oro**
- **Se med ögat** istället för att se med tanken

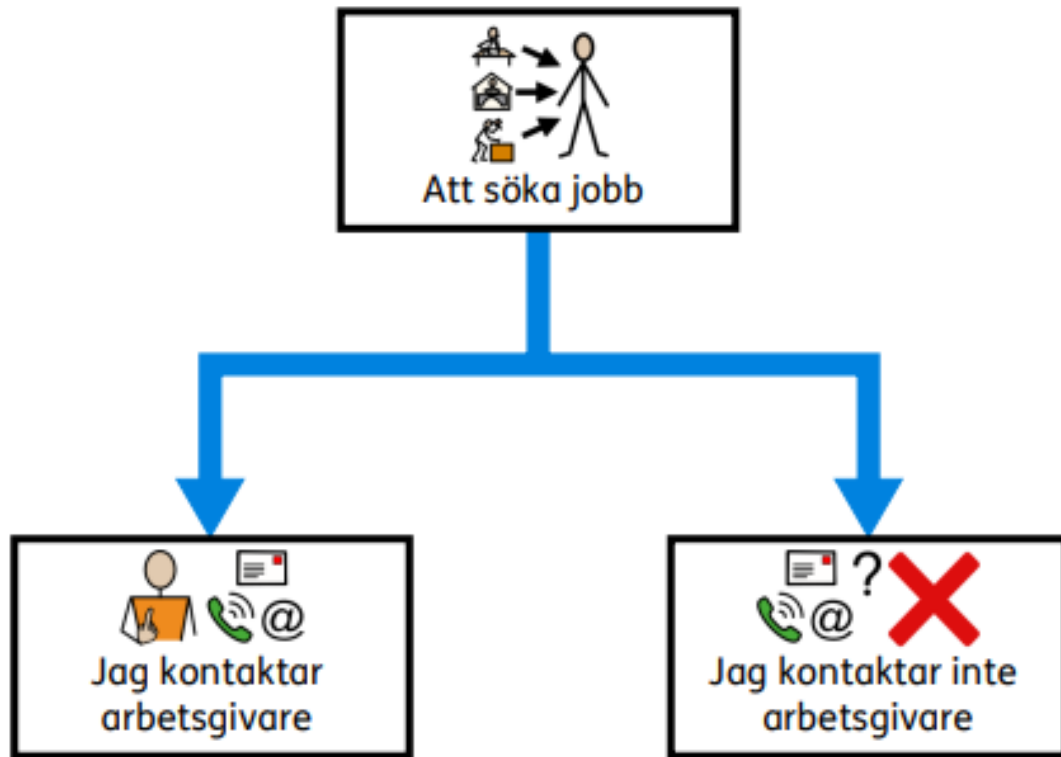
10 minuter paus



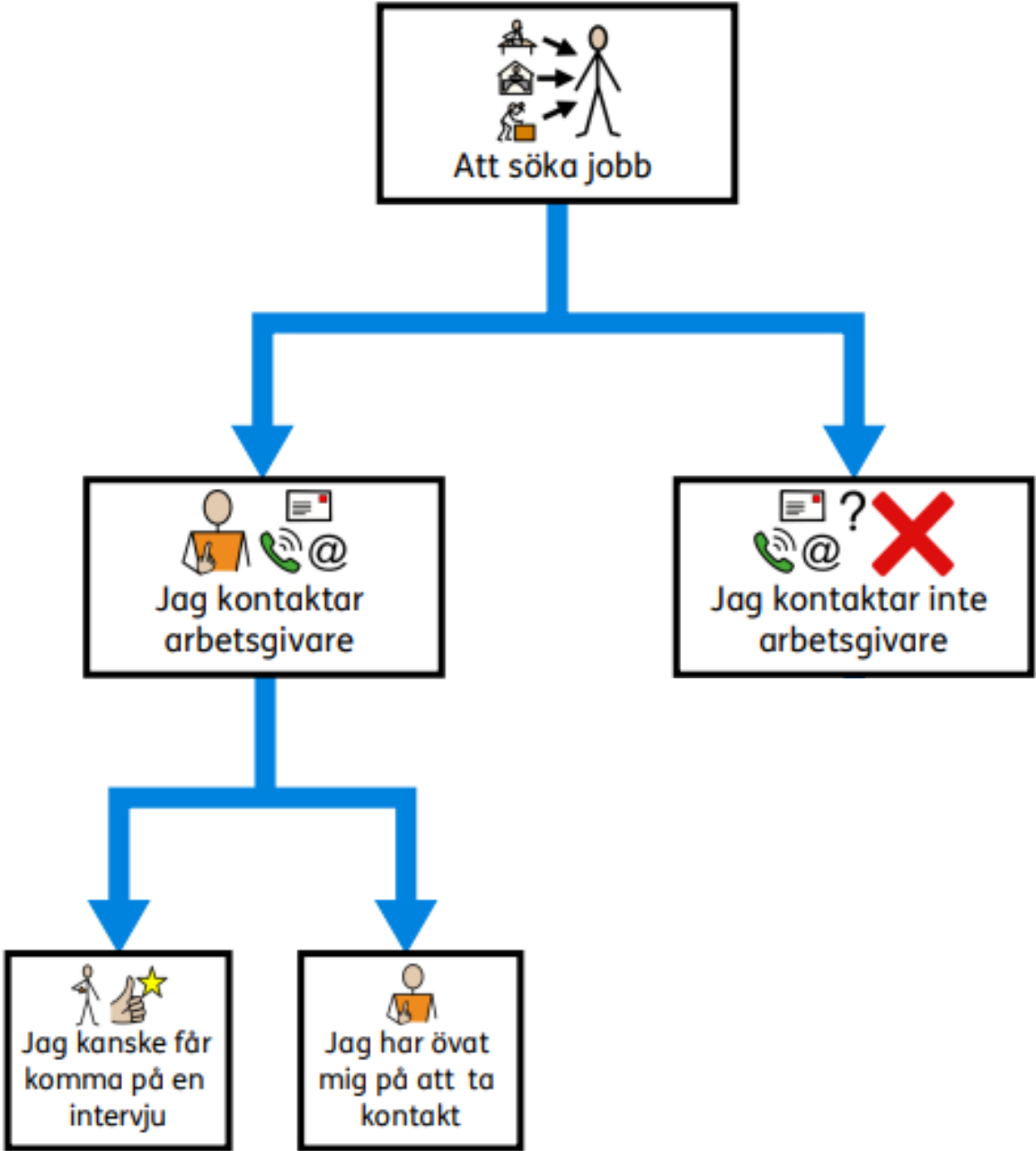
“En kort bensträckare”



Visualisera- att söka jobb

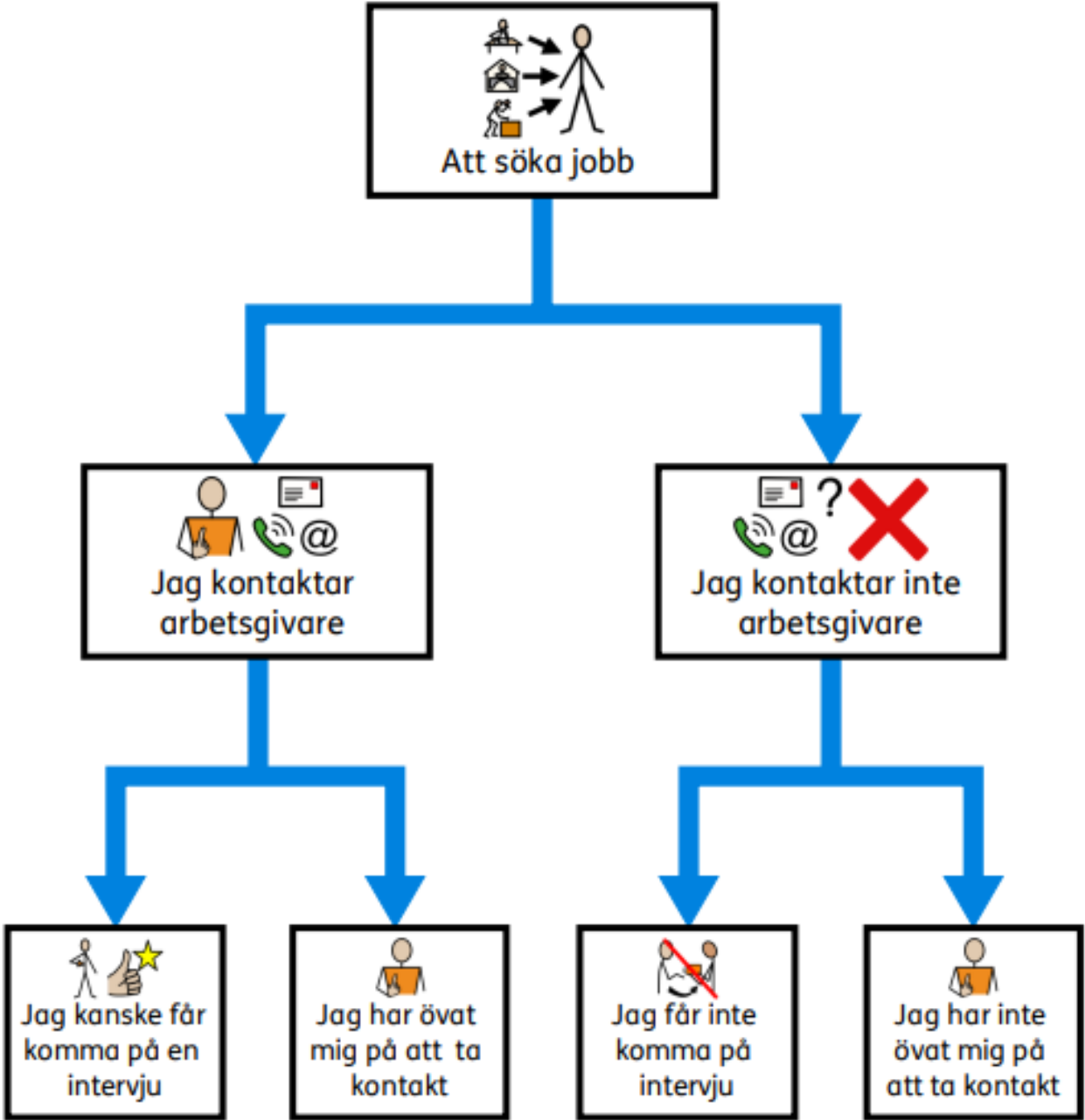


# Visualisera- att söka jobb





# Visualisera- att söka jobb



# Yttre stöd och visuella ledtrådar kompenserar för kognitiva krav i övergångar



Stress

Egen förmåga





Stress



Egen förmåga





Var ska man "stå" här?

# Arbeta tydliggörande med övergångar!

## Mötesinbjudan

Datum:

Start och stopptid:

Plats:

Närvarar gör:

Orsak till mötet är:

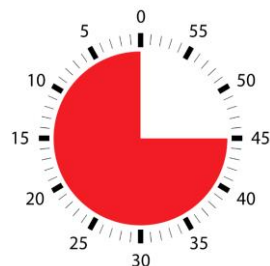
---

---

Målet med mötet är:

---

---

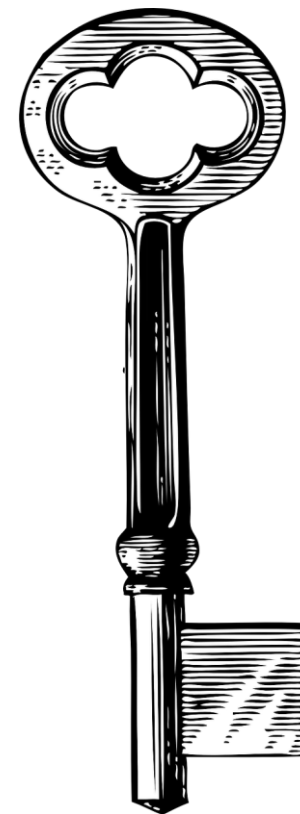


| Inför mötet<br>Detta kommer vi prata om på mötet | Under mötet<br>Detta bestämdes på mötet |
|--|---|
| 1.   | 1.                                      |
| 2.   | 2.                                      |
| 3.   | 3.                                      |
| 4.   | 4.                                      |

Välkommen!

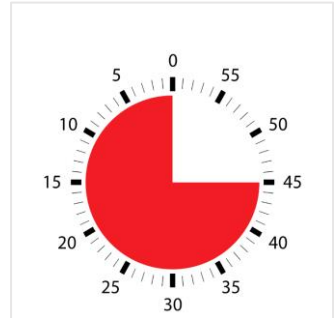
## NYCKELFRÅGOR

- Vad ska jag göra?
- Var ska jag vara?
- När ska jag göra det?
- Med vem?
- Hur länge?
- När är det slut?
- Vad ska jag göra sedan?



# Inför mötet- Mötesinbjudan

Datum:  
Start och stopptid:  
Plats:  
Närvarar gör:



Orsak till mötet är:

---

---

Målet med mötet är:

---

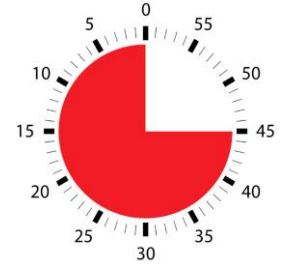
---

| Inför mötet<br>Detta kommer vi prata om på mötet | Under mötet<br>Detta bestämdes på mötet |
|--|---|
| 1.   | 1.                                      |
| 2.   | 2.                                      |
| 3.   | 3.                                      |
| 4.   | 4.                                      |

Det här vill jag ta upp:

# Uppföljningsmöte

Datum:  
Start och stopptid:  
Plats:  
Närvarar gör:



Orsak till mötet är:

---

---

Målet med mötet är:

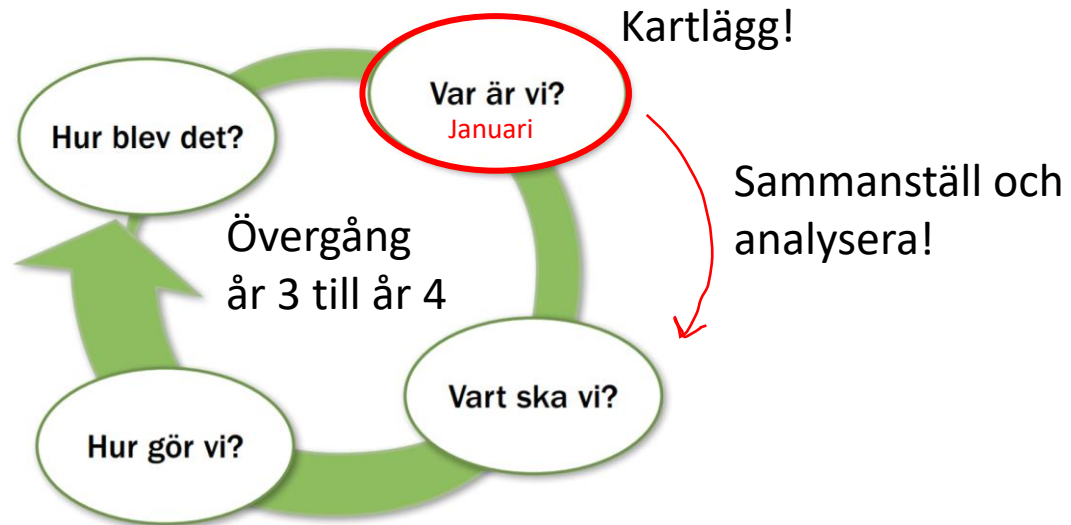
---

---

| Inför mötet<br>Detta kommer vi prata om på mötet | Under mötet<br>Detta bestämdes på mötet | Uppföljningsmöte |
|--|---|------------------|
| 1.   | 1.                                      | 1.               |
| 2.   | 2.                                      | 2.               |
| 3.   | 3.                                      | 3.               |
| 4.   | 4.                                      | 4.               |

Uppföljning av det jag tog upp: Det här vill jag ta upp:

# Arbeta systematiskt med att förbättra lärmiljön vid övergångar!



Pedagoger i årskurs 3 ✗  
Pedagoger i årskurs 4 ✓

## I vilken utsträckning förväntas eleverna självständigt

|   | Inte alls                           | Lite                                | Inte söker               | Till viss del                       | Mycket                              |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Möta olika lärare   | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Växla mellan klassrum   | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Ha självständighet i förflyttningar                                       | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Ha självständighet vid läxor  | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| Ta ansvar för att ta med skolmaterial till och från lektioner             | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Ta ansvar för att förbereda sig inför prov och redovisning                | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| Klara raster självständigt  | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Ta ansvar för att passa tider   | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Hitta i skolans lokaler   | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Kunna sitta fritt i klassrum  | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Kunna sitta fritt under lunch   | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Kunna läsa schemat  | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Ta ansvar för oplanerade fria stunder som uppstår, t.ex. inställd lektion | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| Planera självständiga arbeten   | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |

# Förbättra lärmiljön vid övergångar i gymnasiet- vad säger eleverna?

Kartlägg!



## Elevkartläggning vid introduktionssamtal

| Nr | Påståenden att ta ställning till  |
|----|---|
| 1  | Jag tycker att det är lätt att hitta till de olika klassrummen/salarna.         |
| 2  | Jag tycker att det är lätt att ha olika lärare i olika ämnen.                   |
| 3  | Jag tycker att det är lätt att hitta arbetsmaterial i den digitala plattformen. |
| 4  | Jag tycker att det är lätt att passa tider i skolan.                            |
| 5  | Jag tycker att det är lätt att planera min egen studietid.                      |



# Förbättra lärmiljön vid övergångar i gymnasiet- vad säger eleverna?

Kartlägg!



## Elevkartläggning vid introduktionssamtal

| Nr | Påståenden att ta ställning till  | Introduktionssamtal |   |           |
|----|---|---------------------|---|-----------|
|    |   | 👍                   | 👎 | Kommentar |
| 1  | Jag tycker att det är lätt att hitta till de olika klassrummen/salarna.         |                     |   |           |
| 2  | Jag tycker att det är lätt att ha olika lärare i olika ämnen.                   |                     |   |           |
| 3  | Jag tycker att det är lätt att hitta arbetsmaterial i den digitala plattformen. |                     |   |           |
| 4  | Jag tycker att det är lätt att passa tider i skolan.                            |                     |   |           |
| 5  | Jag tycker att det är lätt att planera min egen studietid.                      |                     |   |           |

# Förbättra lärmiljön vid övergångar i gymnasiet- vad säger eleverna?

Kartlägg!



## Elevkartläggning vid introduktionssamtal

| Nr | Påståenden att ta ställning till  | Introduktionssamtal |   |           | Uppföljande samtal |   |           |
|----|---|---------------------|---|-----------|--------------------|---|-----------|
|    |   | 👍                   | 👎 | Kommentar | 👍                  | 👎 | Kommentar |
| 1  | Jag tycker att det är lätt att hitta till de olika klassrummen/salarna.         |                     |   |           |                    |   |           |
| 2  | Jag tycker att det är lätt att ha olika lärare i olika ämnen.                   |                     |   |           |                    |   |           |
| 3  | Jag tycker att det är lätt att hitta arbetsmaterial i den digitala plattformen. |                     |   |           |                    |   |           |
| 4  | Jag tycker att det är lätt att passa tider i skolan.                            |                     |   |           |                    |   |           |
| 5  | Jag tycker att det är lätt att planera min egen studietid.                      |                     |   |           |                    |   |           |

# Att landa ett flygplan



Piloten bredvid mig svarade då att det nog snarare var en mycket erfaren pilot som tog sitt ansvar genom att **tydligt markera att vi nu landat** och att ett nytt moment för de resande startat.