

KOGNITION & KONSUMTION

Ett pedagogiskt material om kognitiva funktioner och tillgänglighet



INNEHÅLL

LÄRARHANDLEDNING	3
FAKTABLAD	
1. Kognitiva funktioner.....	5
2. Funktionsnedsättning, funktionshinder eller funktionsvariation?	7
3. Tillgänglighet	8
4. Att stärka kognitiva förmågor	10
5. Företagens säljknep	12
ÖVNINGAR	
TEMA 1: Kognitiva funktioner – vad är det?	13
Att se vardagen ur någon annans perspektiv	14
Kognitionsutmaningar	15
Svårt att köpa, eller alldeles för enkelt?	17
TEMA: 2 Tillgänglighet – om att kunna delta på lika villkor	19
Hur enkelt är det att handla?	20
Norm(alt)?	21
Ett steg framåt	22
TEMA 3: Att stärka konsumenten och öka självständigheten – Hur gör vi praktiskt?	24
Inga enkla svar – vad innebär det egentligen att öka självständigheten?	25
När brister tillgängligheten?	27
Referenser och länkar	29
Koppling till kursmål	31

Utbildningsmaterialet är framtaget av
Sveriges Konsumenters projekt *Med rätt att handla*
som finansieras av Allmänna arvsfonden.

Fritt att ladda ned, kopiera och dela med andra.
Illustrationer: Annika Ståhlgren 2016

www.sverigeskonsumenter.se
2017



med
**RÄTT
ATT
HANDLA**

SK SVERIGES
KONSUMENTER

LÄRARHANDLEDNING



Vad kul att du läser det här!

Det här utbildningsmaterialet är till för att underlätta för lärare på gymnasieskolans vård- och omsorgsprogram att undervisa i frågor kopplade till kognitiva funktioner, funktionsnedsättning och tillgänglighet ur ett konsumentperspektiv. Materialet är framtaget för att passa i undervisningen av specialpedagogik 1 och 2. Men kan självklart även användas i andra utbildningar efter behov.

Så jobbar du med materialet

Materialet är till för att ge eleverna såväl teoretisk förståelse som praktiska lösningar och förhållningssätt att använda sig av. Du kan enkelt skräddarsy varje lektion genom att välja ut de enskilda övningar som du tycker är relevanta för just dina elever. Till materialet hör ett faktablad som ger grundläggande bakgrundsinformation om kognitiva funktioner, funktionsnedsättning och tillgänglighet. När en övning bygger på information från faktabladet anges det i övningen. Vill du få mer inspiration eller se de fullständiga länkarna, hittar du dessa sist i materialet.

Teman

Utbildningsmaterialet är uppdelat i tre teman som tar upp olika delar av kognitiva funktioner och tillgänglighet ur ett konsumentperspektiv.

TEMA 1: Kognitiva funktioner – vad är det?

Det här temat fokuserar på att ge eleverna en grundläggande förståelse för de viktigaste kognitiva funktionerna och hur vi använder oss av dem som konsument.

TEMA 2: Tillgänglighet och att delta på lika villkor

Det här temat tar upp frågor om tillgänglighet, delaktighet, funktionsnedsättning, funktionshinder och funktionsvariation.

TEMA 3: Att stärka konsumenten och öka självständigheten – hur gör vi praktiskt?

Här får eleverna jobba praktiskt med hur de kan stärka personer med olika kognitiva svårigheter i deras roll som konsument och öka deras självständighet.

Koppling till läroplanen

Materialet är anpassat för undervisning på gymnasieskolans vård- och omsorgsprogram. Många av eleverna kommer i sitt yrkesliv på olika sätt att jobba med personer med funktionsnedsättning. För personer med en kognitiv funktionsnedsättning kan konsumentrollen bli komplicerad och förenad med problem som kan leda till ekonomisk utsatthet och bristande självständighet. Med kunskap om hur vi människor fungerar olika beroende på vår hjärnas kognitiva funktioner kan eleverna utveckla förståelse för hur de kan stärka personer med kognitiva funktionsnedsättningar i deras roll som konsument. Övningarnas koppling till kursmål för specialpedagogik 1 och 2 finns i kapitlet - Koppling till kursmål.

KOM IHÅG:

Hur du som lärare pratar om funktionsnedsättning har stor betydelse för hur eleverna kommer att uppfatta och tänka kring personer med funktionsvariation. Det är viktigt att betona att vi alla har olika styrkor och svagheter och att tillgänglighet är något som berör och underlättar för oss alla.

FAKTABLAD

I Faktabladen finns texter som ger grundläggande information om kognitiva funktioner, funktionsnedsättning och tillgänglighet.

I de fall som övningarna bygger på information från Faktabladen anges detta i instruktionen för övningen.

De fem Faktabladen:

1. Kognitiva funktioner
2. Funktionsnedsättning, funktionshinder eller funktionsvariation?
3. Tillgänglighet
4. Att stärka kognitiva förmågor
5. Företagens säljknep



1. Kognitiva funktioner

Kognitiva funktioner handlar om hur vår hjärna hanterar information. Det handlar bland annat om att minnas, planera, analysera, förstå och använda språk. Helt enkelt väldigt viktiga funktioner för att vi ska kunna klara oss i vardagen.

Vad är kognitiva funktioner?

Våra kognitiva förmågor kan delas upp i ett antal kategorier som hjälper oss att förstå varje enskild funktion och hur den påverkar oss i vår vardag. I verkligheten är det dock ofta svårt att skilja funktionerna från varandra eftersom de samverkar tätt ihop. Det finns flera kognitiva funktioner än de som vi tar upp i den här texten.

Beslutsfunktioner

Våra beslutsfunktioner kan ses som en chef för andra kognitiva funktioner. Att kunna organisera och planera sin vardag är några av de viktigaste förmågorna hos beslutsfunktionerna. Våra beslutsfunktioner hjälper oss också att klura ut svåra uppgifter och att hejda oss från att göra sånt som vi inte borde göra. Beslutsfunktionerna är väldigt viktiga för att livet ska flyta på bra. Det kallas också den exekutiva förmågan.

Att laga mat, är en uppgift som visar hur vi använder våra beslutsfunktioner. Då behöver vi först planera vad vi ska laga för mat. När vi bestämt det måste vi handla maten och sen tillaga den. Under tiden vi lagar behöver vi prioritera mellan uppgifter, t ex att skala potatisen innan vi kan koka den. Ibland kanske vi också behöver sluta med en uppgift, till exempel sluta hacka lök när potatisen kokar över. För att vi ska kunna göra svårare saker, så som att laga mat, är det alltså viktigt att våra beslutsfunktioner fungerar bra.

Personer med utvecklingsstörning eller autismspektrumstörning kan ha problem med beslutsfunktionerna. Då kan de vara svårt att organisera en uppgifts olika delar eller bara svårt att veta hur en ska lösa problem som dyker upp.

Men det är alltid viktigt att inte anta något om en person bara för att hen har en diagnos. Det är alltid viktigt att försöka få reda på varje enskild persons styrkor och svagheter.

➤ *Här finns en övning om du vill utmana dina beslutsfunktioner:*

[Stroop test](#) - testar förmågan att hejda tankar och skifta fokus. OBS! övningen avgör inte hur "smart" din hjärna är.

Uppmärksamhet

Uppmärksamhet är när vi fokuserar på något särskilt. Då flyttar vi samtidigt bort fokus från något annat. Vi använder vår uppmärksamhet hela tiden. Det är därför en av våra viktigaste kognitiva funktioner. Det kan exempelvis handla om att sälla bort störande ljud eller ljus samtidigt som vi letar kläder i ett köpcenter.

Uppmärksamhet sker ofta automatiskt, som när vi går, äter, cyklar eller gör något annat som vi är vana vid. Uppmärksamhet kan även ske medvetet, som när vi gör något för första gången och verkligen behöver fokusera, så som att börja köra bil eller lära sig att dansa salsa.

Sänkt uppmärksamhetsförmåga kan innebära svårigheter med att fokusera på en uppgift under en längre tid och att sortera bort information som inte är viktig för stunden. Det kan också betyda svårigheter med att skifta fokus mellan uppgifter och att göra flera saker samtidigt, som att försöka slå in sin pinkod i kassan samtidigt som en försöker hålla koll på ett barn. Sänkt uppmärksamhetsförmåga leder lätt till koncentrationssvårigheter och lättstördhet. Vid ADHD och Autismspektrumstörning är det vanligt att ta in alla intryck och få svårt att sälla i informationen vilket kan orsaka sänkt uppmärksamhetsförmåga.

➤ *Exempel på hur våra uppmärksamhetsfunktioner fungerar och kan luras:*

[The monkey business illusion test](#)
[The door study](#)

Språkfunktioner

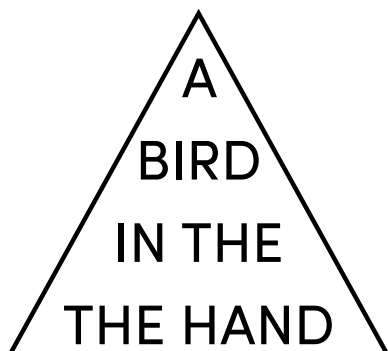
Språkfunktioner handlar inte enbart om att tala, skriva och läsa utan även om att förstå nyanser och budskap i texter. Reklam som använder ironi kan exempelvis vara svårt att förstå om en har svårigheter med språkfunktioner.

Afasi kallas språkstörningar som uppstår till följd av skador i hjärnan, exempelvis efter en stroke. En person med Afasi får svårt att känna igen och förstå ljud, bygga upp meningar och hitta och använda rätt ord.

Dyslexi innebär svårigheter att läsa och stava. Svårigheterna att läsa kan givetvis få konsekvenser för möjligheterna att förstå information om en produkt som en är ute efter att köpa.

➤ Exempel på hur våra språkfunktioner fungerar:

[The McGurk effect](#)



Läste du två "the" eller tog din hjärna en genväg och läste bara ett "the"?

Minnesfunktioner

Vi använder vårt minne väldigt ofta varje dag. Det handlar exempelvis om att kunna komma ihåg var du la nycklarna, vad det var du skulle göra ikväll eller hur du hade det på semestern i somras. Minnesfunktioner delas ofta upp i korttidsminne och långtidsminne. Korttidsminnet sparar information i några minuter och kan innebära att vi kommer ihåg hur mycket växel vi skulle få tillbaka på köpet vi just gjort.

Långtidsminnet har hand om information så som fakta du lär dig i skolan eller vad Harry Potter handlar om. Det har också hand om information som du själv har upplevt som dina födelsedagar, och sådant som har med motorik att göra, som att cykla.

Vid demenssjukdom skadas olika delar i hjärnan och vanligtvis minnet. Vilket kan skapa problem i vardagen, så som att komma ihåg vilken mat du ska köpa eller att betala räkningar.

➤ Här kan du testa ditt korttidsminne:

[Working memory challenge](#)

Stress påverkar våra kognitiva funktioner

Långvarig stress påverkar våra kognitiva funktioner. Bland annat vårt minne. Det är väldigt vanligt att personer med utmattningssyndrom får svårt att minnas och det kan visa sig i att personen glömmer saker på konstiga ställen eller inte längre kommer ihåg vänner eller släktingars namn.

Även uppmärksamhetsfunktionerna påverkas av långvarig stress och leder till lättstördhet och koncentrationssvårigheter.

Beslutsfunktioner så som att planera, prioritera och lösa problem blir också lidande vilket självklart ofta leder till stor frustration. Även kortvarig stress påverkas våra kognitiva förmågor, men då under betydligt kortare tid.

2. Funktionsnedsättning, funktionshinder eller funktionsvariation?

Beroende på vilket begrepp vi använder när vi pratar om funktionsnedsättning signalerar vi något till vår omvärld. Det är därför viktigt att förstå skillnaden mellan de olika begreppen och hur och när de ska användas.

Funktionsnedsättning

En person kan ha så stora problem med de kognitiva funktionerna att det allvarligt påverkar vardagen. Då kallas det funktionsnedsättning. Det kan vara svårigheter att minnas sitt eget personnummer eller att interagera med andra människor. En funktionsnedsättning beskriver alltså en persons funktionsförmåga och innebär i sig själv inte bristande jämlikhet eller delaktighet.

Funktionshinder

Ett funktionshinder uppstår när miljön hindrar personer med exempelvis kognitiva funktionsnedsättningar att delta. Det kan handla om att en butik spelar väldigt hög musik. Då kan den butiken skapa ett funktionshinder för personer med koncentrationssvårigheter.

Funktionsvariation

Idag används ibland också ordet funktionsvariation. Genom att använda ordet funktionsvariation tydliggörs att en persons funktionsförmåga skiljer sig från vad som uppfattas som normalt. Det kan då innebära att personen ibland upplever svårigheter på grund av sin funktionsvariation men även att den i vissa situationer kan ha en fördel av sin funktionsvariation. Vi har alla en unik funktionsnedsättning och våra olikheter är något positivt.

En person kan ha en funktionsnedsättning, miljön kan vara funktionshinder men vi har alla en unik funktionsvariation.

Varför är detta viktigt för oss som konsument?

Att handla saker är en viktig del av våra liv för att vi ska kunna skaffa oss det vi behöver och göra det vi vill. Men att handla är inte alltid enkelt. Som konsument behöver vi ofta göra komplicerade val. Om vi har en kognitiv funktionsnedsättning, och miljö inte är tillgänglig, kan problemen bli stora och påverka vår möjlighet att leva ett bra och självständigt liv.

Just att kunna leva ett självständigt liv är viktigt för att trivas med sig själv. Självständighet kan betyda att inte vara beroende av andra människors åsikter och handlingar.

En stor del av befolkningen har eller kommer att få nedsatta kognitiva funktioner. Det kan komma av sjukdom eller skada. Att göra handeln mer tillgänglig för personer med kognitiva svårigheter är med andra ord en viktig fråga för väldigt många.



3. Tillgänglighet

Tillgänglighet handlar om att kunna vara delaktig i samhället. Att skapa tillgänglighet innebär att ta bort hinder som gör att personer med funktionsnedsättning inte kan ta del av allt som andra kan i ett samhälle.

Vad är tillgänglighet?

FN beskriver i sin deklaration om [mänskliga rättigheter för personer med funktionsnedsättning](#) i artikel 9, tillgänglighet som:

”För att göra det möjligt för personer med funktionsnedsättning att leva oberoende och att fullt ut delta på alla livets områden, ska konventionsstaterna vidta ändamålsenliga åtgärder för att säkerställa att personer med funktionsnedsättning får tillgång på lika villkor som andra till den fysiska miljön, till transporter, till information och kommunikation...”

Tillgänglighet handlar alltså inte bara om att kunna ta sig in i byggnader eller röra sig fritt. Det handlar om att kunna vara delaktig överallt på samma sätt som andra. Att kunna förstå information eller använda teknik. Ett tillgängligt samhälle tar hänsyn till att vi alla är olika.

Många saker som vi idag tar som självklart som exempelvis fjärrkontrollen och vattenkranen med ett, istället för två handtag är tillgänglighetsuppfinningar. Uppfinningar som underlättar allas vardag. Att vid designen av nya saker, miljöer och tjänster utgå från att det ska passa alla kallas just ”design för alla” eller universell utformning.

Tillgänglighet i lagen

Dålig tillgänglighet kan vara diskriminering. Det betyder att en person med en funktionsnedsättning kan anmäla verksamhet som inte är tillgänglig. Lagen säger att verksamheten ska göra vissa tillgänglighetsåtgärder för att personen ska komma i en liknande situation som en person utan funktionsnedsättning. Kraven gäller för bland annat restauranger, butiker, utbildning, arbete och sjukvård. Åtgärder som kan krävas är exempelvis hjälp med att plocka och packa varor i matbutiken eller att få menyn uppläst på restaurangen.

Det finns också lagar som bestämmer att byggnader, gator och liknande ska vara tillgängligt. Det handlar framförallt om att kunna ta sig in och flytta sig mellan byggnader i en stad. Här gäller att så kallade ”enkelt avhjälpna hinder” ska åtgärdas. Det kan handla om att åtgärda höga trösklar, tunga dörrar, bristfällig skyltning eller dålig ljudmiljö i butiker, restauranger eller biografer.

➤ Här kan du läsa mer om diskriminering och tillgänglighet:

[Diskrimineringsombudsmannen](#)

Hur tillgänglighet kan uppnås

Det yttersta ansvaret för tillgänglighet ansvarar samhället, eller staten för. Men även företagen och vi konsumenterna har ett ansvar att göra det vi kan för en tillgänglig handel. Det är viktigt att komma ihåg att målet är att skapa ett jämlikt och hållbart samhälle och att det krävs insatser från alla håll för att uppnå det.

Alla kan göra något för att öka tillgängligheten. De som jobbar inom vård och omsorg kan stötta med hjälpmedel och assistans medan företag och stat har ett mycket större ansvar att se till att produkter och tjänster är tillgängliga från början.

[Myndigheten för delaktighet](#) (MFD) är den myndighet i Sverige som har övergripande ansvar för att den svenska funktionshinderpolitiken genomförs. De har föreslagit en strategi för hur detta ska gå till. Strategin är ett bra sätt att se på hur samhället kan bli mer tillgängligt:

- 1. ATT KOMMA RÄTT FRÅN BÖRJAN** genom universell utformning – betyder att nya tjänster och produkter utvecklas så att de ska passa så många som möjligt redan från början.
- 2. ATT ÅTGÄRDA OCH UNDANRÖJA** redan befintliga brister – betyder att åtgärda sådant som är otillgängligt sedan tidigare.
- 3. SÄRSKILDA STÖD, ANPASSNINGAR OCH LÖSNINGAR** såsom hjälpmedel, ledsagning, färdtjänst eller särskilt stöd i skola och personlig assistans för att individen ska uppnå självständighet och delaktighet. Dessa kan fungera som kompensation för funktionsförmåga eller som kompensation av otillgänglighet i samhällets utformning.

4. MOTVERKA ALL FORM AV DISKRIMINERING

– Personer med funktionsnedsättning utsätts fortfarande för diskriminering. De har sämre förutsättningar och möjligheter än andra personer utan funktionsnedsättning att leva ett fullgott liv.



Tips! läs mer om hjälpmedel i Faktablad 4.

4. Att stärka kognitiva förmågor

Här kommer en rad praktiska tips på hur personer med kognitiva funktionsnedsättningar kan stärkas som konsument. Tänk på att det inte finns någon lösning som passar alla utan att alltid anpassa metoderna efter varje enskild individs behov.

Uppmärksamhet

Här följer exempel på åtgärder som kan underlätta köpsituationen för personer med svårigheter med uppmärksamheten.

- **UTFORMA** inköpslistan efter varornas placering i butiken. Då slipper en gå flera varv och riskera samma störningsmoment flera gånger.
- **ÖVA** på uppgiften. Genom att utföra en uppgift många gånger blir utförandet invariant och kräver mindre uppmärksamhet nästa gång den ska utföras. (Det finns dock en risk att köp som sker automatiskt inte tar hänsyn till ändrade förutsättningar som höjt pris).
- **SOVA**. Det är viktigt att få ordentlig vila och sömn för att kunna orka fokusera.
- **UPPMÄRKSAMMA** butikspersonal på hur butiksmiljön distraherar och gör det svårare för kunder att fokusera på att handla. Det kan handla om att berätta för personalen om störande bakgrundsmusik/ljud, lukter, blinkande ljus eller skärmar med rörliga bilder.

Minnesfunktioner

Idag har många tillgång till bra minnesstöd genom appar och funktioner i sin smarta telefon.

- **KALENDER** hjälper till att planera vardagen och påminna om saker.
- **MINNESANTECKNINGAR** kan göras i anteckningar eller som en ljudinspelning.
- **FOTO** använd kameran i telefonen och fotografera information och läs den i lugn och ro hemma eller ta fram vid andra tillfällen.
- **PÅMINNELSER** eller alarm. Använd för att påminna om saker som ska göras.

Beslutsfunktioner

Här följer exempel på åtgärder som kan underlätta konsumentrollen för de individer som har svårigheter med beslutsfunktionerna:

- **TYDLIGHET** är viktigt! Markera vilken deluppgift som är viktigast om det som ska göras består av flera steg. Det kan bland annat göras genom en tydlig uppgiftsbeskrivning.
- **FÖRBEREDELSE.** Genom att förbereda sig för vad som kommer att ske minskar stressen och det blir enklare att fokusera på rätt saker. Förberedelse kan vara ett schema som visar när olika aktiviteter ska ske.
- **FOKUSERA.** Undvik att göra flera saker samtidigt. Se till att hjälpa personen att fokusera på en sak i taget. Det kan exempelvis göras genom att skapa en prioriteringslista.
- **INITIATIV** att komma igång. För vissa kan det vara svårt att komma igång med det som ska göras, då kan en tydlig struktur och olika typer av påminnelser vara till hjälp.
- **STÖD** för att motstå impulser. Förbered personen ordentligt på vad som ska hända. Planera i förväg vad som behöver köpas och vilken budget som gäller.
- **ANVÄND HJÄLPMEDEL** som förenklar, förklarar och förtydligar.
 1. Appar - exempelvis Resledaren för att planera lokaltrafikresor
 2. Tidshjälpmedel – timer i telefonen, påminnelser
 3. Kalender – hjälper till att strukturera dagens, veckans eller månadens aktiviteter.

Språkfunktioner

Det finns flera åtgärder du kan göra för att stötta personer med olika språksvårigheter. Att uppmärksamma butiker på vad de kan göra är också ett sätt att öka tillgängligheten.

- **ENKELT SPRÅK.** Undvik svåra meningar som ställer höga krav på arbetsminnet.
- **BILDSTÖD.** Komplettera text med symboler. Exempelvis kan 100 kr illustreras med 10 guldtyor eller två 50 kronors sedlar.
- **UPPLÄST TEXT.** Skapa tillgängliga dokument som går att läsa med funktioner för uppläst text. Eller erbjuda sig att läsa texten högt.
- **STOR STIL,** gör det enkelt att se och läsa.
- **UNNDIK IRONI.** Ironi kan vara svårt att förstå och skapa förvirring eftersom det bygger på en skillnad mellan vad som sägs och vad som egentligen menas. Undvik uttryck som ”Idag hoppar vi över fikat”. Prata konkret, ”Idag fikar vi inte”.
- **ÖVA.** Träna på svåra situationer i en trygg miljö. Eller gå igenom svår informationstext i förväg.

5. Företagens säljknep

Företag kan använda många knep för att få oss att köpa deras produkter. De kan använda olika former av reklam eller dofter i butiken för att locka oss att handla.

Företaget väljer åt oss

Företagen drar nytta av att vår hjärna gärna väljer enkla alternativ framför svåra. Vid beställning av resor är ofta flera alternativ, så som avbeställningsskydd och försäkring redan ikryssade. Då är det enklare för hjärnan att låta de vara kvar än att fundera över om de verkligen behövs och avmarkera de.

Nå våra känslor

I sin reklam försöker företagen nå våra känslor. Företagen försöker berätta för oss hur vi ska känna när vi köpt något eller när vi inte köpt något. I så kallad efterköpsreklam ska vi inte köpa här och nu utan istället få en känsla av att vi har gjort ett bra köp. Ett exempel på det är Volvoreklamen med Zlatan som snarare än att sälja direkt vill skapa en känsla av hur det är att vara Volvoägare.

Att tala till våra sinnen

Företag kan också påverka oss genom att nå våra olika sinnen. Genom sinnesintryck kan vår uppmärksamhet nås, vilket betyder större sannolikhet att köpa något. 7-Eleven och McDonalds har doft av nybakat och hamburgare utanför sina butiker, biltillverkare skapar dörrar som stängs med ett "exklusivt" läte och en fjärrkontroll kan göras tung för att signalera kvalitet.

Butiksmiljön

Butiksmiljön har också stor betydelse för vår inställning till att handla något i en butik. En inbjudande miljö gör oss mer tillgängliga för intryck så att vi köper mer än vi tänkt oss. Det kan handla om att placera godis och andra varor vi ofta köper på impuls, nära kassorna.



Kognitiva funktioner – vad är det?

Bakgrund:

Våra kognitiva funktioner är oerhört viktiga för hur vi hanterar vår vardag. Dessa funktioner handlar om hur hjärnan tar emot, bearbetar och förmedlar information. Det kan handla om att planera, strukturera och koncentrera sig. Eller att förstå tal och minnas. För konsumenter spelar de kognitiva funktionerna stor roll för möjligheten att göra aktiva, medvetna och hållbara val. Med bättre kunskap om hur de kognitiva funktionerna fungerar får eleverna bättre förståelse för hur de i sina framtida yrkesliv kan stödja personer med kognitiva funktionsnedsättningar.

Syfte:

Skapa förståelse hos eleverna för vad kognitiva funktioner och kognitiva funktionsnedsättningar är och hur de kan påverka oss som konsumenter i vår vardag.

Övningar:

- Att se vardagen ur någon annans perspektiv
- Kognitionsutmaningar
- Svårt att köpa, eller alldeles för enkelt?



Att se vardagen ur någon annans perspektiv

Hur våra kognitiva funktioner fungerar



20–30 minuter



Läsa



Film



Diskutera

I den här övningen får eleverna utveckla sin förståelse för kognitiva funktioner genom att lära känna personer med olika typer av kognitiva svårigheter.

Förberedelser:

- Välj om du vill utgå från filmen [Date-dejta Gabriel](#) eller [Can you make it to the end?](#)
- eller någon av bloggtexterna: Attention blogg: [ADHD-symptom är individuella](#) eller M som i underbar: [Funktionsuppsättningen ADHD: ska vi byta grejer med varann?](#)
- Faktablad 1 *Kognitiva funktioner*
- Faktablad 2 *Funktionsnedsättning, funktionshinder eller funktionsvariation?*

Steg 1:

Skriv ner frågorna på tavlan eller skriv ut och dela ut.

Steg 2:

Se filmerna: "DATE dejt Gabriel" eller "Can you make it to the end"?

Alternativt läs: "ADHD-symptom är individuella" eller "Funktionsuppsättningen ADHD: ska vi byta grejer med varann?"

Steg 3:

Svara på frågorna som hänger ihop med filmerna och blogginläggen här nedanför. Ta hjälp av information i avsnitten i Faktabladet.

Berätta för eleverna att de inte behöver läsa allt utan enbart leta efter information som ger svar på frågorna. Svara utifrån egen uppfattning, det kan finnas fler svar som är rätt.

Frågor

- Vilka kognitiva funktioner har personen svårt med?
- Vad är det som antyder att det är just dessa kognitiva funktioner som personen har svårt med?
- Hur påverkas personens vardag?
- Hur uppfattar du att personen ser på sig själv utifrån begreppen funktionsnedsättning och funktionsvariation?
- Känner ni igen några av de svårigheter som personen har i sin vardag, t ex från någon ni träffat? Ge exempel.

Kognitionsutmaningar

Vad händer när våra kognitiva förmågor sätts på prov?



15–20 minuter



Räkna



Läsa



Diskutera

Ett bra sätt att få förståelse för vad kognitiva svårigheter kan innebära i en köpsituation är att utsätta sig själv för en svår situation. I den här övningen får eleverna möjlighet att utmana sina kognitiva funktioner i en konsumentsituation. Övningen består av två delar.

UTMANING 1:

Läsa avtalsvillkor och svara på frågor knutna till villkoren – på tid!

Förberedelser:

- Eleverna behöver antingen ha tillgång till en dator eller läsplatta så att de kan surfa in på Norwegians hemsida och sidan med deras bagagevillkor (Artikel 10). Alternativt att du skriver ut avtalet och delar ut till eleverna.
- Tillgång till avtalet [Norweigans avtalsvillkor](#)
- Visa frågorna på en Power Point, skriv ner på tavlan eller skriv ut och dela ut.

Steg 1:

Dela klassen på hälften. Ena hälften kommer att göra uppgiften samtidigt som den andra hälften ska prata högt om vad som helst för att distrahera de andra.

Steg 2:

Förklara att de elever som ska göra uppgiften ska svara på ett antal frågor genom att hitta svaren i texten.

Steg 3:

Dela ut villkoren eller ge eleverna länken till texten.

Steg 4:

Låt eleverna läsa villkoren och försöka hitta svaren på frågorna- de har 2 minuter på sig

Frågor

- • • • •
- a. När accepteras djur ombord?
- •
- b. Vad måste du göra när du lägger fram bagaget för incheckning?
- •
- c. Transporteras incheckat bagage alltid till samma plan som du?
- •
- d. Av vilka skäl kan Norwegian ha rätt att inspektera ditt bagage?
- • • • •

Fortsättning →

UTMANING 2:

Utföra två räkneexempel under tidspress och i distraherande ljudmiljö.

Steg 1:

Låt grupperna byta roll så att de som pratade nu får göra nästa uppgift.

Steg 2:

Ge den nya ”uppgiftsgruppen” räkneexemplena som de ska lösa och förklara att de har två minuter på sig (helst utan miniräknare). Starta övningen och be de som inte ska lösa uppgiften att prata med varandra, sätt eventuellt även på musik i bakgrunden.

Uppgift att lösa:

- a. Vad är 30 % REA på ett par byxor som kostar 1600 kr och hur mycket får du tillbaka i växel om du betalar 1500 kr?
- b. Vad blir totalkostnaden för ett mobilabonnemang där mobilen kostar 250 kr i månaden och telefoni och surf kostar 160 kr i månaden med en bindningstid på 24 månader?

Steg 3:

Avsluta övningen med att be eleverna reflektera över hur de upplevde övningen. Först två och två, och sedan i helklass.

- Hur kändes det att göra uppgifterna?
- Vad skulle ha underlättat att göra uppgiften?
- Vilka kognitiva funktioner är det som ansträngts under de här uppgifterna?
- Har ni exempel på situationer från verkligheten där konsumentssituationen blir svår för att våra kognitiva förmågor belastas?

a. 480 kr REA – du får 380 kr i växel på 1500 kr.
b. 9840 kr

Facit:

Svårt att köpa, eller alldeles för enkelt?

Vilka kognitiva funktioner använder du och vad gör företagen för att få dig att köpa mer?



15-20 minuter



Diskutera



Läsa

Övningen syftar till att låta eleverna reflektera över hur de kognitiva funktionerna används i konsumentsituationer och hur de också kan manipuleras för att vi ska köpa sådant vi kanske inte behöver. Övningen kan göras som en inlämningsuppgift eller redovisas i mindre grupper.

Förberedelser:

- Faktablad 1 *Kognitiva funktioner*
- Faktablad 5 *Företagens säljknep*

Steg 1:

Låt eleverna välja en eller två konsumentsituationer som de ofta befinner sig i, eller som de uppfattar som svåra och krångliga. Om eleverna har svårt att komma igång, kan du ge tips på olika situationer då eleverna kan tänkas vara konsumenter från exemplet på nästa sida.

Steg 2:

Låt eleverna, enskilt eller i grupp, beskriva situationen, och redogöra för vilka kognitiva funktioner som de använder i den specifika konsumentsituationen och hur de upplever att företagen försöker att påverka dem att köpa mer. Poängtera att det handlar om vad de själva upplever, särskilt angående vad företagen gör för att vi ska köpa mer. Det finns alltså inget som är fel.

Exempel

<u>Konsumentsituation</u>	<u>Kognitiv funktion som används</u>	<u>Det gör företagen för att jag ska köpa mer</u>
Handla mat	<i>Beslutsfunktioner.</i> Att kunna strukturera och planera inhandling. Att kunna anpassa sig till en ny mataffär som ser annorlunda ut än den en är van vid.	Sätter stora reklamskyltar för lockvaror. Skickar reklam baserat på vad en köpt tidigare.
Köpa kläder	<i>Beslutsfunktioner.</i> Att se behovet av nya kläder, att planera för att köpa och sedan genomföra det.	Reklamkampanjer för klädföretag med kändisar.
Eget exempel		
Eget exempel		
Eget exempel		

Tillgänglighet – om att kunna delta på lika villkor

Bakgrund:

Tillgänglighet kan betyda skillnaden för en person att leva ett liv på lika villkor som andra eller att ständigt vara begränsad. Tillgänglighet är ett brett begrepp som kan betyda olika saker för olika personer men det är även stadgat som en mänsklig rättighet för personer med funktionsnedsättning. Ur ett konsumentperspektiv kan tillgänglighet vara helt avgörande, oavsett funktionsvariation, för ens möjligheter att göra medvetna och aktiva val

Syfte:

Att öka medvetenheten och förståelsen för vad tillgänglighet innebär och hur den påverkar vår livssituation, särskilt ur ett konsumentperspektiv.

Övningar:

- Hur enkelt är det att handla?
- Norm(alt)?
- Ett steg framåt



Hur enkelt är det att handla?



30–40 minuter



Lyssna



Text



Diskussion

Den här övningen ger eleverna insikt i vilka faktiska svårigheter det kan innebära att ha en funktionsnedsättning och handla i butik och vilka lagkrav det finns på att det faktiskt ska vara tillgängligt.

Förberedelser:

- Faktablad 3 *Tillgänglighet*
- Tillgång till radioklipppet Funk i P1:
”Jonas: Butikerna var bättre på femtiotalet”

Steg 1:

Låt eleverna läsa Faktabladet.

Steg 2:

Låt eleverna lyssna på radioklipppet och svara på följande frågor. Följ upp i helklass och hör vad de svarat.

Frågor

- Vad betyder enkelt avhjälpda hinder? (mer info finns på [Boverket](#))
- Vad går Iki lösning för ökad tillgänglighet i butiker ut på?
- Vad innebär bristande tillgänglighet som diskrimineringsgrund? Gäller lagen för alla butiker? (mer info finns hos [Diskrimineringsombudsmannen](#))
- Vad hade en butik i Manchester gjort för att göra det mer tillgängligt att handla för kunder med Aspergers syndrom?
- Vad säger den ansvariga på ICA om varför det är svårt att tillgänglighetsanpassa butiker?

Steg 3:

Låt eleverna diskutera följande frågor i par eller i helklass.

Frågor

- Vilka hinder var det Jonas och Iki stötte på i butikerna?
- Har ni stött på några hinder när ni handlat?
- De flesta svårigheter Jonas och Iki tar upp rör den fysiska tillgängligheten, dvs sådant som blir svårt om vi har en fysisk funktionsnedsättning. Men hur tror ni att det är att handla om en har en kognitiv funktionsnedsättning? Att ta in och bearbeta information på olika sätt.
- Vilka personer upplever ni att matbutiker är byggda för?
- Har ni andra förslag på situationer eller platser/ miljöer som är otillgängliga/hindrande?

Norm(alt)?



15–20 minuter



Diskutera



Film



Gruppövning

I den här övningen får eleverna reflektera över normer kring tillgänglighet, för vem samhället är utformat och vad som anses normalt.

Förberedelser:

- Tillgång till filmklippet: [Film om Tillgänglighet](#) från Myndigheten för delaktighet (fd Handisam)

Steg 1:

Visa filmen för eleverna.

Steg 2:

Låt eleverna diskutera i mindre grupper:

- Vad är det som avgör om något är tillgängligt?
- Har du upplevt någon situation som inte varit tillgänglig?
- För vilka funktionsförmågor är samhället utformat?

Tänk på er egen vardag,

- För vem är skolan utformat? Passar den alla oavsett funktionsvariation?
- För vem är kollektivtrafiken utformat?
- För vem är butiker utformade?

Avsluta med att diskutera i helklass:

- Hur uppstår normer?
- Vem har makt att förändra normer, och hur gör en det?

5 PUNKTER OM NORMER:

- Normer är regler och antaganden om hur saker och ting borde vara, vad som är normalt. Uttalade regler, som att tjejer gillar rosa och killar blått. Eller att personer med fysiska funktionsnedsättningar inte syns i reklam.
- Normer finns överallt i samhället. Det finns normer om kön, ålder, sexualitet, funktionsförmåga och etnicitet.
- Normer skapar maktskillnader som leder till att vissa personer eller grupper får mer makt eller är mer delaktiga än andra. Normerna påverkar vilka grupper som samhället är anpassat för och vilka grupper som får störst tillgång till resurser, inflytande och respekt för vilka de är.
- Ofta är normer svåra att upptäcka. De syns inte förrän någon avviker från normen. Som en kvinna med kort hår. En man som håller en annan man i handen eller att kopporna står i ett skåp i fikaummet som alla kan nå. Även någon som använder rullstol.
- Normer kan leda till att personer eller grupper blir diskriminerade, att inte alla får tillgång till varor, tjänster eller andra samhällsfunktioner – som de har rätt till!

Ett steg framåt



20-30 minuter



Diskutera

I den här övningen får eleverna sätta sig in i olika kognitiva svårigheter och utifrån dessa ta ställning till påståenden som relaterar till olika konsumentsituationer.

Förberedelser:

- Skriv ut listan ”Exempel: kognitiva svårigheter” från nästa sida

Steg 1:

Samla alla eleverna på en rad så att de har plats framför sig att gå framåt. Förklara uppgiften. De kommer att tilldelas varsin kognitiv svårighet och sedan avgöra utifrån sitt perspektiv om de situationer som du läser upp är tillgängliga eller ej. Anser de att situationen är tillgänglig, att de kan göra ett tryggt, medvetet och självständigt val, får de ta ett steg framåt, är den inte det får de stå kvar. Poängtera att det är eleverna själva som tolkar situationen. Låt de motivera sitt agerande.

Steg 2:

Tilldela eleverna de olika kognitiva svårigheterna.

Steg 3:

Gör en uppvärmningsrunda. Läs ett påstående så att eleverna förstår uppgiften. Samla eleverna på startlinjen igen.

Steg 4:

Läs alla eller välj ut några av följande påståenden:

- Du är på ett köpcenter på lördag förmiddag och ska köpa en skjorta, ett par byxor och lite mat. Köpcentret är fullt av människor och det är dessutom hög ljudvolym eftersom det idag är ett

framträdande av en före detta Idol-vinnare.

- En telefonförsäljare ringer till dig när du lagar mat och pratar väldigt övertygande om att du bara måste pröva det här erbjudandet på omega-3 som är så nyttigt. Du kan pröva helt gratis, säger försäljaren.
- Du ska välja hur du vill spara dina pensionspengar och surfar in på hemsidor för olika pensionsbolag som alla gör reklam för att deras produkt är den allra bästa. På flera av sidorna startar reklamfilmer så fort du går in på hemsidan. Informationstexten om de olika valen är liten och går inte att anpassa. Sidorna innehåller mycket information i både ord och siffror.
- Du går förbi en mobilbutik när en försäljare frågar dig vad du har för abonnemang idag och säger att du kan få ett mycket bättre om du följer med in.
- Du letar efter resor på nätet och det är väldigt mycket olika alternativ att välja bland och hemsidan innehåller många olika färger och bilder som skiftar. På några av resorna står det ”Bäst för dig”.
- Du är i en stor matbutik och ska handla varor till middag och frukost. I butiken finns det många stora reklamskyltar som marknadsför rabatterade varor. Butiken har långa gångar som är fulla av varor. Skyltarna till vilka varor som finns i gångarna har bara text.

- Du har bara lite pengar kvar för den här månaden men skulle väldigt gärna köpa en TV. På nätet ser du reklam för snabbblån som kan ge dig pengar fort. Det finns en bild på hemsidan på en person som har tagit ett lån och ser jätteglad ut.
- Du är inne i app-store eller playbutik och letar efter appar och ser erbjudanden för massor av spännande spel som du kan köpa. Du har lånat din mammas mobil och betaluppgifterna finns redan ifyllda. Priset står med liten text.
- Du ska äta på restaurang och har precis fått menyn som är lång och skriven i liten stil. Belysningen är dämpad och de har på hög musik i baren.
- Du har precis flyttat hemifrån och vill skaffa dig en hemförsäkring. Du vill jämföra olika bolag och försöker läsa på om vad som ingår och vad som gäller. Försäkringsvillkoren är flera sidor långa och många alternativ liknar varandra.

Steg 5:

Diskutera resultatet

- Hur kändes det att göra övningen?
- Hur kändes det för er som inte kom så långt?
- Hur tror ni vardagen som konsument är med olika typer av kognitiva svårigheter?
- Vad kan göras för att situationerna kan bli mer tillgängliga av:
 - er som personal?
 - myndigheter/organisationer?
 - företag?

Exempel: kognitiva svårigheter



Du har svårt att koncentrera dig på en sak när det är mycket intryck. Du blir lätt distraherad och går upp i varv. Du har svårt att hejda impulser och har lätt för att göra saker utan att tänka igenom det. Du har också lätt för att glömma saker.

Du har svårt med att förstå sociala koder och att kommunicera med din omgivning. Du har också svårt att planera och att komma igång med saker som du ska göra. Nya situationer är jobbiga.

Du behöver lång tid på dig för att ta dig igenom en text. Du behöver väldigt tydlig information för att det ska vara enkelt för dig att förstå. Gärna symboler som kompletterar texten.

Du har svårt att förstå talat språk. Du har också svårigheter med koncentrationsförmågan och korttidsminnet.

Du har svårt att tänka abstrakt, dvs att fundera över saker och handlingar som inte är konkreta eller du kan se. Det tar också längre tid för dig att lära dig och förstå nya saker.

Att stärka konsumenten och öka självständigheten

- Hur gör vi praktiskt?

Bakgrund:

Hur kan och bör vi som personal agera i vårt möte med personer med kognitiva funktionsnedsättningar och hur kan du stärka andra i deras roll som konsument?

Övningar:

- Inga enkla svar – vad innebär det egentligen att öka självständigheten?
- När brister tillgängligheten?

Syfte:

De här övningarna syftar till att med utgångspunkt i konkreta exempel låta eleverna själva reflektera över hur de i kommande yrkesliv kan arbeta med att stärka personer med kognitiva svårigheter i deras roll som konsument.



Inga enkla svar – vad innebär det egentligen att öka självständigheten?



20–30 minuter



Diskutera



Läsa



Gruppövning

I den här övningen får eleverna möjlighet att reflektera över sin roll som framtida personal genom att diskutera vad som är ett bra förhållningssätt. Övningen syftar till att reflektera kring hur personer med kognitiva svårigheter kan stärkas i sin roll som konsument. Det finns inget rätt och fel utan det viktiga här är att diskutera och reflektera.

Förberedelser:

- Tillgång till texten:
[Pengar i handen och huvudbry på banken](#) ur Självständighetens labyrint
- Skriv ut frågorna på nästa sida om Halim och Kim

Steg 1:

Börja med att läsa s.69 i avsnittet *Pengar i handen och huvudbry på banken* i skriften *Självständighetens labyrint*. Texten är hämtad ur en intervjustudie med personer med funktionsnedsättning. Den ger eleverna insikt i vilka utmaningar som finns för att uppleva sig som självständig när det kommer till ekonomi och konsumtion.

Steg 2:

Välj sedan Kim eller Halim, eller båda, och diskutera frågorna som hör till personen i mindre grupper.

Lyft avslutningsvis diskussionerna i helklass.

Alternativ:

Gör övningen som en värderingsövning och ta ställning till frågorna genom att eleverna får placera sig på en linje i klassrummet baserat på om en håller med om påståendet eller inte. Ange en skala från 1-10 där 1 = håller inte med alls och 10= håller med helt.

Frågor



Kim

Kim har svårt att planera och att hantera komplicerade problem och det tar tid för henne att räkna och läsa. Kim har nyligen flyttat till ett gruppboende. Hemma har Kims föräldrar köpt det mesta Kim behöver, även om hon ofta har varit med i butikerna när de handlat. Nu behöver Kim köpa nya byxor och tröjor, och dessutom skulle hon vilja köpa en present till sin kompis som fyller år.

Frågor:

- När är Kim en självständig konsument?
- Är hon självständig om det är hon som genomför betalningen för plagget?
- Är hon självständig om det är du som rekommenderar vilket plagg hon ska köpa? När kan det vara lämpligt att du rekommenderar kläder till Kim?
- Är Kim självständig om det är hon som har ansvar för sin ekonomi?
- Om Kim inte har ansvar för sin ekonomi, vad är viktigt för att hon fortfarande ska ha kvar viss självständighet?

Halim

Halim har svårt att förstå sociala koder och har även svårt att förstå konsekvenserna av sina handlingar. Du är i en mobilbutik i ett köpcenter tillsammans med Halim som vill köpa en ny mobil. En mobilförsäljare pratar med Halim om att han borde teckna ett helt nytt abonnemang med ännu mer surf. Halim tycker om serier och musik och tycker det låter som en bra idé med mycket surf.

Frågor:

- Vad gör du i den här situationen? Varför?
- Hur skulle du på bästa sätt kunna tala om för Halim att det abonnemanget är för dyrt för honom?
- Hur tycker du att förberedelserna innan ni går till butiken borde se ut?

När brister tillgängligheten?



25–35 minuter



Diskutera



Gruppövning

Övningen är uppbyggd kring tre personer med olika typer av kognitiva funktionsvariationer. Dessa personer ställs sedan inför olika konsumentssituationer som kan uppstå i vardagen.

Eleverna kan jobba med uppgiften enskilt eller i små grupper. Fördela de olika exempelpersonerna jämnt över klassen.

Förberedelser:

- Faktablad 4 *Att stärka kognitiva förmågor*
- Skriv ut exemplen på nästa sida med personer och konsumentssituationer
- Frågorna här brevid utskrivna eller på annat sätt redo att visas för klassen

Steg 1:

Dela ut informationen om de olika personerna och konsumentssituationerna till eleverna. Elevernas uppgift är att utifrån personerna och konsumentssituationerna beskriva om, och hur, situationen blir otillgänglig. Efter det ska eleverna fundera kring hur situationerna kan göras mer tillgängliga genom insatser för att stärka personerna eller förändringar i miljön.

Steg 2:

Låt grupperna/eleverna presentera sina resultat för varandra

Steg 3:

Diskutera med eleverna om de har fått en större förståelse för vad kognitiva svårigheter kan innebära praktiskt i rollen som konsument. Berör gärna även hur otillgänglighet i handeln uppstår och hur den kan minskas.

Frågor

1. På vilka sätt riskerar situationen att bli otillgänglig?
Ta gärna hjälp av följande frågor:
 - a. Vad tror ni riskerar att hända och varför?
 - b. Vilka krav ställs på personen?
 - c. Vilka kognitiva svårigheter har personen?
2. Ge förslag på lösningar för att göra situationen mer tillgänglig. Ta hjälp av informationen i faktabladet eller frågorna nedan.
 - a. Hur kan ni göra för att stärka den här personen i konsumentssituationen?
 - b. Hur skulle situationen kunna förberedas för att öka självständigheten och undvika problem?

Exempel



Anna

Anna är en glad person som gillar djur och att läsa och pyssla. Hon bor i en servicebostad eftersom hon har svårt att klara av vardagen utan stöd. Anna handlar gärna själv men har vissa svårigheter att förstå pengars värde och vad saker bör kosta. Hon har också svårt att tänka på och förstå mer komplicerade saker som att jämföra produkter och deras för- och nackdelar mot varandra. För att enklare ha koll på sin ekonomi har hon de pengar hon får från sin god man kontant i en portmonnä. Anna har svårt med beslutsfunktionerna. Hon har också svårt med uppmärksamhetsfunktionerna och tappar lätt koncentrationen i en miljö med för många intryck.

Konsumentsituation

Anna vill köpa en ny symaskin. För att kunna göra det sparar hon pengar varje månad. Hon har varit i en hobbyaffär och tittat och där fått rekommendationen av försäljaren att köpa en som kan mata tråd automatiskt. Det tycker Anna är bra för hon har problem med synen. Maskinen är den dyrare av två modeller butiken säljer. På ett större varuhus finns det också symaskiner, som är billigare än i hobbybutiken men där är det mycket folk och Anna är rädd för att gå vilse.

Ahmed

Ahmed är en positiv och noggrann person. Han gillar att ha koll på sin kalender och att veta när saker och ting ska hända. Ahmed har svårt med talat språk och kan mest svara jakande och nekande. Han har skrivit upp sitt personnummer i sin kalender så att han ska kunna visa om han blir sjuk eller skadad och behöver hjälp. Tidigare har Ahmed jobbat på daglig verksamhet men sedan några månader tillbaka har han slutat med det. Ahmed handlar framförallt mindre saker själv så som kaffe och kakor. När han handlar något större får han hjälp av sin stödperson. Ahmed har svårt med sina beslutsfunktioner och språkfunktioner.

Konsumentsituation

Ahmed vill gärna köpa en surfplatta eller smartphone. Han är på stan och går förbi en butik och ser flera surfplattor och telefoner som han gärna vill köpa. Det står en stor REA-skylt utanför butiken och Ahmed tycker de ser bra ut. En försäljare kommer emot honom och börjar prata med honom. Försäljaren frågar om Ahmed är intresserad av en surfplatta och säger att den är riktigt bra men att den snart kommer att ta slut. Försäljaren säger att Ahmed inte behöver betala något nu i butiken om han vill köpa surfplattan.

Christine

Christine är tillfreds med det mesta i sin tillvaro. Hon har bra relationer och gillar att umgås över lite mat eller fika. Christine glömmer lätt bort saker och har även svårt för att hantera nya situationer som hon inte känner igen. Hon får då svårt att tänka ut hur hon ska agera i den nya situationen. På helgen brukar hon gå till den lokala puben och ta några öl. På den lokala puben känner personalen igen Christine och hjälper till att ringa hennes stödperson om Christine har glömt pengar. För att handla får Christine framförallt hjälp av sin syster. Christine har svårt med minnesfunktionerna och beslutsfunktionerna.

Konsumentsituation

Idag har Christine åkt själv till en matbutik. Matbutiken ligger i ett stort köpcenter. Hon skulle gärna vilja pröva att handla själv utan att hennes syster gör det åt henne. Hon hade för sig att hon varit i butiken förut men när hon kommer fram inser hon att hon inte minns att hon varit där. Matbutiken är stor och slingrig och det är många andra kunder i butiken. Christine vill också gärna gå och köpa kaffe och bulle.

Referenser och länkar

Film

How strong is your mind. Stroop test

<https://www.youtube.com/watch?v=sLAp3PMDIQY>

The monkey business illusion test

https://www.youtube.com/watch?v=IGQmdoK_ZfY

The door study

<https://www.youtube.com/watch?v=FWSxSQsspiQ>

The McGurk effect

<https://www.youtube.com/watch?v=G-lN8vWm3m0>

Date-dejta Gabriel

<https://vimeo.com/112788800>

Can you make it to the end?

https://www.youtube.com/watch?v=Lr4_dOorquQ

Tillgänglighet (fd Handisam)

<https://www.youtube.com/watch?v=ZCz-UuH0w2o>

Radio

Funk i P1. Jonas: butikerna var bättre på femtiotalet. Tisdag 28 juni 2016 kl.14:30

<http://sverigesradio.se/sida/avsnitt/741082?programid=4970>

Bloggar

Attention. *ADHD-symptom är individuella*. 215-04-20

<http://attention-riks.se/2015/04/adhd-symptom-ar-individuella/>

M som i underbar. *Funktionsuppsättningen ADHD: ska vi byta grejer med varann*. 2016-10-02

<https://munderbar.wordpress.com/2016/10/02/funktionsuppsattningen-adhd-ska-vi-byta-grejer-med-varann/>

Hemsidor

Working memory challenge.

<http://www.cogmed.com/working-memory-challenge>

Myndigheten för delaktighet. 2016. *En funktionshinderspolitik för ett jämlikt och hållbart samhälle*.

<http://www.mfd.se/globalassets/dokument/publikationer/2016/en-funktionshinderspolitik-for-ett-jamlikt-och-hallbart-samhalle1.pdf>

Självständighetens labyrint.

<http://www.founu.se/publicerat/artiklar/764-sjalvstandighetens-labyrint-vagval-hinder-och-oppningar>

Litteratur

Björvall, Katarina. 2015. *YES!: därför köper vi det vi inte behöver*. Ordfront förlag

Perski, Aleksander. 2012. *Ur balans: om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv*. Albert Bonniers Förlag

Purves, Dale. 2012. *Principles of Cognitive Neuroscience*. Sinauer Associates

Fördjupning

Kognition och funktionsnedsättning

Andre Szameitat, Brunel University London. *Föreläsningar om kognition och neurovetenskap*.

<https://www.youtube.com/channel/UCyOZmV5gC74-1m3iQFUC6DQ>

Myndigheten för delaktighet. *Lär om kognition och hjälpmedel*.

Sökväg: Startside / Valfärdsteknologi / Kunskapsstöd och verktyg / Utbildningar / Lär om kognition och hjälpmedel

<http://www.mfd.se>

Specialpedagogiska skolmyndigheten. *Läs- och skrivsvårigheter/dyslexi*

<https://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/las--och-skrivsvarigheterdyslexi/>

Länsstyrelsen Västra Götalands län. 2012. *Kognitiva funktionshinder vid missbruk och psykisk ohälsa*

<http://www.lansstyrelsen.se/vastragotaland/SiteCollectionDocuments/Sv/manniska-och-samhalle/folkhalsa/ANDT/kognitiva-funktionshinder-missbruk-o-psykisk-ohalsa.pdf>

Dagens Samhälle debatt. 5 juli 2016. *Funktionsvariation ett begrepp som passar oss*.

<http://www.dagenssamhalle.se/debatt/funktionsvariation-ett-begrepp-som-passar-oss-26317>

Svenskt demenscentrum. *Kognitiva symptom*.

Sökväg: Startside / Fakta om demens / Symptom / Kognitiva

<http://www.demenscentrum.se/Fakta-om-demens/>

Tillgänglighet

Konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning (lättläst version)

<http://www.regeringen.se/49bbc4/contentassets/53c8b616da1b488c81fac6602820746c/konvention-om-rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning-lattlast-svenska>

Diskrimineringsombudsmannen (DO) *Bristande tillgänglighet*.

<http://www.do.se/om-diskriminering/former-av-diskriminering/bristande-tillganglighet/>

Boverket. *Enkelt avhjälpta hinder*. <http://www.boverket.se/sv/byggande/tillganglighet--bostadsutformning/tillganglighet/enkelt-avhjalpta-hinder/>

Koppling till kursmål

Övningarnas koppling till mål och centralt innehåll i kurserna
Specialpedagogik 1 och 2

Ämnets syfte

Undervisningen i ämnet specialpedagogik ska syfta till att eleverna utvecklar kunskaper om relationer mellan samhället och människor med funktionsnedsättningar. Eleverna ska också ges möjlighet att utveckla kunskaper om samhällets olika insatser för människor med funktionsnedsättningar samt förmåga att arbeta utifrån lagar och styrdokument för att, i olika situationer, skapa likvärdighet, delaktighet och tillgänglighet för människor med funktionsnedsättningar. Undervisningen ska leda till att eleverna utvecklar förmåga att möta människor med respekt och arbeta utifrån ett etiskt och inkluderande förhållningssätt, med utgångspunkt i en demokratisk värdegrund och

i överenskommelser om mänskliga rättigheter. Såväl egna som samhällets attityder till och värderingar av människors olikheter och rättigheter ska behandlas i undervisningen.

Problemlösning och handlingsberedskap ska stimuleras i undervisningen. Genom fältstudier eller genom att medverka i olika verksamheter ska eleverna ges möjlighet att få inblick i och erfarenhet av sociala och pedagogiska sammanhang. Eleverna ska ges möjlighet att reflektera över och diskutera ämnesinnehållet och centrala begrepp. I undervisningen ska eleverna också ges möjlighet att utveckla förmåga att kritiskt söka, bearbeta, värdera och använda information från olika källor. (www.skolverket.se)



Kopplingen mellan övningar i utbildningsmaterialet och mål/centralt innehåll i Specialpedagogik 1, 100 poäng

Mål: undervisningen i ämnet ska ge eleverna förutsättningar att utveckla följande.. <i>(De fullständiga målen för kursen finns på skolverket.se)</i>	Undervisningen i kursen Specialpedagogik 1 ska behandla följande centrala innehåll: <i>(Det fullständiga innehållet i kursen finns på skolverket.se)</i>	Övning i utbildningsmaterialet som tar upp kursens centrala innehåll
Kunskaper om olika funktionsnedsättningar och om deras konsekvenser i olika sammanhang.	Olika funktionsnedsättningar och hur de kan påverka människors liv, lärande och delaktighet i samhället.	Tema 1 -Att se vardagen ur någon annans perspektiv -Kognitionsutmaningar -Svårt att köpa, eller alldeles för enkelt? Tema 2 -Ett steg framåt
Kunskaper om specialpedagogiska arbetssätt och hjälpmedel samt färdigheter i att utveckla och använda dessa.	Specialpedagogiska insatser, arbetssätt och hjälpmedel i sociala och pedagogiska sammanhang.	Tema 3 -När brister självständigheten?
Förmåga att diskutera egna, andras och samhällets attityder till, samt värderingar och bemötande av, människors olikheter.	Människors olikheter, förutsättningar och möjligheter för lärande och delaktighet i olika situationer och aktiviteter.	Tema 2 -Hur enkelt är det att handla? -Norm(alt)? -Ett steg framåt
Förmåga att använda centrala specialpedagogiska begrepp.	Innebörden av olika begrepp, till exempel funktionsnedsättning, funktionshinder, normalitet, avvikelse, diagnoser, inkludering, tillgänglighet, delaktighet och likvärdighet.	Tema 1 -Att se vardagen ur någon annans perspektiv Tema 2 -Hur enkelt är det att handla? -Norm(alt)?
Förmåga att planera, genomföra, utvärdera, följa upp och dokumentera olika insatser och aktiviteter för att skapa goda villkor för människors deltagande i olika situationer.	Planering, genomförande utvärdering, uppföljning och dokumentation av olika insatser och aktiviteter på individ- och grupp-nivå.	Tema 3 -Inga enkla svar – vad innebär det egentligen att öka självständigheten? -När brister självständigheten?

Kopplingen mellan övningar i utbildningsmaterialet och mål/centralt innehåll i Specialpedagogik 2, 100 poäng

Mål: undervisningen i ämnet ska ge eleverna förutsättningar att utveckla följande.. <i>(De fullständiga målen för kursen finns på skolverket.se)</i>	Undervisningen i kursen Specialpedagogik 2 ska behandla följande centrala innehåll: <i>(Det fullständiga innehållet i kursen finns på skolverket.se)</i>	Övning i utbildningsmaterialet som tar upp kursens centrala innehåll
Kunskaper om specialpedagogiska arbetssätt och hjälpmedel samt färdigheter i att utveckla och använda dessa.	Användande, utveckling och anpassning av specialpedagogiska arbetssätt och övriga hjälpmedel	Tema 3 -när brister tillgängligheten? -Inga enkla svar – vad innebär det egentligen att öka självständigheten?
Förmåga att arbeta utifrån lagar och andra bestämmelser som styr olika verksamheter.	Lagar, förordningar, internationella överenskommelser och riktlinjer som styr insatser och verksamheter för människor med funktionsnedsättningar.	Tema 2 -Hur enkelt är det att handla?
Förmåga att diskutera egna, andras och samhällets attityder till, samt värderingar och bemötande av, människors olikheter.	Innehållet i, bakgrunden till och framväxten av organisationer, arbetssätt och olika insatser inom funktionshinderområdet	Tema 2 -Norm(alt?)

Fullständiga mål och centralt innehåll för kurserna Specialpedagogik 1 och 2 finns på www.skolverket.se

