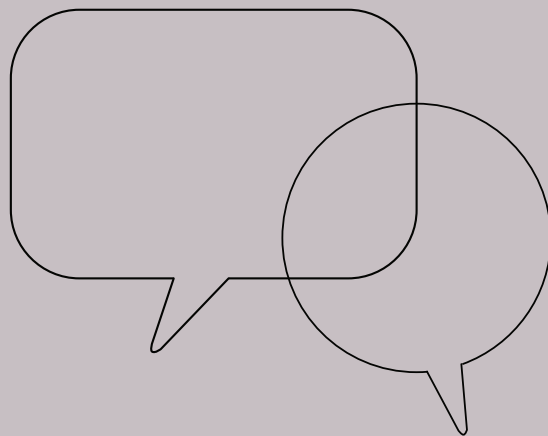


Trygge sociale sammenhænge

Har du erfaringer med eller ideer til, hvor din unge kan deltage i fællesskaber og føle sig tryk socialt?



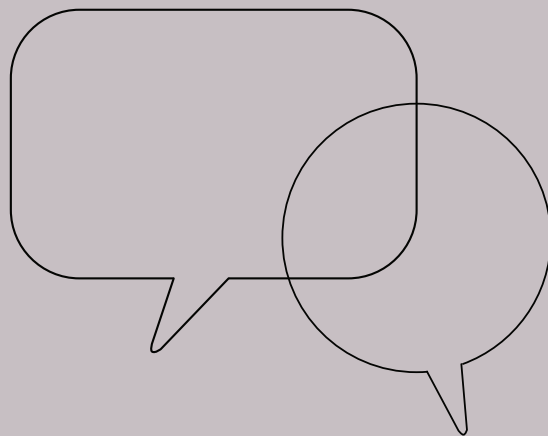
DIALOGKORT

Ideer til en balanceret social deltagelse

Er din unge i stand til at holde fast i sig selv og samtidig navigere i sociale krav – fx deltage i en familiefødselsdag?

Hvis ja, fortæl gerne hvordan din unge lykkes med denne balancegang.

Gør du som forældre noget særligt for at støtte din unge i processen? Hvis ja, hvad gør du?

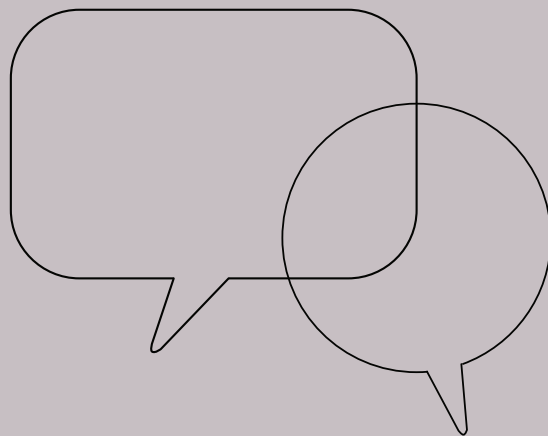


DIALOGKORT

Forståelse af sociale regler

Er din unge udfordret af forståelsen af sociale regler og normer?

Hvis ja, hvilke konkrete strategier hjælper eventuelt din unge til bedre at aflæse og forstå sociale regler og normer?

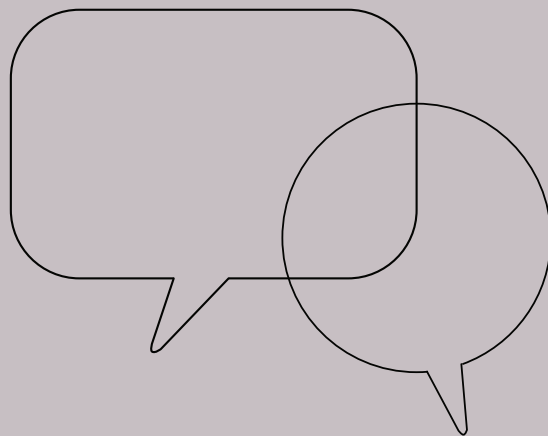


DIALOGKORT

Færre belastninger

Er din unge udfordret sansemæssigt i sociale sammenhænge?

Hvis ja, har du erfaringer med noget, der kan mindske sanseoverbelastningen, så din unge har bedre mulighed for at deltage?

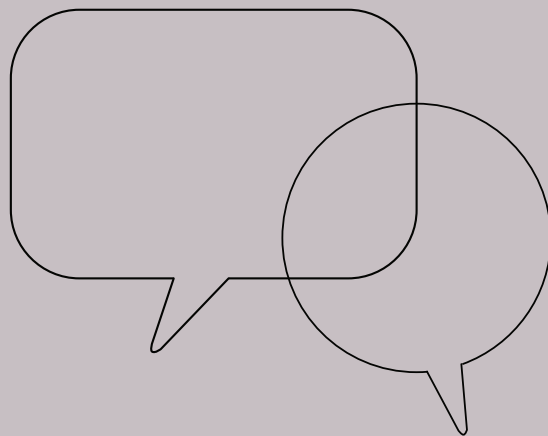


DIALOGKORT

Erfaringer med forberedelse

Oplever din unge angst eller social usikkerhed ved at skulle deltage i sociale sammenhænge, der er uforudsigelige?

Kan god forberedelse reducere angst og usikkerhed, når din unge skal deltage i noget socialt?

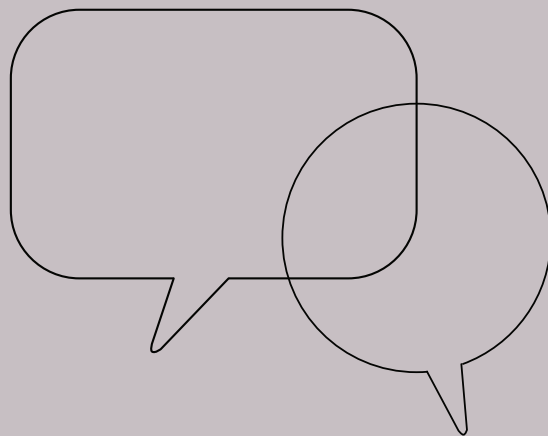


DIALOGKORT

Udfordret på initiativ

Har din unge svært ved at tage initiativ til at kontakte og/
eller mødes med venner?

Hvis ja, hvad tror du, årsagen er til det?

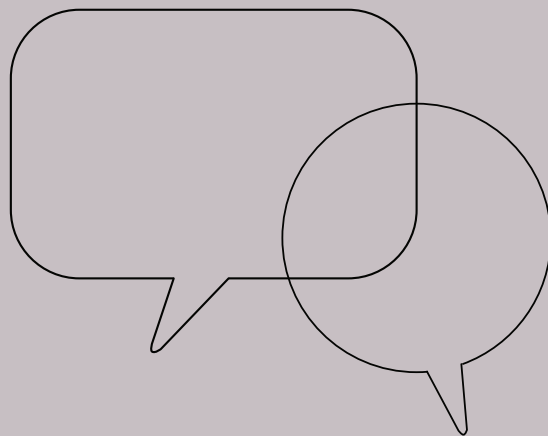


DIALOGKORT

Støtte til at vedligeholde relationer

Hvad tror du, der er vigtigt for, at din unge kan skabe og vedligeholde relationer?

Hvordan kan du eventuelt støtte din unge i at etablere og fastholde relationer?

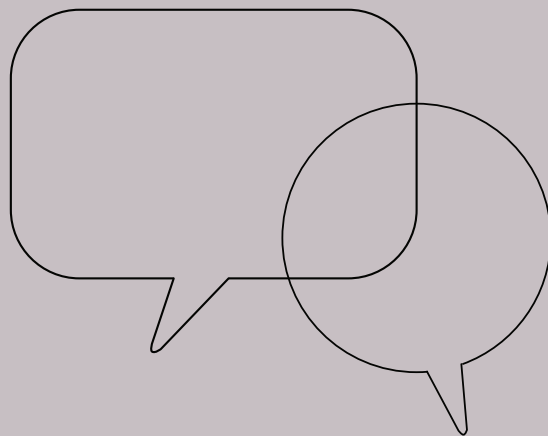


DIALOGKORT

Behov for ikke at være social

Har din unge behov for meget tid alene? Oplever du, at din unge har det svært med et anderledes og mindre socialt behov end jævnaldrende?

Hvis ja, hvordan kan du eventuelt støtte din unge i at prioritere sin sociale energi uden at føle skyld over at sige nej eller vælge alenetid?

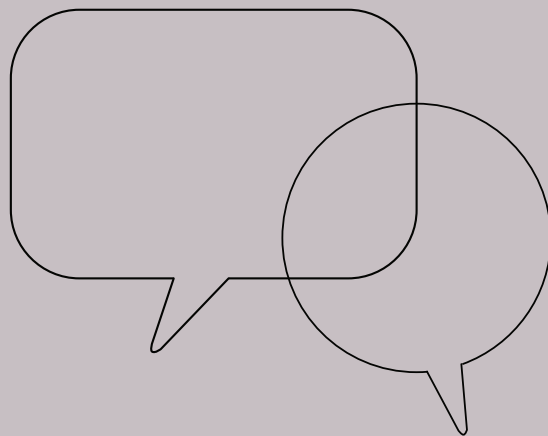


DIALOGKORT

Maskering

Har du indsigt i eller en fornemmelse af, hvornår din unge maskerer / ikke maskerer?

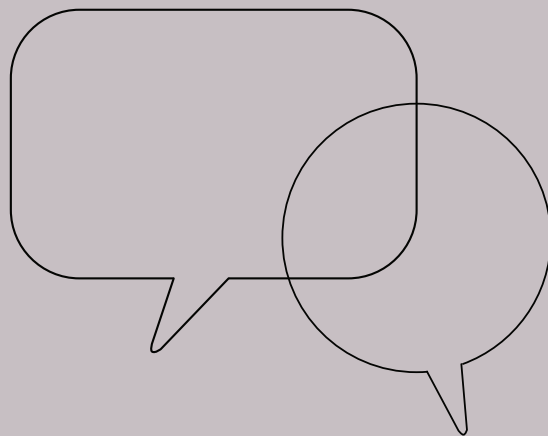
Hvis ja, oplever du at maskeringen er hensigtsmæssig eller problematisk for din unge?



DIALOGKORT

Maskering

Hvis du oplever, at din unges maskering er for stor en belastning, hvordan kan du støtte din unge i at reducere maskeringen?

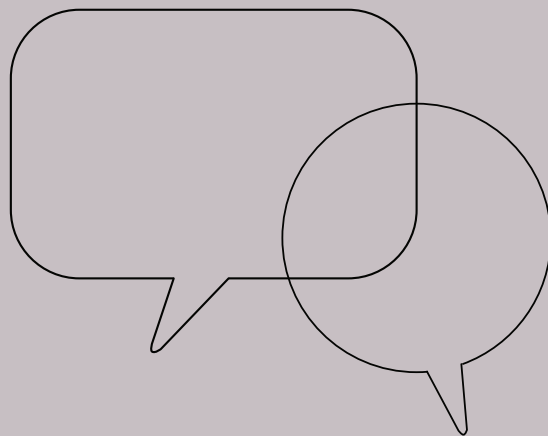


DIALOGKORT

At styrke sine sociale færdigheder

Har din unge en særlig interesse, som kan være en indgang til et socialt fællesskab?

Vil du eventuelt kunne støtte din unge i at finde, tage kontakt til og indgå i et interessefællesskab?



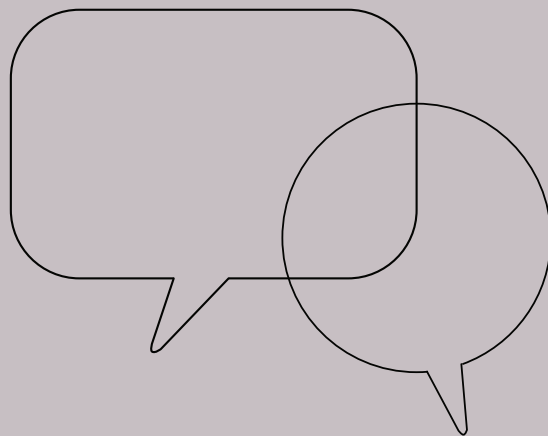
DIALOGKORT

At mærke sine grænser og sige til/fra

Har din unge let eller vanskeligt ved at mærke sine sociale behov og grænser?

Og kan din unge formulere sine grænser og behov på en tilpas måde overfor andre mennesker?

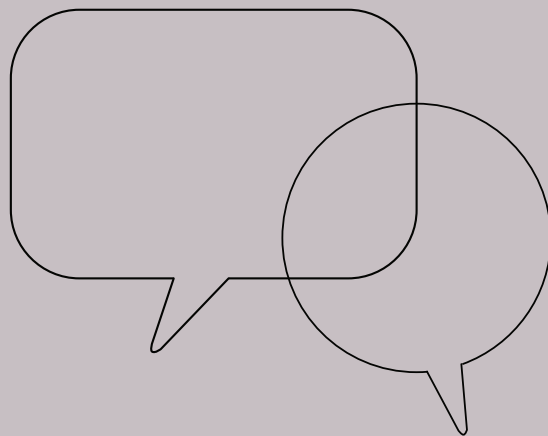
Hvordan kan du eventuelt støtte?



DIALOGKORT

At give fokus til andre og passe på sig selv

Kan din unge finde balancen mellem at være lyttende og empatisk og at tilgodese sit eget behov for opmærksomhed?

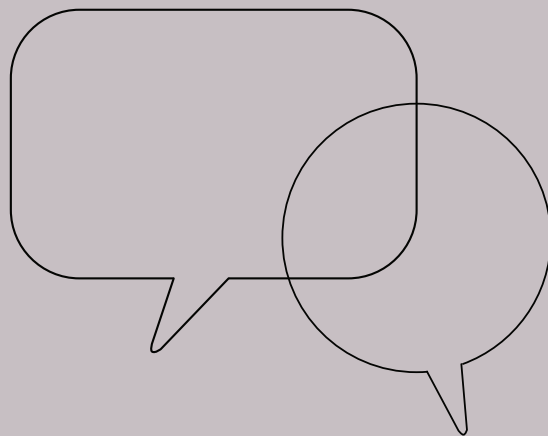


DIALOGKORT

Eksekutive udfordringer

Har din unge svært ved at tage initiativ og planlægge at mødes med andre?

Hvis ja, hvad er hjælpsomt?



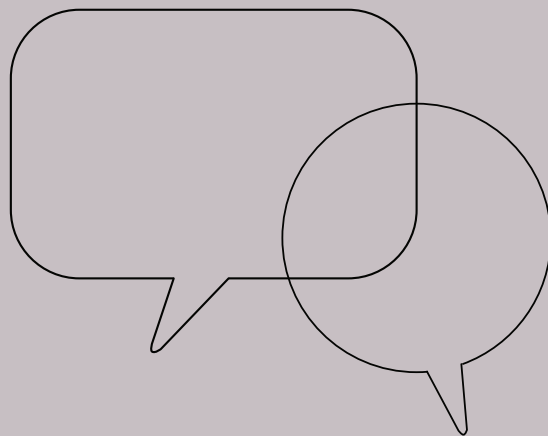
DIALOGKORT

Behov for pauser

Oplever du, at din unge indimellem trækker sig væk og pludselig mangler energi til at fortsætte en samtale?

Hvis ja, har du en fornemmelse af, hvad det var, der blev 'for meget'?

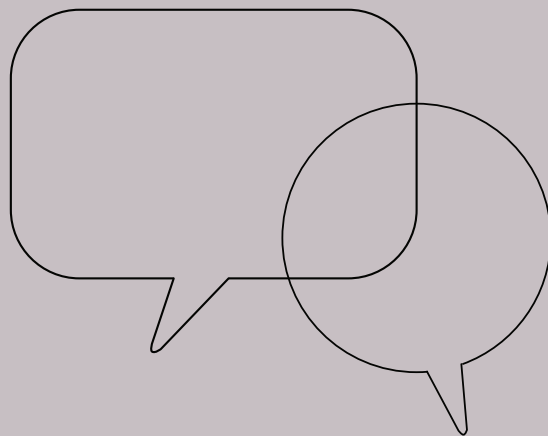
Kan du gøre noget anderledes i jeres kontakt?



DIALOGKORT

Opmuntring til sociale aktiviteter

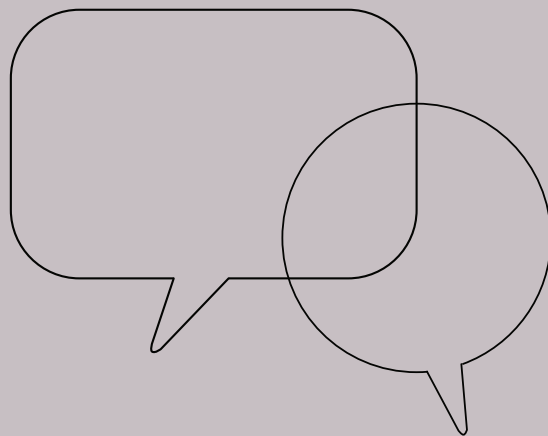
Hvordan kan du opmuntre din unge til at deltage – uden at presse, når det gælder sociale aktiviteter og relationer?



DIALOGKORT

Tid til det vigtige

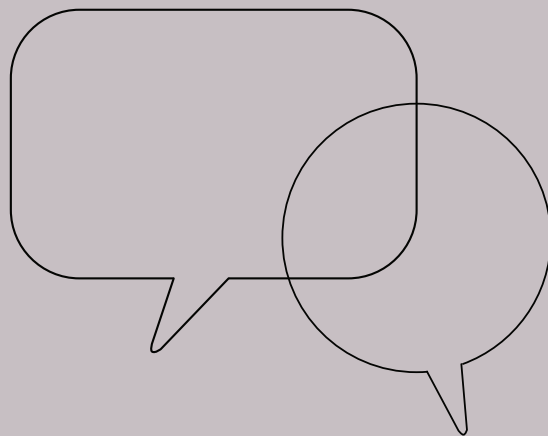
Hvordan kan du støtte din unge i at finde en balance mellem at være social og have tid til nødvendige pauser og restitution?



DIALOGKORT

Forberedelse af det sociale

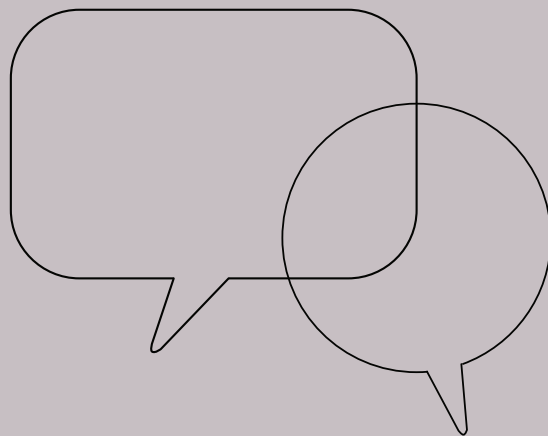
Hvordan kan du hjælpe din unge med at forberede sig på sociale situationer, der potentielt kan være uforudsigelige?



DIALOGKORT

Strategier til at fungere i det sociale

Hvordan kan du støtte din unge med strategier til at kommunikere behovet for pauser?



DIALOGKORT