

MÅLSTEGE

BESKRIVNING - MÅLSTEGE

En målstege är ett visuellt stöd som hjälper barnet att förstå vad som ska göras, hur länge aktiviteten pågår och när den är slut. Aktiviteten delas upp i tydliga steg som leder fram till färdig.

Målstegen används tillsammans med positiv förstärkning. Barnet får i förväg veta vad som väntar när stegen är klara, till exempel:

- något konkret (t.ex. popcorn),
- en aktivitet (t.ex. rastlek eller vila),
- eller en tydlig markering för avslut.

Det är alltid den vuxne som flyttar stegen framåt – inte barnet.

Att tänka på

- Flytta steget vid önskat beteende (t.ex. när barnet sätter igång, arbetar en stund eller avslutar en del).
- Börja med låga krav och snabb förstärkning, så att barnet får lyckas.
- När barnet förstått upplägget kan stegen utökas gradvis.
- Målstegen kan användas i många situationer – inte bara vid skolarbete, utan även i övergångar, för att förebygga låsningar och träna följsamhet.

Målstegen ökar tydlighet och motivation samt minskar stress genom att göra både krav och avslut begripliga.

MÅLSTEGE



SÅ ANVÄNDER DU MÅLSTEGEN:

- **Visa målstegen i förväg**
Gå igenom vad barnet ska göra och vad som händer när stegen är klara.
- **Bestäm belöningen tillsammans**
Välj något som motiverar barnet (t.ex. popcorn, rastaktivitet eller bara "färdig").
- **Börja med få steg**
Se till att barnet når förstärkningen snabbt, särskilt i början.
- **Flytta stegen vid önskat beteende**
Det kan vara när barnet börjar arbeta, fortsätter en stund eller avslutar en del. Anpassa efter barnet.
- **Det är alltid den vuxne som flyttar stegen**
Detta skapar tydlighet och förutsägbarhet.
- **Utöka gradvis**
När barnet förstått upplägget kan stegen bli fler och tiden mellan flyttarna längre.
- **Använd i fler situationer**
Målstegen fungerar vid skolarbete, övergångar, följsamhet och för att förebygga låsningar.

**FÖRSLAG PÅ MARKÖR ATT ANVÄNDA
FÖR ATT FLYTTA/TYDLIGGÖRA VAR PÅ
MÅLSTEGEN MAN BEFINNER SIG**



MÅLSTEGE



slut/färdig

4

3

2

1

**FÖRSLAG PÅ MARKÖR ATT ANVÄNDA
FÖR ATT FLYTTA/TYDLIGGÖRA VAR PÅ
MÅLSTEGEN MAN BEFINNER SIG**



JAG VILL HA:



:



POPCORN



RUSSIN



LEGO



PLUSPLUS



IPAD



VILA