

De 10 H'er

For børn og unge med autisme og ADHD

- 1. Hvad skal vi lave?**
 - Fortæl, hvad der skal laves (indhold)
- 2. Hvorfor skal vi lave det?**
 - Fortæl hvorfor (mening)
- 3. Hvordan skal vi lave det**
 - Forklar hvordan, hvis der er den mindste tvivl (metode)
- 4. Hvor skal vi lave det?**
 - Fortæl præcis hvor og hvorhenne (placering)
- 5. Hvornår skal vi lave det?**
 - Fortæl hvornår (tidspunkt)
- 6. Hvor længe skal vi lave det?**
 - Fortæl hvor længe, eller hvornår det slutter (tidsperspektiv)
- 7. Hvem skal vi lave det med?**
 - Sæt navn på de andre elever eller voksne (personer)
- 8. Hvor meget skal vi lave**
 - Fortæl hvor mange opgaver, der skal løses (mængde)
- 9. Hvem kan vi få hjælp af?**
 - Fortæl, hvem man skal spørge, hvis man er i tvivl (person)
- 10. Hvad skal vi lave bagefter?**
 - Forklar hvad der skal ske bagefter (indhold)