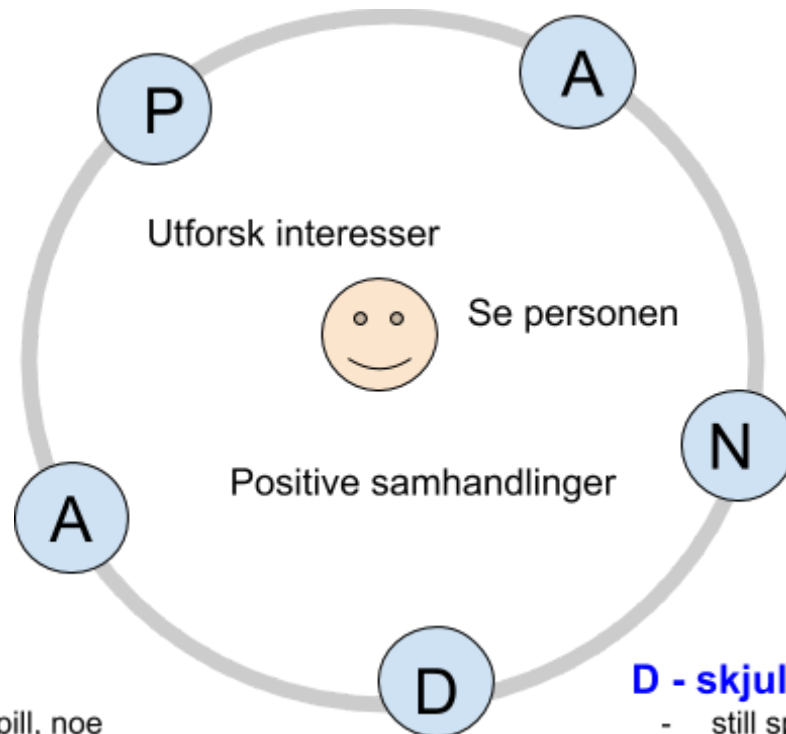


PANDA - hjelp til håndtering av barn med PDA i en autismeprofil:

- Pick battles (Velg dine kamper)
- Anxiety management (Angsthåndtering)
- Negotiation and collaboration (Partnerskap og forhandlinger)
- Disguise and hide demands (Skjul og gjem krav)
- Adaptation (Tilpasning)

P - velg dine kamper

- minimer antall regler
- legg til rette for valg og kontroll
- forklar grunner
- aksepter at enkelte ting ikke kan bli gjort



A - tilpasning

- Forsøk humor, rollespill, noe nytt/overraskende
- vær fleksibel
- ha en plan B
- ha god tid

A - håndtering av angst

- reduser usikkerhet
- anerkjenn underliggende angst/engstelse, sosiale/sensoriske utfordringer
- tenk fremover
- håndter utagering som panikkanfall, gi støtte og trygghet, vær beroligende og hjelp barnet videre.

N - partnerskap og forhandling

- hold deg rolig
- jobb *proaktivt* for å forhandle og lage avtaler for å løse utfordringer
- opplevelse av rettferdighet og tillit er avgjørende

D - skjul og gjem krav

- still spørsmål og ønsker indirekte til barnet (eks. "det hadde vært fint om alle ryddet opp etter at de malte")
- overvåk respons på krav kontinuerlig, tilpass kravene etter responsen
- samarbeid hjelper