

Figur 4.1. Självregleringsfärdigheter

SJÄLVREGLERINGS- FÄRDIGHETER	Behärskar inte färdigheten alls ännu	Känner till färdigheten intellektuellt med de olika begrepp som tillhör	Kan praktiskt utföra färdigheten vid övning eller vid påminnelse	Använder sig ofta av färdigheten i lämpliga vardags- situationer	Kan även använda färdigheten vid mer utmanande situationer
Fokusera uppmärksamhet					
Impulskontroll					
Verbal självreglering					
Vänta					
Lyssna					
Följa instruktioner					
Planera och organisera					
Hantera starka känslor					
Stresshantering					