

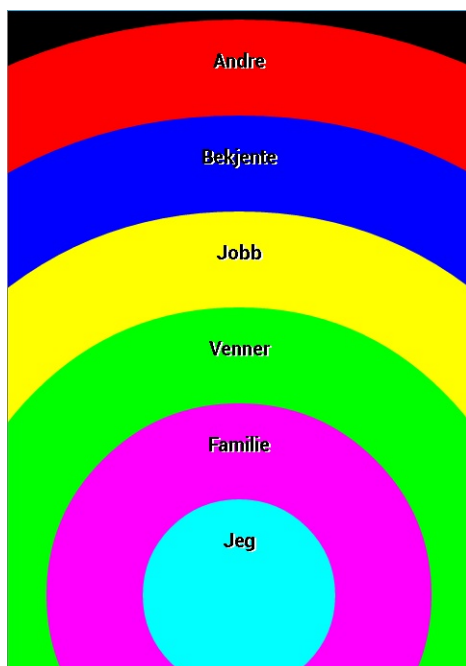
Instruksjons manual –Mine Sirkler

Førstegangs-start av applikasjonen

Ved førstegangsstart av applikasjonen får du spørsmål om å legge inn et administrator passord. Pass på at du husker dette passordet, det er dette du skal bruke hver gang du skal legge inn tekst i arenakartene, samt nye kategorier.

Dersom du ikke husker passordet, kan du gå inn på applikasjoner og slette applikasjonsdata for Mine Sirkler. Dette vil resette all informasjon, og du kan legge inn passordet på nytt, men det vil også permanent slette alt som du har skrevet (bortsett fra eksempel-informasjonen som ligger lagret).

Nivå 1: Arenaer



Vi har valgt å sortere sirklene utfra en fast modell, basert på hvor store krav man har til oppførsel. Sirklene er:

- Jeg
- Familie
- Venner
- Jobb
- Bekjente
- Andre

Alle sirklene har en fastsatt farge, 'jeg' er lilla, 'familie' er rosa osv

'Jeg'-sirkelen har minst krav til oppførsel, og ligger derfor innerst. Så kommer Familie der en må følge noen sosiale regler. Når en kommer til venner må en være en annen person, og på jobb må en forholde seg til kolleger. Deretter kommer bekjente som en ikke snakker med, og andre som er rundt omkring. På 'andre' nivået er det strikte krav til adferd og oppførsel, så dette nivået er rødt

Nivå 2: Beskrivelse(Notater)

Skjermene med informasjon om den enkelte sirkel, kalles ArenaKart. For å aksessere arenakart for den enkelte sirkel, trykker du på den aktuelle fargen i sirkelbildet.

Når en trykker på den enkelte sirkelen, kommer beskrivelsen av dette elementet opp (Arenakartet). Teksten inneholder følgende elementer:

- Definisjon av arenaen
- Hva kan jeg gjøre
- Hva må jeg passe på
- Hva må jeg ha hjelp til

Disse er felles for alle arenaene som dermed får en ensartet struktur. Hver arena er dermed beskrevet ved hjelp av en definisjon av arenaen og noen generelle regler som gjelder på den. Arenaen inneholder en forhåndsdefinert tekst, et eksempel på hvordan den kan struktureres. Teksten er utarbeidet av pedagoger, og inneholder eksempler som kan være reelle

På små mobiler, og i arenaer med lange tekster, vil noe av teksten komme nedenfor det synlige skjermområdet. Dersom en ønsker å lese videre, må en bruke fingren og rulle visningsfeltet nedover. Nedenfor kommer eksempler på tekster som kan være i de forskjellige arenaene



Arenakart

Jeg har "fri" jeg kan bestemme selv Jeg kan være meg selv Hva kan jeg gjøre: Private ting, høre musikk Tenke på hva jeg vil Hva må jeg passe på: Bare mine egne ting Holde orden Ta vare på tingene mine Hva må jeg ha hjelp til: Motstå fristelser til å ødelegge Beherske sinne.



Arenakart

Familien min: Jeg kan være meg selv. Vi kan hjelpe hverandre, Trøste hverandre Vi kan være sinte på Hverandre eller glade, men Familien er bestevenner for alltid Hva kan jeg gjøre: Finne på fanteri Lage tøysehistorier Gi klem Snakke om ting vi lurer på Hva må jeg passe på: Beherske meg ,gå vekk eller gi Beskjed dersom noe irriterer Respekttere hva de andre sier Hva må jeg ha hjelp til Lese historier, til ikke å snakke Om mine ting hele tiden.





Arenakart

Bekjente er folk som vet om hverandre. De hilser. De slår av en prat når det passer, men ikke alltid. Hva kan jeg gjøre: Jeg kan si noe høflig, spørre om hvordan det står til, snakke om småting. Jeg lytter og svarer på spørsmål, spør tilbake. Jeg avslutter samtalen i tide. Hva må jeg passe på: Være høflig og oppmerksom. La andre prate uten å avbryte. Hva må jeg ha hjelp til: Avslutte samtalen på en passende måte.



Arenakart

Andre er folk jeg treffer på kafe, i butikk, på reise eller lignende. De er ukjente. Jeg snakker med dem når jeg har et ærend. Hva kan jeg gjøre: Jeg sier ærend mitt og snakker bare om det jeg skal. Jeg prøver å snakke tydelig og være rask. Hva må jeg passe på: Jeg leser avtalene på forhånd og holder meg til avtalene. Jeg sjekker alltid at jeg har nok penger dersom jeg skal handle. Hva må jeg ha hjelp til: Påminning om avtalen mine og spørre om det er noe jeg lurere på.



Arenakart

Venner liker hverandre, forstår hverandre, kan trøste hverandre og lytte. Hva kan jeg gjøre? Dra på tur, gå på kino, invitere hjem, servere mat, spille spill. Hva må jeg huske på: Passe på at de har det bra. Jeg må tenke på vennene mine og at de og må få bestemme. Hva må jeg ha hjelp til: Holde meg til avtaler. Ha oppskrifter på besøk. Få påminnelser om å gå vekk når det blir vanskelig eller når jeg bare vil snakke om mine interesser.



Arenakart

På jobb er jeg ansatt. Det er andre som bestemmer hva jeg skal gjøre. Alle må følge reglene på jobb. Jeg må gjøre oppgavene jeg får og tenke mest på andre. Hva kan jeg gjøre: Jeg gjør oppgavene mine. Jeg samarbeider. I pausen kan jeg snakke med kolleger om andres tema. Hva må jeg passe på: Folkeskikk, bordskikk, høflighet, hygiene. Holde avtaler. Be om hjelp når noe blir vanskelig. Hva må jeg ha hjelp til: Påminning om tema. Holde avtaler. Takle irritasjon.



Nivå 3: Kategorier av løsninger/ strategier(støttekort)

For å systematisere de hjelpestrategiene som brukes, inneholder nivå 3 en liste over de ulike kategoriene av hjelpestrategier. Eksempler på dette er skrevet inn i appen. De kan redigeres på telefonen når appen settes i redigeringsmodus.

Disse kategoriene er brukt som eksempler i alle sirklene

- Avtaler
- Regler
- Sosiale situasjoner
- Stress
- Kommunikasjon

Ved å trykke på en av disse kategoriene, for eksempel «Avtaler», vil en få opp en støttekortmeny, dvs. en klikkbar liste over alle avtaler som gjelder for denne arenaen. Se nedenfor.

Nivå 4: Meny/ oversikt over de enkelte løsninger og strategier innenfor en kategori

Skriv inn titlene på løsninger /strategier (støttekortene) som skal bruke i valgt kategori (f.eks. «Avtaler»).

Appen inneholder redigerbare eksempler som Bussavtale, Butikkavtale, Kafé-avtale.

Ved å velge tittelen på det støttekortet personen har bruk for den spesielle situasjonen, vil selve støttekortet komme fram. Se nedenfor.

Nivå 5: Løsninger / strategier (støttekort)

Skriv inn tekst på hver enkelt løsning som skal brukes.

Appen inneholder redigerbare eksempler.

I prinsippet er det dette personen egentlig har bruk for. Appen er bygget slik at det skal være mulig å ha mange strategier, men samtidig være mulig å finne dem hurtig og på en systematisk måte.

Låsing av applikasjonen, AdminModus

Skjermbildene på eksempelet er redigerbare, siden applikasjonen er låst opp. Dette kalles adminmodus. For å låse/låse opp applikasjonen, trykker du på låsen i menyfeltet. Hvis applikasjonen er låst får du opp et popup vindu der du kan skrive inn passordet ditt. Ved inntasting av riktig passord blir applikasjonen låst opp, og du kan redigere og legge inn nye arenakart.

Brukertyper

Vanlig bruker:

Kan navigere i applikasjonen

Administrator:

Kan redigere titler og innhold, slette og lage nye arenakart. Kan endre passord

Navigering

For å gå inn på sirkler og liste-elementer er det bare å trykke på dem. I Arenakart (beskrivelse av sirkelen) må man trykke midt på skjermen for å gå videre. For å gå tilbake, trykk på tilbakeknappen på enheten, eller på sirkel-logoen i menylinjen øverst. I skjermbildet med sirklene vil trykking på sirkel-logoen lede til en side med informasjon om appen. Appen kan lukkes fra sirkelvisningen ved å trykke på tilbakeknappen på enheten.

Legge til, redigere og slette kategorier og strategier

For å kunne legge til, redigere eller slette, må man først låse opp appen. Trykk «Lås opp» på menylinjen øverst, og skriv inn passordet.

Legge til

I de to listevisningene vil det være mulighet for å legge til nye kategorier og strategier (respektivt). I disse visningene vil det være en «Legg til»-knapp i menylinjen øverst. Trykk på denne, skriv inn et navn og trykk legg til. Dersom man legger til en strategi, kan man gå direkte til redigering av innholdet i den ved å trykke på «Legg til, og rediger innhold».

Redigere innhold

Man kan redigere teksten i arenakart (beskrivelsen av sirkelen) ved å trykke på Rediger-knappen på meny-linjen øverst. Da får man opp et eget redigeringsvindu der man kan redigere teksten, samt kopiere og lime inn tekst. Det samme kan man gjøre med innholdet i en strategi (nivå 5).

Endre tittel og slett

For å endre tittelen på en strategi eller kategori, **trykk og hold** på det liste-elementet du vil endre. Du vil da få opp en meny der du får valget mellom å endre tittel på eller å slette kategorien/strategien. Vær obs på at om du sletter en kategori som inneholder en eller flere strategier, vil disse også bli slettet. Du vil få en advarsel om dette på skjermen.