

## Arousal-regulering

Borger/Navn Observationer:	Grøn Tryk/rolig – tegn og adfærd, hvad vi ser her?	Gul Årvågen/vagtsom – tegn og adfærd, hvad vi ser her?	Rød Alarmberedskab – tegn og adfærd, hvad vi ser her?
Hvad ser, observerer og oplever vi her?			
Hvilken pædagogik/tiltag ved vi, der understøtter borger til nedregulering af arousal (det ved vi virker beroligende)			
Hvilken tiltag virker optrappende/ opregulerende på borgers arousal? (hvad skal vi absolut ikke gøre?)			
Hvordan er min egen stemning/ arousal? Hvordan kan det ses udefra? Mærkes indefra?			
Hvad er hjælpsomt for mig ift. nedregulering? Hvad har jeg brug for at gøre selv? Hvad kan mine kolleger/leder gøre?			