

NPF- neuropsykiatriska funktionshinder

Vad är NPF?

Med neuropsykiatriska funktionshinder menas svårigheter som har sin grund i hur hjärnan arbetar och fungerar, personer med dessa funktionshinder har ett annorlunda sätt att tolka och förstå information. Orsakerna är inte helt kända men det är biologiskt betingat och har viss ärftlighet. Exempel på neuropsykiatriska funktionshinder är: Asperger syndrom, ADHD, ADD, Damp, Tourettes syndrom, olika störningar inom autismspektrat och tvångssyndrom.

Detta kan medföra svårigheter inom områdena:

- **Reglera uppmärksamhet** (bristande uthållighet, inte avsluta saker, svårt komma igång med uppgifter, söka efter kickar)
- **Impulskontroll och aktivitetsnivå** (oöverlagda handlingar utan att se till konsekvenser, svårt hantera motgångar, hyperaktiv)
- **Samspela med andra människor** (läsa av kroppsspråk och dolda budskap, sätta sig in i hur andra tänker, säga sanningar, tappa tråden i samtal)
- **Inläring och minne** (arbetsminne, hålla flera saker i huvudet samtidigt, kunna planera och genomföra en aktivitet, generalisera kunskaper)
- **Uttrycka sig i tal och skrift** (formellt språk, tolka språket bokstavligt)
- **Kontrollera motoriken** (klumpighet)

Sammantaget ger det svårigheter att organisera och skapa tydlighet och mening i tillvaron vilket medför en ökad känslighet för stress.

Det är s.k. funktionsdiagnoser som bygger på diagnoskriterier med utgångspunkt från hur individen fungerar i vissa områden t ex i sociala sammanhang.

Detta är svårigheter som alla har mer eller mindre av, men för att det ska vara ett funktionshinder ska det kraftigt påverka individens utveckling och möjlighet att fungera i samhället.

Samtidigt kan funktionshindret ge en rad positiva egenskaper såsom fotografiskt minne, kreativitet, nyfikenhet, handlingskraftighet, specialkunskaper, hög intellektuell begåvning mm.

Bemötande/förhållningssätt

Grunden i bemötandet är att ha förståelsen för att det ofta finns en stor stresskänslighet för personer med NPF, detta behöver man som förälder ha som utgångspunkt. Att ha NPF innebär som regel att ha svårt att sortera i intryck vilket i sin tur innebär att man blir mer uttröttad och stressad av "vanliga" situationer än personer utan NPF.

Ingen ÅR ett handikapp/diagnos utan man behöver se individen. Man kan inte bemöta alla på samma sätt men många med dessa diagnoser mår bra av en väl strukturerad vardag.

För att minska stress och oro och för att hjälpa till att skapa mening och begriplighet för personen ifråga kan vi i omgivningen hjälpa till genom att öka tydligheten och förutsägbarheten samt ha en kravnivå efter förmåga. Tänk på att personer med NPF ofta har ojämn förmåga, det som funkade igår kanske inte funkar idag.

I praktiken innebär det att ge individen svar på: VAD, VAR, NÄR, HUR, HUR LÄNGE, MED VEM, VARFÖR, VAD HÄNDER SEN?

Motivation: Viktigt klargöra för individen samband och sammanhang och syfte med en aktivitet för att skapa motivation. Detta är extra viktigt vid bristande uthållighet och svårigheter att se långsiktiga konsekvenser.

Hur kan vi i omgivningen hjälpa personer med NPF?

Förberedelse

- Att planera och gå igenom aktiviteter noggrant: vad kommer att hända, att uttala vad situationen/aktiviteten kommer att kräva av personen, hur länge kommer aktiviteten att ta, vad gör man om x inträffar osv.
- Att meddela i god tid när aktiviteter ska ske. Detta pga. av att personer med NPF ofta har längre "startsträcka" och behöver tid att ställa in sig på vad som ska hända eller ny information.
- Att hålla sig till överenskommelser då hastiga förändringar kan påverka personer med NPF illa, må dåligt vid hastiga förändringar.
- Att påminna om överenskommelser/aktiviteter via sms/mejl.
- Att vara tydlig med syftet i den aktivitet och eller situation som man ska genomföra, för att skapa meningsfullhet och därmed också öka motivationen för personen att genomföra det man planerar.

Struktur

- Att ha fast struktur på dagens aktiviteter t ex att äta middag vid samma tidpunkt varje dag, att gå och lägga sig och gå upp vid samma tidpunkt varje dag, ha samma regler varje helg för tider att vara hemma mm

Visualisera

- Att använda sig av skriftligt material, då kan personen gå tillbaka och läsa det igen t ex checklistor, veckoschema på White board i köket mm
- Att påminna via sms/mejl och inte bara verbalt.

Kommunikation

- Att vara rak och tydlig i vad man förväntar sig
- Att undvika metaforer och ironi, om personen har ett konkret tänkande
- Att be personen sammanfatta det som man kommit överrens om, detta för att undvika missförstånd, eftersom personen kan ha bättre verbal förmåga än språkförståelse
- Att ställa "små" frågor ifall personen har svårt med föreställningsförmåga

- att ställa påståenden som personen tar ställning till, istället för att föra abstrakta resonemang t.ex. "hur ser ditt liv ut om två år?" "Hur märker mamma att du mår bättre?". Detta för att för undvika "vet inte"
- Att kommunicera skriftligt ex via sms.

Vad kan man som förälder behöva vara beredd på?

- Att saker och ting generellt tar längre tid, eftersom personer med NPF generellt har ett lägre tempo och har en ökad stresskänslighet.
- Att ge personen förberedelsetid, att planera aktiviteter i god tid
- Att koncentrera sig på ett tema, en sak i taget
- Att personer med NPF generellt har ett ojämnt mående, oförutsägbart om man kan göra det man planerat.
- Att personer med NPF har en ojämn energinivå som kan växla under kort tid.
- Att personer med NPF generellt har svårt med att generalisera, d.v.s. att överföra erfarenheter/kunskaper till andra situationer
- Att ha realistiska förväntningar på personen, detta för att undvika känsla av misslyckanden hos samtliga