

Tips till dig som möter ungdomar med NPF*

Hos en person med NPF fungerar hjärnan på ett lite annat sätt vad gäller kognitiva och exekutiva funktioner och därför kan det behövas anpassningar. Det här är svårigheter som inte alltid syns men som ändå påverkar livet i stort. Alla med NPF är olika och man har olika svårigheter och begränsningar men också styrkor och förmågor. Men några saker brukar ändå vara återkommande.

När man har NPF kan det vara svårt att tolka information.

Tips: Skriv kort och i klartext. Använd bildstöd. Ibland kan det vara bra att dela upp text i korta punkter med en bild till.

När man har NPF kan det vara lätt att glömma tider och tappa bort papper.

Tips: Skicka sms-påminnelse. Skriv vad som behövs tas med till möten i en checklista och påminn även om det i sms.

När man har NPF kan det vara extra viktigt att veta vad som kommer att hända vid ett möte.

Tips: Utgå från när, var, hur, varför och skicka en tydlig instruktion i inbjudan. Använd bildstöd. Om ni träffas och ska planera något tillsammans, kan man använda ritade berättelser för att tydliggöra vad som kommer att hända.

När man har NPF kan det vara svårt att sitta i långa möten med mycket information.

Tips: Var tydlig med syftet med mötet, använd en time-timer för att tydliggöra hur lång tid mötet är och hur långt det är kvar. Erbjud saker att göra med händerna under mötet till exempel färglägga, fid-gettoys. Det kan också fungera att ha möten i annan miljö där man till exempel går och pratar samtidigt.

När man har NPF kan det vara svårt med för mycket intryck.

Tips: Om möjligt så reducera/justera ljud, ljus och stök runtomkring. Går det att träffas i en lugnare miljö?

När man har NPF kan det vara svårt att reglera sin energinivå.

Tips: Om möjligt lägg möten på en tid som passar personen, ha korta möten och ta pauser vid behov.

När man har NPF kan man ha dåligt arbetsminne, det kan verka som att man har förstått, men när man sedan går därifrån kommer man inte ihåg någonting eller förstår inte vad som sagts.

Tips: Sammanfatta det som sagts skriftligt, be också gärna personen att sammanfatta det som sagts.

Använd gärna checklisten "När du möter mig" - Unga med NPF som varken arbetar eller studerar, för att ta reda på vad personen i fråga behöver för anpassningar och hjälpmedel!

*NPF= är en förkortning av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.



RIKSFÖRBUNDET
Attention