

Grundutbildning NPF

DIAGNOSER & BEMÖTANDE

Överförmyndarmyndigheten

Enköping

Föreläsare: Jessica Stigsdotter Axberg



Agenda

- Start 18.00 – Slut 20.00
 - Vi tar en fikapaus 18:55-19:20
 - Du får en kopia av presentationen
-

VICTORIA



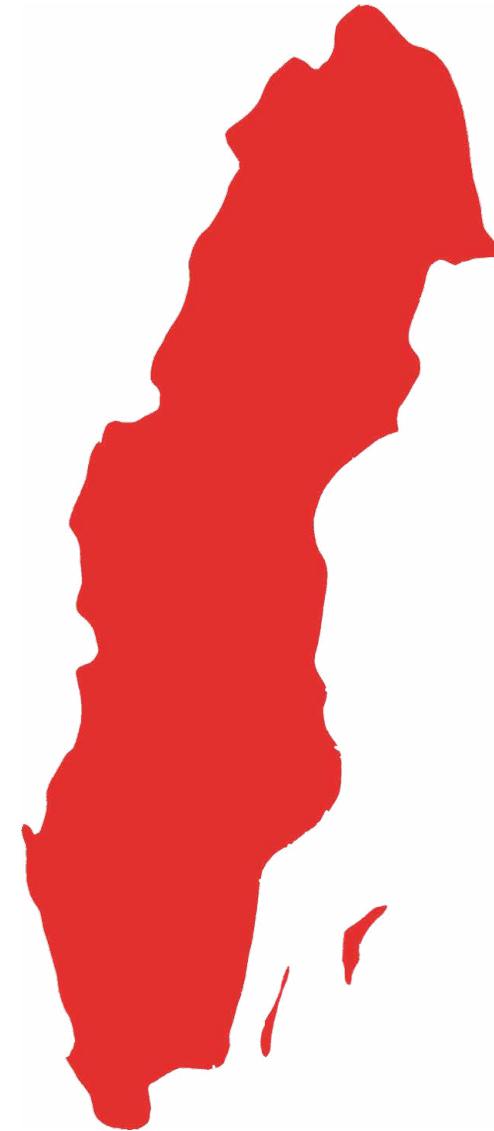
PATRIK

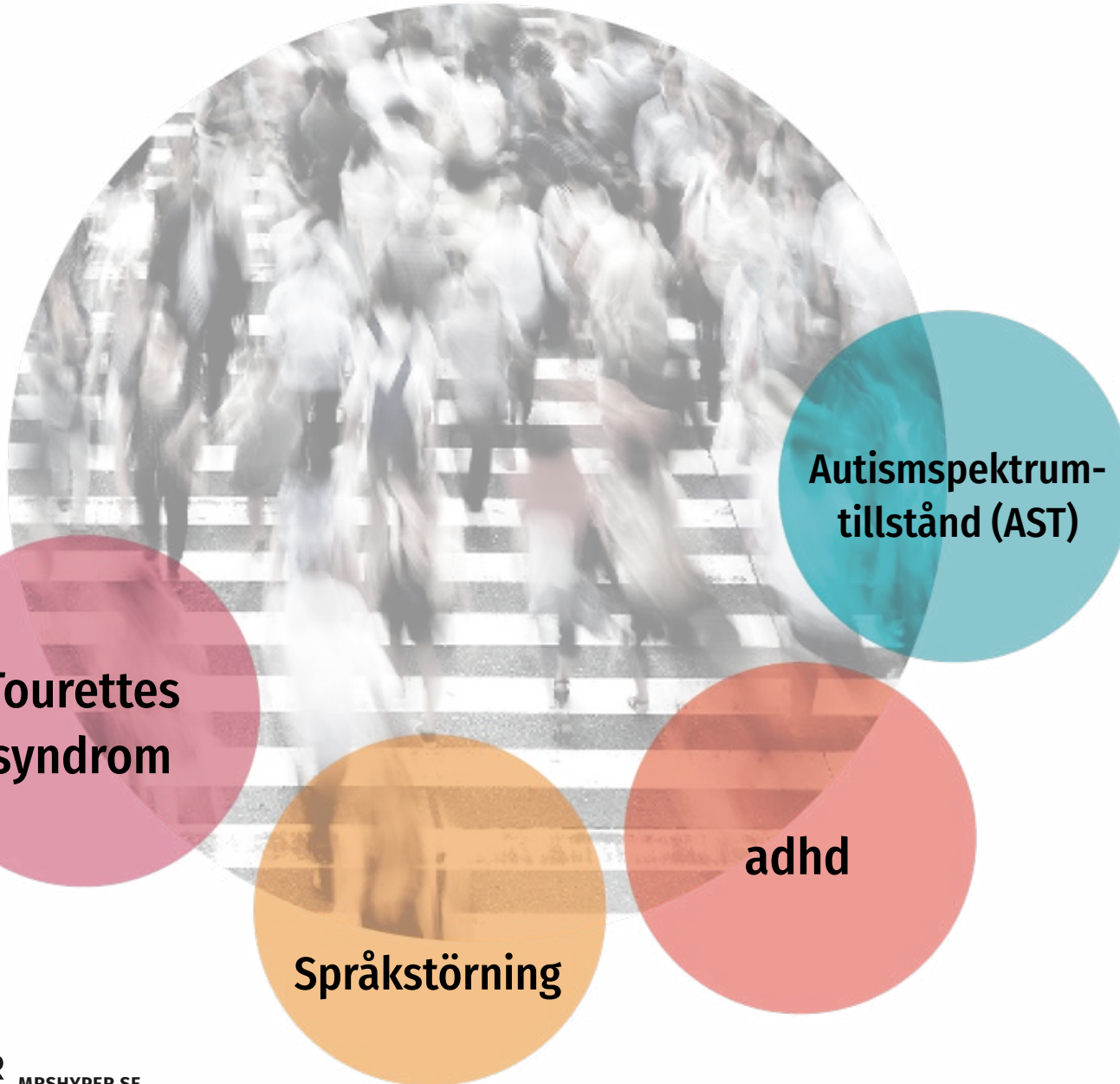
JAG

LINNÉA

Vi kämpar tillsammans för
att personer med NPF ska
få ett fungerande liv.

Bli medlem!
www.attention.se





NPF är ett samlingsbegrepp

Stor samsjuklighet

Gemensamma utmaningar vid NPF

- Kognitionsnedsättningar
- Ojämn funktionsförmåga
- Krav och stresskänslighet
- Motivationsstyrda
- Koncentrationssvårigheter
- Vanligt med flera diagnoser



Gemensamma utmaningar vid NPF



- Går åt mer energi än för normtypiska
- Känsloreglering
- Perception – under eller överkänsliga sinnen
- Social kommunikation och interaktion
- Motorik

Funktionsnedsättning *eller* funktionsvariation





Tre former av adhd

Prevalens 5-7%

- Ouppmärksamhet
- Hyperaktivitet – impulsivitet
- Kombinerad form

Gradering:
lindrig, medelsvår eller svår

Prevalens 1-2%

- Social kommunikation & interaktion
- Begränsade och/eller repetitiva beteenden, intressen
- Kognitiva nedsättningar
- Sensoriska Stimuli

Gradering 1-3:

Kräver stöd

Kräver omfattande stöd

Kräver mycket omfattande stöd



AST
Autismspektrum
tillstånd

Prevalens mellan 0,5- 3,8%

- Tics - Fysiska och vokala
- Tvångsmässiga

Tics varierar över tid och påverkas av krav & stress

Kan lätt feltolkas som trots



TOURETTE



DLD
språkstörning

Prevalens 10%

Den språkliga förmågan innefattar både tal, språk och kommunikation.

Form – ljud, hur ord uttalas och böjs samt hur man sätter ihop meningar

Innehåll – ordförståelse och ordförråd.
Svårigheter att hitta rätt ord och att förstå instruktioner

Användning – förmågan att kommunicera och samspela med andra

Andra diagnoser/tillstånd som är vanliga vid NPF

Dyslexi & dyskalkyli Specifik inlärningssvårighet med lässvårigheter enligt DSM-5

DCD Developmental Coordination Disorder / motorisk koordinationsstörning

ARFID Avodiant/Restrictive Food Intake Disorder. Undvikande/ restriktiv ätstörning.

Selektiv mutism Räknas som ett ångestsyndrom. Diagnosen innebär att man bara pratar i vissa trygga miljöer men är helt tyst i andra. Oförmågan att prata är helt ofrivillig och går inte att styra med vilja.



Illustration: Linnea Blixt

Andra diagnoser/tillstånd som är vanliga vid NPF



Illustration: Linnea Blixt

Trotssyndrom – ODD (Oppositional Defiant Disorder)

Argsinthet/irritabilitet

Argumentativt/trotsigt beteende

Hämndlystnad

Tvångssyndrom – OCD (Obsessive Compulsive Disorder)

Tvångstankar

Tvångshandlingar är ofta ritualer för att dämpa ångest

Självskadebeteende

Ett sätt att försöka hantera svåra känslor

IF – Intellectuell funktionsnedsättning

Andra diagnoser/tillstånd som är vanliga vid NPF

Utmattningssyndrom och eller utmattningsdepression

Depression

Ökad suicidalitet

Ångest

Paniksyndrom

GAD – generaliserat ångestsyndrom

Fobier

Bipolär sjukdom

Perioder av mani eller hypomani samt depressioner

Ätstörningar

Emotionellt instabilt personlighetssyndrom

Tidigare Borderline

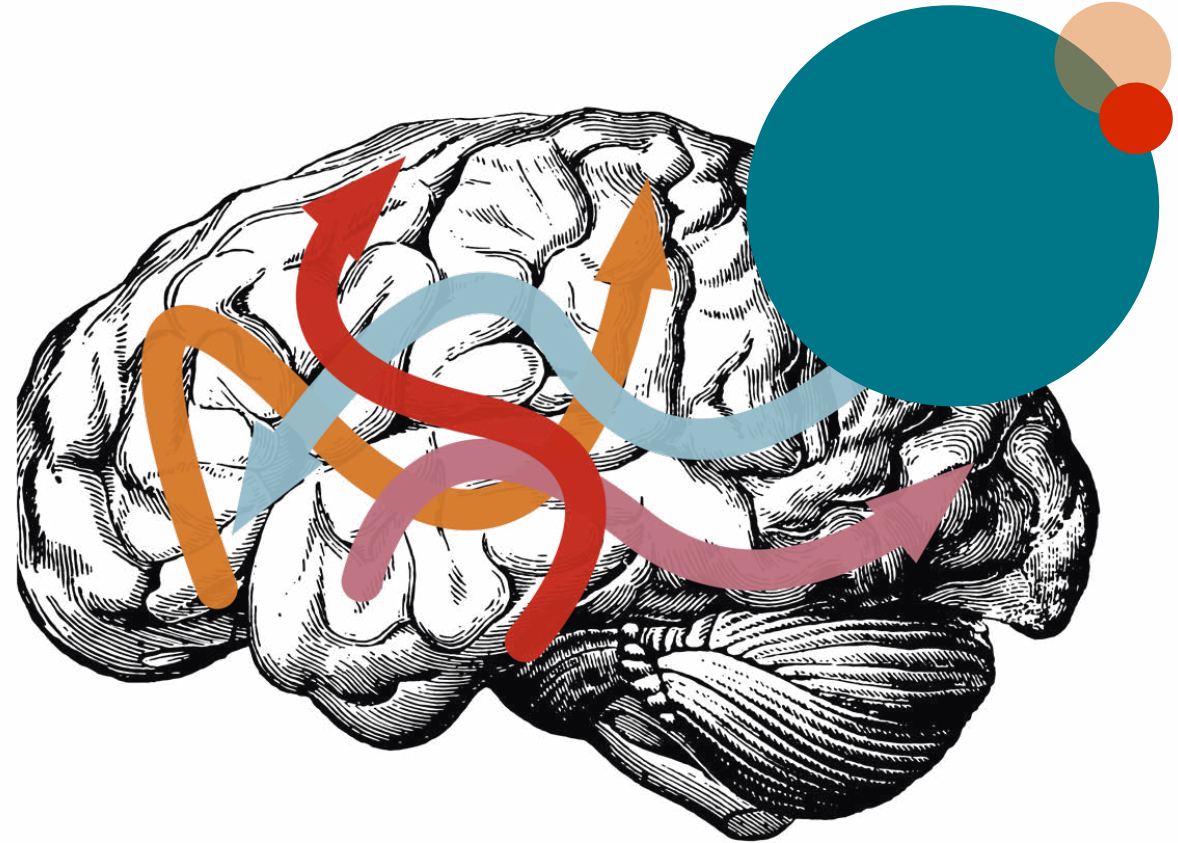


Illustration: Linnea Blixt

Ärftlighet och miljö



NPF-hjärnan - Kognition



Kognitiva utmaningar vid NPF

Inhibition – att bromsa/stanna upp/hålla tillbaks.
Att ha en inre dialog.

Självreflektion – känna efter, tänka oss för, bli medvetna och observanta på oss själva.

Theory of mind – att förstå hur andra tänker och känner

Socialt samspel – att tolka språk och kroppsspråk, svårt med turtagning, att prata lagom.





Kognitiva utmaningar vid NPF

Aktivitetsreglering – svårt med igångsättning och att bryta aktivitet

Motivationsstyrd – lätt att göra det man har motivation till, omöjligt att göra det man inte har motivation till

Central kohorens – förmågan att se helheter och sammanhang

Hålla koll på känslor – reglera och nyansera

Perception – Att sälla bland alla sinnesintryck kan vara väldigt svårt när alla intryck kommer rakt in.

Kognitiva utmaningar vid NPF

Att hålla fokus och uppmärksamhet – både på gator och i arbetsminne men också dopaminnivåer.

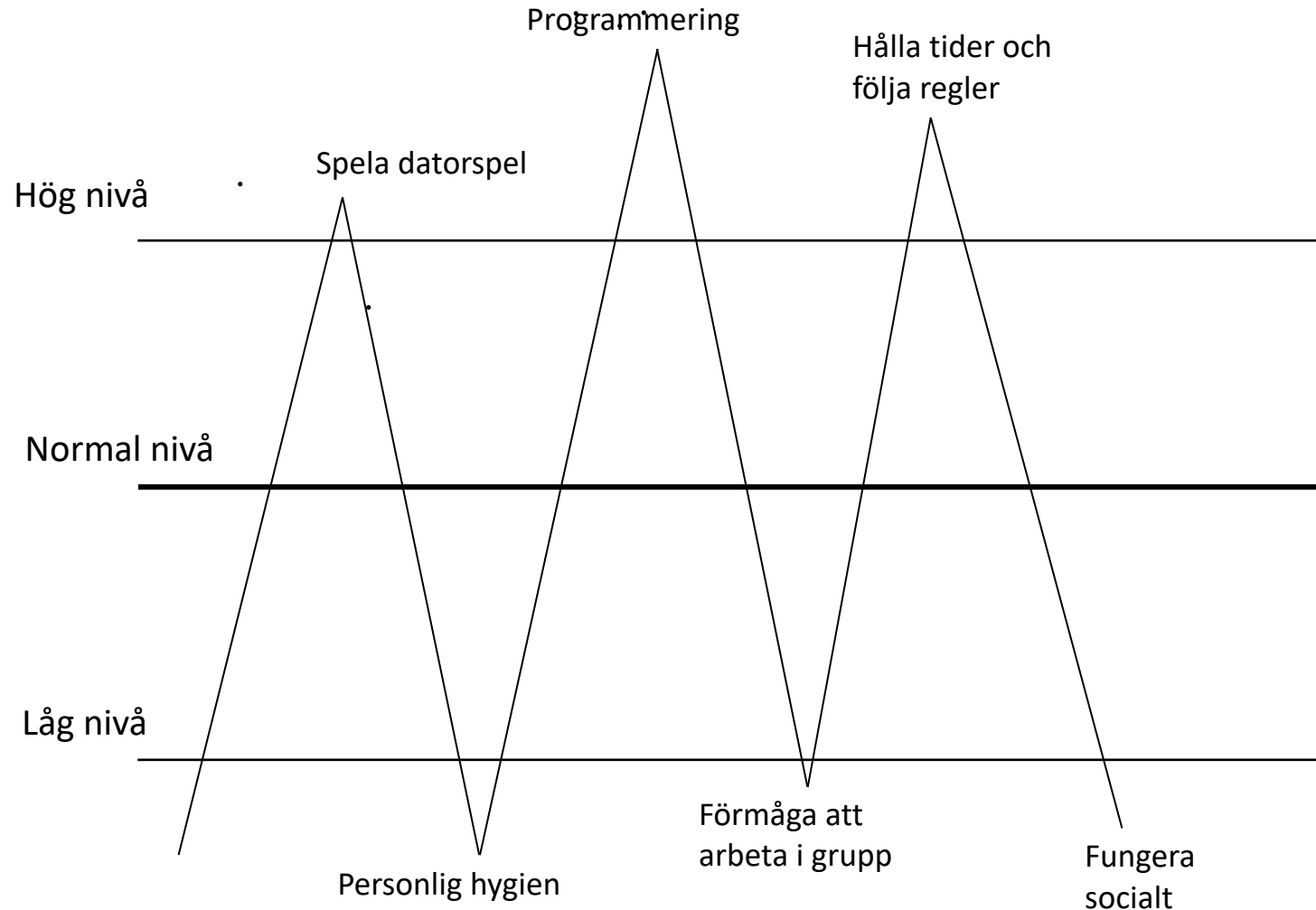
Arbetsminne – svårigheter med att hålla information i huvudet under en kort tid medan man utför en uppgift. Svårt att komma ihåg vad man ska göra härnäst. Det påverkar också hur löser problem och styr sin uppmärksamhet.

Tidsuppfattning – att ”känna tid”

Exekutivitet – tid och planering, att minnas och föreställa sig framtiden. Att kunna generalisera.



Ojämn funktionsförmåga vid NPF



Kvinnor med npf



- Svårare att upptäcka – p g a manlig norm
- Flickor är generellt bättre på att härma sociala beteenden
- Vänder oftare utbrotten inåt
- Andra psykiska problem syns istället så som ångest & depression
- Krav & stresskänslighet
- Sociala problemen ökar med åldern

Unga kvinnor - risker



- Emotionell instabilitet och verbal impulsivitet
- Stresskänslighet
- Sociala svårigheter som ökar med åldern
- Skolmisslyckanden
- Mobbning
- Övervikt
- Rökning och alkohol

Unga kvinnor – risker & samsjuklighet



- Missbruk
- Sexuella risker & oönskade graviditeter
- Kriminalitet & brottsoffer
- Olyckor
- Suicid
- Dödlighet (lever i snitt 7 år kortare)

Fallbeskrivning – Lisa och pengarna

Lisa är 26 år och pluggar på en folkhögskola, hon försöker läsa in sin gymnasiekompetens. Hon har ADHD och dyslexi. Lisa bor i ett studentrum på skolan. Hon har aktivitetsersättning från FK och en God Man.

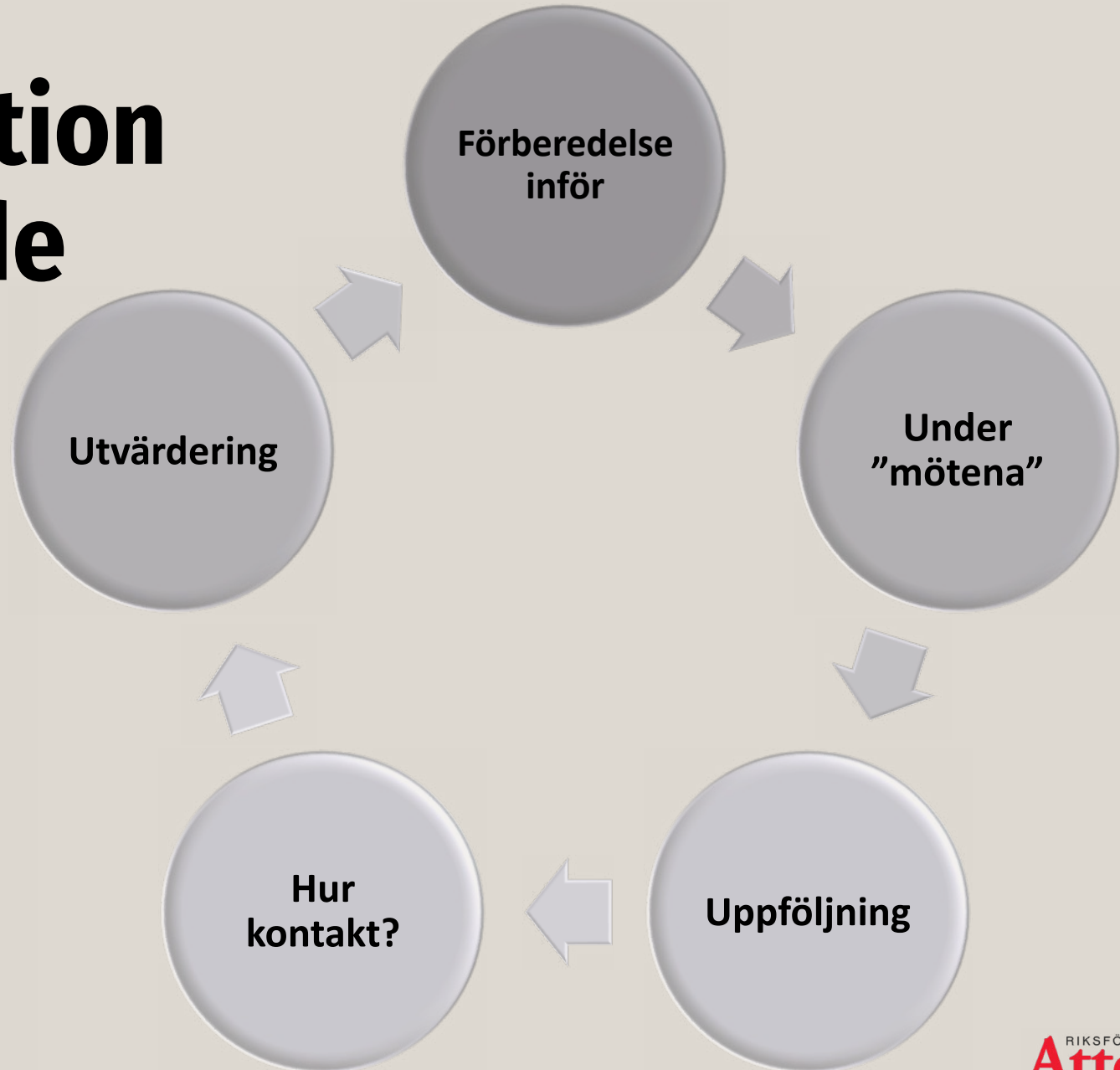
Det är jobbigt med studierna och hon missar en hel del lektioner då hon istället drar iväg ner på stan för att fika och hänga med kompisar.

Lisa har stora bekymmer med att få sina pengar att räcka till. Hon vill absolut inte ha helinackordering på skolan (d v s att måltider ingår) utan hon vill fixa sin mat själv, tyvärr äter hon inte så bra och är på gränsen till undernärld. Problemet är att pengarna inte räcker till hyran, mat, kläder o s v. Lisa röker dessutom och gillar hon något hon ser på stan så köper hon det även om hon inte behöver det.

- **Vad tror du att Lisas problem med pengarna beror på?**
- **Hur kan du som God Man göra för att hjälpa Lisa?**
- **Hur kan du göra för att få till en bra diskussion med Lisa?
Hjälper det att bara prata om hur Lisa bör göra? Varför/varför inte?**



Kommunikation & bemötande





**Att bygga en
personlig relation
är nyckeln till
att få till ett
fungerande stöd**

Motivation - vad är det?

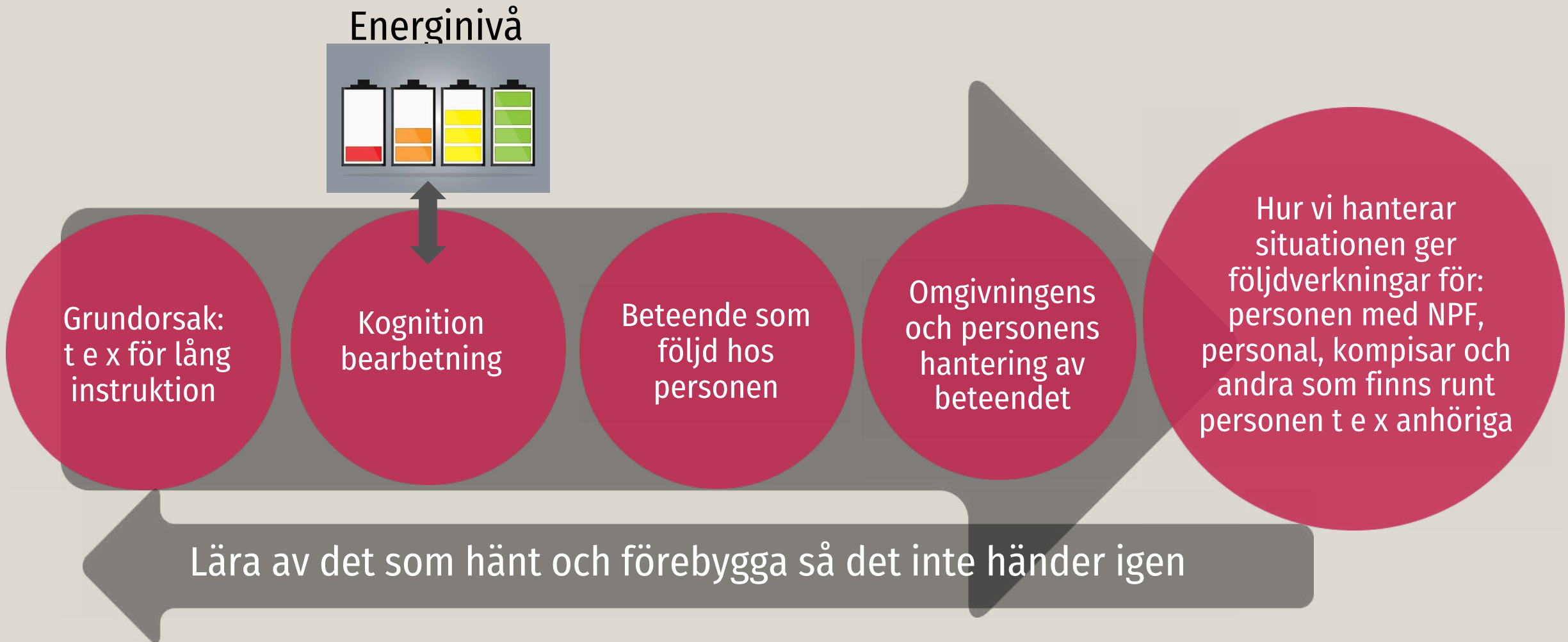
En process där individen ställer värdet av

att anstränga
sig för att klara en
uppgift

mot

sannolikheten att
framgångsrikt
slutföra uppgiften

Modell – händelsekedja för beteende





Lågaffektivt bemötande handlar om att kunna hantera svåra situationer utan att eskalera dem

+

Utvärdera varför situationen uppstod

+

Förändra för att förebygga så att det inte händer igen

- Dämpa dina känslouttryck
- Undvik dominerande ögonkontakt
- Prata lugnt med dämpad röst
- Slappna av i dina muskler speciellt känen
- Ta tid, stressa inte
- Få personen att tänka på något annat – avled





- Respektera det personliga utrymmet – backa om den andra gör det
- Stå inte mitt emot – stå hellre lite på sniskan
- Sätt dig när någon blir orolig
- Ta så lite ”plats ” du kan
- Försök att inte smittas av oro – var lugn så smittar du den andra

Vid kaossituationer:

- Vänta – räcker oftast
- Få ut andra ur rummet
- Samma metoder som tidigare bild
- Om personen tar tag i dig – slappna av i musklerna
- I absoluta nödsituationer då du måste ta tag i personer - följ med i dennes rörelser med avslappnade muskler – de gör av med sitt adrenalin
- Släpp efter några sekunder

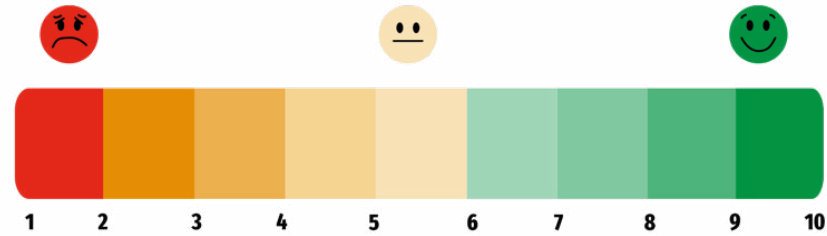




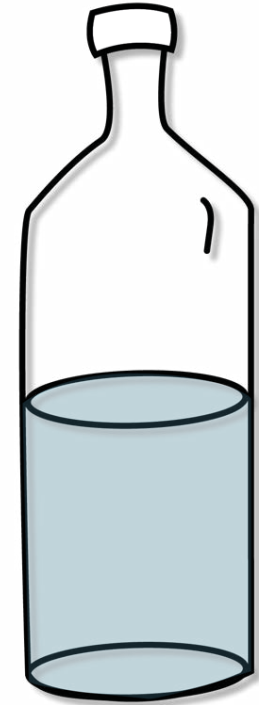
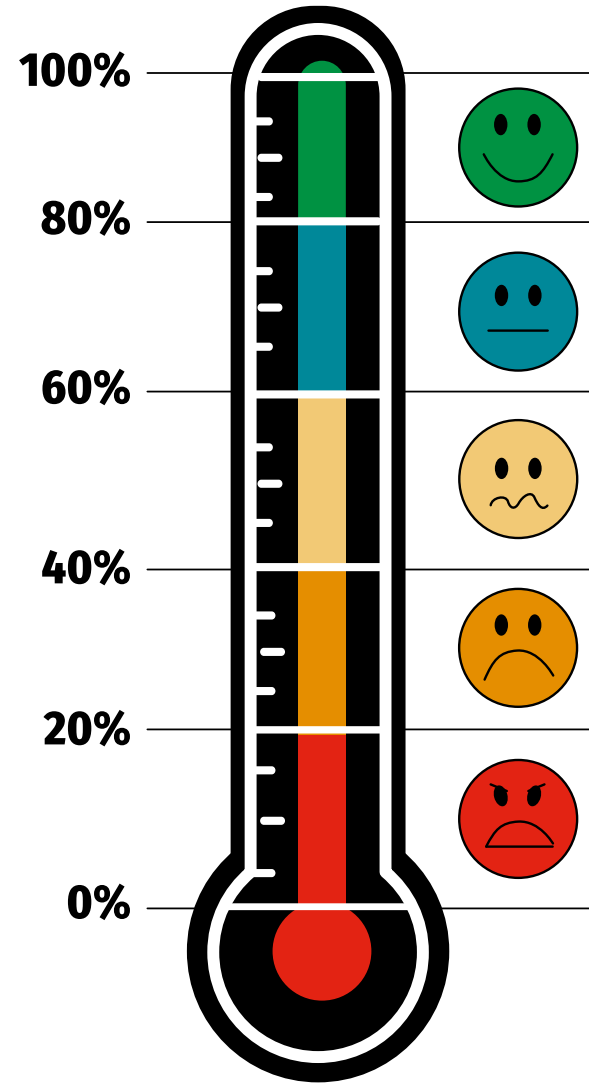
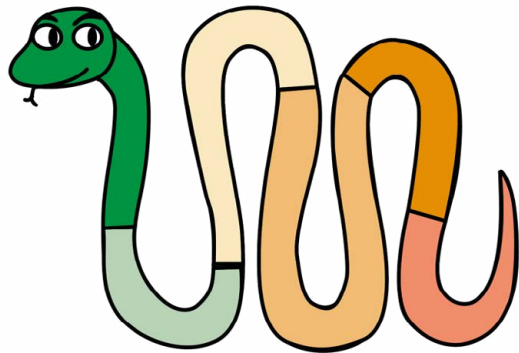
Nedtrappningen

- Lugn
- Vänta ut
- Återgå till vardagsaktiviteter
- Städa upp
- Avleda vidare

KOM IHÅG ATT UTVÄRDERA & FÖRÄNDRA








Energiskala



Tydliggörande pedagogik

	<p>Vad ska jag göra</p>	
	<p>Varför ska jag göra det?</p>	
	<p>Hur länge?</p>	
	<p>Var ska jag vara?</p>	
	<p>Hur ska jag göra?</p>	
	<p>Med vem ska jag göra?</p>	
	<p>När ska jag göra?</p>	
	<p>Vad händer sedan?</p>	
	<p>Min exit-strategi</p>	

Tydliggörande inför ett möte

	Tid, plats och hur länge?	
	Vilka är med?	
	Vad ska vi prata om?	
	Vad ska vi bestämma?	
	Min nödutgång	

Olika överlevnadsstrategier/hjälpmedel i vardagen



- Keps
- Luvtröja
- Lurar i öronen
- Öronproppar, hörselkåpor
- Skärm runt arbetsplats
- Placering på arbetsplats eller i klassrum
- Struktur och dagliga rutiner
- Förberedelser
- Tydliga instruktioner
- Tydliga samtal

Olika överlevnadsstrategier/hjälpmedel i vardagen

- Hjälp med tidsuppfattning – timstock
- Använda mobiler, plattor och datorer som hjälpmedel
- Färdtjänst istället för allmänna kommunikationsmedel
- Möjlighet att jobba i eget rum på skolan eller på jobbet.
- Hjälp med stress och krav – någon som skyddar en.
- Chans till återhämtning
- Tyngdtäcke, kedjor eller bollar, västar, stolar mm.



Vad påverkar möjligheten till ett lyckat stöd vid NPF?

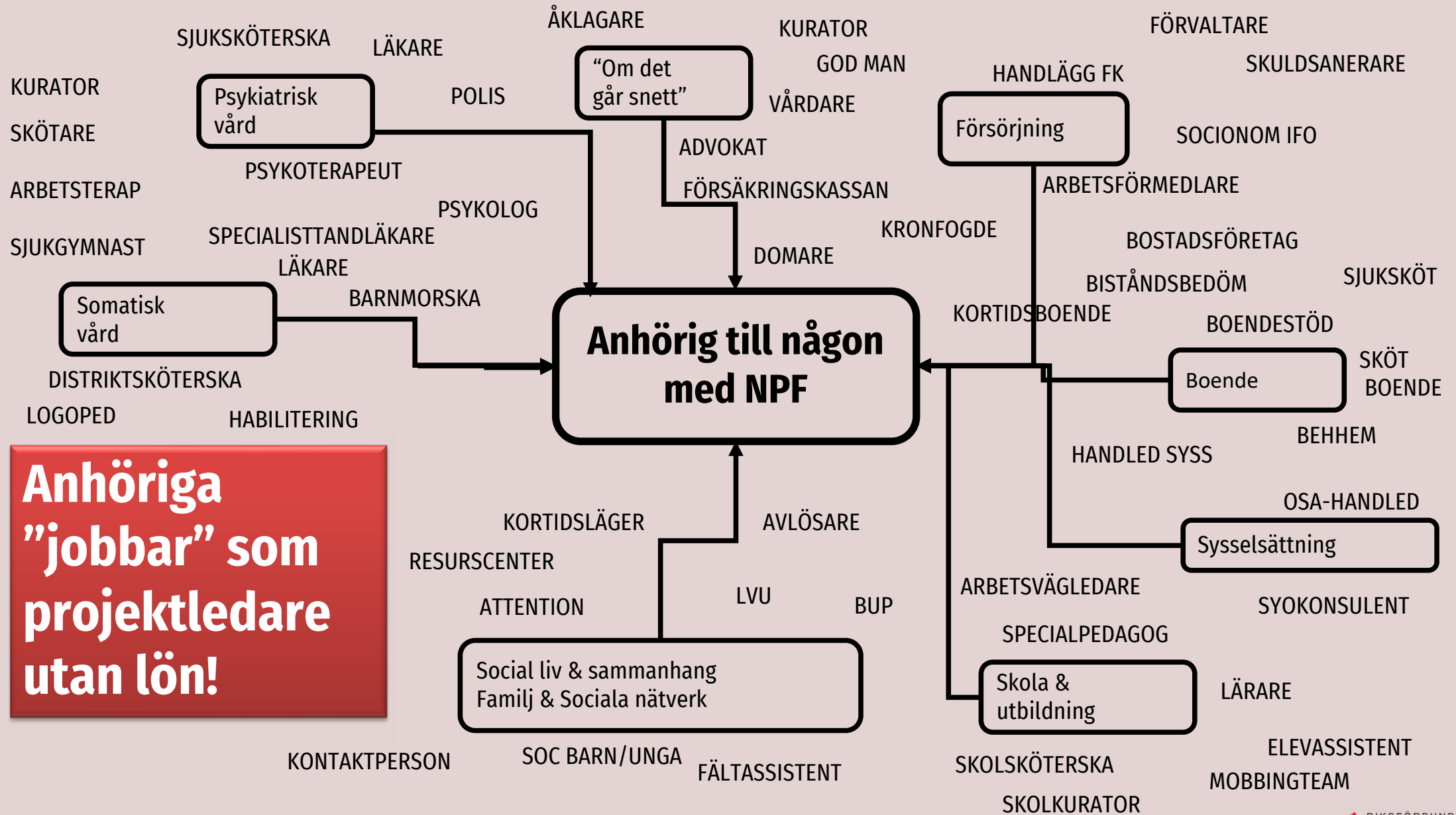


TACK FÖR ATT DU LYSSNAT

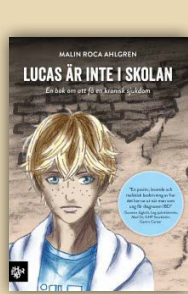
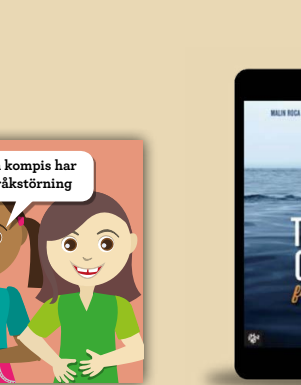
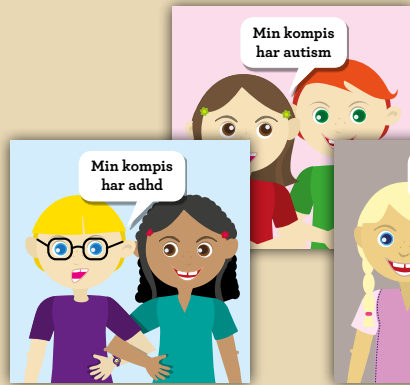
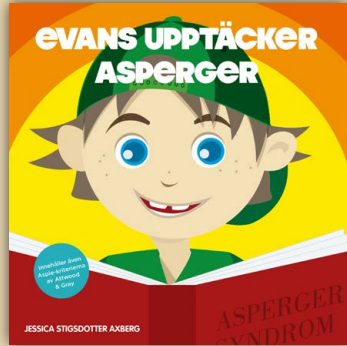
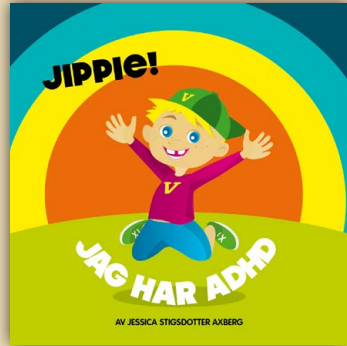


**Bli gärna medlem och
ta del av vår kunskap**





TACK!



MRSHYPER.SE

INSTA: @MRS.HYPER

YOUTUBE: @MRSHYPER



MRSHYPER.SE

RIKSFÖRBUNDET Attention