KOMPASS I BALANS AB

VÄGLEDNING · KUNSKAP · BALANS

KUNSKAP
SKAPAR
FÖRSTÅELSE
FLER
MÖJLIGHETER

NPF

– en kort introduktion

En lättillgänglig guide till neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och de diagnoser som tas upp i vår föreläsning.

Vad är NPF?
Vilka diagnoser finns?
Hur kan det påverka vardagen?
Och varför kan människor fungera så olika?

Olika människor Samma värde



KOMPASS I BALANS AB

VÄGLEDNING · KUNSKAP · BALANS

Autism

Social kommunikation · samspel · flexibilitet · sinnesintryck

Autism är en neuropsykiatrisk diagnos som påverkar hur en person uppfattar, bearbetar och samspelar med omvärlden. Det kan påverka social kommunikation, intressen, behov av struktur och hur sinnesintryck upplevs. Autism ser olika ut från person till person.



Kan påverka

- Social kommunikation och samspel
- Att förstå och tolka sociala koder
- Flexibilitet och förändringar
- Behov av förutsägbarhet och struktur
- Särskilda och intensiva intressen
- Sinnesintryck (ljud, ljus, beröring, dofter, smaker)
- Att tolka och uttrycka känslor
- Energi och återhämtning

Kan också innebära

- Stark analytisk förmåga
- Noggrannhet och detaljfokus
- Ärlig och rättfram kommunikation
- Djup kunskap inom intresseområden
- Kreativitet och nytänkande
- Stor uthållighet
- Förmåga att se mönster
- Ett unikt perspektiv på världen

Bra att veta

Autism är ett brett spektrum. Det finns inte ett enda sätt att vara autistisk. Två personer med samma diagnos kan fungera väldigt olika och ha olika styrkor, svårigheter och behov av stöd.

Autism är ett brett spektrum.
Det finns inte ett enda sätt
att vara autistisk.

Olika människor.
Samma värde.

AuDHD

När autism och ADHD förekommer tillsammans

AuDHD är ett begrepp som används för att beskriva personer som har både autism och ADHD.
Det är **inte en egen diagnos**, utan en kombination av de två diagnoserna.

Kombinationen kan innebära en komplex blandning av styrkor och svårigheter, där man kan ha både behov av struktur och samtidigt ha svårt att skapa och upprätthålla struktur.



Kan påverka

- Uppmärksamhet och koncentration
- Impulskontroll
- Socialt samspel
- Flexibilitet och förändring
- Sinnesintryck
- Planering och organisering
- Känsloreglering
- Att hantera krav och stress
- Tidsuppfattning

Kan också innebära

- Kreativitet och nytänkande
- Förmåga att se helheter och detaljer
- Stort engagemang i intresseområden
- Analytisk förmåga
- Intensivt fokus i vissa situationer
- Många idéer
- En rik och komplex inre värld
- Förmåga att tänka utanför ramarna
- Stark rättvisekänsla

Bra att veta

AuDHD kan se väldigt olika ut. Vissa upplever att ADHD-dragen är mest framträdande, andra att autistiska drag märks mer. Ofta växlar de beroende på situation, krav och omgivning.

Det är inte ovanligt att egenskaperna från ADHD och autism både kan förstärka och motverka varandra, vilket kan göra vardagen mer komplex.



Tourette syndrom

Tics · motorik · ljud · impulser

Tourette syndrom är en neuropsykiatrisk diagnos som kännetecknas av återkommande tics. Tics är ofrivilliga, plötsliga rörelser eller ljud som kan variera i intensitet och över tid. Tourette ser olika ut från person till person och ticsen kan förändras genom livet.



Kan påverka

- Motoriska tics (t.ex. ögonblinkningar, ryckningar, grimaser)
- Vokala tics (t.ex. harklingar, ljud, ord)
- Koncentration och uppmärksamhet
- Sociala situationer
- Trötthet och stresskänslighet
- Självkontroll och impulser
- Känsloreglering

Kan också innebära

- Stor medvetenhet och självinsikt
- Kreativitet och originalitet
- Förmåga att fokusera intensivt på intresseområden
- Humor och snabb tankeförmåga
- Styrka och uthållighet i vardagen
- En unik personlighet och livserfarenhet

Bra att veta

Tics kan variera i typ och intensitet och påverkas ofta av stress, trötthet, starka känslor eller stimulans. Många kan tillfälligt dämpa sina tics, men det kräver ofta mycket energi. Tics är ofrivilliga och går inte att "sluta med".

Tourette syndrom handlar inte om att göra saker med flit. Tics är ofrivilliga och en del av diagnosen.



Språkstörning

DLD - Developmental Language Disorder

Språkstörning, eller DLD (Developmental Language Disorder), är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som påverkar den språkliga förmågan. Det handlar om svårigheter att förstå, bearbeta och/eller uttrycka språk. Språkstörning kan förekomma tillsammans med andra diagnoser, till exempel ADHD, autism och intellektuell funktionsnedsättning.



Det kan innebära svårigheter med

- Att förstå det som sägs
- Att hitta rätt ord
- Att formulera meningar
- Att följa instruktioner
- Att delta i samtal
- Att minnas och bearbeta verbal information
- Att förstå språkliga nyanser, ironi och underförstådd information

Det kan också innebära styrkor

- Kreativt tänkande
- Visuellt lärande
- Stor uthållighet
- Tydligt och konkret tänkande
- Starka intressen
- En unik förmåga att se världen på nya sätt

Bra att veta

Språkstörning handlar inte om intelligens. Många med språkstörning har normal eller hög intellektuell förmåga. Med rätt stöd, anpassningar och förståelse kan personer med språkstörning delta, utvecklas och nå sin fulla potential.

Språkstörning
handlar inte om intelligens,
utan om språklig funktion.

Olika hjärnor.
Samma värde.



Sammanfattning

Olika diagnoser. Olika styrkor. Samma värde.



I den här föreläsningen har vi gått igenom fem neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som ofta förekommer, ibland var för sig och ibland tillsammans.

Varje diagnos har sina egna kännetecken, men det finns också många gemensamma nämnare – och inte minst många styrkor.

ADHD

- Uppmärksamhet
- Impulskontroll
- Aktivitet
- Styrkor som kreativitet, energi och nytänkande

Autism

- Social kommunikation
- Samspel
- Flexibilitet
- Styrkor som noggrannhet, ärlighet och uthållighet

AuDHD

- En unik kombination
- Både utmaningar och möjligheter
- Olika behov i olika situationer
- Styrkor i bredd och djup

Tourette syndrom

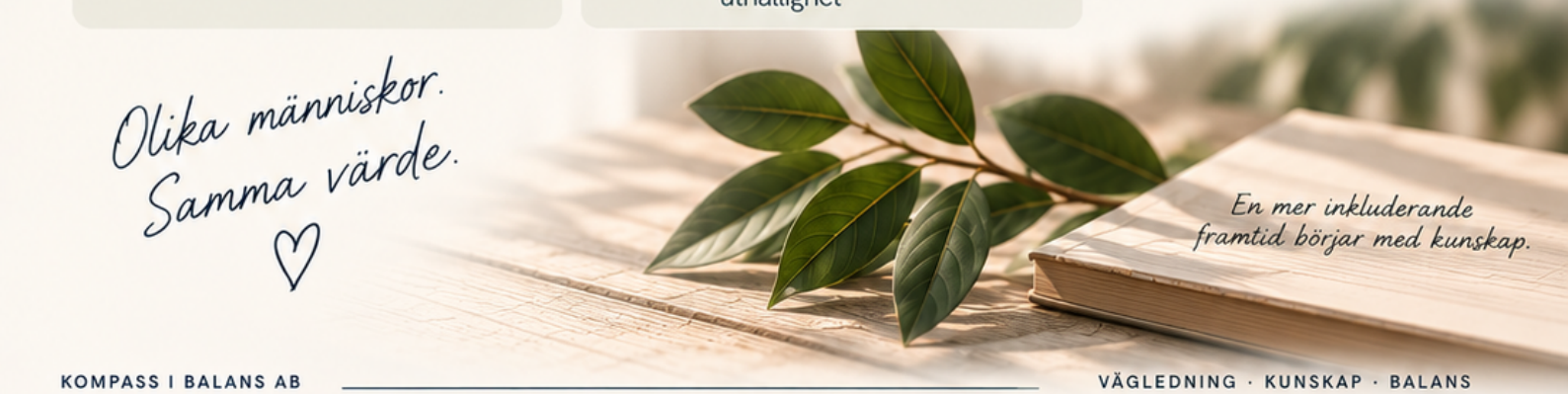
- Tics (motoriska och vokala)
- Varierar i intensitet
- Kan påverkas av stress, trötthet och känslor
- Styrkor som spontanitet, uthållighet och stark rättvisekänsla

Språkstörning / DLD

- Påverkar språkets form, innehåll och användning
- Kan påverka tal, förståelse, ordproduktion och samtal
- Varierar i grad
- Styrkor som kreativitet, visuellt tänkande och uthållighet

Mer förståelse leder till större möjligheter

Olika människor. Samma värde. ♡



Stöd och strategier

Små anpassningar kan göra stor skillnad



Det finns inte en lösning som passar alla, men det finns många strategier, hjälpmedel och anpassningar som kan göra vardagen lättare. Genom att förstå sina egna styrkor och utmaningar kan man hitta det som fungerar – i skola, arbete och privatliv.

Individuella strategier

- Förstå sina egna behov
- Skapa struktur och rutiner
- Använda visuella stöd
- Dela upp uppgifter i mindre steg
- Anpassa miljön (ljud, ljus, struktur)
- Ta pauser och återhämtning
- Vara snäll mot sig själv

I skola och arbete

- Tydlig information och instruktioner
- Skriftligt stöd
- Flexibilitet i tid och arbetsform
- Möjlighet till anpassningar
- Förståelse från omgivningen
- Styrkefokuserat arbetssätt
- Ett inkluderande och tillåtande klimat

Hjälpmedel och verktyg

- Kalendrar och planeringsappar
- Påminnelser och larm
- Visuella scheman
- Hörselkåpor och annat sensoriskt stöd
- Digitala verktyg för fokus och organisation
- Anteckningsstöd
- Ergonomiska hjälpmedel

Betydelsen av omgivningen

- Kunskap minskar fördomar
- Ett stödjande nätverk gör stor skillnad
- Acceptans och förståelse skapar trygghet
- Alla har ett ansvar för ett inkluderande samhälle
- När vi ser möjligheter istället för hinder kan fler lyckas

Olika människor. Samma värde. ♡

Rätt stöd
kan öppna dörrar
till en ljusare framtid.

Vidare på din resa

Kunskap om NPF är inte ett slutmål, utan en början. Genom ökad förståelse kan vi skapa mer inkluderande miljöer, bättre bemötande och större möjligheter – både för individen och för samhället.

Små förändringar i vardagen kan göra stor skillnad. När vi ser styrkorna, anpassar miljön och möter människor med nyfikenhet och respekt, skapar vi förutsättningar för att fler ska må bra och utvecklas.



Ta med dig detta

Fem viktiga insikter från den här föreläsningen

- NPF är vanligt och ser olika ut hos varje individ.
- Styrkor och utmaningar går ofta hand i hand.
- Rätt kunskap, anpassningar och stöd gör stor skillnad.
- Miljön spelar en avgörande roll för hur vi fungerar.
- Ett mer inkluderande samhälle gynnar oss alla.

> *När vi möter människor med förståelse istället för fördomar, öppnar vi dörrar till en ljusare framtid.*

Tillsammans skapar vi möjligheter.

MARIELLE YRJAS
KOMPASS I BALANS AB