

Att Möta och **Bemöta**

Personer som
tänker och
fungerar
annorlunda



Varning!

Denna föreläsning kan uppfattas som "rörig".

Så till dig som känner så vill jag redan nu säga:

VÄLKOMMEN TILL MITT LIV!



Vem är jag?

Självständig
Nätverkare
Illustratör
Flexibel
Kameleont
Adhd
Fru
Social
Optimist
Unik
Tidsoptimist
Rättvisekämpe
Envis
Mamma
PTSD
Autism



KAMELEONTEN-FUNDERAR.SE
©Anna Forsvall

Innehåll



Utvecklingsrelaterade
funktionsnedsättningar



Att leva med neuropsykiatrisk problematik

Paus



Att bemöta personer med
dessa funktionsnedsättningar

Förhållnings-
sätt

Bemötande

Hantering



Hjälp och stöd samt allmänna tips



Frågor (fritt fram!)



Allt syns inte på utsidan...

Att möta och Bemöta 210322

KAN MAN VERKLIGEN
FÅ ANDRA ATT FÖRSTÅ
HUR DET ÄR ATT
SAKNA
EN FÖRMÅGA
SOM DE
ALLTID
HAR HAFT?





Att möta och Bemöta 210322



Många gemensa svårigheter

Kognitiva svårigheter

Arbetsminne, uppmärksamhet,
impulskontroll, reglera aktivitetsnivå mm

Tidsuppfattning, planering,
Svårt att se helheten

Perception

”Saknar filter”

för intryck

Sömnpromblem

Problem med mat



Svårt i det sociala samspelet

Delta i lekar, samtal, få och behålla
vänner

Att möta och Bemöta 210322

”Bokstavskombinationer”



EXEKUTIVA FUNKTIONER- VAD ÄR DET?

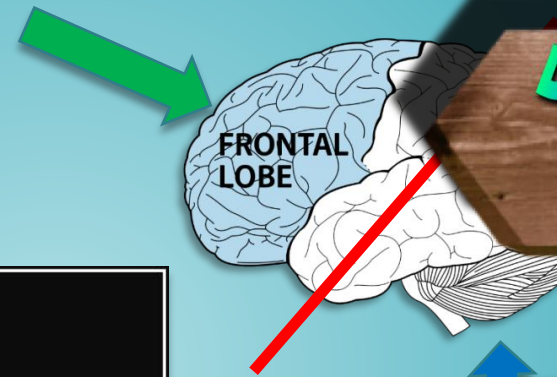
- Förmåga att planera
- Förmåga att hejda sina (oönskade) handlingar
- Anpassningsförmåga



ADHD is not about knowing what to do, but about doing what one knows.

— Russell Barkley —

AZ QUOTES

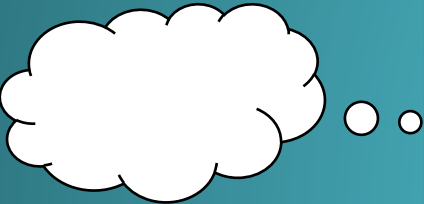


Den kloka, den logiska
och enda rätta vägen

Den **ROLIGA**
R **Vägen!!**

DEN VÄG SOM DU MYCKET
VÄL VET ATT DU SKA TA!

Adhd & exekutiva funktioner?



Inhibition:

-Impulsivitet

”The minds eye” *Hindsight-Foresight*

”The minds voice;”

”The minds heart”

Självmotivation

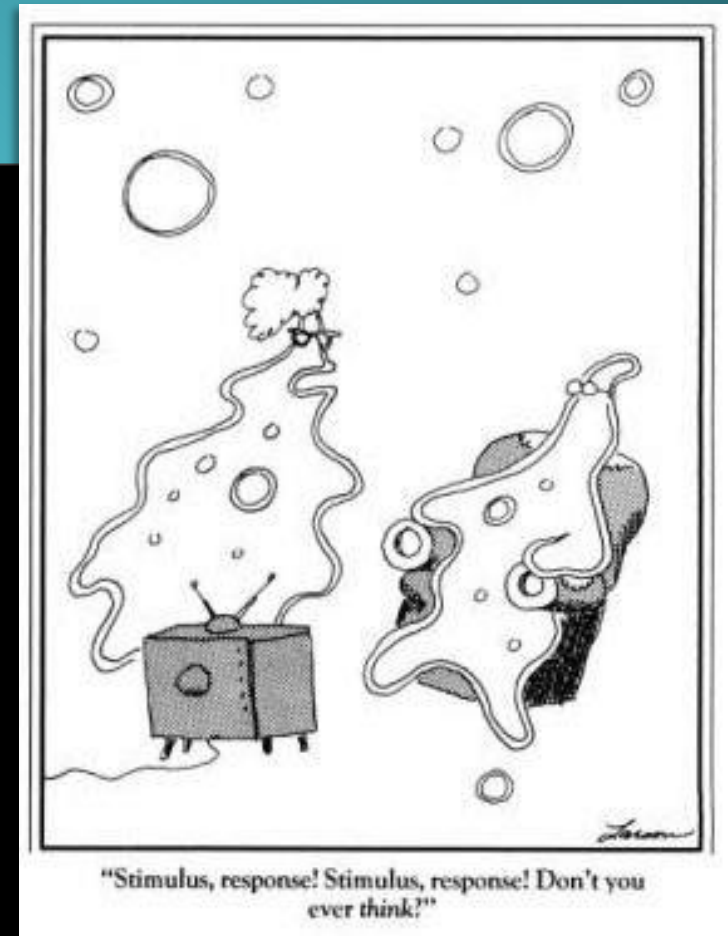
-Behöver komma utifrån med

Snabb återkoppling

Perseverering

-Inte brist i uppmärksamhet utan i förmågan att stänga ute distraktioner

”The minds playground”



Specifikt om autism ”Wings triad”

Stereotypa beteenden
(Inklusive special-
intressen)

Föreställnings-
förmåga

Social
interaktion

Mindre behov
av social
interaktion

Ömsesidig
kommu-
nikation

Automatiserings-
svårigheter
(Autopilot)



Allt nytt är **FEL!**



Tills det inte är
nytt länge och
därför inte
heller fel.....

...SÅ HÄR LÅNGT

- Medfödda funktionsnedsättningar
 - Syns inte men finns i allra högsta grad
 - Olika kombinationer av svårigheter ger väldigt olika symptom- Hos olika individer!
- Innebär ojämnheter i prestationsförmågan



Passiv, impulsiv, inåtvänd, osocial,
aggressiv, lat, okoncentrerad, klumpig,
slö, trögstartad, egoistisk mm.

Ovanför ytan

Brist på signalsubstanser i hjärnan; främst
dopamin och noradrenalin

Sämre signalöverföring mellan områden i
hjärnan t.ex. kort-långtidsminne

Bristande central coherens

Bristande "Theory of mind"

Under ytan



Att möta och Bemöta 210322



Vissa bitar kommer aldrig riktigt att passa in -men de är UNIKA och har ändå en oändlig potential om de hamnar på rätt plats!



AUTISM

**Syns inte på utsidan
&
Förklaras bäst från insidan**



Att vara flicka / kvinna med NPF

-Hur hittar man flickorna tidigare?

- "Skrikik"/"kinkig"
- Beroende av mamma
- Lekar- hur leker man?
- Sociala koder
- Kompisar

Barndom



- Skoltrötthet/ vill inte gå dit
- Skolk
- Mobbing
- Sjukdom
- Imiterar

Skolåren



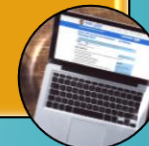
- Sökande efter identitet
- Puberteten
- Krav
- Utmattning

Tonår / ung vuxen



- Socialt samspel
- Yrkesval
- Få / behålla jobb
- Arbetsförmåga

Arbetsliv



- Förväntningar
- Krav
- Hushåll
- Ekonomi
- Psykisk & Fysisk hälsa

Föräldrarskap
Vuxenliv



Försenad utveckling
Leker bredvid; inte med
Annorlunda kroppsspråk

Svårt med mat
Ensamhet
Kompiskontakter
Språk/Läsa/skriva

Hormonell påverkan
Ångest/Depression
"Jakt på identitet"
Riskbeteenden

Samsjuklighet inom psykiatri
Svårt att behålla jobb.

Svårt att "knyta ihop säcken" samsjuklighet

Det absolut roligaste min man någonsin har sagt!

Har du lust att plocka in i diskmaskinen?

Nej; det har nog faktiskt ALDRIG hänt!



Jag undrar var jag la mina nycklar?
Längesen jag såg den där filmen "Nyckeln till frihet!"
Får inte glömma att skicka med jympabläder till fritids.. Suck:
Om jag hade om man ändå hade en tia för varje gång man glömde
Vingar skulle något! Det kan inte vara kul för en fisk att bo i akvarium?
jag nog... Bäst att inte tala om att jag backade på den där stolpen..
Å, nej! nu är klockan snart halv tre!! Jag kommer att vara
DÖD när klockan
Har alltid undrat hur det skulle vara att ligga på ett moln...? ringer!!
Måste till apoteket imorgon! Nästa gång jag pratar med läkaren
MÅSTE jag be om recept och intyg!!

Zzzz...

Övertrött
ADHD-hjärna

Övertrött neurotypisk
hjärna

Jo:

Det går att vara för trött!

Att även se humorn...

Att möta och Bemöta 210322





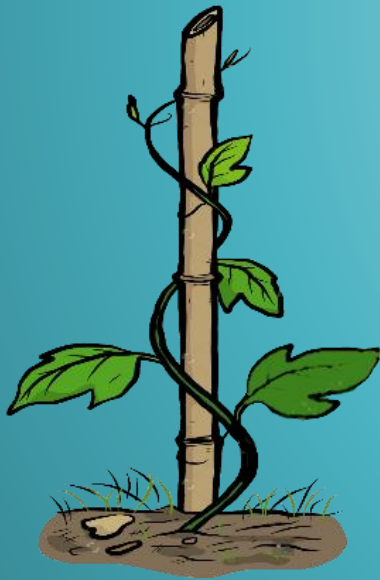
PAUS

Frågor?





Den inställning du tar med dig in i ett möte med någon annan påverkar resultatet mer än du tror!



Lågaffektiv pedagogik

Historisk återblick:

Sokrates: "Alla gör så gott de kan"

Platon: "Barn är vilda och måste tämjas"

Aristoteles: "Barn är ofärdiga vuxna, behöver liksom växter näring"

"Vissa växter behöver stöd;
en pinne"



**När bilen stannar för att
bensintanken är slut:**



**Är det så
att den
"kan om den bara vill"?**

**Men du; om du bara
skärper dig och kör bort
till macken-
Då kan du få massor
av bensin!**



Lågaffektivt förhållningssätt

”Människor som kan uppföra sig gör det.”
Ross W. Greene

- När du inte kan flytta på berget- gå runt!
- **Hitta nya vägar!**
- Medfödda problem kräver att miljön anpassar sig
- Den med mest kontroll över sig själv tar ansvaret
- Finn den sak som motiverar den som inte vill!
- **Var nyfiken, hitta den där vägen! Motivation är A & O**



Tänk på:

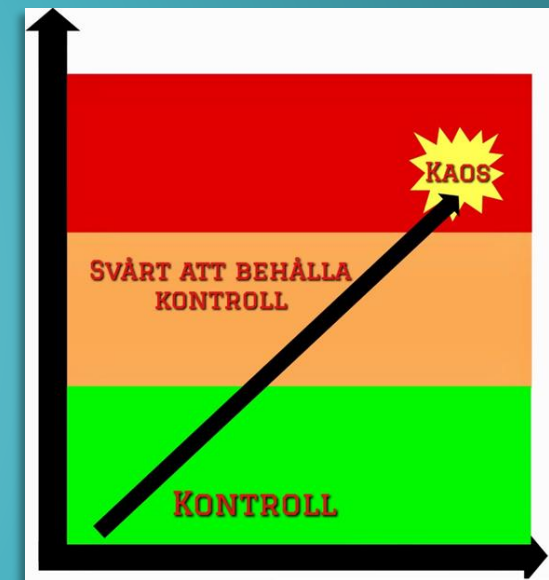
BeMöta:

- Affekt smittar; vad vill du ”smitta av dig” med?
- Ansvaret måste ligga hos den med mest kontroll över sitt beteende
- Även beteenden vi inte förstår har en funktion-
..den behöver inte vara positiv...
- När kraven överstiger förmågan...
försvinner kontrollen!

Möta:

INGEN vill tappa kontrollen

- Kroppsspråk: spänd, avslappnad -röst-
- Läge; styrka, ord – blick
- Position: hög, låg, framför, bakom.



HANTERING AV PROBLEMATISKA SITUATIONER -LÅGAFFEKTIVT BEMÖTANDE

När blir det problem? – Vems är problemet?

Mitt sätt att lösa problemet:



Ditt sätt att lösa problemet

- ”För vems skull?”
- Kartlägg!
- När; dag, tid, situation, miljö?

***”Aldrig tvinga,
aldrig svika, aldrig
överge”***

Att möta och Bemöta 210322





För att se krävs att man använder rätt glasögon!

Vad väljer du att se idag?

Hur svårt kan det möjligtvis vara?!!

MYCKET MYCKET svårare än du någonsin kan förstå.

ANPASSNINGAR, HJÄLPMEDEL STÖD

- Tydlighet
- Har personen förstått?
- Be dem repetera!
- Använd stöd!



ALLTID UTGÅ FRÅN
INDIVIDEN OCH
DESS BEHOV



KOMMUNIKATION
ALLTID MÖJLIG
OCH VIKTIG!



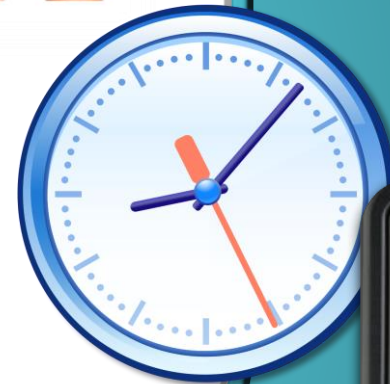
ANVÄND
HJÄLPMEDEL

Vissa personer
behöver ändå en:
NÖDUTGÅNG



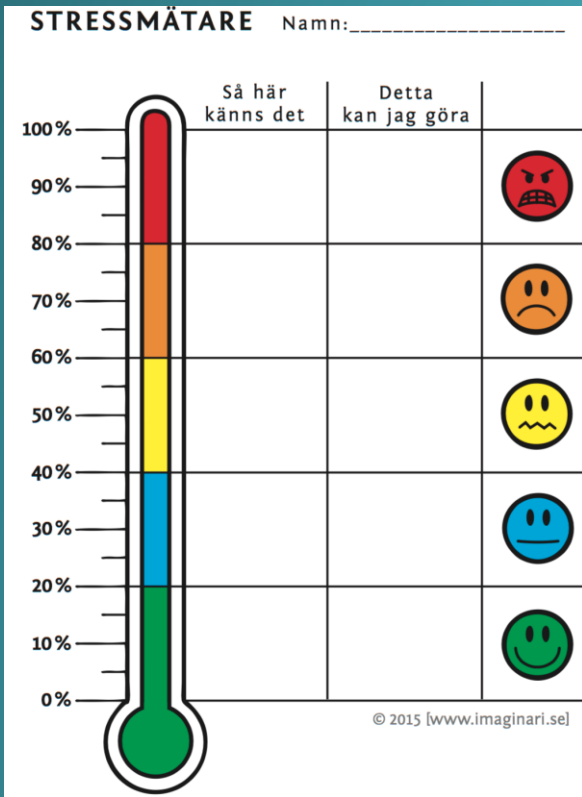
Se till att personen ALLTID vet svaren på:

1. **VAD** ska hända? (vad ska jag göra)
2. **NÄR?**
3. **VAR** ska jag vara? (eller var ska jag åka)
4. **VEM** ska vara med/vem är där?
5. **HUR LÄNGE** ska det hålla på? **Visa tiden tydligt**
6. **VAD** händer sedan?



Gör det lätt att göra rätt!

Exempel på hjälpmedel



ALSUP Collaborative & Proactive Solutions
The Next Generation of Solving Problems Collaboratively

BARNETS NAMN _____ DATUM _____

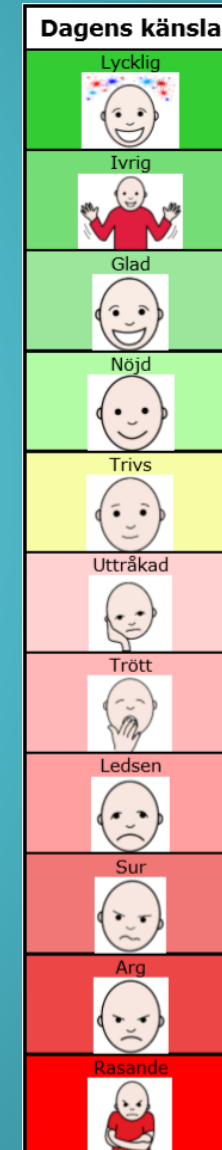
INSTRUKTIONER: ALSUP är till för att användas som en diskussionsguide, snarare än en fristående check-lista eller skattningsskala. Den bör användas för att identifiera specifika eftersläpande färdigheter och olösta problem för ett specifikt barn eller ungdom. Om en eftersläpande färdighet stämmer, kryssa i den. Innan du fortsätter till nästa eftersläpande färdighet, identifiera den specifika förväntan barnet har svårt att möta i relation till den eftersläpande färdigheten (det olösta problemet). Exempel på olösta problem finns i slutet av sidan.

EFTERSLÄPANDE FÄRDIGHETER	OLÖSTA PROBLEM
<input type="checkbox"/> Svårighet med övergångar, att byta från en tanke eller en uppgift till en annan	
<input type="checkbox"/> Svårighet att göra saker i en logisk eller förutbestämd ordning	
<input type="checkbox"/> Svårighet att fortsätta med svåra eller mödosamma uppgifter	
<input type="checkbox"/> Svårigheter med tidsuppfattning	
<input type="checkbox"/> Svårighet att bibehålla fokus	
<input type="checkbox"/> Svårighet att ta i beaktande sannolika utfall eller konsekvenser av handlingar (impulsiv)	
<input type="checkbox"/> Svårighet att ta i beaktande flera lösningar till ett problem	
<input type="checkbox"/> Svårighet att uttrycka angelägenheter, behov eller tankar i ord	
<input type="checkbox"/> Svårighet att hantera känslomässiga reaktioner på frustration och tänka rationellt	
<input type="checkbox"/> Kronisk irriterabilitet och/eller oro som på ett betydande sätt hindrar förmågan att problemlösa eller ökar frustration	
<input type="checkbox"/> Svårighet att se "gräskolor"/ konkret, bokstavligt, svartvitt tänkande	
<input type="checkbox"/> Svårighet att avvika från regler och rutiner	
<input type="checkbox"/> Svårighet att hantera oförutsägbarhet, tvetydighet, osäkerhet och nyheter	
<input type="checkbox"/> Svårighet att byta från en ursprunglig idé, plan eller lösning	

SWEDISH



Att möta barn Bm 15 25 02



”EN BILD SÄGER MER ÄN TUSEN ORD”!

Är det så?



**Detta område är
övervakat med
kamera-
utrustning**



Frågor?
Funderingar?
Annat?

Att möta och Bemöta 210322





Titta gärna in
på hemsidan!

www.kameleonten-funderar.se



Där man duger
som man är:



Har man hittat
sin plats



PDF finns att hämta på hemsidan!

Att möta och Bemöta 210322

Tack för att ni har lyssnat!