

Alla är vi olika

Några tankar från Barbro Emilsson, leg. psykolog

Barbro Emilsson

Vi är alla olika och det gör att möten med människor blir så spännande och fascinerande. Bara tanken att vi alla skulle vara lika är svår att föreställa sig.

Vid möten med nya människor finner vi ibland gemensamma tankar och intressen, vilket är härligt att upptäcka. Ibland är det tvärtom, vi finner människor som har helt andra åsikter och tankar. Detta kan vara berikande genom att ge oss nya perspektiv och funderingar. Emellanåt kan det också vara svårt.

Bland oss alla finns idag många personer som fått en diagnos inom det neuropsykiatriska området. För att få detta fordras att man uppfyller en rad kriterier samt har behov av hjälpande insatser. Har man inte behov av insatser i form av t.ex. stöd, anpassningar, miljöförändringar, så ska man inte ha en diagnos! Det finns också de personer som behöver insatser, men som inte fått möjlighet till utredning. Idag finns det dessutom personer, som vill bli av med en diagnos satt i en tidigare fas i livet.

De svårigheter jag syftar på här finns oftast i vardagen. Vår tillvaro är fylld av olika delar och det kan vara svårt få ihop dessa till en meningsfull helhet, ett förståeligt sammanhang. Förmågan att läsa av andra människor och dela sina känslor och tankar med andra är nedsatt. Känsligheten för sinnesintryck är annorlunda och förmågan att styra sitt beteende mot ett mål. Det konkreta är lättare förstå än det abstrakta t.ex. konkret språk.

En del människor utmärker sig genom att ha styrkor/starka sidor, där deras kunskap och förmågor kan vara en stor tillgång. De kan handla om att fokusera, aldrig ge upp eller att finna lösningar utanför det vanliga. Långtidsminnet kan vara utmärkt och detsamma gäller detaljseendet.

Det pedagogiska arbetssättet, som är utarbetat för personer med dessa svårigheter och styrkor, bygger på att göra tillvaron begriplig och att finna en balans mellan individens resurser och de krav som finns. Vi måste börja med att lära känna personen väl. De starka sidorna kan vi sedan använda för att möta svårigheterna. Vi måste skapa en tydlighet i tillvaron. Göra verksamheten begriplig med bl.a. mål och tidsramar nedskrivna. Vi vet att skriftlig information är lättare att ta till sig än muntlig. Tydlighet gäller även tiden och rummet och personer i verksamheten. Rutiner skapar ordning men behöver också ge utrymme för förändringar.

Låt oss nu göra ett tankeexperiment:

Om du eller jag skulle studera diagnoskriterierna och pricka för de kriterier som passar in på oss själva, skulle vi upptäcka att någon eller några stämmer in. De allra flesta personer i samhället har drag av eller visar symptom som stämmer överens med diagnosen. Men det är oftast först när många av

kriterierna passar in på en person, som svårigheterna märks. Det finns alltså många personer som uppvisar tecken på svårigheter och på styrkor men som inte uppfyller kriterierna för diagnos.

Allt detta innebär, att vi har en rad människor i gråzonen till det neuropsykiatriska området. Personligen tycker jag, att jag möter människor i gråzonen inom många verksamheter. Idag vet vi, hur viktigt det är för dessa människor att få rätt bemötande, att vi lär känna personen och anpassar oss efter deras behov. Vi vet också, att många av dem har enorma styrkor och driv att få utveckla sina kunskaper. Det pedagogiska arbetssättet är av avgörande betydelse för många!!

Det jag här vill lyfta fram är vikten av att sprida kunskap och information om gråzonen. Det vore ju förnämligt om vi som är engagerade i detta fält kunde sprida kunskapen om det pedagogiska arbetssättet. Jag tänker bl.a. på barn- och ungdomsverksamheter, idrottsrörelsen, polisen, kyrkans verksamhet...

Men vad kan verksamheterna göra?

Här är några förslag:

- Vid samtal med en person – ha alltid tillgång till papper/penna eller digitalt skrivhjälpmedel
- Vid samtal med flera personer t.ex. en ungdom med föräldrar kan en dagordning med turordning för vem som talar underlätta
- Man kan vid genomgång av olika aktiviteter eller annat väsentligt använda t.ex. en whiteboard/digitalt skrivhjälpmedel och skriva ner viktiga delar. Att inte bara *höra* ett budskap utan också *se* det ökar förståelsen.
- Undvik att göra upp om viktiga saker enbart muntligt utan bekräfta med visuellt meddelande
- Använd ett konkret språk
- Vid förslag på aktiviteter och önskemål nedskrivna på en lista, lägg till en rad "övrigt". Detta kan inspirera personen att förstå att han/hon kan komma med egna förslag

Detta är några tankar från Barbro Emilsson

Leg. psykolog

Åby 25/4, 2022