

# ViS - Vård i samverkan

**Kommun(er):** Knivsta

**Region Uppsala:** Samtliga hälso- och sjukvårdsförvaltningar

**Fastställt av:** TL HSVO Knivsta

**Datum:** 2022-06-07

## Samverkan, utveckling och föräldraskap, SUF, Knivsta kommun

### Innehåll

Bakgrund.....	2
Syfte .....	2
Omfattning.....	2
Ansvar .....	2
Termer och begrepp.....	3
Genomförande .....	3
Förutsättningar .....	3
Samverkan.....	4
Att ge underlag för informerat val.....	5
Kontakt vid graviditet.....	5
Kontakt vid nyfött barn/vid ny identifierad familj .....	5
När barnet är placerat .....	6
Uppföljning .....	6
Referenser.....	6
Dokumenthistorik.....	6
Bilaga 1: Värdegrund för SUF-arbetet .....	8
Bilaga 2: Stödinsatser .....	9
Bilaga 3: Hur påverkar kognitiva svårigheter föräldraförmågan?.....	11
Bilaga 4: Att tänka på inför och under mötet .....	15

# Bakgrund

I november 2018 antogs ViS-dokumentet *SUF-kunskapscentrum* av Hälsa, stöd, vård och omsorg (HSVO). Dokumentet innebär prioritering av målgruppen med ett samägande och gemensamt ansvar av parterna för utvecklingsprocesserna. Samtidigt antogs ett regionalt strävansmål för Uppsala län: jämlika levnadsvillkor för familjer där någon av föräldrarna har intellektuell funktionsnedsättning och/eller andra kognitiva svårigheter såsom vid ADHD, ADD, autismspektrumtillstånd, förvärvad hjärnskada och svagbegåvning.

Denna rutin har som övergripande utgångspunkt:

- FN:s konvention om barnets rättigheter (Barnkonventionen)
- FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning (artikel 23)
- Nationell strategi för stärkt föräldraskapsstöd (2018)

## Syfte

Syftet med rutinen är att beskriva hur samverkan ska bli till praktisk handling i Knivsta i en strävan att uppnå det regionalt uppsatta målet: att främja jämlika levnadsvillkor för familjer där någon av föräldrarna har kognitiva svårigheter som påverkar deras föräldraförmåga.

## Omfattning

Denna rutin omfattar berörda medarbetare vid habiliteringen, barnmorskemottagningar, ungdomsmottagningen och barnavårdscentraler i Knivsta samt medarbetare i Knivsta kommuns verksamheter inom Vård- och omsorgskontoret samt Utbildningskontoret.

## Ansvar

Vid introduktion av ny personal ansvarar **varje verksamhet** för att informera om denna rutin, det lokala SUF-arbetet och SUF-Kunskapscentrum, samt det material och annat stöd i arbetet som de erbjuder enligt nedan.

**Chefer** ansvarar för att rutinen implementeras och efterföljs. **Medarbetare** ska kunna identifiera, ha kunskap om och kunna använda sig av verktyg för kommunikativt och kognitivt stöd.

Knivsta kommuns representant i ledningsgruppen för SUF-Kunskapscentrum ansvarar för att förmedla information mellan ledningsgruppen, SUF strateg samt den lokala SUF-gruppen.

Representanter i de olika grupperna ansvarar för att förmedla information till berörda personer i sina verksamheter<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Uppdragsbeskrivning för representant i lokal SUF-grupp, [www.region uppsala.se/suf](http://www.region uppsala.se/suf)

# Termer och begrepp

SUF-Kunskapscentrum - arbetar med att utveckla, samla och sprida kunskap om stöd till barn och föräldrar i familjer där någon förälder har Intellektuell funktionsnedsättning (IF) eller andra kognitiva svårigheter som påverkar föräldraförmågan. Kunskapscentret samfinansieras av Region Uppsala och Uppsala läns kommuner.

Ledningsgrupp - länsgemensam grupp med representanter från länets kommuner och berörda verksamheter inom Region Uppsala som ansvarar för ledning och styrning av SUF-Kunskapscentrum. Ledningsgruppen rapporterar till HSVO.

SUF Strateg - lokal grupp i Knivsta med chefer från berörda verksamheter samt närvårdsstrateg

Lokala SUF-gruppen - lokal grupp i Knivsta med medarbetare från berörda verksamheter

BMM - barnmorskemottagning

BVC - barnvårdscentral

Informerat val - få kunskaper och förståelse för vad det innebär att vara förälder med hjälp av material och information för att kunna göra ett informerat val gällande graviditet.

Råd och stöd - Socialtjänstens enhet för öppenvårdsinsatser gällande barn och familj. Kan även ge rådgivande samtal vid fem tillfällen utan journalföring.

ViS-dokument - Vård i samverkan (ViS) är samlingsnamn för de styrande dokument som stödjer samverkan mellan Region Uppsala och länets kommuner. Finns både länsgemensamma och lokala.

## Genomförande

### Förutsättningar

För att ge verksamheter förutsättningar att följa denna rutin erbjuder SUF-Kunskapscentrum utbildning, stöd och material enligt nedan. En kort beskrivning av hur kognitiva svårigheter kan yttra sig, och tips och råd hur professionella kan förbereda inför och lägga upp möten på ett anpassat sätt finns som bilagor i detta dokument.

### Webbinarium

SUF-Kunskapscentrum håller i webinarium 2 ggr/år utifrån temat Föräldraskap vid kognitiva svårigheter. Utbildningsmaterialet vid dessa tillfällen går även att se utanför webinarier för personal inom berörda verksamheter i Uppsala län. Webbinariet finns även tillgängligt i systemet PingPong för medarbetare inom Region Uppsala.

## Digital konsultation

Varannan vecka erbjuder SUF-Kunskapscentrum digital konsultation, där medarbetare i berörda verksamheter kan anmäla sig vid behov. Varje medarbetare anmäler sitt deltagande till SUF-Kunskapscentrum, och blir tilldelad en tid där endast denne medverkar.

## Utbildning

PYC-konsortiet (som SUF-Kunskapscentrum ingår i) erbjuder utbildning i PYC (Parenting Young Children). SUF-Kunskapscentrum erbjuder även utbildning i RCB (Real Care Baby) och Mamma/Pappa trots allt, samt metodstöd för personal som utbildats i PYC och Mamma/Pappa trots allt.

## Material

Material till stöd i arbetet, t.ex. Checklista vid bemötande av person med kognitiva svårigheter, och informationsfilmer finns att tillgå på SUFs hemsida:

[www.regionuppsala.se/suf](http://www.regionuppsala.se/suf)

## Samverkan

Grundläggande för användningen av denna lokala rutin är att aktuell förälder/blivande förälder upplever sig vara delaktig och ha inflytande i dialog, planering och insatser. Detta förutsätter i sin tur att medarbetarna är transparenta med sina intentioner.

Inför tvärprofessionella möten ska varje part i dialog med föräldern/blivande föräldern komma fram till innehållet för det kommande mötet, vad som ska tas upp och vad som inte ska tas upp. Se gärna bilaga 3 och 4 i detta dokument för tips och råd inför och under mötet. Föräldern/blivande föräldern ger sitt samtycke till mötet (skriftligt eller muntligt) och är därmed förberedd inför mötet där hen medverkar. Samtycket ska dokumenteras av samtliga parter i respektive journal.

I de fall då föräldern/blivande föräldern av någon anledning inte själv vill delta i mötet ska varje part ha försäkrat sig om förälderns/blivande förälderns inställning och ha fått samtycke till att delta i mötet utan hens medverkan. Även detta samtycke ska dokumenteras.

Alla möten ska sammanfattas på ett lättförståeligt sätt i slutet av mötet och förälder/blivande förälder ges möjlighet att få sammanfattningen på det sätt hen önskar, till exempel genom att fotografera eller få en sammanfattning i punktform på papper på det som har bestämts. Här kan även bildstöd användas.

Om möten resulterar i en plan ansvarar varje verksamhet för att dokumentera i relevant system hos sig själva. Det ska också bestämma när och hur planen ska följas upp.

## Att ge underlag för informerat val

Om medarbetare inom berörda verksamheter identifierar kognitiva svårigheter hos en person som har funderingar på att skaffa barn eller ytterligare barn ska de:

- stödja personen i att ta kontakt med Råd och stöd och/eller Habiliteringen, för att få fördjupad kunskap om vad föräldraskap innebär och vilket stöd som finns (Habiliteringen kan endast erbjuda stöd om personen har blivit beviljad kontakt där sedan tidigare)
- Stödja personen i kontakten med andra yrkesverksamma utifrån behov, t.ex. BMM eller ungdomsmottagning
- Ge personen möjlighet att ha nätverksmöte (erbjuds av Råd och stöd genom öppen ingång)
- Erbjudna personen preventivmedelsrådgivning eller liknande stödinsats, se bilaga 2

## Kontakt vid graviditet

Medarbetare inom berörda verksamheter som identifierar kognitiva svårigheter hos en blivande förälder/föräldrar och som bedömer den/de vara i behov av anpassade stödinsatser inför kommande föräldraskap ska:

- Förmedla kontakt med BMM som kan erbjuda föräldrautbildning med hjälp av SUF-material som finns på [PM för barnmorskor \(regionuppsala.se\)](http://PM.för.barnmorskor.regionuppsala.se). Vid behov samordnar BMM föräldrautbildningen med specialistmödravården.
- Motivera till och förmedla kontakt med socialtjänsten/Råd och stöd för anpassade stödinsatser
- Ge möjlighet till nätverksmöte (erbjuds av Råd och stöd genom öppen ingång)
- Vid behov bjuda in de blivande föräldrarna och deras nätverk till ett möte med samarbetsparter, t ex socialtjänstens mottagning för ansökan/anmälan, Råd och stöd, Habiliteringen, BMM, daglig verksamhet, boendestöd, BVC
- Handläggare inom socialtjänsten kan besluta om insatser enligt delegation, t.ex. familjebehandling i form av PYC

Som stöd finns checklista [Identifiera kognitiva svårigheter](#) samt mer information om kognitiva svårigheter och föräldraskap på SUF-Kunskapscentrums hemsida<sup>2</sup>.

## Kontakt vid nyfött barn/vid ny identifierad familj

Medarbetare inom berörda verksamheter som identifierar kognitiva svårigheter hos en förälder/föräldrar och som bedömer den/de vara i behov av anpassade stödinsatser i sitt föräldraskap ska:

---

<sup>2</sup> [www.regionuppsala.se/suf](http://www.regionuppsala.se/suf)

- Motivera till och förmedla kontakt med Fröhusets Öppna förskola/Familjecentralen
- Motivera till och förmedla kontakt med Råd och stöd för anpassade stödinsatser
- Ge möjlighet till nätverksmöte (erbjuds av Råd och stöd genom öppen ingång)
- Vid behov bjuda in de blivande föräldrarna och deras nätverk till ett möte med samarbetsparter, t ex socialtjänstens mottagning för ansökan/anmälan, Råd och stöd, Habiliteringen, BMM, daglig verksamhet, boendestöd, BVC
- Där så är lämpligt informera barnet om förälderns funktionsnedsättning.
- Handläggare inom socialtjänsten kan besluta om insatser enligt delegation, t.ex. familjebehandling i form av PYC

Som stöd finns checklista [Identifiera kognitiva svårigheter](#) samt mer information om kognitiva svårigheter och föräldraskap på SUF-Kunskapscentrums hemsida<sup>3</sup>.

## När barnet är placerat

Medarbetare inom berörda verksamheter som identifierar kognitiva svårigheter hos en förälder/föräldrar vars barn är placerade utanför hemmet ska:

- Motivera till och förmedla kontakt gällande Mamma/Pappa trots allt-grupp
- Handläggare inom socialtjänsten kan besluta om insatser enligt delegation, t.ex. för umgängesstöd vid behov
- Där så är lämpligt informera barnet om förälderns funktionsnedsättning

Mer information om respektive parts ansvar finns att hitta i ViS-rutinen [Samverkansrutin mellan socialtjänst, förskola, skola, tandhälsa och barnhälsovård gällande barn och unga placerade utanför det egna hemmet](#)

## Uppföljning

Lokala SUF-gruppen ansvarar för att identifiera och lyfta förbättringsområden. SUF Strateg ansvarar för att följa upp. SUF Strateg rapporterar årligen till styrgrupp Tjänsteledning HSVO Knivsta.

## Referenser

ViS: [SUF-kunskapscentrum](#)

## Dokumenthistorik

**2022-06-07** Ny rutin upprättad av Knivstas representant i ledningsgruppen för SUF Kunskapscentrum i samarbete med SUF Strateg samt lokal SUF-grupp. Godkänd av chefer i berörda verksamheter inom Knivsta kommun (Enheten för barn och unga,

<sup>3</sup> [www.regionuppsala.se/suf](http://www.regionuppsala.se/suf)

Biståndsenheten, Enheten för Råd och stöd, Enheten för Socialpsykiatri och Stödboende, Elevhälsan) och Region Uppsala (Knivsta vårdcentral, Sinnligt barnmorskemottagning).

# Bilaga 1: Värdegrund för SUF-arbetet

SUF (Samverkan, utveckling och föräldraskap) är en tvärprofessionell satsning för att öka förutsättningarna för professionella inom kommun och region att kunna ge stöd till föräldrar vars kognitiva svårigheter är så omfattande att det påverkar föräldraförmågan. Till målgruppen hör föräldrar med intellektuell funktionsnedsättning, svagbegåvning, förvärvad hjärnskada och neuropsykiatrisk funktionsnedsättning såsom autismspektrumtillstånd, ADHD eller ADD. Föräldrarnas sammantagna svårigheter ska även medföra att föräldern behöver anpassat stöd. Stödet kan även ges direkt till barnet.

Verksamma inom Knivsta kommun och Region Uppsala har som målsättning att genom samverkan och med stöd av SUF-Kunskapscentrum utveckla kompetens, arbetssätt och anpassade insatser som stärker föräldrarnas föräldraförmåga och förbättrar barnens levnadsvillkor.

Utgångspunkten för samverkan är att de samverkande parterna har kunskaper, resurser och befogenheter som kompletterar varandra och gör det möjligt att tillsammans nå mål som organisationerna var för sig inte klarar av att nå. I en samverkan finns tydliga gränser mellan de inblandade aktörerna. Samverkan sker så att säga parallellt och aktörerna går inte in i varandras sfärer.

## Det handlar om barnen

De viktigaste personerna i ett barns liv är föräldrarna. Att förstå vad det innebär att vara förälder och kunna möta de krav och behov barnet har är en utmaning för alla föräldrar men en förutsättning för att ett barn ska ges möjlighet till goda uppväxtvillkor. Att kunna utveckla föräldraförmågan i förhållande till vad barnet behöver kräver ibland en förändring som kan vara svår att göra på egen hand.

Enligt FN:s Konvention om barnets rättigheter har alla barn rätt till goda uppväxtvillkor. Det innebär att tillförsäkra att alla barn ges möjlighet att tillgodogöra sig de olika former av föräldraskapsstöd som riktas till föräldrar. Av artikel 23 i FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning framgår att en förälder vars funktionsnedsättning är sådan att den påverkar föräldraförmågan har rätt till anpassat stöd i sitt föräldraskap, under hela barnets uppväxt. Det handlar om barns rätt till goda uppväxtvillkor och föräldrar med funktionsnedsättnings rätt till stöd i sitt föräldraskap – för barnets skull.



## Bilaga 2: Stödinsatser

**Preventivmedelsrådgivning** ska erbjudas person i målgruppen om behov finns. Rådgivningen ska ges på ett sätt så att personen kan ta till sig informationen, till exempel genom bildstöd. Anpassat material finns på [Information om preventivmedel \(regionuppsala.se\)](http://Information%20om%20preventivmedel%20(regionuppsala.se)). Medarbetare inom berörda verksamheter ska erbjuda sig att ge stöd i kontakten med barnmorskemottagning/ungdomsmottagning.

**Familjeteam:** Insats som ges i samverkan mellan Råd och stöd och boendestöd. Föräldrar med kognitiva svårigheter får stöd i föräldrarollen anpassat efter deras behov. Möjliggör för barn att bo kvar hos sina föräldrar och undvika externa placeringar. Arbetar utifrån metoden PYC (se nedan).

**PYC:** Parenting young children. Föräldrautbildning som är anpassad för föräldrar med kognitiva svårigheter [Parenting Young Children – Ett föräldrautbildningsprogram för dig som möter föräldrar med intellektuella funktionsnedsättningar \(pyc.se\)](http://Parenting%20Young%20Children%20-%20Ett%20föräldrautbildningsprogram%20för%20dig%20som%20möter%20föräldrar%20med%20intellektuella%20funktionsnedsättningar%20(pyc.se)). Ett konkret, individuellt och hembaserat föräldrastöd som stärker förälderns samspel med och omvårdnad om sitt barn. Används även under graviditet för att förbereda inför föräldraskapet.

**Umgänge av behandlande karaktär:** Utförs av familjebehandlare på Råd och Stöd. Stöd till föräldrar med kognitiva svårigheter när barnet är placerat, för att möjliggöra bra umgängen och en god kontakt mellan föräldrar och barn.

**Tool-kit:** Ett material som syftar till att skapa medvetenhet om vad det innebär att få ett barn, avsett för personer med intellektuell funktionsnedsättning som vill bli förälder. Går igenom områdena tid, bostad, pengar, relationer och färdigheter. För mer information: [Toolkit \(regionuppsala.se\)](http://Toolkit%20(regionuppsala.se)).

**Babysimulator/RCB (Real Care Baby):** Babysimulator som efterliknar ett spädbarn, som kan lånas hem en eller flera dagar, och används för att ge en ökad förståelse för vad som krävs för att ta hand om ett litet barn. Kan ställas in på olika svårighetsgrad. Professionell får efter användning en rapport från babysimulatoren, resultatet kan t.ex. användas som underlag i utredning hos socialtjänsten. Mer information finns att läsa på [Babysimulator \(regionuppsala.se\)](http://Babysimulator%20(regionuppsala.se)). Råd och stöd (inkl Fröhusets öppna förskola) kan förmedla kontakt så att personer som önskar träna med babysimulator kan göra så. Det finns även olika material att använda för att prata om vad föräldraskap innebär, till exempel genom bildstödsmaterial.

**UPS:** Understanding and planning support. Konkret och visuellt samtalsverktyg som hjälper att skapa delaktighet och en tydlig planering av det som stöd som ges.

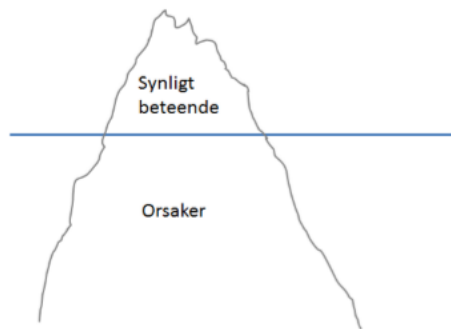
**Nätverksmöte:** En modell för möte där förälder utifrån sin frågeställning bjuder in sitt privata och/eller professionella nätverk. Mötet leds av en oberoende nätverksledare från Råd och stöd.

**Psykoedukation:** Att få lära sig mer om sin funktionsvariations innebörd och hur den påverkar föräldraskapet.

**Mamma/pappa trots allt:** Stödjande insats i gruppformat som erbjuds föräldrar med intellektuell funktionsnedsättning/kognitiv nedsättning vars barn är placerat. Erbjuds i samverkan med andra kommuner i länet, Knivsta har i dagsläget inga egna utbildade gruppledare. För mer information: [Föräldraskap när barnet är i samhällsvård \(regionuppsala.se\)](http://regionuppsala.se).

## Bilaga 3: Hur påverkar kognitiva svårigheter föräldraförmågan?

I det här avsnittet finns kortfattad information om vilka svårigheter en person med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning eller andra kognitiva svårigheter kan ha i sin vardag och hur de kan yttra sig. Bilden nedan illustrerar hur en persons beteende går att uppmärksamma – det är synligt – medan det kan vara svårare att se och känna till beteendets orsaker.



### Kunskap, färdigheter och tillämpning

Det kan vara viktigt att skilja mellan en förälders kunskaper, möjligheter att omsätta kunskapen till färdigheter och att tillämpa dem i vardagen.

Kunskap handlar om föräldrarnas förmåga att förvärva och bibehålla kunskap.

Exempel: Har föräldern kunskap om vad feber är?

Färdigheter handlar om föräldrarnas förmåga att omsätta kunskapen till färdigheter.

Exempel: Känner föräldern till skillnaden mellan 37,5 och 40,5 grader, och hur den påverkar barnet?

Tillämpning handlar om föräldrarnas förmåga att vidmakthålla, generalisera och agera utifrån färdigheterna.

Exempel: Agerar föräldern adekvat utifrån barnets feber? Kan föräldern avgöra när hen ska avvakta, ringa 1177 eller tillkalla ambulans?

### Central koherens

Förmågan att bearbeta detaljerad information och sammanfoga den till en helhet kallas för central koherens. Exempelvis personer med autism bearbetar i regel intryck från omgivningen på ett annorlunda sätt, ofta långsammare, vilket medför svagare central koherens. Det beror delvis på svårigheter att sälla bort oväsentlig stimuli i omgivningen vilket ger mer information att tolka, vilket kan göra att det tar längre tid att få ihop delarna till en helhet. Det kan yttra sig genom svårigheter att överföra kunskap från en typ av situation till en annan eller att förklara något övergripande utan att ta med alla detaljer.

Exempel: Personen kan uppfatta språkliga uppmaningar bokstavligt (t.ex. kan du stänga dörren?), har svårt att föra över viss kunskap från en situation till en annan (t.ex. kan byta blöja på ett skötbord men inte på en säng) eller har svårt att förklara något övergripande utan att fastna i detaljer.

### **Annorlunda perception**

Perception handlar om att kunna registrera och bearbeta sinnesintryck. Exempelvis personer med autism kan ha svårt att bearbeta flera sinnesuttryck samtidigt. Det kan t.ex. leda till att de undviker ögonkontakt, eftersom det kan vara svårt att lyssna på vad någon säger och samtidigt titta personen i ögonen. Det kan även innebära svårigheter med vissa ljud, ljus, smaker, lukter och beröring.

Exempel: Svårigheterna kan yttra sig genom att personen har svårt att vara i folksamlingar, sälla bort bakgrundsljud, sitta i direkt motljus, uppfatta smärta, känna värme och kyla på ett adekvat sätt eller att äta viss mat.

### **Theory of mind/mentalisering**

Theory of mind (även kallat mentalisering) handlar om att kunna sätta sig in i vad andra känner, tänker, önskar, tycker och vill – det vill säga förmågan att se andra inifrån och sig själv utifrån. Svårigheter kan yttra sig i att personen har svårt att kunna föreställa sig vad andra personer gör och kommer att göra till följd av olika händelser. Det kan medföra att vissa typer av frågor är svårare att besvara, t.ex.: Hur tror du att..? Kan du reflektera kring..? Hur kände/tänkte du då? Vad kan du göra för att förändra..? Öppna frågor är ofta svårare att besvara.

Exempel: Nedsatt förmåga till mentalisering kan påverka föräldrarnas förmåga att tolka barnets signaler och agera på ett adekvat sätt samt att sätta barnets behov före sina egna. När du ställer frågor är det bra med frågor som kräver konkreta svar, t.ex. hur föräldern kommer att genomföra en viss uppgift. Även skalfrågor kan användas.

### **Automatisering**

Förmågan till automatisering innebär att kunna göra något utan att samtidigt behöva tänka på det man gör, t.ex. att växla när man kör bil. För personer med kognitiva svårigheter kan även enkla saker i vardagen bli krävande eftersom de kräver mycket uppmärksamhet att utföra.

### **Flexibilitet och problemlösning**

Flexibilitet handlar om att snabbt kunna ställa om, hantera förändringar, kompromissa och att anpassa sig till andra idéer. Att kunna möta nya människor och miljöer, hantera förändringar och snabba övergångar mellan aktiviteter är exempel på situationer som kräver flexibilitet. Svårigheter kan yttra sig i att personen har svårt att hantera förändringar, övergångar mellan olika aktiviteter eller att man inte har en plan B ifall det inte blir som man tänkt sig.

## Exekutiva funktioner

Exekutiva funktioner handlar om att kunna samordna information och agera målinriktat. De viktigaste exekutiva funktionerna är problemlösning, minne, tidsuppfattning, generaliseringar, flexibilitet samt att kunna påbörja och avsluta. T.ex. att ta in muntlig information kan vara svårt för den som har brister i exekutiva funktioner. Därför kan det vara viktigt att komplettera med skriftlig information, ibland med bildstöd.

## Arbetsminne

Arbetsminne handlar om förmågan att hålla kvar och bearbeta information. Arbetsminnet kan vara sämre hos personer med exempelvis autism och ADHD. Svårigheter kan yttra sig i att man glömmer avtalade tider, tappar nyckar och mobiler, inte kommer ihåg var man lagt saker eller har svårt att minnas vad man kommit överens om.

## Planera och organisera

För att kunna planera och organisera krävs att man kan skapa en överblick samt har förmåga att kunna prioritera i vilken ordning saker och ting behöver göras. Svårigheter kan yttra sig i att man har svårt att skapa struktur i vardagen, göra prioriteringar och att bryta ner större uppgifter till mindre. Detta kan bli ännu svårare för en förälder som inte bara ska planera för sig själv utan även för barnet.

## Uppmärksamhet och koncentration

Uppmärksamhet och koncentration handlar om att kunna bibehålla uppmärksamhet och koncentrera sig på en viss uppgift, men också att när det krävs kunna skifta uppmärksamhet från en uppgift till en annan. Svårigheter kan yttra sig i att man har svårt att behålla koncentrationen och lätt blir distraherad av annat, har svårt att bibehålla en röd tråd när man pratar samt att man har svårt att skifta uppmärksamhet från en uppgift till en annan.

## Tidsuppfattning

Tidsuppfattning handlar om att kunna orientera sig i tiden. Vår "inre klocka" hjälper oss att känna av ungefär hur lång tid som gått och att räkna ut ungefär hur lång tid något kommer att ta. Svårigheter med tidsuppfattning och att veta hur lång tid något kommer att ta kan leda till ökad stress. Svårigheterna kan t.ex. yttra sig i att man ofta kommer för sent eller missbedömer hur lång tid något kommer att ta. Svårigheter med tidsuppfattning kan delas in i tre områden:

- Tidsupplevelse – subjektiv känsla av tid
- Tidsorientering – att orientera sig själv i tiden, förstå tidsbegrepp, tidsmängd och att kunna förstå och avläsa klockan
- Tidsplanering – att ordna händelser kronologiskt, fördela tidsåtgång och att planera sin egen tid i förhållande till omgivningen

## **Impulskontroll**

Impulskontroll handlar om förmågan att kontrollera och hålla tillbaka impulser, t.ex. att tänka efter innan man agerar. Impulskontrollen gör det bland annat möjligt för oss att stämma av vad som är möjligt att uppnå, kontrollera vårt beteende och separera känslor från fakta och därmed reagera rationellt. Impulskontrollen möjliggör även att dela upp och sätta samman information, och på så sätt planera, lösa problem och ägna oss åt målinriktat beteende. Svårigheter kan yttra sig i att man säger saker som inte är genomtänkta, har svårt att vänta eller pratar rakt ut.

## **Trauma och våld**

Att ha upplevt trauma och/eller våld, antingen i närtid eller en längre tid tillbaka, kan påverka föräldraförmågan negativt. Det finns även en ökad risk för dubbel utsatthet, det vill säga att både ha en funktionsnedsättning och att vara eller ha varit utsatt för våld.

Exempel: Ett trauma kan vara t.ex. mobbning, övergrepp, försummelse. Var även extra uppmärksam på om förälder har varit/är utsatt för våld.

# Bilaga 4: Att tänka på inför och under mötet

Nedan hittar du tips och exempel på vad som är viktigt att tänka på inför och under möten, för att underlätta för personer med kognitiva nedsättningar. Tänk på att det kan vara en god idé att dela upp på flera möten om det är många och stora livsområden som ska behandlas. Samtidigt är det viktigt att det inte blir många kortare möten – då kan det vara en god idé att slå samman dem istället.

## Kallelse

Skicka en tydlig kallelse inför mötet. Av kallelsen bör följande framgå:

- Veckodag, datum, tid (mellan vilka klockslag, dvs. hur lång tid mötet beräknas ta)
- Var ni ska träffas och eventuellt hur personen hittar dit (adress, karta, bild på ingång, vilken våning m.m.)
- Om personen behöver anmäla sig i receptionen och/eller om ni kommer och möter personen
- Vad mötet ska handla om, varför ni har mötet och om personen behöver förbereda något
- Vem eller vilka personer som kommer vara med på mötet
- Kontaktuppgifter om personen behöver höra av sig

Det kan även vara bra att förbereda personen på:

- Vilka sorts frågor som kan komma att ställas
- Om personen behöver ha med sig något till mötet eller förbereda sig på något vis
- Information om vilka busslinjer som stannar nära där mötet ska äga rum och var man kan parkera med bil

Skicka gärna en sms-påminnelse inför mötet!

## Under mötet

- Om det inte är tydligt kan det vara bra att tala om för personen var hen kan sitta
- Inled med en tydlig sammanhandsmarkering där du förklarar hur mötet ska gå till och vad det ska innehålla. Utgå från en tydlig dagordning. Gör sammanhangsmarkeringar under mötet för att stämma av och avslutningsvis för att sammanfatta vad ni har pratat om. Be personen att återberätta vad som bestämts under mötet för att stämma av att hen har uppfattat detta

- Det kan vara bra att skriva ner det ni pratar om på papper eller på en whiteboard för att göra det tydligt
- Erbjud att maila/skicka en sammanfattning av vad ni pratade om och vad som bestämdes under mötet
- Använd gärna en time-timer för att hjälpa till med tidsuppfattningen: hur mycket tid har gått och hur mycket tid är det kvar på mötet?

### **Språk och bemötande**

- Var tydlig och konkret. Undvik otydliga och svårtolkade uttryck, t.ex. "ta med dig dörren när du går", "fjärilar i magen", "om en stund"
- Ställ konkreta frågor som kräver konkreta svar. Undvik öppna frågor, t.ex. "vad behöver du hjälp med?". Ibland kan det vara lättare att t.ex. besvara skalfrågor
- Socialt småprat kan ibland leda till att det blir svårare att flytta uppmärksamheten till vad mötet ska handla om
- Tänk på ditt kroppsspråk och vad du förmedlar med det. Tänk även på att känslor kan smitta, genom så kallad affektsmitta. Ha därför ett lågaffektivt bemötande
- För vissa är det svårt med ögonkontakt. Kräv inte ögonkontakt och tolka inte undvikande ögonkontakt som ointresse