

# Metodhandbok för bemötande, delaktighet och inkludering vid NPF

---

## Förord

Denna metodhandbok är framtagen för personal inom skola, socialtjänst, HVB, stödboende, daglig verksamhet, LSS-verksamheter och andra verksamheter som möter personer med NPF. Handboken utgår från levda erfarenheter av att hamna mellan samhällets olika system och beskriver hur professionella kan skapa trygghet, tillit, utveckling och delaktighet.

## Kapitel 1 – Vad är NPF?

Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar omfattar bland annat ADHD, autism, Tourettes syndrom och språkstörning. Många personer upplever svårigheter med planering, impulskontroll, socialt samspel, stresshantering och flexibilitet. Samtidigt finns ofta stora styrkor såsom kreativitet, problemlösningsförmåga, uthållighet inom intresseområden och stark rättvisekänsla.

## Kapitel 2 – Lärdomar från Föreläsningen 'Vi överlevde systemet' av deltagare i projektet

Berättelserna visar återkommande teman: bristande delaktighet, många flyttar, otrygghet, mobbning, låg skolnärvaro, missförstånd kring beteenden, personal utan tillräcklig kunskap och upplevelser av att inte bli lyssnad på. Positiva förändringar uppstod när relationer byggdes på respekt, tillit och individuella anpassningar.

## Kapitel 3 – Grundläggande värdegrund

1. Alla människor har rätt att bli bemötta med respekt.
2. Beteenden har orsaker.
3. Relation går före prestation.
4. Delaktighet skapar motivation.

5. Anpassningar är inte särbehandling utan likvärdighet.
6. Barnets och individens röst ska alltid tas på allvar.

## **Kapitel 4 – Bemötande i praktiken**

- Använd ett lugnt tonläge.
- Var tydlig och konkret.
- Säg vad som ska göras istället för vad som inte får göras.
- Kontrollera att informationen har förståtts.
- Undvik ironi, dubbla budskap och otydliga instruktioner.
- Ge tid för bearbetning och återhämtning.

## **Kapitel 5 – Delaktighet som metod**

Delaktighet innebär att personen får vara med och påverka sin vardag. Fråga alltid: Vad fungerar? Vad fungerar inte? Vad vill du själv uppnå? Använd individuella mål, regelbundna uppföljningar och gemensam planering.

## **Kapitel 6 – Lågaffektivt bemötande**

Vid stress eller affekt minskar förmågan till problemlösning. Personal bör därför sänka krav tillfälligt, minska konfliktnivån, ge utrymme och fokusera på trygghet. Diskussioner om ansvar och konsekvenser bör tas först när personen återfått lugn.

## **Kapitel 7 – Traumamedvetet förhållningssätt**

Många personer med NPF har även erfarenheter av misslyckanden, mobbning, placeringar eller andra påfrestande händelser. Frågan bör vara: 'Vad har hänt dig?' snarare än 'Vad är det för fel på dig?'.

## **Kapitel 8 – Anpassningar i skolan**

- Visuella scheman.
- Förutsägbarhet.
- Anpassad studiemiljö.
- Extra stöd vid övergångar.
- Möjlighet till paus.
- Tydliga instruktioner i flera format.
- Fokus på närvaro före prestation vid hög frånvaro.

## **Kapitel 9 – Anpassningar inom HVB, stödboende och socialt arbete**

- Förklara syftet med regler.
- Skapa individuella lösningar.

- Arbeta med motiverande samtal.
- Dokumentera tillsammans med individen.
- Undvik maktkamp.
- Följ upp överenskommelser kontinuerligt.

## **Kapitel 10 – Kommunikation**

God kommunikation kännetecknas av aktivt lyssnande, öppna frågor, bekräftelse och tydlighet. Personalen ska inte enbart samla information utan också skapa känslan av att individen är förstörd.

## **Kapitel 11 – Att undvika härskartekniker**

Erfarenheterna från föreläsningen visar hur härskartekniker skapar misstro. Undvik att förminska, skuldbelägga, ignorera eller använda makt för att vinna diskussioner. Sträva efter samarbete istället för kontroll.

## **Kapitel 12 – Relationens betydelse**

Relationen är ofta den viktigaste skyddsfaktorn. Personer med NPF beskriver ofta att en enda vuxen som trodde på dem kunde förändra hela livsbanan. Relationer byggs genom konsekvens, respekt, tillgänglighet och genuint intresse.

## **Kapitel 13 – Samverkan**

Skola, socialtjänst, vårdnadshavare, vård och andra aktörer behöver arbeta mot gemensamma mål. Samordning minskar risken att individen hamnar mellan stolarna.

## **Kapitel 14 – Självbestämmande och empowerment**

Målet är inte att göra saker åt individen utan att stärka individens förmåga att påverka sitt eget liv. Fråga regelbundet hur personen vill ha stödet utformat.

## **Kapitel 15 – Checklista för personal**

- ☐ Har personen fått uttrycka sin åsikt?
- ☐ Har vi lyssnat utan att avbryta?
- ☐ Har vi anpassat informationen?
- ☐ Är målen gemensamt formulerade?
- ☐ Finns tydlig uppföljning?
- ☐ Vet personen vem som ansvarar för nästa steg?

## **Kapitel 16 – Reflektionsfrågor för arbetsgrupper**

1. När riskerar vi att ställa för höga krav?
2. Hur arbetar vi med delaktighet idag?
3. Hur säkerställer vi att individens röst blir hörd?
4. Hur arbetar vi förebyggande?
5. Vilken kunskap behöver vi utveckla?

## **Kapitel 17 – Barnkonventionen, Skollagen och Socialtjänstlagen**

Barnkonventionen betonar barnets bästa, rätten till utveckling, likabehandling och delaktighet. Socialtjänstlagen lyfter att insatser ska utformas tillsammans med individen. Skollagen beskriver elevens rätt till trygghet, stöd och god lärmiljö. Dessa principer bör genomsyra allt arbete.

## **Kapitel 18 – Framgångsfaktorer**

- Trygga relationer
- Individuella anpassningar
- Delaktighet
- Kontinuitet
- Kompetent personal
- Samverkan
- Hopp och framtidstro

## **Avslutning**

Människor är inte sina diagnoser och inte heller sina svårigheter. Berättelserna från Föreläsningen 'Vi överlevde systemet' visar att rätt bemötande kan förändra liv. När personer blir lyssnade på, får vara delaktiga och möts med förståelse skapas förutsättningar för utveckling, utbildning, arbete och gemenskap.