



Lösningfokuserad  
neuropsykiatrisk

# NEPSY- COACHNING



## FÖR VEM ÄR NEPSY- COACHNING?

Barn och ungdomar som behöver ett omfattande stöd i sin inlärning och i sitt övande, som har svårt att ta initiativ eller planera, som störs av intryck eller som stör andra, som har svårt med kompisrelationer, som inte vill komma till skolan - det är inte ovanligt att de befinner sig inom ramarna för neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, t.ex. ADHD eller autism.

Ibland saknar dessa barn och ungdomar nödvändiga verktyg för att kunna möta vardagens och skolans krav.

## VAD GÖR EN NEPSY-COACH?

Tillsammans med barnet eller ungdomen, föräldrar och skolpersonal arbetar NEPSY-coachen för att hjälpa en person med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar att utveckla strategier och verktyg, hitta motivation, öka självmedvetenhet och självförtroende, nå målsättningar och klara utmaningar.

Att jobba med barnet eller ungdomen kan innebära tex. att:

- skapa struktur och motivation för läx- och provläsning eller för att komma i gång och få saker gjorda
- öka förmågan att se vad man själv kan påverka i sitt liv
- öka förmågan att se andras perspektiv och hur eget agerande påverkar livet och relationer
- öva på att kommunicera med kompisar, föräldrar och lärare
- öva på att hantera svåra och intensiva känslor, ångest och motstånd
- öva på att ta plats på ett bra sätt
- öva på att säga nej eller fråga om hjälp
- jobba med att se vad man är bra på och vilka drömmar och mål man har
- lära sig om NPF om varför man fungerar som man gör
- arbeta med acceptans

NEPSY-coachen jobbar samtidigt med att:

- stöda föräldrarna i föräldraskapet, hjälpa till att bygga upp motivation, struktur och förståelse för vad en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning betyder och vilket stöd barnet behöver
- hjälpa till med att bygga upp ett adekvat stöd i skolan, t.ex. genom att i kommunikation med skolan rekommendera uppdateringar i ett åtgärdsprogram gällande individanpassade stödåtgärder, utgående från elevens behov och skolans möjligheter

Nepsy-coachen kan också vid behov:

- konkretisera begrepp i en utredning och handleda lärare eller annan personal
- göra en kartläggning av vilka verktyg personen saknar, utgående från bedömningsmaterial
- göra självskattningar av måendet
- göra en sammanfattande bedömning av eventuellt behov av vidare utredning eller stöd

## FRÅGOR & SVAR

**Fråga:** hur många gånger behöver barnet eller ungdomen träffa NEPSY-coachen? **Svar:** minst 15 tillfällen rekommenderas varav ca 10 tillfällen á 45 minuter för barnet, ca 3 tillfällen föräldrahandledning á 75 minuter samt inledande och avslutande möte med skolan och eventuellt andra aktörer.

**Fråga:** behöver han eller hon ha en diagnos? **Svar:** nej, en diagnos är inte nödvändig för NEPSY-coachning.

**Fråga:** vad kostar NEPSY-coachning?

**Svar:** uppdaterat pris finns på [www.dandeliasax.se](http://www.dandeliasax.se).

**Fråga:** när och var träffas NEPSY-coachen och barnet eller ungdomen?

**Svar:** vanligtvis i skolan under skoltid eller i anslutning till skoltiden.

**Fråga:** finns det någon åldersgräns för NEPSY-coachning? **Svar:** nej, det

passar för alla åldrar från små barn till vuxna.

**Fråga:** vem borde betala för för NEPSY-coachningen? **Svar:** det kan vara olika,

på fastlandet är NEPSY-coachning vanligt och både socialvården, sjukvården, skolan eller föräldrarna kan stå för kostnaden.

## KAN VI GÖRA NÅT MER?

Jadå, vi erbjuder bland annat utbildningar inom bland annat NPF, problemskapande beteende, svåra samtal, samt lösningsfokuserad handledning. Läs mer på [www.dandeliasax.se](http://www.dandeliasax.se).

## VEM ÄR VI?

**Jonna Granberg** är lösningsfokuserad neuropsykiatrisk coach (NEPSY), KBT-terapeut och legitimerad socialarbetare. Jonna jobbar med terapi, samtalsstöd, handledning, coachning och utbildning i det egna företaget [www.dandeliasax.se](http://www.dandeliasax.se).

KONTAKT

+358 400 61 6278

[info@dandeliasax.se](mailto:info@dandeliasax.se)

[www.dandeliasax.se](http://www.dandeliasax.se)

Godbyvägen 21C, 22100 Mariefhamn