

# Att handleda vuxna personer med intellektuell funktionsnedsättning



# Intellektuell funktionsnedsättning

Intellektuell funktionsnedsättning är ett samlingsbegrepp för många olika tillstånd som gör att personen behöver hjälp och stöd av andra. Tidigare användes begreppet utvecklingsstörning.

En intellektuell funktionsnedsättning innebär att en person har nedsatt intelligens som gör att personen kan ha nedsatt teoretisk, social eller praktisk förmåga. En intellektuell funktionsnedsättning gör att man har svårt att tänka abstrakt, det vill säga förmåga att i tankarna göra beräkningar och tänka ut konsekvenser.

## Orsaker

Intellektuell funktionsnedsättning kan ha olika orsaker. Det kan vara en kromosomförändring, en fosterskada eller en skada man fick när man föddes. Olyckor och sjukdomar under uppväxtåren kan också medföra en skada som leder till en intellektuell funktionsnedsättning.

Man kan ha andra funktionsnedsättningar tillsammans med intellektuell funktionsnedsättning, till exempel autismspektrumtillstånd, rörelse-, syn- eller hörselnedsättning. Bland personer med intellektuell funktionsnedsättning finns allt från personer med ett mindre stödbehov till personer med flera funktionsnedsättningar samtidigt och stort stödbehov.

## Det finns tre nivåer av intellektuell funktionsnedsättning:

En **lindrig intellektuell funktionsnedsättning** innebär att personen klarar av mycket själv i vardagen. Personen kan tala och oftast även skriva. Personen behöver hjälp med vissa praktiska saker som till exempel att sköta sin ekonomi.

En **måttlig intellektuell funktionsnedsättning** innebär att personen oftast kan tala och förstå sådant som är enkelt och hör ihop med vardagslivet. Hen behöver stöd och hjälp i vardagssysslor såsom matlagning, kläder, tider och ekonomi.

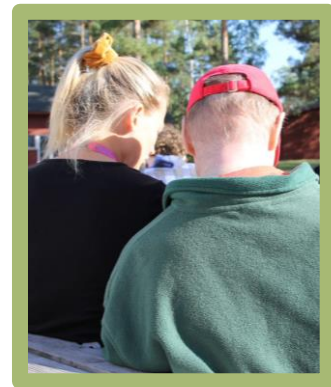
En **svår intellektuell funktionsnedsättning** innebär att personen har ett stort behov av hjälp och omvårdnad i vardagen, allt från påklädning, hygienskötsel och vid måltider. Personen kan inte tala, utan visar vad man känner och vad man vill med kroppen, rösten och ansiktsuttrycket.

## Ta dig tid!

Personer som har en intellektuell funktionsnedsättning behöver oftast mer tid att förstå, lära sig nya saker och uttrycka sina tankar och känslor. Vad en person kan lära sig beror på vilken grad av funktionsnedsättning hen har. Trots att den intellektuella utvecklingen stannar av kan en person utvecklas och lära sig nya saker under hela livet. För att kunna planera och förbereda en aktivitet är det bra om du får förhandsinformation gällande personens funktionsförmåga och behov av anpassningar.

Personer med intellektuell funktionsnedsättning har olika behov av anpassningar och stödåtgärder i vardagen och vid ny inläring. Stöd kan behövas för att:

- bearbeta information
- utveckla ny kunskap
- tillämpa ny kunskap i olika situationer



## Att tänka på i vardagen:

Att ha en intellektuell funktionsnedsättning innebär svårigheter med vardagliga **kognitiva**, **sociala** och **praktiska** färdigheter.

Personer som har en intellektuell funktionsnedsättning kan behöva mer tid att förstå det du säger. Det är bra om du undviker krångliga ord. Men prata inte "barnspråk" med vuxna personer!

Använd gärna tydliga och konkreta instruktioner, vid behov steg för steg. Långa instruktioner kan vara svåra att förstå och minnas.

Personer med intellektuell funktionsnedsättning kan ha språkliga svårigheter. Det kan vara svårt att uttrycka sig, därför är det viktigt att du är lugn och visar tålamod i ditt samspel. Låt personen prata i lugn och ro. Avsluta inte hens meningar. Signalera att du har tid för personen.

För att må bra behöver alla kunna känna att ens vardag är någolunda hanterbar, begriplig och meningsfull. Det kan vara utmanande att själv ansvara för strukturer och tidsplanering i vardagen. Du kan hjälpa genom att

berätta steg för steg vad som ska hända, påminna om vardagliga rutiner och aktiviteter. Använd dig gärna av visuellt stöd såsom symboler och bilder. Visuellt stöd underlättar både förståelse och minnesfunktioner.

Pengar, tidsuppfattning och abstrakta begrepp är ofta svåra. Personer med intellektuell funktionsnedsättning behöver ofta stöd med ekonomin.

Fickpengar för småinköp klarar många av att hantera själva. Hjälp kan behövas för att välja rätt mynt eller sedel vid inköp.

Att minnas sådant som ska ske eller har skett kan vara svårt. Det handlar inte om att personen inte vill minnas eller avsiktligt undanhåller information. Det handlar om annorlunda minnesfunktioner.

Du kan stöda en person med intellektuell funktionsnedsättning genom att tillsammans med personen komma överens om hurdan stöd hen vill ha. Hur vill personen bli förberedd på händelser? Hurdant stöd behöver hen i vardagen. Märker du att hen lätt blir distraherad behöver du hjälpa personen hålla fokus.

Det är viktigt att få en möjlighet att påverka och ha kontroll över sitt liv, men även att möta lämpliga utmaningar som gör livet spännande och stimulerande.

## Kom ihåg att:

- Fråga vad personen själv tycker
- Vara lyhörd
- Vara intresserad
- Anpassa och ge stöd på rätt nivå

# Skapa en tydlig struktur i vardagen!

Genom att svara på följande frågor skapar du förutsägbarhet och trygghet i både vardagen och vid speciella händelser. Tydliggör gärna med bilder och andra hjälpmedel.

- Vad ska jag göra? Vad är det för aktivitet?
- Varför?
- Var sker det?
- Med vem?
- När?
- Hur ska jag göra det? Hur går det till?
- Hur länge tar det?
- Vad händer sedan?



## Kognitivt stöd i vardagen:

### Tidshjälpmedel

Personer som har svårigheter med tidsuppfattning och tidsåtgång har stor nytta av någon form av hjälpmedel för att hantera tid. Det kan vara svårt att hålla reda på händelser, att starta i tid eller att avsluta en aktivitet. Ett tidshjälpmedel konkretiserar och visualiserar den annars så abstrakta tiden så att det blir lättare för personen att "se" exempelvis hur länge det tar innan en aktivitet ska börja.

Olika tidshjälpmedel är:

- Schema (nu-sen, för dagen, för en vecka)
- Kalendrar
- Timglas
- Time-timer



## Alternativ och kompletterande kommunikation (AKK)

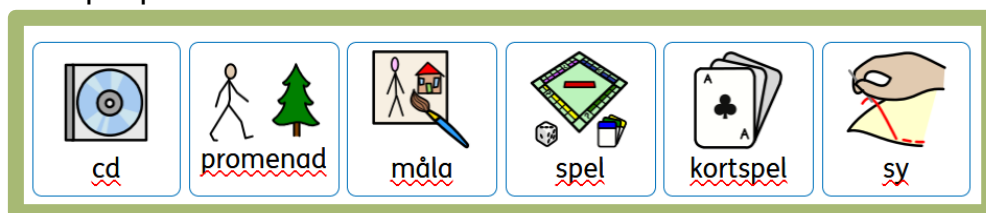
Alla klarar inte av att kommunicera genom det talade språket. Då kan man använda alternativa eller kompletterande sätt. Bilder och stödtecken är alternativa kommunikationsformer som ersätter eller kompletterar det talade språket. Då en person använder sig av AKK är det viktigt att du visar ett intresse för AKK och använder symboler/stödtecken i din kommunikation med personen.

Personen kan ha en pärm med bilder, olika symbolkartor eller en pekplatta som används för att förklara, be om hjälp och göra val.

En del personer skriver dagbok med symbolstöd i ett häfte eller pärm. Dagboken kan även vara digital och finnas i en pekplatta.

Bilder kan även användas för att strukturera dagens program, som schema.

Exempel på aktivitetsschema:



## Stöd i vardagen

### Måltider

En person med intellektuell funktionsnedsättning kan ha svårt att själv välja vad hen ska äta och hur stor portion hen ska ta.

Det är bättre att säga att "ta 4 köttbullar, 2 potatisar och en slev sallad" än att säga "ta en passlig portion". Några personer använder bildstöd som hjälp.

### Kläder

Att välja kläder enligt väder är inte alltid lätt. Ett visuellt stöd med bilder kan vara till hjälp eller att ni tillsammans gör klädval. Det kan även behövas rutiner och stöd för att byta till rena kläder. Ett visuellt stöd såsom schema eller en egen bykkorg kan fungera som påminnelse.

## Personlig hygien

Att ta hand om sin personliga hygien kan vara utmanande. Du kan stöda genom att påminna om handtvätt, tandtvätt och dusch. Man kan även ha bildstöd i vardagen som påminner om dessa.

Svag motorik kan göra det svårt att tvätta sig över hela kroppen, lika så att torka kroppen efter dusch. Personer med intellektuell funktionsnedsättning kan behöva hjälp med exempelvis klippa naglarna och salva fötterna.

## Mediciner

Mediciner delas oftast färdigt i dosetter för en vecka i gången av medicinskt utbildad personal. Personal eller anhöriga har oftast ansvaret över att medicinerna tas på rätt tidpunkt.

Ring 116 117 ifall personen blir utan sin medicin eller får fel medicin.



## Källor:

Nya omsorgsboken. Söderberg L. & Antonson S. 2011. Liber.

FDUV hemsida ([www.fduv.fi](http://www.fduv.fi))

Bildstödsmaterial från [www.papunet.net](http://www.papunet.net)

Fotografier från FDUVs verksamhet.

## Vill du veta mera kring specialpedagogiska metoder och arbetsätt?

Lärum är en del av FDUV ([www.fduv.fi](http://www.fduv.fi)) och vi erbjuder våra handledningstjänster åt alla som har nytta anpassade läromedel och metoder, lättläst material och hjälpmedel för inläringen.

Lärums pedagogiska handledare finns till för dig! Kontakta oss gärna!  
[www.larum.fi](http://www.larum.fi)

Faktaböcker, tidshjälpmedel och sinnesmaterial kan köpas från:  
<https://shop.larum.fi/>

Bearbetning: Nina Rosenblad  
ISBN 978-952-7099-44-5  
2021. Lärum-förlaget ab

