

JOBBAFRISK·NPF

Guide för bemötande, arbetssätt och samverkan vid studie- och yrkesvägledning av personer med NPF

Vid vägledning av personer med NPF är det viktigt med ett bra bemötande och ge tid till att skapa en relation med personen i fråga. Förväntningar och motivationen kan vara låga på grund av tidigare misslyckanden och dåliga erfarenheter. Det är därför viktigt att visa lugn, och medkänsla, att förstå oro eller negativa känslor och att skapa förtroende och en god relation. Tänk på att personen kan ha med sig en del tungt i bagaget vilket kan påverka tilliten.

Bemötande

- På grund av tidigare misslyckanden och dåliga erfarenheter kan motivationen hos personen med NPF vara låg. Det är därför extra viktigt med ett bra bemötande och att det finns gott om tid. Som vägledare behöver du visa lugn och medkänsla samt förståelse för oro eller negativa känslor. Du behöver också skapa förtroende och bygga en god relation.
- För att underlätta den sociala situationen, ge tydlig och konkret information inför mötet. Vem ska man träffa, var ska mötet ske, hur länge kommer mötet pågå, vad behöver man med ha med sig, vad kommer mötet att handla om. Undvik i möjligaste mån att behöva av- eller omboka mötet.
- Informera dig om när på dygnet personen med NPF har sin bästa form och hur energinivån ser ut, samt i vilka situationer och under vilka förutsättningar hen är på bra humör och fungerar som bäst. Är hen piggast på morgonen eller senare på dagen? Försök arrangera möten i linje med det. Tänk på vad som tar och ger energi från personen, det kan ha betydelse för vidare vägledning.
- Det kan vara mycket viktigt att personen med NPF har en medföljare som stöd vid första och eventuellt även senare samtal. Ta reda på om den du ska vägleda önskar det, vem som kan vara aktuell, en person som ger trygghet, en bra känsla och som kan hjälpa till i kommunikationen.
- Arbeta aktivt med att sätta dig in i den vägleddes upplevelse och möt alltid personen där den är i sättet att känna och tänka kring studier, yrke och karriär. Värdesätt den vägleddes egna tankar och känslor och se dessa som helt centrala.
- Fråga hur personen vill att man pratar kring diagnosen. Inte alls? På ett visst sätt? Finns en önskan att använda vissa uttryck eller inte alls?
- Fråga om du, utifrån ditt perspektiv, får förklara vilka för- och nackdelar det kan finnas med att vara öppen med sin diagnos eller inte. Hantering av information om diagnos är en viktig och känslig aspekt vid NPF i arbetslivet. Det finns inget rätt eller fel i den frågan. Både att avslöja och inte avslöja diagnosen kan ha för- och nackdelar.

JOBBAFRISK·NPF



- Tänk på att sociala situationer, framförallt med nya personer som vill prata om ”allvarliga” saker kan vara skrämmande eller stressande för en del personer med NPF.
- Ha höga förväntningar på dig själv och rimliga förväntningar på personen med NPF. Sannolikheten att ni lyckas är då högre eftersom du har stort inflytande över processen.
- En individcentrerad vägledningsprocess, som baseras på individens styrkor, intressen och preferenser är av yttersta vikt men kräver mer tid, detaljtålamod, ansvarstagande och ansträngningar från vägledarens sida, speciellt när det gäller NPF. Tänk på att se individen och inte så mycket individens diagnos.
- I kommunikationen är det vidare viktigt med raka och enkla budskap. Ironi och ordlekar kan förvirra. Var restriktiv med öppna frågor om du märker att dessa är svåra att svara på och undvik abstrakta ord om personen inte förstår dem. Använd inte metaforer eller uttryck med underförstådd betydelse.
- Både när det gäller studier och arbete så är det viktigt att förstå att personer med NPF kan behöva en längre återhämtningstid och andra personliga anpassningar, till exempel fler pauser. Det kan också vara bra att erbjuda olika mötesformer som till exempel promenadmöten, telefonmöten, digitala möten.
- Fråga gärna om det finns något i vägledningsmomentet som stör, till exempel ljud, ljus, lukt, temperatur eller visuell distraktion. Eventuellt föredrar personen ett visst sätt att sitta, kanske med mer avstånd eller annat som gör att hen känner sig mer bekväm och känner att vägledningen sker på hens villkor. Att sitta bredvid varandra för att till exempel ta del av information på en datorskärm kan vara ett bra sätt att slippa titta någon i ögonen, något som kan vara svårt för vissa personer inom NPF. Fråga gärna redan inför första mötet så att du har möjlighet att åtgärda det som behövs innan starten.