

Til FFO

3. januar 2015

## **Høringsinnspill fra ADHD Norge**

Vi viser til henvendelse fra FFO som ber om høringsinnspill som skal videreformidles til NAV.

Så vidt vi forstår vil FFO på basis av de høringsinnspill som kommer inn – trekke ut det som er felles for samtlige, og spille dette videre inn til NAV.

Vi ber om at det formidles til NAV at høringsinnspill fra de ulike organisasjonene må leses i sin helhet dersom brukermedvirkning skal ha noen realitet. Dersom man kun skal finne ut og se på hva som er felles behov for samtlige funksjonshemninger, vil personer med ADHD, (el andre funksjonshemninger) ikke få sine behov ivaretatt. En synshemmet sin behov for bistand vil selvsagt være annerledes enn en med ADHD. Dersom NAV skal lykkes bedre i å få personer med funksjonsnedsettelse ut i jobb, må man forstå personens utfordringer. Dersom man kun ser på felles utfordringer for samtlige funksjonsnedsettelse, blir dette etter vår mening for snevert. Personer med ADHD utgjør en veldig uensartet gruppe. De utgjør også en stor andel av den gruppen som ofte trenger tilpassede tjenester fra NAV.

Personer med ADHD besitter ofte gode ressurser og vil kunne være en stor ressurs i arbeidslivet og mange er det allerede i dag og har funnet en god match mellom evner og jobbvalg. Alt for mange er imidlertid utenfor arbeidslivet og har ikke funnet nøkkelen til hvordan fungere i arbeidslivet, el har ikke fått de ofte små tilretteleggingstiltakene som er nødvendig for å fungere. Det at så mange med ADHD faller utenfor arbeidslivet, koster samfunnet og den enkelte, store beløp hvert år.

## **Kort om ADHD**

Personer med ADHD utgjør 3-5 prosent av befolkningen. I NAV må man anta at det er en betydelig høyere prosentandel av de som er på ytelse til livsopphold som har ADHD.

ADHD kjennetegnes med konsentrasjonsvansker, impulsivitet og en del har også hyperaktivitet i en slik grad at det går ut over ens evne til å fungere i hverdagen. De fleste har tilleggs diagnoser som lærevansker, dysleksi, depresjon, angst, utmattelse mm. Mange har gått på mange nederlag som følge av at man ikke har blitt fanget opp og fått behandling og hjelp i tide. Felles for veldig mange er at man blir en underlyter i forhold til sine ofte gode evner. Man vet ofte hva man må gjøre, men man har vansker med å sette dette ut i livet, grunnet vansker med de utførende evner som mennesker uten ADHD ikke har problem med. Mange må ta seg enormt sammen for å konsentrere seg, og blir derfor betydelig mer sliten enn andre uten denne vansken. Man kan ha en plan og en ide – men så mister man fokus og blir avsporet som følge av at man lett blir avsporet og ikke greier å følge opp slik andre gjør. Det er derfor særdeles viktig at NAV gir riktig hjelp.

## ***Overgang til arbeid. Arbeidsgivernes og de individuelle brukernes utfordringer i møte med NAV-kontoret***

I altfor stor grad møter vår gruppe bare NAV førstelinje. Det er et stort og udekket behov for bistand fra et fagmiljø i NAV – nemlig ARK. Vår gruppe krever kunnskap om diagnosen og denne finnes ikke/sjelden i førstelinjen.

Vår brukergruppe følger to løp inn i NAV:

- A) helt fra ungdommen – faller ut av skole/arbeidsliv tidlig ofte uten formalkompetanse.
- B) som voksne fra ca. 26 år til over 50. Mange etter diagnostisering, utslitthet, stor ustabilitet i arbeidslivet mv.

Mange i vår gruppe sliter med grunnleggende logistikkproblemer – holde orden på dag og tid - og mange opplever sanksjonering på diagnosespesifikke utfordringer i samspillet med NAV.

For å bedre brukeropplevelsen i møte med NAV må :

- Det skrives referat fra møtet under møtet og bruker får dette med seg med en gang.
- Innkalling til møter skjer både pr. e-post og på SMS.
- Alltid påminnelse på SMS dagen før møte.

Dette er enkle virkemidler som letter samarbeidet med vår målgruppe.

Det er også en del generelle ting det må fokuseres på for å få bedre brukeropplevelser for vår brukergruppe. Her kan nevnes:

Bruk av skjemaer er en utfordring. En del av ”våre” har skjemaer. Dette kan ha ulike årsaker, alt fra tilleggs problematikk ,dårlige skoleopplevelser – indre hyperaktivitet (klarer ikke å fokusere) osv. Der hvor skjemaer må benyttes bør de være så enkle og oversiktlige som mulig. I tillegg bør det tilbys assistanse for gjennomgang av skjemaet – saksbehandler må ha ansvar for å sikre at skjemaet er forstått. Assistanse må tilbys for utfylling av skjema. Husk at ”våre” ikke nødvendigvis ber om hjelp og assistanse – det er heller ikke mulig å se det på dem om de eventuelt har slike behov. Her må rutinene være slik at slike utfordringer fanges opp.

Skranke / henvendelsessted – her er det gjort store forbedringer men det er fremdeles steder hvor det ikke er mulig å anonymisere henvendelsen.

Samtaleteknikk – holdninger – hvordan få avdekket hva som er utfordringen? ”Våre” er ofte svært oppegående, dyktige til å formulere seg – gir ikke inntrykk av å ha utfordringer. Dette kan skjule store vansker bl.a. innenfor områder som søvnproblematikk, ledd og muskelplager, konsentrasjonsvansker, fokusering – overfokusering, psykososiale problem osv.

Obligatoriske kurs som ikke er tilpasset vår målgruppe – eksempel på selve gjennomføringen som lengde på økter, lyder, lukter, romplassering, selve stoffet – mengde, tilgjengelighet. Tilpasse stoff / mengde for eksempel bruk av lydbøker, CD, video og andre hjelpemidler. Også her er det viktig med oppfølging av innkalling, tidspunkter osv.

Bisitter – ledsager, adgang til å ha med en person som for eksempel kan ta notater – sørge for” time-outs” i det «våre «gjærne blir raskere sliten og avhengig av hyppigere pauser enn andre grupper. osv.

Bruk av erfaringskonsulenter med erfaring med ADHD som diagnose er nyttig slik at man får brukerkompetanse inn i tilrettelegging for den enkelte.U

Ufordring i møte med NAV kontoret for de individuelle brukerne i forhold til det å komme ut i jobb er i tillegg til det som allerede er nevnt:

Dersom en person som sitter i rullestol henvender seg til NAV for å komme ut i jobb, så er ofte funksjonshinderet forståelig for saksbehandler. Det er lett å definere hva som utgjør funksjonshinderet og hvilken hjelp NAV kan tilby slik at man får kommet seg ut i jobb. Dersom funksjonshindret kalles ADHD så er det en skjult funksjonsnedsettelse og det er det langt verre å forstå hva hindret innebærer av vanske for den enkelte. Manglende forståelse av hva funksjonsnedsettelsen innebærer for den enkelte og kartlegging av dette er den største hinderet for at personer med ADHD i NAV systemet får hjelp til å komme ut i jobb. Dernest er det mangel på egnede tiltak.

Behov for kompetanse i NAV på ADHD og hva dette betyr for den enkelte i forhold det å mestre arbeid. Manglende kunnskap i NAV om hva ADHD innebærer av hinder for den enkelte. Det er vanskelig å hjelpe noen dersom man i NAV ikke skjønner hvilken vanske ADHD innebærer.

Den enkelte besitter ofte ressurser som ikke blir nyttiggjort når NAV ikke får gitt riktig hjelp.

Alt for mange med ADHD går årevis i NAV systemet på en økonomisk ytelse fordi en ikke blir sett og forstått. Dette er en enorm sløsing med ressurser. Veldig mange blir gående på ytelser uten å høre noe fra NAV og uten å få individuell tilpasset bistand med å komme ut i arbeid.

En person med ADHD kan som nevnt ha store vansker med å organisere seg og å fylle ut skjema – få de innlevert til rett instans og å drive seg selv fremover. Man har store problemer med konsentrasjon, med å følge klokkeslett og ha en føling med tid, og å finne sine papirer og være organisert. Man kan lett bli distraheret av mye – slik at man lett sporer av. NAV saksbehandler må forstå dette og ikke som det som skjer en god del i dag – mistolke manglende innlevering av skjema som at man ikke er motivert til å komme ut i jobb, når dette i stedet er et symptom på diagnosen.

De tiltak som NAV tilbyr fremstår ofte som lite tilpasset den enkeltes behov. Det er derfor vanskelig å motivere seg og man kan falle ut av prosessen i NAV.

Dessverre opplever mange med ADHD å bli møtt med holdninger som enten anser at ADHD ikke er noe problem, at det er en motediagnose, eller at dersom man tar ritalin – så må problemet anses å være løst.

## **Hjelpetiltak ut i jobb:**

### *Lage an prosjektplan og støtte den enkelte til å gjennomføre*

Det er viktig å lage en helhetlig plan og å involvere de personer som kan være aktuelle støttepersoner inn i aktuelle deler av prosjektet: behandler som fastlege, DPS, tidligere lærere (om ungdom) Ressursperson i familie.

Det er viktig å forstå at når man har ADHD kan en god del pga sine vansker ha utfordringer med det å huske avtaler og å komme i tide, med å innlevere utfylte skjemaer og å koordinere og innhente informasjon fra ulike enheter. Dersom det å komme ut i jobb er avhengig av at man driver sin egen prosess fremover, vil mange med ADHD ikke makte dette. Med tilpasset og kompetent bistand vil det kunne gå meget bra.

### *Kompetent yrkesveiledning*

Personer med ADHD trenger bistand til å avklare hvor de har sine ressurser og motivasjon, og hva som er deres konkrete problematikk. De trenger ofte en nevropsykologisk utredning. Dette må gi svar på hvor er mine styrker, og hvor er mine svakheter. Hva slags yrkesretning i forhold til dette vil være nyttig?

### *Styrking av kompetanse*

Mange har falt ut av skole og gått på nederlag. Det er viktig at NAV støtter den enkelte i å bygge en kompetanse som gjør at man har mulighet til å få jobb/ bli attraktiv på arbeidsmarkedet. Når man har funksjonsvanske er det særdeles viktig at man har ferdigheter som arbeidsmarkedet er interessert i. I dag opplever vi at NAV i stedet for å hjelpe den enkelte med dette, i stedet er opptatt av å få den enkelte raskt ut i arbeid. For personer med ADHD betyr dette ofte at man settes ut i rutinemessig kontorarbeid som for veldig mange oppleves som meget krevende. Rutinejobber er lite ADHD vennlig arbeide. Hjernen krever stimuli for å fungere. Ved rutinearbeid så er det lite stimuli, og således fungerer hjernen mye dårligere.

Den største tilrettelegging er å hjelpe ut i arbeid hvor den enkelte er motivert, da fungerer hjernen meget bedre, og konsentrasjonsvanskene er mindre fremtredende. ADHD blir ofte betegnet som en motivasjonsforstyrrelse. NAV må guide i en retning som tar personen dit man har sine ressurser og motivasjon. Dette er ikke luksus, men en nødvendighet. Mange med ADHD har aldri fått slik hjelp i NAV og vet heller ikke at det er mulig.

### *Hjelp til å øke sin funksjonsevne*

Personer med ADHD trenger hjelp til å trene på å øke sin funksjonsevne, og slik habiliteten bør skje over tid. Øve på dette med tid, med egnede strategier i forhold til å komme i tide, men det å lage struktur, med å bruke hjelpemiddel som i Phone og andre verktøy som gir påminning mht ting man trenger å huske. Med hvordan håndtere sosiale relasjoner, med hvordan få hjelp til å organisere hverdagen og å finne de ting man trenger for å komme på jobb.

I forhold til andre funksjonsnedsettelse så trenes man ofte opp slik at man får hjelp til å fungere best mulig. Slik hjelp trenger også personer med ADHD dersom man skal fungere i yrkeslivet.

### *Ha en egen ekstern veileder/ mentor/ Coach over tid*

Veldig mange kan profitere meget bra på en ekstern hjelper som kan følge en opp jevnlig, og som kan hjelpe til med det man sliter med når man har ADHD. Dersom man får slik hjelp, vil mange i betydelig større grad greie å gjennomføre studier / komme ut i arbeid. Problem i forhold til ADHD er ofte ikke at man ikke vet hva man skal gjøre, men det å komme i gang og få det gjort. NAV må ta konsekvensen av dette og tilby bistand som avhjelper denne utfordringen i størst mulig grad. Personer med ADHD profiterer meget godt på en jevnlig kontakt med en støtteperson utenfor NAV som kan fungere som en ekstern struktur, og hjelpe til å sortere tanker og følelser og å planlegge sammen med for å nå de mål som den enkelte har i forhold til det å komme ut i jobb. Det å komme i gang med en oppgave er ofte en stor vanske – og en slik støtteperson kan bidra til at man kommer i gang. Enkelte ganger trenger man kun en liten samtale om morgenen med å strukturere arbeidsdagen og lage en plan – for deretter å starte oppgaven.

NAV tilbyr et konsept som heter Studier med Støtte (SMS) i enkelte fylker. Dette synes å være et meget egnet opplegg for mange med ADHD. Konseptet bør tilbys de som trenger det og tilpasses den enkeltes behov. Det bør gjelde uavhengig av om man er student eller ikke for også arbeidssøkende kan ha stort behov for slikt støtte over tid.

### *Arbeidsoppgaver som egner seg i forhold til ADHD:*

Å ha arbeid som er ADHD vennlig er viktig dersom man skal kunne stå i jobb. Dette er viktig at arbeidsgivere og NAV er kjent med. Rutinepreget arbeid er ofte veldig lite egnet for personer med ADHD som trenger variasjon og stimuli.

Med den rette type arbeid så vil mange med ADHD utgjøre store ressurser i arbeidslivet.

Mange med ADHD trenger NAV ytelser slik at man kan stå i mindre enn 100 prosent jobb i det man sliter seg ut på det å være i full jobb. Mange ender derfor opp med andre diagnoser i NAV som følge av at man har prøvd for hardt å stå i jobb over for lang tid.

### **Arbeidsgiveres utfordring i møte med NAV kontoret:**

Arbeidsgivere må vite at man får bistand til hva slags tilrettelegging som er egnet i det konkrete tilfellet dersom man har en arbeidstager med ADHD. Man må også vite at NAV stiller opp og bidrar med tiltak – f.eks. arbeidstrening, oppfølgingstiltak, Coach mm slik at arbeidstageren får hjelp til å fungere i arbeid.

Dersom arbeidstageren trenger en del oppfølging er det viktig at det ikke er arbeidsgiver som skal bære det økonomiske i forhold til dette. Arbeidsgivere bør få økonomisk støtte til tilrettelegging, og informeres om mulighetene.

At arbeidstageren får en kyndig veileder/ støtteperson / Coach som kan bistå med støtte på en jevnlig basis for å øke funksjonsevnen til personen.

Det er litteratur mht dette med tilrettelegging i forhold til ADHD i arbeidslivet:

Vi viser til boken: ADD in The workplace, Choices, Changes and Challenges av Kathleen G. Nadeau, som gir nyttig info om tilrettelegging.

For å imøtekomme behovet for å møte den enkelte på riktig måte, ber vi om at det lages et hefte tilsvarende det som er laget for personer med autisme og som gir nyttig informasjon til NAV saksbehandleren.

Det ligger også nyttig info inne på ADHD Norge sin hjemmeside: foruten heftet ADHD og arbeid som NAV også har, se: Håndbok for støttepersoner, samt Håndbok for saksbehandlere. Dette er hefter som ligger på ADHD Norges hjemmeside og som er utarbeidet av ADHD foreningen i Danmark.

Mvh

Marianne Oftedahl  
Generalsekretær  
( sign.)