

KOGNITIVA FUNKTIONER VID CEREBRAL PARES

Det kognitiva är lika viktigt som det fysiska



Författare: Barbro Lindquist, Åsa Korsfelt, Lisa Engde, Robin Nabbing

Sammanställt av Linda Sandström, Elisabeth O'Regan och Ann Alriksson-Schmidt

Samarbete med



Innehållsförteckning

<i>Inledning</i>	3
<i>Vad är kognitiva funktioner?</i>	3
<i>Kognitiva svårigheter vid CP</i>	4
<i>Vanliga svårigheter</i>	5
Koncentration, uppmärksamhet och uthållighet	5
Minne	5
Språk	7
Visuell perception och visuospatial förmåga	7
Exekutiva funktioner	9
<i>Hur kan man hjälpa?</i>	10
<i>Varar svårigheterna för alltid?</i>	12
<i>Mer Information</i>	13
.....	14
<i>Stort tack till:</i>	15
<i>Kontaktinformation:</i>	15

Inledning

När man får ett barn med cerebral pares (CP) är det vanligt att man som anhörig först tänker på de fysiska svårigheterna. Hjärnskadan som orsakar barnets CP kan ibland också resultera i kognitiva svårigheter. Kognitiva svårigheter är inte samma sak som låg begåvning, även om en dryg tredjedel av alla med CP har en intellektuell funktionsnedsättning som innebär att man har svårare än andra att förstå och lära sig både teoretiskt och praktiskt. Kognitiva svårigheter kan förekomma vid alla nivåer av begåvning. Dessutom finns det inte något absolut samband mellan graden av motoriska svårigheter och eventuella kognitiva svårigheter. Det är därför viktigt för alla personer med CP att vara medvetna om risken för att kognitiva svårigheter kan finnas.

Kognitiva svårigheter kan vara små och inte påverka vardagslivet i någon större utsträckning. De kan också vara så stora att det påverkar barnets möjligheter att delta i sociala sammanhang, att klara skolan eller senare jobbet. En del barn har mycket omfattande svårigheter, och behöver livslångt stöd från sin omgivning.

Vad är kognitiva funktioner?

Kognitiva funktioner är mentala processer i hjärnan som bland annat gör att vi kan uppfatta, tolka och processa intryck, tänka och lösa problem, förstå språk och kommunicera. Det finns en stor variation från person till person hur dessa mentala processer fungerar och alla har styrkor och svagheter på olika områden.

Kognitiva svårigheter vid CP

Kognitiva svårigheter kan för personen själv vara hindrande i vardagen och omgivningen kan uppleva det som frustrerande, t.ex. om barnet glömmer saker eller har svårt att koncentrera sig. Tyvärr upplever en del barn sig som sämre än andra när de inte lyckas med saker som kompisarna klarar.

Den motoriska funktionsnedsättningen kan göra att det tar längre tid att göra saker men det kan också ta längre tid att processa information mentalt. Det innebär att det går åt mer energi och barn med CP är ofta tröttare än andra efter t.ex. en skoldag. Att hitta en vardag som innehåller både lagom ansträngning och tillräckligt med vila brukar vara viktigt för personer med CP. Många barn kan behöva hjälp med att prioritera och välja bort aktiviteter för att orka delta i det som faktiskt är nödvändigt.

Det är viktigt att barnet själv förstår sina tillgångar och svårigheter, och får hjälp att hitta strategier både hemma och i skolan. Ju mer du som förälder vet om ditt barns kognitiva förmågor, desto bättre kan du stötta barnets utveckling och ställa rimliga krav.



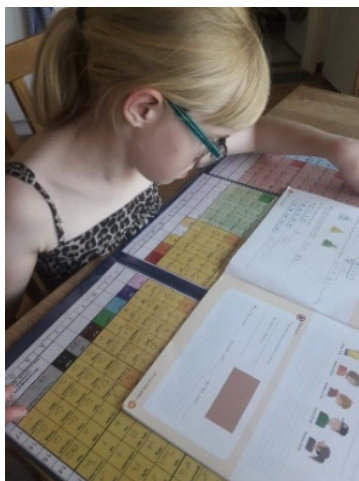
Vanliga svårigheter

Koncentration, uppmärksamhet och uthållighet

Det är vanligt att barn med CP har svårt att koncentrera sig. Det blir ofta tydligt i en miljö med mycket störningsmoment, som i en förskolegrupp eller ett klassrum. Det kan också vara så att man har svårt att samla tankarna och hålla kvar fokus på det man gör även utan yttre saker som stör. För vissa innebär mental ansträngning att man blir snabbt trött och inte orkar det som förväntas. Koncentrationssvårigheter kan således handla om flera olika saker. För att ge stöd kring detta är det viktigt att:

- Barnet får möjlighet att vara i en lugn miljö när det behöver koncentrera sig
- Barnet får möjlighet till omväxling
- Barnet får möjlighet till pauser
- Barnet får veta när det är dags att jobba och när det är vila.

Den informationen ges genom en tydlig struktur på dagen som när det är lämpligt kan förmedlas via bildstöd och tidshjälpmedel.



Minne

Vid CP är det nästan alltid arbetsminnet som är påverkat, det vill säga förmågan att hålla kvar information en kortare period för att utföra en uppgift. Problem med arbetsminnet kan göra

att det är svårt att minnas flera instruktioner i taget, eller att komma ihåg en instruktion så lång tid som det behövs för att göra färdigt en uppgift. I skolan är det viktigt att:

- Ge en instruktion i taget och följa upp att barnet förstått.
- Ge feedback ofta så barnet vet att det är på rätt spår och inte behöver göra om för att det glömt instruktionerna.
- Inte lägga energi på utantill-lärning av tabeller, måttvikt- och längdenheter – kompensera med ”lathundar” istället.
- Skapa trygghet genom att ge en tydlig struktur över dagen.
- Förmedla viktig information också visuellt. Det innebär att barnet självt snabbt kan titta efter och inte behöver fråga när det glömt.

I vardagslivet kan man ha svårt att minnas överenskommelser, t.ex. att man ska leka med en kompis efter skolan, eller glömma var man hängde jackan. Hemma är det bra att:

- Ha ett schema med planerade aktiviteter.
- Ha påminnelser i mobilen.
- Försöka ha samma vardagsrutiner varje dag.
- Tillsammans med barnet diskutera fram strategier som t.ex. att göra till vana att dubbelkolla att man har läsböckerna med sig när man lämnar skolan.

Att ha problem med arbetsminnet behöver inte betyda att man har andra minnessvårigheter. Barnet kan mycket väl komma

ihåg händelseförlopp eller lära sig fakta som utgår från ett sammanhang.

Språk

Språkliga svårigheter kan innebära problem med talet, där barnet kan ha svårt att uttala vissa ljud, eller att barnet har svårt att använda språket i kommunikation för att det inte förstår vissa ord eller har svårt att hålla tråden. En del barn har också ett långsamt processande av att förstå och använda språket och då är det viktigt att det får tid att bearbeta och svara utan att man avbryter. Man kan ha talsvårigheter utan språksvårigheter och språksvårigheter utan att ha svårt att tala. Många barn med CP behöver ha kontakt med en logoped.

Visuell perception och visuospatial förmåga

Perception betyder varseblivning, det vill säga att tolka och skapa mening av det vi ser, hör och känner. Framför allt visuella perceptionsproblem är vanligt vid CP. Det handlar inte om att ha synproblem (man kan, men behöver inte ha synsvårigheter vid visuella perceptionssvårigheter) utan att hjärnan inte kan tolka det man ser på ett fullständigt sätt. Det kan visa sig i att man har svårt att uppfatta innehåll i bilder, har svårt att tolka ansiktsuttryck (speciellt nyanser) eller att urskilja något mot en rörlig bakgrund. Visuella perceptionssvårigheter kan indirekt påverka flera olika funktioner. Det kan till exempel göra läs- och skrivinläringen mer komplicerad, och man hjälper barnet genom att:

- Försöka ha omgivningen välorganiserad och städad med var sak på sin plats
- Gå genom information muntligt

- Gå igenom nya miljöer på förhand och ta fasta på hållpunkter

Visuospatial förmåga är ofta påverkad, särskilt vid bilateral CP. Då har man begränsningar i rumsuppfattningen. Det innebär svårigheter att bedöma avstånd, riktning, hitta i okänd miljö, orientera efter karta eller avgöra vilken hastighet något rör sig i. För små barn kan det vara knepigt att vända kläderna rätt och att hitta bland sina saker och i skåp och lådor. I trafiken kan det t.ex. innebära att det är



svårt att avgöra om en bil saktar in vid ett övergångsställe. I skolan kan det vara svårt att hålla rätt på riktning och rörelse i idrotten och förstå hur man ska sy eller snickra efter mönster och ritning. I matematiken kan det påverka förståelse av relationer mellan tal och att förstå geometriska figurer. Även figurer och grafer brukar kräva stor ansträngning att förstå. Man hjälper barnet genom att:

- Var sak har sin plats, både i skolan och hemma
- Ha fasta sittplatser i skolan
- Vid behov färgmarkera lådor och hyllor
- Ha tydliga läromedel med lite text på varje sida

- Ge strategier för att hitta

Exekutiva funktioner

Exekutiva funktioner kallas de processer vi använder för att ha överblick över tillvaron, ta oss från idé till handling, planera och använda strategier. Här samspelar de flesta av våra kognitiva funktioner med varandra så att vi ska kunna genomföra det vi vill och behöver. För väl fungerande exekutiva funktioner behöver man ett bra arbetsminne, förmåga till överblick, kunna tänka på flera saker samtidigt, kunna välja och reglera sina egna tankar och impulser. Många barn med CP har exekutiva svårigheter och därmed problem att ta sig från idé till handling. Det innebär också ofta att man även har brister vad gäller tidsuppfattning t.ex. att ha koll på hur lång tid som behövs för att göra något. Att kunna läsa av klockan och förstå tid är inte samma sak.

- Använd andra sätt än klocka, så kallade tids-hjälpmedel, för att mäta tid vardagen
- Använd kalendrar, scheman och översikter för att göra tydliga steg för steg planeringar
- Var noga med att bygga upp fasta rutiner och håll fast vid dem



Hur kan man hjälpa?

Problem inom de olika områdena av kognition hänger ofta ihop och det är viktigt att barnet får möjlighet till neuropsykologisk utredning för att förstå vad som gör att vissa saker fungerar bra och att andra blir svåra. Vi människor jämför oss ofta med hur det är för andra och får man som barn inte korrekt information leder det ofta till olyckliga missuppfattningar som kan påverka självbild och självförtroende. Hur man informerar och hur mycket ska förstås anpassas till barnets utvecklingsnivå och mognad. Föräldrar, förskola och skola behöver också veta barnets tillgångar och begränsningar så de kan anpassa miljö och inläring.

Inom uppföljningsprogrammet CPUP rekommenderas neuropsykologisk utredning vid 5-6 och 11-12 år. Den görs på habiliteringen och kan innehålla:

- Begåvningstest
- Perceptionstest
- Bedömning av exekutiv förmåga
- Bedömning av fungerande i vardagslivet (adaptiv förmåga)

Ibland gör man alla delar och ibland det man tycker är relevant för just ditt barn.

En utredning görs i samråd och samarbete med **habiliterings-teamet**. Man kan till exempel behöva samverka med specialpedagogen för att få bra pedagogiska strategier i lek och skola, samverka med arbetsterapeut för bedömning och insatser för att öka barnets färdigheter i vardagsaktiviteter, med logoped

för att kartlägga typ av språksvårigheter och med fysioterapeut för att få klarhet i barnets motoriska möjligheter med mera. Arbetsterapeut och logoped kan rekommendera och förskriva hjälpmedel för t.ex. tidsuppfattning och kommunikation.

Föräldrar, habilitering och förskola/skola samverkar sedan för att barnet ska få så goda möjligheter som möjligt att utvecklas enligt sina förutsättningar. Det är en kontinuerlig process som behöver anpassas under uppväxten. Under den här processen är det också viktigt att påminna om att utveckling också innebär acceptans och att man har rätt att vara den man är. Det är lika viktigt att få utveckla det man tycker är roligt som att träna på det som man har svårt för.



Varar svårigheterna för alltid?

Vissa kognitiva svårigheter kan vara sådana som hör till en särskild utvecklingsperiod medan andra är sådana som påverkar på olika sätt under hela livet. För att veta hur du ska tänka kring just ditt barns svårigheter är det bra att lyfta dina frågor med utredande psykolog på habiliteringen.

Den skada i hjärnan som ligger till grund för de kognitiva och motoriska svårigheterna vid CP förändras inte över tid. I grunden bör du därför tänka att de svårigheter ditt barn har behöver du och ditt barn tillsammans hitta stöd, strategier och hjälpmedel för att hantera. Att hitta rätt anpassningar och stöd gör för de flesta stor skillnad!



Mer Information

Detta informationshäfte kommer vara tillgängligt som häfte och ljudfil på dessa språk:

- Amhariska
- Arabiska
- Dari
- Engelska
- Somaliska
- Svenska

Ljudfilerna kommer att gå att lyssna på via dessa hemsidor:

- www.cpup.se
- www.cpsverige.se

För mer och annan information om kognition och CP samt CP generellt kan ni hitta på:

- www.cpup.se

CPUP är ett uppföljningsprogram och nationellt kvalitetsregister för personer med CP med syftet att tidigt upptäcka och förhindra att barn med CP utvecklar höftluxation (höft ur led) och andra komplikationer till CP-skadan.

- www.cpsverige.se

CP Sverige är en diagnosförening för personer med cerebral pares och deras närstående samt för



personer som på olika sätt arbetar för att förbättra situationen för dessa individer.

CP Sverige anser det vara mycket viktigt att alla barn med cerebral pares i Sverige ges möjlighet till kognitiv utredning. Genom detta skapas förutsättningar för att tidigt upptäcka kognitiva svårigheter och därigenom tidigt kunna ge barnet rätt stöd i skolan och på fritiden.

- **Hos din lokala habiliteringspsykolog**



Stort tack till:

Ludvig Sandström, Nore Dahlin och Felicia Johansson för medverkan med bilder till häftet.

CP Danmark för ett bra samarbete och att vi har fått tagit del och inspiration av deras material.

Kontaktinformation:

Vid frågor angående innehållet i häftet kan ni kontakta:

Namn: Ann Alriksson-Schmidt,

E-mail: ann.alriksson-schmidt@med.lu.se

För att få tillgång till fler informationshäften kan ni kontakta:

Namn: Linda Sandström

E-mail: linda.sandstrom@med.lu.se

