

Nepsy- osaamisen



Opas ammattilaisille

Nepsy-osaamisen ABC -opas on ammattilaisille suunnattu työväline, jonka tavoitteena on lisätä ymmärrystä neurokirjon henkilöiden kohtaamisesta. Opas tarjoaa käytännönläheistä tietoa ja herättelee pohtimaan omaa ja työyhteisön roolia tarvittavan tuen toteuttamisessa.

Oppaan sisältöä voi hyödyntää niin oman osaamisen kehittämiseen kuin työyksikön toiminnan arviointiin ja kehittämiseen. Se toimii keskustelun avaajana, muistilistana ja tukena nepsy-tietouden vahvistamisessa arjen työssä.

Muista, että jokainen tilanne on yksilöllinen ja siksi tarvitaan yksilöllistä kohtaamista ja yksilöllisiä ratkaisuja.

Mikä ihmeen nepsy?

Puhekielisellä käsitteellä ”nepsy” viitataan neuropsykiatrisiin piirteisiin sekä diagnosoituihin neuropsykiatrisiin häiriöihin, joista nykyisin käytetään termiä neurokehitykselliset häiriöt. Neurokehityksellisiin häiriöihin kuuluvat esimerkiksi ADHD eli aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, autismikirjon häiriö, kehityksellinen kielihäiriö sekä Touretten oireyhtymä.

Termillä neurokirjon henkilö tarkoitetaan oppaassa henkilöä, jolla on neurokehityksellisiä oireita tai piirteitä. Oppaan julkaisuhetkellä vakiintunutta termistöä ei ole vielä olemassa, ja käytettävä termi vaihtelee asiayhteyden mukaan.



Ammattilaisen
rooli

Kokonaistilanteen
arviointi

A B C

**Pysähtyminen ja
tilanteen arviointi**

Myönteinen
asenne

Kunnioittava

ja arvostava

kohtaaminen

Oman roolin
tiedostaminen

Elämäntapa-ohjaus ja
toimintakyvyn tukeminen

Palveluohjaus

**Arjen tuki
ja ohjaus**

Monitoimijaisuus

Avoin ja aktiivinen
yhteistyö

**Yhdessä
tekeminen**

Puheeksi ottaminen

Puheeksi ottaminen

Puheeksi ottaminen

Puheeksi ottaminen



Pysähtyminen ja tilanteen arviointi

Neurokirjon piirteiden tunnistaminen on tärkeää. Pysähdy hetkeksi arvioimaan tilannetta näiden kysymysten avulla.



Kokonaistilanteen arviointi

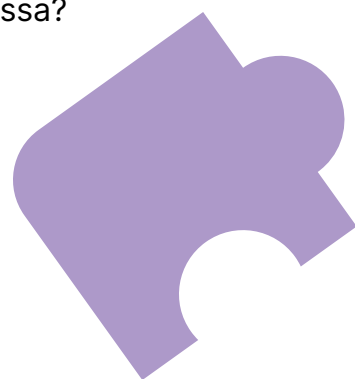
- Tunnistanko henkilön nepsy-piirteitä?
- Mitä niiden taustalla voi olla?
- Kuinka paljon haasteet vaikeuttavat arkea?
- Mitkä asiat toimivat ja mitkä ovat henkilön vahvuudet?
- Onko toiminnallani vaikutusta tilanteeseen?
- Miten ympäristö vaikuttaa tilanteeseen?

Ammattilaisen rooli

- Voinko jäädä seuraamaan tilannetta?
- Tarvitaanko arjen tukea ja ohjausta?
- Miten voin tukea arjessa?
- Kirjaanko havaintoni ja/tai tehdyn suunnitelman?
- Tarvitsenko toisen ammattilaisen pohtimaan yhdessä tilannetta?
- Onko työyksikössäni yhteiset toimintatavat?

Puheeksi ottaminen

- Otanko havaintoni puheeksi henkilön/hänen huoltajansa kanssa?
- Onko käytössäni keinoja puheeksi ottamisen tueksi?



Kunnioittava ja arvostava kohtaaminen

Kunnioittava ja arvostava vuorovaikutus on avain onnistuneeseen yhteistyöhön.

Myönteinen asenne on

- Uskallusta kysyä ja kuunnella.
- Halua ymmärtää erilaisuutta ja oppia siitä.
- Rohkeutta antaa tilaa erilaisille ratkaisuille ja eri tavalla tekemiselle.
- Joustavuutta.

Oman roolin tiedostaminen

- Mikä on vastuuni ja roolini henkilön asiassa?
- Miten voin tukea henkilön osallisuutta ja toimijuutta?
- Kuinka kohtaan henkilön yksilönä?
- Mikä on vaikutukseni ja vastuuni kohtaamisen ilmapiiriin?
- Kuinka huomioin läheiset sekä verkoston?

Puheeksi ottaminen

- Keskustellaan havainnoista rehellisesti ja avoimesti
- Huomioidaan henkilön/hänen huoltajansa näkemys.



Arjen tuki ja ohjaus

– kuuluu kaikille ammattilaisille.



Elämäntapaohjaus ja toimintakyvyn tukeminen

- Tarjotaan tukea heti haasteiden esiinnyttyä.
- Huomioidaan yksilöllisyys.
- Vahvuuksien vahvistaminen (tunnistaminen, hyödyntäminen, palautteen antaminen, palkitseminen).
- Tarjotaan tietoa nepsy-piirteistä (miten näkyvät ja vaikuttavat arjessa).
- Elämäntapojen tukeminen (ravinto, uni, lepo, liikunta, päivärytmi).
- Tuetaan kommunikointia sekä sosiaalisia taitoja.
- Kuormittumisen huomiointi (vireystilan huomioiminen, tauottaminen, aistiympäristö).
- Ympäristön muokkaaminen (kuvaohjaus, ennakointi, rutiinit, aikataulut, kalenterit).

Palveluohjaus

- Neurokirjon henkilön tilanteeseen sopivien palvelujen tuntemus.
- Kynnyksettömiin palveluihin ohjaaminen.
- Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa.

Puheeksi ottaminen

- Keskustellaan haasteista sekä keinoista, joilla arkea voidaan tukea.
- Kuunnellaan henkilön/hänen huoltajansa näkemys yhdessä sovituista keinoista.

Yhdessä tekeminen

– lisää sujuvuutta ja vaikuttavuutta.

Monitoimijaisuus

- Tunnistetaan henkilön verkosto ja tehdään yhteistyötä verkoston kanssa.
- Henkilön tarpeet ovat työskentelyn keskiössä.

Avoin ja aktiivinen yhteistyö

- Sovitaan yksikön yhteisistä toimintavoista.
- Tunnistetaan keskeiset yhteistyökumppanit.
- Mahdollistetaan avoin tiedonkulku.
- Käytetään selkeää kieltä ja varmistetaan yhteinen ymmärrys.
- Tunnistetaan muiden ammattilaisten osaaminen.
- Luodaan yhteiset tavoitteet ja suunnitelmat.
- Selkeytetään vastuun- ja työnjako sekä roolit (asiakas, työntekijät).

Puheeksi ottaminen

- Verkostossa jokaisella on mahdollisuus tuoda ilmi omat havaintonsa, ajatuksensa sekä toiveensa.



Nepsy- osaamisen ABC

Lisätietoa:

mielenterveystalo.fi
mielenterveystalo.fi/omahoito
adhd-liitto.fi
autismiliitto.fi

Opas on tuotettu osana
Kestävää hyvinvointia Pohjois-Savoon (RRP)
hankkeen Nepsy-tiimin kehittämistyötä.
Julkaistu marraskuussa 2024,
päivitetty syyskuussa 2025.