

Så förbereder du dig inför utredning och testning.

## Utredning

En utredning syftar till att ge svar på en eller flera frågor. Det kan röra sig om förmågan att lära sig, svårigheter att koncentrera sig eller problem med relationer, studier eller i arbetslivet. I en neuropsykiatrisk utredning tar man ställning till diagnoser som ADHD, autism och inlärningssvårigheter. Det betyder att utredningen kan bekräfta eller avfärda en eller flera svårigheter.

Vi kommer att behöva prata med dig och i förekommande fall någon som känner dig väl. Det kan vara en förälder, släkting, partner, vän eller arbetskamrat. Vi vill veta hur saker och ting fungerar för dig. Det kan vara så att dina anhöriga eller någon som känner dig väl kan behöva fylla i lite skattningsformulär kring hur de ser på ditt fungerande.

## Testning

Testning är en metod som psykologer vanligtvis använder för att undersöka olika funktioner. Man kan med tester mäta olika kognitiva förmågor som problemlösning, minnesfunktioner och uppmärksamhet. Tester görs vanligtvis av psykolog då många tester enbart får brukas av legitimerad psykolog.

### Varför testning?

I en utredning gör man olika tester. Psykologer är experter på beteenden, känslor och mentala processer. Inför att man ska träffa en psykolog kan du undra varför och på vilket sätt det hela kommer att ske.

Du och psykologen kommer att prata och du kommer att få lösa olika uppgifter. Psykologen visar alltid vad du ska göra. Vissa uppgifter kan påminna om problem man vanligtvis kopplar till skolan. Testerna kan bestå av olika frågor, bilder, pussel och berättelser.

### Vad gör psykologen med testresultaten?

I en neuropsykiatrisk utredning blir psykologens uppgift att kartlägga om funktionerna har de kognitiva särdrag som antas ligga bakom de beteenden som diagnoserna bygger på. Psykologen kommer också att beskriva vilka styrkor och problemområden som framkommer.

### Hur kan man förbereda sig?

Förklara för de som ska delta i utredningen gärna lite kort kring vad en neuropsykiatrisk utredning är och vad syftet är. Försök att utgå från dig själv, dina svårigheter och funderingar

*Till dig som ska  
på utredning*

Här kommer några av våra tips

- Förklara anledningen till utredningen för dina anhöriga till utredningen.
- Utredningen kan också visa vad du är bra på så att man kan använda det i vardagen framöver.
- Uppmuntra omgivningen att vara uppriktiga när de beskriver dig.
- Har du äldre föräldrar kan det vara bra att be de gå igenom fotografier, filmer, dagböcker och olika anteckningar från när du var barn. Det kan hjälpa minnet.
- Testerna är alltid anpassade efter ålder och efter vad du undrar över.
- Testerna är vetenskapligt framtagna och den som utför testerna har utbildning och certifiering i testet som utförs.
- Den som träffar dig är utbildad och expert på att genomföra tester och van att hantera personer med olika fungerande.
- Testresultaten är endast en del av utredningen och inte helt avgörande för utredningen.
- Se till att ha sovit och ätit inför besöken.
- Drick inte alkohol dagen innan du ska på utredning.
- Ofta arbetar vi i pass om 30–45 minuter åt gången.
- Ta med mellanmål om du tror att du behöver få i sig något under pauserna.
- Äter du någon medicin som kan påverka testsituationen på något sätt, hör då av dig till oss innan.
- Har du frågor inför besöken, ring till oss så kan vi förklara och berätta mer.