

# Gå andre veje

## i rekrutteringen af nye medarbejdere

Mennesker med ADHD ser ofte tingene på nye måder og kan derfor være en stor ressource på en arbejdsplads. De kan få idéer, som ingen ellers har tænkt på, og de kan være meget arbejdsomme og pligtopfyldende, hvis rammerne på arbejdspladsen er trygge og overskuelige.

Oftentimes kan enkle ændringer fx i introduktionen til jobbet, tilrettelægningen af arbejdsopgaverne eller indretning af arbejdspladsen give den tryghed, som er nødvendig, for at en medarbejder med ADHD kan få sine ressourcer i spil.

En **ADHD-venlig arbejdsplads** giver ikke kun mennesker med ADHD bedre muligheder for et velfungerende arbejdsliv. Det vil også gavne mange andre medarbejdere.



# Gør din virksomhed ADHD-venlig

## 1. Afstem og tydeliggør forventninger inden opstart

Gør det tydeligt, hvad der forventes af medarbejderen fx med hensyn til arbejdsopgaver, deltagelse i sociale arrangementer, mødetid, pauser, påklædning, sygemelding o.l. Det er også vigtigt at præcisere, hvem der har ansvar for hvad, og hvem der er medarbejderens kontaktperson.

## 2. Hjælp med at skabe overblik og struktur

Visualisér opgaver og arbejdsgange ved hjælp af dags- eller ugeskemaer. Det gør det lettere at overskue og huske opgaverne.

Del større arbejdsopgaver op i mindre delopgaver med tydelige deadlines. Det gør store opgaver overskuelige, virker motiverende og giver en følelse af progression.

Nogle medarbejdere fungerer bedre, hvis de i stedet for dags- eller ugeplaner får én opgave ad gangen. Find ud af, hvad der kan fungere bedst for medarbejderen og for virksomheden.



### **3. Giv en grundig instruktion**

Giv en grundig instruktion i arbejdsopgaverne og bed medarbejderen gentage instruktionen, så du er sikker på, at den er forstået rigtigt.

Information på skrift – måske med billeder eller tegninger - støtter hukommelsen og gør medarbejderen tryk og mere selvhjulpne.

### **4. Find en rolig og afskærmet plads**

Nogle medarbejdere med ADHD har problemer med at sortere i sanseindtryk fra lys, lyde, lugte, billeder ol. De har behov for en rolig og afskærmet arbejdsplads, så de ikke konstant forstyrres af de mange sanseindtryk.

### **5. Hjælp med at forstå socialt samspil og uskrevne regler**

Fortæl hvordan det sociale liv fungerer på arbejdspladsen, italesæt uskrevne regler og forventninger til det sociale engagement, fordi en medarbejder med ADHD ikke altid kan fornemme det af sig selv.

### **6. Lær noget om ADHD**

Viden om ADHD på virksomheden gør det lettere at forstå og støtte en medarbejder med ADHD.

#### **Hvad er ADHD?**

ADHD er en neuropsykiatrisk lidelse, der oftest er arvelig.

Det anslås, at ADHD forekommer hos 2-4 % af den voksne danske befolkning.

Mennesker med ADHD er normalt begavede men har i varierende grad vanskeligheder med at overskue, planlægge og strukturere opgaver. De kan have svært ved at vurdere, hvor lang tid en opgave vil tage, huske en mundtlig besked, begå sig socialt på arbejdspladsen og finde ud af udtalte forventninger.

## Få hjælp fra jobcentret

Henvend dig til jobcentret, hvis du er i tvivl om, hvordan du rekrutterer, ansætter eller fastholder en medarbejder med ADHD. Her kan de også oplyse om mulighederne for kompenserende ordninger og ansættelse på særlige vilkår.

**Mentor:** En mentor kan bevilges, når der i en periode er behov for særlig støtte for at kunne deltage i eller fastholde et job.

## Eksempler på kompenserende ordninger

**Hjælpemidler og arbejdspladsindretning:** Personer med funktionsnedsættelser kan i visse tilfælde få bevilget hjælpemidler og mindre arbejdspladsindretninger, hvis funktionsnedsættelsen medfører barrierer i forhold til jobbet.

**Personlig assistance:** Jobcentret kan yde tilskud til personlig assistance til ledige eller lønmodtagere, der pga. en varig og betydelig fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse har behov for særlig personlig bistand for at kunne varetage deres job.

**Isbryderordningen:** Et særligt løntilskud til nyuddannede med funktionsnedsættelse.

Lad jobcentret vejlede dig om de forskellige støtteordninger.

Læs mere om ADHD på [www.adhd.dk](http://www.adhd.dk).

En konsulent fra ADHD-foreningen kan også give jer mere viden eller konkret hjælp til at fastholde en medarbejder med ADHD.

