

E



Epilepsi og utdanning

- Videregående og høyere utdanning



Epilepsiforbundet

FORORD

Utdanning reduserer sannsynligheten for at man blir ufør eller arbeidsledig i ung alder. Muligheten til å ta utdanning, dersom det er dette man ønsker seg, er også en viktig årsak til trivsel i hverdagen.

Epilepsi er i utgangspunktet en diagnose som gir relativt få begrensinger i valg av utdanning. Mulighetene er mange, og det viktigste er at du finner en utdanning som passer for deg. Vurderingen bør først og fremst være basert på dine ønsker og evner. I noen tilfeller kan det være nødvendig å utvise hensyn til anfallssituasjonen din, men de fleste ting kan løses med litt tilrettelegging av studie- og arbeidshverdagen. I denne brosjyren har vi samlet informasjon som kan være grei å ha når man planlegger utdanning med epilepsi.

EPILEPSI OG KONSEKVENSER FOR LÆRING

ULIKE TYPER ANFALL KAN HA ULIKE KONSEKVENSER

Noen typer epilepsianfall eller epileptisk aktivitet i hjernen har konsekvenser for læring, andre har det ikke. Generelt kan det være greit å ha tenkt igjennom hvordan din epilepsi vil påvirke studiehverdagen. Selv om du ikke har behov for pedagogiske eller læremessige tilpasninger kan det være nødvendig å fortelle lærer, foreleser eller studiekamerater på skolen om din epilepsi og hva de skal gjøre ved et anfall. Under følger en gjennomgang av anfallstyper og epileptisk aktivitet som kan være forbundet med læremessige konsekvenser.

Fokale anfall med bevart bevissthet er en anfallstype som har svært ulik utforming avhengig av hvilket område i hjernen den epileptiske aktiviteten springer ut fra. Anfallene kan for eksempel arte seg som rykninger i en hånd, en rar følelse i benet, en underlig lukt eller smak eller et "sug" i magen. Enkelte har også psykiske symptomer som angst eller frykt. Felles for denne anfallstypen er at bevisstheten hele tiden er bevart. Man kan derfor både følge med på undervisning, og i en del tilfeller også fortsette en samtale under anfall.

Disse anfallene kan gi pedagogiske og læremessige konsekvenser rett og slett fordi man blir forstyrrt av selve anfall, men ettersom man er ved bevissthet er dette sjelden et stort problem. Imidlertid er usikkerhet og utrygghet som kan oppstå i forbindelse med slike anfall en større utfordring.

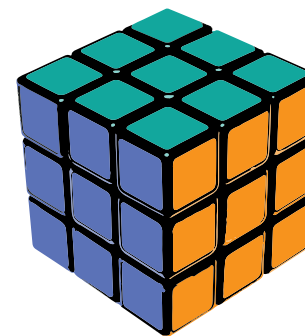
Fokale anfall med nedsatt bevissthet er en type anfall som også kan ha svært ulik utforming. Felles for denne anfallstypen er at bevisstheten er redusert. Personen som har anfall kan bli fraværende, stoppe å snakke, fumble med klærne, gjøre tyggebevegelser, fukte leppene, gå planløst omkring eller repetere ord eller handlinger om og om igjen. Dette er den vanligste anfallstypen ved epilepsi og anfaller varer som oftest noen få minutter.

Etter fokale anfall med nedsatt bevissthet kan man være trøtt, forvirret og ha lære- og hukommelsesvansker. Vær oppmerksom på at hukommelsesproblemer etter et slikt anfall kan vare i flere timer. Det kan derfor være lurt med en pause etter anfall, for heller å fortsette på et senere tidspunkt. Fordi anfallene kan komme til uttrykk på så mange måter, kan det være lurt å informere klassekamerater eller medstudenter dersom du har mange slike anfall.

Absencer er en type anfall der man får kortvarige fjernhetsanfall hvor man mister bevissthet, med varighet fra fem til tretti sekunder. Anfallstypen vil ofte kunne være vanskelig å oppdage, men vil forstyrre relativt mye for den som har dem i en læringssituasjon. Dersom man faller ut av undervisningen, kanskje flere ganger i løpet av en enkelt undervisningstime, kan det bli vanskelig å få med seg sammenhengen. Dersom man har denne typen anfall, er det viktig å tilrettelegge studiehverdagen. Kanskje trenger man en assistent, eller man kan alliere seg med en medstudent som kan hjelpe med å komme inn i temaet igjen dersom man har vært borte et øyeblikk.

I tillegg til de anfallene vi nå har nevnt, finnes det også en rekke andre anfallstilstander. **GTK-anfall** (krampeanfall) kan forekomme både på natt og dag, og vil for mange føre til trøtthet og vansker med å ta aktivt del i studiene når anfallene inntreffer.

I tillegg til anfall om dagen er det også en del som har **nattlig epileptisk aktivitet under søvn**. Denne aktiviteten ytrer seg ikke som anfall, men som epileptisk aktivitet som påvirker hvordan man fungerer på dagtid. Graden av påvirkning på dagtid avhenger av hvor mye nattlig epileptisk aktivitet den enkelte har. Nattlig epileptisk aktivitet kan påvirke våkenhet, korttidsminne, utholdenhet og språkferdighet. Dersom man mistenker at man har epileptisk aktivitet om natten, er det viktig å gjøre en ordentlig utredning hos nevrolog, slik at man kan begrense de pedagogiske konsekvensene på dagtid.



KOGNITIVE UTFORDRINGER

Kognitive utfordringer innebærer utfordringer knyttet til tale, hukommelse, resonnering eller logisk tenkning, og kan være forbundet med epilepsi eller bruk av epilepsimedisiner. Det betegnes gjerne som kognitive utfordringer dersom man presterer under det som er forventet for alders- og utdanningsgruppen på en eller flere av de kognitive funksjonene. På lik linje med de læremessige konsekvensene som følger av epileptisk aktivitet, kan man også ofte tilrettelegge for konsekvensene av kognitiv utfordring.

Dersom du mistenker at kognitive utfordringer, for eksempel dårlig hukommelse, skyldes epilepsimedisinene, er det viktig å ta kontakt med lege eller nevrolog. Som hovedregel bør man vurdere å bytte ut en epilepsimedisin hvis den har store negative konsekvenser for kognitive funksjoner.

Kognitive utfordringer kan også skyldes epilepsien i seg selv, og ofte vil det være noe man er nødt til å leve med. Både når det gjelder valg av studier og gjennomføring av utdanning kan det være lurt å tenke igjennom hva som passer best for deg. Sørg for å velge en studieretning som du mestrer, og tilpass utdanningsforløpet slik at det er gjennomførbart. Tilrettelegging for kognitive utfordringer kan for eksempel være hjelpemidler som hjelper deg med å huske, bruk av PC osv.

TILRETTELEGGING VED EPILEPSI

Ettersom epilepsi er en diagnose med store individuelle forskjeller, er det viktig at du kartlegger hva som er nødvendig tilrettelegging for deg. Tilrettelegging kan for eksempel være tilrettelegging med en fleksibel studiehverdag, tilgang til en seng på studiestedet eller mulighet til å skrive eksamen på datamaskin.

Ettersom epilepsi er en skjult diagnose, kan det i noen tilfeller være vanskelig å få forståelse for hvorfor man har et tilretteleggingsbehov. Dette kan være uttrykk for mangel på kunnskap om epilepsidiagnosen, og det er derfor viktig at du bruker tid på å forklare situasjonen ordentlig. Kanskje vil det i noen tilfeller være nødvendig med en attest fra lege for å få den nødvendige forståelsen for problemet.

VIDEREGÅENDE OPPLÆRING

All ungdom har etter søknad rett til tre år heltids videregående opplæring etter fullført grunnskole. Målet med å ta videregående opplæring kan enten være å oppnå studiekompetanse, yrkeskompetanse eller annen kompetanse på lavere nivå. Ifølge opplæringsloven har alle som søker videregående opplæring rett til inntak på ett av de tre alternativene av grunnkurs man har søkt på. I tillegg har man også rett på to års videregående opplæring som bygger på grunnkurset.

Elever som har rett til spesialundervisning, og som etter sakkyndig vurdering har særlige behov for et spesielt utdanningsprogram på videregående trinn 1, har rett til inntak på dette utdanningsprogrammet.

Fylkeskommunen skal sørge for at elever ikke faller ut av den videregående opplæringen, og alle fylkeskommuner har derfor en egen oppfølgingstjeneste. Målgruppen for denne tjenesten er ungdom i alderen 16-20 år, som omfattes av den lovfestede retten til videregående opplæring. Oppfølgingstjenesten har ansvar for å følge opp ungdom så lenge de omfattes av retten til videregående opplæring. Oppfølgingstjenesten samarbeider nært med rådgiverne i skolen, PP-tjenesten i kommunen, NAV-kontoret, sosialtjenesten i NAV og helse- og omsorgstjenesten.

PPT (PEDAGOGISK-PSYKOLOGISK TJENESTE FOR VGS)

Hver fylkeskommune plikter å ha en egen PP-tjeneste for oppfølging av elever i videregående skole, dette i henhold til opplæringsloven. Elever, lærlinger og lærekandidater i videregående opplæring kan søke hjelp hos PPT. I tillegg skal PPT også hjelpe skolen i arbeidet med å legge opplæringen bedre til rette for elever med funksjonsnedsettelse eller andre behov.

PPT består av fagpersoner som rådgiver, psykolog, sosionom og spesialpedagog. Fagpersonene kan blant annet bistå med individuelle samtaler, utredning og sakkyndig vurdering om behov for spesialundervisning, tilrettelegging av opplæringstilbud og veiledning til samarbeid med andre instanser i hjelpeapparatet. PPT utgjør dermed en hjelpetjeneste som kan hjelpe deg med å få tilrettelagt skolehverdagen basert på dine behov. Alle fagpersoner i PPT har taushetsplikt.

SPESIALUNDERVISNING OG INDIVIDUELL OPPLÆRINGSPLAN (IOP)

I en del tilfeller vil tilpasninger av skolehverdagen innenfor rammen av det ordinære opplæringstilbudet kunne være tilfredsstillende. Mer omfattende individuell tilpasning omtales gjerne som spesialundervisning, og kan blant annet omfatte avvik fra reglene om innholdet i opplæringen. Spesialundervisning kan enten foregå ved at man følger et ordinært grunnkurs eller ved at man følger et spesielt tilrettelagt grunnkurs.

Dersom du har rett til spesialundervisning, har du også rett på inntil to års ekstra videregående opplæring når det er nødvendig for å nå opplæringsmålene. Vedtak om spesialundervisning utløser også skolens plikt til å utarbeide en individuell opplæringsplan (IOP), der målene for opplæringen og en beskrivelse av hvordan den skal gjennomføres skal framgå.



HØYERE UTDANNING

OPPTAK TIL HØYERE UTDANNING

Normalt kreves det generell studiekompetanse fra videregående opplæring for å søke høyere utdanning. Det er imidlertid mulig å søke om spesiell vurdering dersom du mener at karakterene dine fra videregående ikke reflekterer det du faktisk kan, og at dette skyldes epilepsi eller annen sykdom eller funksjonshemming. Når du søker om spesiell vurdering, er det viktig å kunne dokumentere hvorfor diagnosen har gjort det vanskelig å oppfylle kravene for å komme inn på utdanningen. Normal dokumentasjon vil for eksempel være legeattest, attest fra PPT og bekreftelse fra videregående skole.

For å få spesiell vurdering må du oppfylle kravene til generell studiekompetanse og eventuelle spesielle opptakskrav. Hvis du ikke har generell studiekompetanse, er det i noen tilfeller mulig å søke om dispensasjon eller betinget opptak.

Du kan ikke kreve en spesiell vurdering, det er opp til lærestedet om de vil ta hensyn til søknaden eller ikke. Fristen for å søke om spesiell vurdering er 1. mars. Dersom du ikke får opptak gjennom spesiell vurdering, regnes du som ordinær søker.

Dersom du har behov for å få vite om du har fått studieplass før det ordinære opptaket, for eksempel av hensyn til tilrettelegging eller hjelpemiddelbehov, kan du søke om forhåndsløfte. Et forhåndsløfte innebærer at utdanningsinstitusjonen holder av en studieplass på et tidligere tidspunkt enn ordinært opptak. De som søker forhåndsløfte, blir vurdert ut fra forrige års opptak og må ha karakterer som er bedre enn gjennomsnittet fra opptaket året før. Forhåndsløfte gis som regel ikke på bakgrunn av spesiell vurdering.

Du kan lese mer om dette på www.samordnaopptak.no.

TILRETTELEGGING OG VEILEDNING PÅ STUDIESTEDET

På høyskoler og universiteter finnes det flere instanser som kan bidra med informasjon og praktisk hjelp gjennom studiet. Alle utdanningsinstitusjoner plikter å ha en kontaktperson for studenter som har nedsatt funksjonsevne. Her kan du ta kontakt hvis du har behov for tilrettelegging av studiesituasjonen eller du trenger råd og veiledning knyttet til din epilepsi på studiestedet.

INDIVIDUELL STUDIEPLAN

Alle studenter skal skrive under på en individuell studieplan ved studiestart, dette er en kontrakt mellom studenten og lærestedet. Planen fastslår planlagt studieforløp og eksamener, men kan også inneholde den tilretteleggingen du har behov for. Ta en prat med studieveilederen din om hvordan dette kan gjøres.

HJELPEMIDLER

Dersom du har behov for hjelpemidler på studiestedet, kan du kontakte NAV. De har ansvar for å tilrettelegge med hjelpemidler, både hjemme og på studiestedet. Det er kommunehelsetjenesten som kartlegger og utreder behovet for hjelpemidler. Hjelpemiddelet må ha en klar sammenheng med funksjonsnedsettelsen din, og være nødvendig for at du skal kunne gjennomføre utdannelsen. Det er Hjelpemiddelsentralen i fylket der du er folkeregistrert som formidler hjelpemidlene.



STIPEND OG LÅN

Hos Lånekassen kan du søke om stipend og lån til både videregående og høyere utdanning.

VIDEREGÅENDE OPPLÆRING

For elever i rettighetsbasert videregående opplæring, er det ingen særskilte ordninger i Lånekassen for søkere med nedsatt funksjonsevne eller funksjonshemming.

HØYERE UTDANNING

Man kan få støtte til høyere utdanning i åtte år. Det finnes også tilleggsordninger for studenter som blir syke i studietiden eller som har nedsatt funksjonsevne:

Sykestipend: Dersom du blir syk i mer enn 2 uker av studietiden, og ikke kan studere i den perioden, kan lånet bli omgjort til stipend. Dette kan maksimalt være for fire og en halv måned per undervisningsår. Sykdomsperioden må dokumenteres av lege.

Ekstrastipend: Kan du ikke arbeide ved siden av studiene dine, på grunn av nedsatt funksjonsevne, kan du få et ekstra månedlig stipend.

Stipend i 12 måneder: Dersom du ikke kan ha sommerarbeid på grunn av nedsatt funksjonsevne, kan du få støtte i tolv måneder.

Støtte ved forsinkelse utover 60 studiepoeng: Blir du forsinket mer enn 60 studiepoeng (ett undervisningsår) i høyere utdanning fordi læringsmiljøet eller studiesituasjonen ved lærestedet ikke er tilpasset din funksjonshemming, kan du ha rett til støtte til forsinkelsen. Da kan du få hele den månedlige basisstøtten som stipend. Dette kan ikke kombineres med trygd som er ment å dekke livsopphold.

Hvis du blir minst 50 prosent ufør og mottar uførepensjon, kan du få delvis eller hel **ettergivelse av studielånet**. Kontakt Lånekassen for mer informasjon.

ANDRE STIPENDER OG LEGATER

Det finnes også andre private stipender og legater som man kan søke. Kriteriene for de ulike stipendene og legatene varierer veldig, og det kan være lurt å se om det finnes noen som passer akkurat deg. Kari Thrane-Steens Fond er en stiftelse som har til formål å gi økonomisk støtte til utdanning for ungdom med epilepsi. Utdanningsstipendet deles årlig ut til en eller flere ungdommer som er mellom 17 og 30 år, og som skal starte på eller er under utdanning. Informasjon om hvordan man søker, kommer hver vinter/vår på Epilepsiforbundets nettside.



STØTTE FRA NAV

Dersom du er over 18 år og har avsluttet studier på grunn av sykdom eller skade, eller har behov for behandling for sykdom for å gjenoppta studiene, så kan du ha rett til arbeidsavklaringspenger fra NAV. NAV kan også gi opplæring som et tiltak for deg som trenger kvalifisering for å kunne få eller beholde jobb. NAV kan dermed gi støtte til skolegang dersom du har varig nedsatt arbeidsevne eller reduserte muligheter til å velge yrke og arbeidsplass på grunn av epilepsi eller andre helseproblemer. For å få opplæring i form av ordinær utdanning må du være over 22 år. Kontakt ditt lokale NAV-kontor for mer informasjon.

LIVET UTENOM STUDIENE

Enten du går på videregående eller er i høyere utdanning, er det viktig å huske på at livet rundt studiene kan være vel så avgjørende som selve undervisningen. For eksempel kan det sosiale livet rundt studiene være avgjørende for hvorvidt man trives og dermed presterer godt på skolen. Vi vet også at både trivsel, trygghet og god fysisk og mental helse er viktige faktorer som påvirker anfallssituasjonen.

Mange flytter til nye steder for å studere, eller begynner i klasser hvor man ikke kjenner noen fra tidligere. Ved høyskoler og universiteter finnes det mange sosiale arrangementer eller studentforeninger hvor man kan finne venner med like interesser. Ofte må man selv ta initiativ, ved for eksempel å melde seg på fritidsaktiviteter eller sosiale arrangementer med andre studenter. Men mulighetene er mange, så finn noe du har lyst til å delta på og ha en fin studietid!

MELD DEG INN I EPILEPSIFORBUNDET PÅ

www.epilepsi.no

eller skann QR-koden til høyre.



Det er takket være våre medlemmer at vi kan utarbeide og spre kvalitetssikret informasjonsmaterieil som denne brosjyren. Mer informasjon finner du på www.epilepsi.no.

HAR DU SPØRSMÅL OM EPILEPSI?

KONTAKT RÅDGIVNINGSTELEFONEN

Mail: raad@epilepsi.no
Tlf.: 22 47 66 00

Mange spørsmål dukker opp når man får epilepsi tett innpå livet. Kontakt rådgivningstelefonen for å få noen å prate med. Her finner du trenede likepersoner som selv har diagnosen eller er pårørende til noen med epilepsi.

BETJENT

Mandag - fredag (10-14)
Torsdag (17-21)

Alle likepersoner har taushetsplikt.

Hold deg oppdatert på siste nytt via:

 [youtube.com/@EpilepsiforbundetNorge](https://www.youtube.com/@EpilepsiforbundetNorge)

 [facebook.com/epilepsiforbund](https://www.facebook.com/epilepsiforbund)

 [snapchat.com/add/epilepsiforbund](https://www.snapchat.com/add/epilepsiforbund)

 [instagram.com/epilepsiforbundet](https://www.instagram.com/epilepsiforbundet)

Utarbeidet av: Epilepsiforbundet

Revidert: 2023

Avsender: Epilepsiforbundet, tlf: 22 47 66 00

ISBN 978-82-93215-04-2