

Barn och ungdomar med funktionsnedsättning

Lästips från sjukhusbiblioteket



Sjukhusbiblioteken i Värmland
2025

Böcker för barn och ungdomar

Alla hundar har ADHD (2015)

Av Kathy Hoopmann

Roliga och charmiga fotografier på hundar. Hundarna personifierar egenskaper som kan vara kännetecknande för den som har ADHD. Bilderna bidrar till att både avdramatisera och förtydliga karaktärsdragen. (Unga vuxna)

Alla katter har AST (2016)

Av Kathy Hoopmann

Foton av charmiga katter tillsammans med korta bildtexter, skildrar egenskaper hos personer med AST (Autism-Spektrum-Tillstånd). Med hjälp av bilderna blir det enklare att förstå och förklara AST. (Unga vuxna)

Alva Dopp hej(d)a dig! (2024)

Av Karin Larsson

Känner du till Alva Dopp? Tjejen som har svårt att sitta still, eftersom det känns som att myror kryper utmed hennes ben. Hon har dessutom en lila vän, monstret Kent, som viskar åt henne att göra bus. Oavsett om du känner till Alva eller inte så får du veta mer om henne i boken. Dessutom kommer du att få reda på varför pensionären Ragnar går runt och rapar tårta och varför Alva väljer att färga sitt hår blått och grönt. (9–12 år)

En liten bok om starka känslor (2024)

Av Anna Sjölund, Mathilda Wiman & Mica Sethfors

En liten bok om starka känslor är en bok som hjälper en att säga hur känslor känns, uttrycks och vilken hjälp man kan behöva. Sjuåriga Mathilda som har autism guidar läsarna genom känslor. Anna Sjölund och Mica Sethfors beskriver hur Funkarna Sensibella, Titti och Höran används för att förklara starka känslor. Boken innehåller övningar. Via QR-koder kan du hämta bilder och lyssna på ramsor. (3–12 år)

Jag har ADHD (2015)

Av Malin Roca Ahlgren & Susanne Israelsson Stenberg

En bok som vill lyfta styrkorna i diagnosen. Den vill även förmedla att öppenhet och kunskap är viktigt. Boken är tänkt som ett stöd för barn och deras föräldrar samt lärare i grundskolan. (9-12 år)

Jag har Tourette! Rätt! Rätt! : och lite ADHD (2016)

Av Jessica Stigsdotter Axberg

Det här är en bok som förklarar Tourettes syndrom. Texten är enkel och lättbegriplig och bilderna är färgglada och härliga. Boken ingår i serien ”Jippie-serien”. Boken bygger på en sann historia. (6-9 år)

Julias superkrafter (2017)

Av Malin Roca Ahlgren

En bok om Asperger eller högfungerande autism och den är tänkt som ett stöd till föräldrar och deras barn samt till skolpersonal. Den handlar om Julia som börjar den andra terminen i sjuan och Julia och hennes klasskamrater har fått en ny lärare. (9-12 år)

Julia heter jag (2015)

Av Stefan Johansson & Pia Hammargren

Julia som är huvudkaraktären, har en funktionsnedsättning och sitter i rullstol. Hon är ett barn av dagens moderna samhälle med resande, datorer och chattande. Boken riktar sig även till syskon, vänner, klasskompisar och andra som är intresserade. (3-6 år)

Malte i skolan (2015)

Av Lisa Medin

Malte är en snäll kille som gillar sin skola. Malte har en utvecklingsstörning och går i grundsärskolan, eller träningsskolan som den också kallas. I skolan har han sina kompisar och där händer det mycket roligt. En bok med bilder och enkel text. (6-9 år)

Mina brott, utbrott och sammanbrott (2023)

Av Åsa Stenholm

Livet i högstadiet är inte alltid lätt. Och det blir inte enklare när man är klassens losers, som Sebastian och hans bästa kompis Axel. Men det är trots allt tur att de har varandra. Axel hjälper Seb (som har autism) att tolka lärarnas signaler och reagera på rätt sätt, och Seb ser till att Axel (som har adhd) kommer i tid och har med sig rätt böcker. För det mesta funkar det rätt bra. Förutom just den här veckan då det mesta går snett. Plötsligt är Seb och Axel intrasslade i världens härva som omfattar flera brott, en rad utbrott och ett totalt sammanbrott ...

Moa har psoriasisartrit (2017)

Av Jessica Stigsdotter Axberg

När Moa gör sig i ordning på morgonen gör hon det nästan i slow motion för kroppen hänger inte med. Att få Psoriasisartrit när man är ung är en tuff kamp. Vi följer Moa som har Psoriasisartrit och får läsa om hur hon kämpar för att få både skola och fritid att funka. (6-9 år)

Modigt med Vilma och Loppan (2011)

Tillsammans med Vilma och Loppan (2011)

Av Anneli Khayati

Två böcker om vänskap mellan flickor, om skolan och framför allt om Vilma som sitter i rullstol och Loppan som är bästa vännen. (6-9 år)

Morfars tofflor (2015)

Av Vanja Persson & Christoffer Hansen

Vem har tagit morfars tofflor? Vilken tur att Liam har följt med morfar till jobbet och är redo att leta rätt på toffeltjuven. Morfars tofflor är den andra boken om Liam, en deckare för de minsta i bilderboksform. Liam sitter i rullstol och hittar på en del bus. (3-6 år)

Nej, fel igen! (2024)

Av Anna Lorfalk & Pia Hammargren

En bilderbok inriktad på vardagen i förskolan med ”nej, fel igen”-situationer som barn med autism kan uppleva: förmaningar, avvisanden, att bli missförstådd och känna sig misslyckad, som leder till ett virrvarr av känslor. Boken ger igenkänning för barn som upplever detta, samt kunskap och medvetenhet för barn och vuxna i närheten. I slutet av boken finns en utförlig handledning som stöd för vuxna i samtal med barn. (3–6 år)

Operation rädda sommarlovet (2019)

Av Anna Pella

Det är sommarlov, men Mio som har en hjärnskada, har blivit sjuk och mamma och pappa verkar bara bry sig om Mio. Tänk om alla roliga planer blir inställda? Det får bara inte hända! Med hjälp av farfar planerar Vide att ändra på det. Det är dags för Operation rädda sommarlovet! (6-9 år)

Pojken och havet (2016)

Av Sofia Hedman & Emelie Gårdeler

Hur beskriver man havet för ett barn som inte ser? Den namnlöse pojken i denna finstämda berättelse har aldrig sett havet och frågar sin pappa vad det är. Pojkens frågor väcker nyfikenhet hos läsaren men först i slutet får vi veta att han är blind. Illustrationerna ger en böljande och drömsk känsla med dämpade färger och boken ger en insikt i att inte kunna se. (3-6 år)

Rullstolsskolan (2018)

Av Pia Hammargren

Isak är på väg in till idrottshallen där han ska lära sig hur man kör rullstol. Där får han lära sig hur man åker slalom, åker upp-och nerför backar och hur man tar sig upp för en trottoarkant. Följ med Isak när han lär sig mer om sin rullstol och andra roliga saker. (3-6 år)

Saskia – en tjej som mig (2015)

Av Anne Agardh

Saskia känner sig utanför i skolan – det är som om hon nästan inte finns... Tur att kompisen Linda finns och farfar förstås. En vardagsnära berättelse om vänskap och att vara annorlunda när man sitter i rullstol. (6-9 år)

Tove Va-Va och hörapparaterna (2013)

Av Tove Lagerqvist

Hörapparater, vad är det? Jo, det är små apparater som sitter bakom öronen och som gör att man hör bättre Tove Va-va har fått ett par och hon har på sig dom hela dagen. Men inte på natten för då leker hennes nalle med dem. (3-6 år)

Vi har också epilepsi : viktiga frågor vi ville få svar på när vi fick epilepsi (2015)

Vänder sig till barn som fått besked att de har epilepsi. När Aline och August fick veta att de hade epilepsi hade de många frågor. Här finns svar på de vanligaste frågorna och funderingarna man kan ha när man har fått diagnosen. Som vad epilepsi är, hur undersökningar går till, varför just jag har fått det, om det smittar och kan jag leka och sporta som alla andra barn. (6-9 år)

Vira hälsar på (2024)

Av Maria Fröberg

För Tage, som har asperger, är skolan ofta så jobbig att han inte vill vara där alls. Det är svårt med alla andra barn som skapar oreda i klassrummet och som blir rädda när han tappar kontrollen och får ett utbrott. Men när han en dag hälsar på sin morfar och katten Vira får han sitt livs överraskning - Vira kan prata! Och nu har hon bestämt sig för att följa med honom till skolan ... En varm berättelse om hur viktigt ett husdjur kan vara för barn med särskilda behov. (6-9 år)

Personliga berättelser

Att göra skillnad : som mormor till ett annorlunda barnbarn (2019)

Av Carina Kristensen

Ibland sägs det att mor- eller farförälder upplever en tredubbel sorg. Sorgen över sitt eget barns situation, sorgen över barnbarnets svårigheter och sorgen över det barnbarn som man inte fick. Carina Kristensen berättar om sorgen men framför allt om den stora kärleken till sitt barnbarn, Alicia.

Du får väl säga som det är (2017)

Red. Christina Renlund

Boken handlar om att vara anhörig och leva nära. Om vårt behov av varandra, om sårbarhet och kraft, om mod och rädsla och om hopp och stora livsfrågor. 24 berättelser om att vara förälder, syskon, farmor, morfar, moster etc. till någon närstående som har en sällsynt diagnos eller funktionsnedsättning.

Du kan kalla mig Pepsi (2022)

Av Lasse Nohrstedt

Boken handlar om Lasse som är pappa till Martin, som är ett barn med Downs syndrom. Men Lasse är också en pedagog och han försöker, på alla sätt och vis, inkludera sin son i det svenska skolsystemet. Boken handlar också en hel del om svensk historia, om hur pedagogiken och särskolan fungerade i Sverige förr.

Därför hoppar jag : en pojkes röst från autisms tysta rum (2014)

Av Naoki Higashida

En bok skriven av en trettonårig japansk autistisk pojke. En unik röst som utmanar förutfattade föreställningar och som inifrån låter oss förstå hur en autistisk person tänker, känner och reagerar. Boken är upplagd efter frågor som Naoki ställer till sig själv. Mellan frågor och svar finns små poetiska berättelser.

Funkismamman (2018)

Av Ellinor Målaredotter

Det här är en berättelse om livet i ett annorlunda föräldraskap. När allting inte blir som man planerat och tänkt sig. Ni får följa med på en resa och uppleva utsattheten i samhället och hur det är att befinna sig i beroendeställning.

Hjälp - jag drunknar! : en förälders kamp för sitt barn och om vägen tillbaka (2018)

Av Maria Lindgren

Författaren till denna bok beskriver en långdragen kamp för sitt barn med epilepsi, ADHD och som sedan fick diagnosen autism. Mobbing och psykisk ohälsa ledde till en evighetslång kamp för ett barns värde i skolan. Detta oändliga arbete med att få skolan att förstå och att agera resulterade i utmattningssyndrom.

Ingen familj är en ö : om adhd, föräldraskap och skuld (2014)

Av Anja Wikström

Författaren berättar om hur livet kan se ut för barn och föräldrar som inte riktigt passar in i normen. Familjen blir allt mer isolerad och dysfunktionell och får allt svårare att hålla ihop. Boken handlar också om ett barns längtan efter att få ingå i en gemenskap.

Inte bara David : om ett annorlunda föräldraskap (2022)

Av Kent Pettersson & Annie Magnusson

Pappa Kent berättar om sonen David som är döv sedan födseln. När David är i treårsåldern inser man även att han har grav autism. Kent beskriver hur livet blir annorlunda än det föräldrarna hade sett framför sig. Vardagen som småbarnsförälder är svårhanterad då David behöver ständig övervakning.

Mamma i motvind : scener ur ett NPF-föräldraskap (2025)

Av Anna Hegestrand

Anna berättar öppet och ärligt om det utmanande föräldraskapet, som mamma med en egen adhd-diagnos till ett barn med neuro-psykiatriska funktionsnedsättningar. Förbjudna känslor, ett mamma-självförtroende i botten och att försöka pressa in sig själv och sitt barn i den trånga normen. Boken väcker mycket igenkänning för föräldrar i liknande situation, men kan också skänka tröst till alla som någon gång tvivlat på sitt eget föräldraskap.

Mamma till ett yrväder (2016)

Av Ann Zackrisson Allan

En mamma berättar om sina upplevelser med ett barn som har adhd. Avsikten med boken är att ge stöd till de som lever i liknande situationer och samtidigt lyfta fram det värdefulla som följer i spåren av att vara ”annorlunda”.

Med hjärtat i handen och nerverna utanpå : orka livet som npf-förälder (2022)

Av Ann-Charlotte Runnvik & Anna Flodberg

Boken är skriven av två föräldrar till barn med diagnoser och erbjuder såväl igenkänning som enkla råd så att du själv kan må bättre och orka med npf-familjelivets utmaningar. Här finns personliga berättelser ur vardagen, blandat med tips från experter på områden som stress och utmattning, svåra samtal samt familjestöd.

Mitt annorlunda barn (2018)

Av Ann Gomér

Anns tredje barn föddes med en lite ”annorlunda genupsättning” vilket ledde till flera olika funktionsnedsättningar. Hur blir livet som förälder till ett annorlunda barn? Kan man hitta livsglädje igen? Det är inte alldeles enkelt, men det är fullt möjligt. Den här boken visar flera olika sätt att komma dit.

När du ler stannat tiden (2017)

Av Anna Pella

Boken består av dagboksanteckningar, skrivna till Agnes som nu fyllt 13 år. Det är en berättelse om en vardag full av praktiska uppgifter för att göra Agnes liv så gott som möjligt. Dagar fyllda med matning, mediciner, sjukgymnastövningar, remisser, stor trötthet men också av stor kärlek, samhörighet och glädje.

När livet stramas åt skärps blicken (2016)

Av Sofia Camnerin

Författaren berättar om att vara förälder till ett barn med neuropsykiatriska diagnoser. Om vardagens kamper, glädjeämnen och kriser. ”Det är som kontrasterna blir tydligare, livet intensivare med barn med särskilda behov”.

Ulles mamma (2021)

Av Elisabeth Sandlund

Ulle kan säga fem ord, högst tio. Hon gillar att dansa, att vara ute med scouterna, att rida och att vara i kyrkan men hon kommer aldrig att bli vuxen på samma sätt som andra blir. Hur är det att vara förälder till ett vuxet barn med funktionsnedsättning? Mamma Elisabeth berättar om frigörelse, tandborstning, teckenspråk, teater och hur man lär sig att ta vara på samhällets resurser och om att möta andra unika människor.

”Konventionsstaterna erkänner att ett barn med fysiskt eller psykiskt handikapp bör åtnjuta ett fullvärdigt och anständigt liv under förhållanden som säkerställer värdighet, främjar självförtroende och möjliggör barnets aktiva deltagande i samhället.”

Artikel 23, FN:s konvention om barnets rättigheter

Faktaböcker

Att förstå föräldrar – till barn med funktionsnedsättningar (2019)

Av Elisabeth Lundström

Att vara förälder till barn med funktionsnedsättningar kan kallas ett utökat föräldraskap med särskilda utmaningar t.ex. oro för barnets utveckling, olika förutsättningar syskon emellan, att bevaka barnets skolplacering, att kämpa för rättigheter, omgivningens bemötande och oro för framtiden.

Barn med autism. En handledarguide för grundläggande färdighetsträning. SBK-modellen (2023)

Av Tobias Rasmussen & Oscar Strömberg

Barn med autism är en mycket konkret och användbar bok för handledare och personal i habilitering och LSS-verksamheter. Här kan man läsa om t.ex. autism och motivation, relationsbyggande strategier, tränarfärdigheter och analys av problembeteende och uppmuntran till alternativt beteende. Bokens styrka är att den bygger på forskning.

Barn med överlappande diagnoser : ADHD, inlärningssvårigheter, autism, Asperger, Tourettes, ångest med flera (2016)

Av Martin L. Kutscher

En användbar handbok som beskriver överskådligt och lättillgängligt de diagnoser och problem som ofta överlappar hos barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Orsaker, symtom och behandling går igenom med fokus på möjligheter till utveckling.

Barn som väcker funderingar : se, förstå och hjälpa förskolebarn med en annorlunda utveckling (2024)

Av Gunilla Gerland & Ulrika Aspflo

I förskolan finns barn, ibland med en diagnos, ibland utan, som väcker funderingar. Det kan vara barn som verkar ha ett annorlunda sätt att förstå, eller som rusar från det ena till det andra och inte ”kan lyssna”. Denna tredje upplaga innehåller nya avsnitt om exempelvis interoception och dess betydelse för barns känsloreglering och om att vara en kommunikativ förebild. Boken vänder sig till pedagoger, men också till andra som i sitt yrke möter barn i förskoleåldern.

Funkishjälpens guide : till alla NPF-föräldrar (2023)

Av Mikaela Bryhagen

Genom boken får du veta vart du ska vända dig och vilka rättigheter du och ditt barn har, vilket underlättar din vardag och leder till att du sparar värdefull tid. Tid som du istället kan lägga på din familj. Den kommer även att ge dig tips på hur du bemöter andras okunskap och vad du kan svara omgivningen i olika vardagssituationer som du som förälder ställs inför.

Funktionshinderrätt för barn : att leva som andra utifrån barnets bästa (2019)

Av Lotta Vahlne Westerhäll

Boken handlar om vilka olika förmåner barn med funktionsnedsättning och deras föräldrar har rätt till enligt gällande svensk lagstiftning. En grundläggande funktionshinderrättslig teori är ”att leva som andra”.

Föräldraguiden vid autism och adhd : så vägleder du ditt barn från ung till vuxen (2022)

Av Katarina A. Sörngård

Boken vänder sig till dig som har en ungdom eller ett vuxet barn som inte riktigt kommer i gång med vuxenlivet. I den här boken kan man få kunskap om vilket stöd samhället kan ge och även få tips på konkreta strategier. Du får dessutom följa flera familjer och se hur de har gjort för att vägleda sina barn till ett fungerande vuxenliv.

Föräldraboken om adhd (2021)

Av Lena Westholm

Ökad kunskap om adhd gör det lättare för föräldrar att förstå och stödja sina barn. Värdefulla tips på olika sätt att lösa problem som uppstår i vardagen. Områden som tas upp är bland annat skolgång, medicinering, mat och sovvanor.

Föräldraskap och funktionsnedsättning : en kunskapsöversikt (2018)

Av Ulrika Hallberg

Att vara förälder till ett barn med en funktionsnedsättning är utmanande. Ofta har barnet om-fattande omvårdnadsbehov dygnet runt och en stor vård- och omsorgsorganisation omkring sig som föräldrarna har ansvar för att samarbeta och samverka med. Boken beskriver föräldrars situation och tar sin utgångspunkt i aktuell publicerad forskning.

Innan vi förstod : om livet med ett autistiskt barn (2024)

Av Lotta Lundh

Boken riktar sig i första hand till familjer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar men den vänder sig också till familjer utan diagnoser för att de ska få kunskap och bättre förståelse för de familjer som har det. Boken vänder sig också till beslutsfattare för att de ska få upp ögonen för NPF-familjernas ansträngda situation. Flickan i berättelsen representerar många barn i liknande situationer och är baserad på verkliga händelser.

Prata med ditt barn om autism : en handbok för föräldrar (2019)

Av Raelene Dundon

Boken ger tips om hur man kan berätta för barn beroende på ålder och utvecklingsnivå och råd om vad man kan göra om barnet reagerar på ett oväntat eller negativt sätt. Den tar också upp för- och nackdelar med att berätta om diagnosen för andra, som till exempel släktingar och skolpersonal.

Pusselfamiljens verktyg för vardagshjältar : om barn med adhd & autism och pusslet som förenklar livet (2024)

Av Petra Björkman, Cajsa Jahn & Malin Reuterswärd

I boken får du praktiska verktyg, strategier och hands-on-tips för att hantera vardagen och bemöta och stötta barnet i olika situationer – både hemma, på fritiden och i skolan. Och inspiration och hopp för att du ska kunna skapa en bättre vardag för ditt barn, dig själv och hela din pusselfamilj.

Specialpedagogik och funktionsvariationer : att möta barn och unga med funktionsnedsättningar i en utvecklande miljö (2019)

Av Inga-Lill Jakobsson

Boken ger en gemensam kunskapsgrund och ett bra underlag för att bemöta frågor och utmaningar och vänder sig till alla som har nära kontakt med barn och unga med funktionsvariationer. Boken har uppdaterats utifrån aktuell forskning, lagstiftning, styrdokument och termer och begrepp.

Svart bälte i föräldraskap : att lösa vardagen i npf-familjer (2021)

Av Lotta Borg Skoglund & Martina Nelson

Vardagen med barn kan vara svårnavigerad och i familjer där någon har en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (npf) kan det vara extra utmanande. För att hantera tillvaron har många npf-föräldrar hittat strategier och vägar kring situationer de flesta föräldrar kämpar med. Denna bok bottenar i deras upplevelser och erfarenheter och ger ett unikt inifrånperspektiv. Föräldrarnas egna tips och förslag kompletteras med sakkunskap, aktuell forskning och evidensbaserade rekommendationer.

Tonår med adhd : en föräldraguide (2016)

Tonår med autism och Aspberger : en föräldraguide (2016)

Av Carolina Lindberg

Här varvas kunskap om diagnoserna med fakta om vad som händer fysiskt och psykiskt under tonårstiden och vilka särskilda utmaningar en tonåring med diagnos ställs inför. En klok och insiktsfull bok om föräldraskapet med exempel från verkligheten.

På webben

1177 - Vårdguiden

1177.se

Myndigheten för delaktighet

mfd.se

Sveiges barnrättsmyndighet

barnombudsmannen.se

Riksförbundet FUB - för personer med intellektuell funktionsnedsättning och deras anhörig

fub.se

Denna broschyr med lästips innehåller ett urval av allt som finns att läsa inom detta ämne. Det är Sjukhusbiblioteken i Värmland som gjort broschyren och böckerna finns att låna hos oss. Det vi tipsar om kan även finnas som ljudböcker och e-böcker.

Välkommen till Sjukhusbiblioteken i Värmland

Karlstad

010-831 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

Arvika

010-831 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

Torsby

010-834 74 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek