



Hvad kan fagpersoner derudover gøre?

- Brug hjælpemidler til at skærme barnets sanser fx hørebøffer, afskærmning ved bordet eller et roligt rum til pauser i løbet af dagen.
- Brug visuelle hjælpemidler i undervisningen eller til at forklare dagens program i børnehaven.
- Hav klare regler og faste rutiner, så barnet ved, hvad der skal ske.
- Forbered barnet, når der sker ændringer i de sædvanlige rutiner.
- Husk på, at der er stor forskel på, hvor meget støtte personer med autisme har behov for. Alle børn med autisme kan lære og udvikle sig.
- Det sociale samspil bliver nemmere, hvis leg og aktiviteter er planlagt som noget konkret.
- Hvis barnet har en særlig interesse, kan dette bruges til at skabe motivation og mening i fx undervisningen.

Få mere viden, støtte og hjælp.

Kommunens MISI-afdeling: Rådgivning og vejledning til forældre og fagpersoner

Børne- og Ungdomspsykiatrien: Psykoedukation, når man får stillet en diagnose

Handicaptalsmandsinstitutionen Tilioq: Rådgivning om rettigheder

Privatpraktiserende psykologer: Fysiske eller online forløb med terapi til større børn og unge

Foreninger og Facebookgrupper: Få kontakt til andre i samme situation. Angajoqqaatigiit er en forældreforening til børn med ADHD og/eller autisme. Desuden har Landsforeningen Autisme en grønlandskreds.

Læs mere: www.psykiatrifonden.dk

AUTISME

En informerende og vejledende pjece til
børn og unge med autisme samt deres
pårørende



Denne pjece er udarbejdet i samarbejde mellem landsdækkende MISI samt Børne- og Ungdomspsykiatrien. Indholdet bygger på materiale fra Psykiatrifonden, som er tilpasset og oversat. NunaFonden har finansieret projektet.

Om autisme

Autisme er en udviklingsforstyrrelse, som ofte viser sig tidligt i livet. Autisme er medfødt og varer hele livet. Man ved, at genetik spiller en stor rolle i udvikling af autisme. Det vil sige, at visse gener medfører en højere risiko for at udvikle autisme. Det er dog langt fra alle med disse gener, der udvikler autisme.

Personer med autisme ser, hører og føler verden anderledes end andre mennesker. Personer med autisme kan have en nedsat evne til at sætte sig ind i andre menneskers tanker og følelser. Det gør sociale sammenhænge og kommunikation med andre mennesker vanskeligt. Nogle personer med autisme har også en begrænset evne til at lære og forbliver på et udviklingsniveau, der ikke svarer til deres alder. Mange personer med autisme har interesser, som de går intenst op i og prioriterer meget højt. Det kan spænde over alt fra kunst og bøger til sæbesamlinger og computere. Nogle personer med autisme siger, at verden føles uoverskuelig, overvældende og uforudsigelig. Det er som et spil, hvor man er den eneste, der ikke kender reglerne.

Autisme spænder over forskellige diagnoser, som alle kan have varierende sværhedsgrader. Der er store individuelle forskelle på, hvordan autisme kommer til udtryk.

Infantil autisme: Viser sig før barnet fylder tre år gennem vanskeligheder med socialt samspil og forsinket eller begrænset sprogudvikling. Barnets aktivitet er ensformig, gentagende og begrænser sig om få interesser ofte med mange ritualer. Børn med infantil autisme kan have mange ressourcer på nogle områder, men samtidig have det vanskeligt på andre.

Atypisk autisme: Når autisismen først viser sig efter tre-års-alderen, eller barnet ikke har vanskeligheder på alle kerneområderne.

Aspergers syndrom: Alderssvarende intelligens og sprog. Barnet har det svært med socialt samspil med andre børn. Barnet foretrækker ensformige og gentagede aktiviteter og har specifikke interesser og viden.

Hvordan viser autisme sig?

Personer med autisme deler bestemte vanskeligheder, men forstyrrelserne påvirker dem på forskellige måder. Personer med autisme kan være gode til at fordybe sig og er ofte detaljeorienterede. Symptomerne på autisme viser sig primært som manglende evner inden for:

Sociale færdigheder: Det er svært at aflæse andre mennesker og forstå deres følelser og intentioner. Personer med autisme har svært ved at udtrykke deres egne følelser. Mange har behov for at lære "uskrevne" regler i socialt samspil, at aflæse kropssprog og hvordan man kommer i snak med andre mennesker. Personer med autisme indgår i venskaber som alle andre, men de har tit svært ved at tage kontakt til nogen, de ikke kender. De kan være usikre på, hvordan et venskab skal vedligeholdes og udvikles.

Kommunikative færdigheder: Personer med autisme har ofte en helt bogstavelig forståelse af sproget. Derfor kan de have meget svært ved at bruge og/eller forstå ansigtsudtryk, tonen i det der bliver sagt, samt vittigheder og sarkasme. For nogen kan autisme også betyde, at de ikke kan tale eller har ret begrænset tale. Andre har gode sprogkunderskaber, men kan have svært ved at forstå og imødekomme andres forventninger til en samtale. Måske gentager de, hvad den anden person lige har sagt. Eller de taler om deres egne interesser uden at give plads til den anden i samtalen.

Forestillingsevnen: Nedsat evne til at sætte sig ind i andre menneskers tanker og følelser gør, at personer med autisme har svært ved at handle og tage initiativ i fx leg og samtale.

Sensorisk følsomhed: Det vil sige en stor følsomhed over for lyde, berøring, smag, lugt, lys, farver, temperaturer eller smerte. Fx kan bestemte lyde, som andre ignorerer, være uudholdeligt høje eller distraherende. Det kan også opleves smertefuldt at få redt hår, det lunke vand i badet brænder i huden, mærkerne i tøjlet kradses ubeskriveligt og konsistensen af mad kan være helt umulig at have med at gøre.



Støtte og behandling

Med den rette hjælp bliver mennesker med autisme ofte bedre til at håndtere sociale situationer og kommunikation. Det kan give dem en lettere dagligdag. Mange finder et arbejde og en hverdag, der passer dem, og kan derfor blive relativt velfungerende som voksne.

Der findes ingen behandling, der kan fjerne autisme. Man fokuserer på at afhjælpe bestemte symptomer og give støtte alt efter den enkeltes behov. Det er vigtigt, at behandlingen bliver iværksat så tidligt som muligt for at få de bedst mulige resultater.

Hvad kan forældre og andre pårørende gøre?

- Sæt dig ind i diagnosen og vær nysgerrig på dit barns særlige behov.
- Hjælp dit barn med at skabe struktur, genkendelighed og forudsigelighed i hverdagen. Det kan fx være, at man tager den samme bus hver dag eller altid spiser det samme til morgenmad. Regler er vigtige pejlemærker i hverdagen. Det giver en sikkerhed for, at man har levet op til forventningerne og hjælper barnet med at holde stressniveauet nede.
- Brug visuelle hjælpemidler som piktogrammer, ugeskemaer eller apps.
- Træn sproglige færdigheder med dit barn. Hjælp barnet med at kommunikere og tyde sociale signaler.
- Tag hensyn til barnets sensoriske følsomhed. Brug fx hørebøffer og tøj uden kradsende mærker og elastikker.
- Forbered barnet på nye tiltag og begivenheder eller skift i hverdagen.
- Vær tålmodig. Al udvikling tager tid. Pas på med at stille for mange krav, som dit barn ikke kan leve op til.
- Børn med autisme kan være glade for at blive guidet og få fortalt, hvad andre mennesker lægger i et venskab og finder interessant at tale om.
- Det kan være lettere at være social med andre, hvis der er en plan for, hvad der skal ske. Eller hvis man er sammen om noget konkret, fx et spil med klare regler.
- Tegn eller visuelle symboler kan hjælpe barnet med at kommunikere uden tale.
- Det kan være krævende og opslidende, når der er autisme i familien. Pas på dig selv og sørg for også at tilgodese dine egne behov. Hvis du har behov for et pusterum, så undersøg evt. muligheden for aflastning gennem din kommune. Du kan også søge støtte og rådgivning.
- Tal med andre, som er i samme situation.