



Autismspektrumtillstånd hos vuxna

Agneta Hell



Autismspektrumtillstånd (AST)

Under beteckningen AST samlas bl.a de tidigare diagnoserna autistiskt syndrom, aspergers syndrom och atypisk autism/autismliknande tillstånd.



Autismspektrumtillstånd

- Nedsatt förmåga till socialt samspel
- Nedsatt förmåga till ömsesidig kommunikation
- Begränsning i beteenden, intressen, aktiviteter



Förmåga till Mentalisering

förstå hur andra tänker och känner, också förstå att ens egna tankar och känslor skiljer sig från andras. De med autism har nedsatt sådan förmåga.

Svag central koherens

fokus på detaljer, svårt att se helheter. Konsekvens blir svårigheter att generalisera, och ta med sig erfarenheter från ett sammanhang till ett annat.

Bristande exekutiva funktioner

svårt att samordna information som ligger bakom ett målinriktad beteende. Konsekvenser: svårt att inleda, genomföra och slutföra en uppgift. Också svårt att planera och organisera sin tillvaro; svårt hålla tillbaka impulser och att växla fokus utan att tappa tråden. Påverkar det mesta i vardagen, mycket energi på det vi andra gör automatiskt. BRA: visuellt stöd och hjälpmedel.



Om autismspektrumtillstånd

- ✓ Svårigheter med socialt samspel
- ✓ Konkret språkförståelse
- ✓ Annorlunda perception
- ✓ Detaljer framför helhet
- ✓ Nedsatt automatisering
- ✓ Stresskänslighet
- ✓ Svårt med planering
- ✓ Behov av rutiner
- ✓ Ojämn begåvningsprofil
- ✓ Specialintressen
- ✓ Nedsatt orienteringsförmåga



En bra studiesituation innebär framför allt:

- Tydliga rutiner
- Konkret information
- Förberedelser om hur, när och varför en uppgift ska genomföras
- Avgränsade uppgifter med klar början och klart slut
- Få bakgrund och sammanhang för att se helhet
- Så få byten som möjligt av lokaler, ämnen och lärare under dagen
- Lugn miljö



- Planering och struktur
- Studieteknik
- Klara direktiv vid grupparbeten. Vad har jag för roll?
- Möjlighet till vila och extra tid
- Stödperson och mentor
- Homogena eller blandade grupper?
- Rimliga krav
- Individuellt stöd
- Alternativa provsituationer
- Alternativa lärverktyg

Stress



- Kroppens reaktion på fysisk och psykisk påfrestning
- Obalans mellan krav och förmåga
- Det går inte att ta för givet att det som upplevs som stress hos en person också gör det hos andra

Stress ökar om:

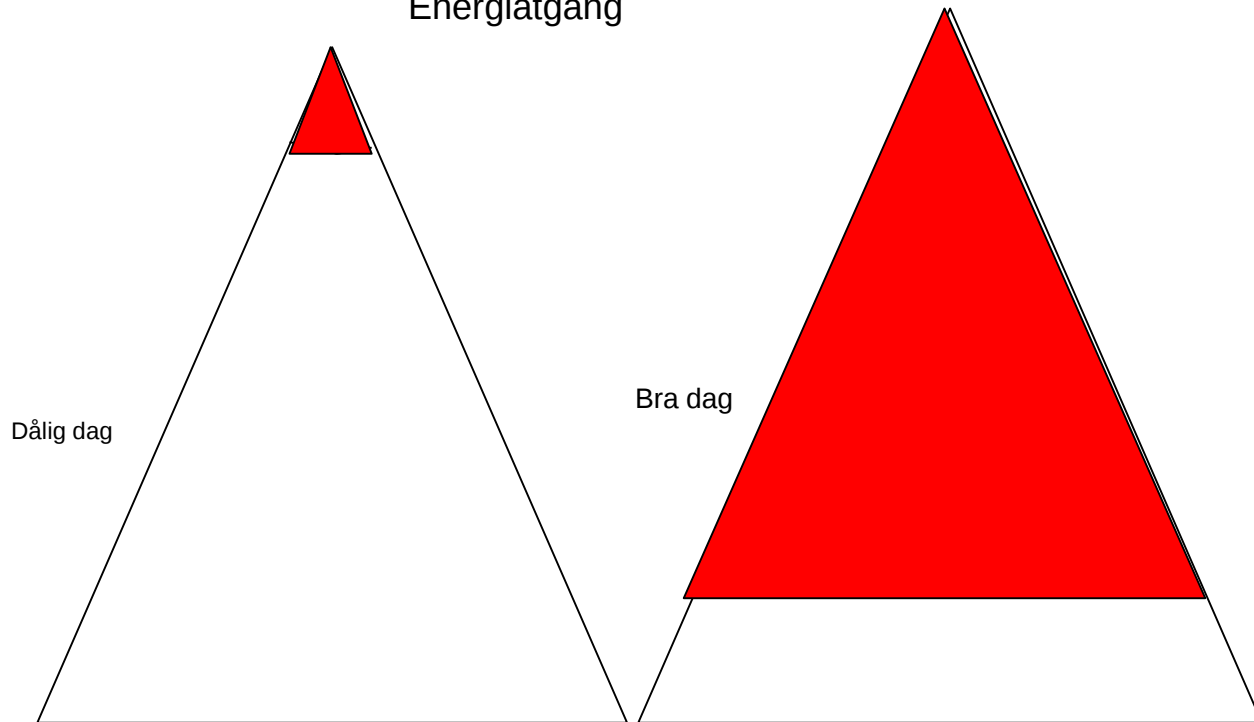
- ✓ Man inte kan påverka sin situation
- ✓ Man inte har kontroll



måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag



Energiåtgång





Tid, organisera och planera

- Veckoschema
- Dagsschema
- Påminnelser i mobilen
- Hjälp att planera stora arbeten och också avstämning för att kunna komma igång och genomföra
- Hjälp med struktur för inläsning
- Hjälp med att fördela sådant som tar energi över tid



-
-
-
- ☐ Lärare och annan personal ska få information om autismspektrumtillstånd.
- ☐ En stödperson. Jag vill ha skriftlig information om hur och när jag kan kontakta den här personen.
- ☐ Planeringsstöd, helst på bestämda tider. Stöd för att veta när jag ska plugga. Hur länge? I vilken ordning?
- ☐ Strukturstöd, helst på bestämda tider. Stöd för att veta hur jag ska göra uppgiften. Med vem? Vad ska jag göra om jag inte hinner allt?
- ☐ Stöd för att komma igång med och avsluta uppgifter.
- ☐ Tids- och minneshjälpmedel i appar eller scheman på papper.
- ☐ Väckningshjälp på morgnarna.
- ☐ Påminnelser kontinuerligt under dagen om var jag ska vara och vad jag ska ha med mig.
- ☐ Anteckningsstöd på lektioner och möten.
- ☐ Både muntlig och skriftlig information.
- ☐ Tydliga instruktioner. Säg vad ni menar på ett rakt sätt.
- ☐ Kontrollera att jag verkligen har uppfattat det ni har sagt.
- ☐ Information i god tid om vad som ska hända. Det är jobbigt för mig om det händer något oväntat.
- ☐ Undervisning på så få ställen som möjligt.
- ☐ Tillgång till ett lugnt rum om jag blir stressad eller övertrött.
- ☐ Tydliga skyltar och gärna foton på personalen utanför deras rum.
- ☐ I möjligaste mån undvika salar med fläktar, störande ljud eller flimrande starka lysrör.
- ☐ Öronproppar eller hörlurar för att slippa ljud.
- ☐ Keps för att avskärma ljus.
- ☐ Hjälp att hitta sysselsättning på raster och lektionsfri tid.
- ☐ Uppdaterad information på utbildningens webb och lärplattformar.
- Annat som är viktigt för mig:

2016-11-18



Specialpedagogiska
skolmyndigheten

