



**AUTISME ER ET
STYRESYSTEM
- IKKE EN
SYSTEMEJL**

Kort om autisme

Autisme er mere udbredt end mange tror. 1,24%* af børn mellem 7 og 9 år har en autismediagnose (*sundhed.dk) og samlet anslår man, at ca. 1%** af befolkningen er på spektret (**psykiatrifonden.dk).

Autisme betegnes af fagfolk som en udviklingsforstyrrelse. I mange år har autismediagnosen haft 3 kriterier (ICD-10), som skulle være til stede, nemlig:

- Forstyrrelse af socialt samspil
- Forstyrrelse af den sociale kommunikation
- Repetitiv adfærd

I 2022 er der kommet nye (ICD-11), så det nu er 2 kriterier, som skal opfyldes:

- Vanskeligheder med social interaktion og social kommunikation
- Begrænsede interesser og repetitiv adfærd

Om foreningen

Autisme- og Aspergerforeningen er en forening for mennesker med autisme og tilgrænsende tilstande inden for autismespektret.

Et af foreningens formål er derfor at oprette lokale mødesteder. Mødestederne er der, hvor man kan mødes med ligesindede og blive en del af et fællesskab.

Det vores erfaring, at det er helende at møde ligesindede - man får en følelse af at passe ind. Mennesker med autisme ønsker at være sociale, men ikke nødvendigvis på samme måde som neurotypiske, altså dem, der ikke har autisme.

Vi ønsker også at hjælpe os selv, og hinanden gennem et stærkt sammenhold. Ligesom vi gerne vil udbrede kendskabet til autisme og være med til, at skabe bedre forhold for autister gennem hele livet. Det kræver en stærk forening og en stærk autistisk stemme og dermed også dig.

Find vores mødesteder på hjemmesiden.

Her finder du os

Hjemmeside: aspergerforeningen.dk
Facebook: facebook.com/Aspergerforeningen

Twitter: [@autisme_aav](https://twitter.com/autisme_aav)

Email: info@aspergerforeningen.dk



Autisme - En guide til beredskab



Til akutberedskab

Autismespektret er stort og mangfoldigt, hvilket kan gøre det uoverskueligt at sætte sig ind i og forstå. Det ville være så let, hvis alle autister var ens, men det er vi ikke. Vi er lige så forskellige, som alle andre mennesker, hvis ikke mere.

Som neurotypisk¹⁾, altså menneske uden autisme, kan det være svært at forstå autistisk tænkning og adfærd, da vi alle lever i en verden, der er tilpasset neurotypisk neurologi og tænkning. .

Mennesker med autisme bruger ofte mange mentale kræfter i sociale sammenhæng. Blandt andet på at analysere tonefald, kropssprog/mimik, huske på talemåder, sociale regler, forventninger og meget, meget mere. For neurotypiske sker dette på automatik, I har en intuitiv forståelse i det sociale sammenspil.

Derimod skal autister bruge store mængder energi, tankevirksomhed og tid på at opnå samme eller lignende forståelse af den situation, de befinder sig i.

Mange autister har sanseforstyrrelser, der kan være invaliderende og/eller begrænsende i samspillet med andre mennesker. Autisters hjerne er på overarbejde og særligt i stresssituationer, kan hjernen ikke selv filtrere irrelevante input.

Autister affektsmittes andres stemningsleje, det er hensigtsmæssigt, at bevare den rolige tilgang til autisten og selvom personen er i affekt.

1) Neurotypikere er mennesker uden autisme

En akut situation

Autister kan reagere anderledes end du forventer. Autister kan lukke ned og virke apatiske, de kan reagere voldsomt enten ved at blive aggressive/ulykkelige.

Autister kan både nedsmelte mentalt og lukke mentalt ned og dermed have svært ved at kommunikere. Der kan være længere latenstid og derfor kan autisten have brug for længere tid til at svare på spørgsmål.

Hjælp personen, ved at anvende et rolig stemningsleje, til at forstå hvad der er vigtigt at forholde sig til.

Forsøg derfor at få autisten til at falde til ro, sørg evt. for at skærme vedkommende.

Bed helst ikke personen fjerne sine hjælpemidler, det kan være eks. støjreducerende hovedtelefoner, solbriller eller lign., da det kan være afgørende for personens stressniveau.

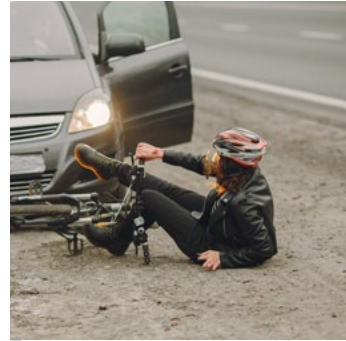
Mennesker med autisme kan have svært ved øjenkontakt, det er ikke et tegn på uærlighed, men det kan føles intimiderende at kigge andre i øjnene og kan betyde at de informationer der bliver givet ikke bliver opfattet.

Personen kan være tiltrukket af eller have særinteresse for blink og skinnende ting m.v., dette kan eksempelvis inkludere dine arbejdsredskaber, forklar venligt og roligt, at dette er forbudt at røre ved.

Hvis der er meget larm omkring personen, kan beskeder eller spørgsmål gå tabt. Alle lyde, høres lige højt og hjernen kan derfor ikke adskille vigtige beskeder fra andet larm.

Hvis der er uvante lugte, kan hjernen lukke ned og det kan for autister være særligt svært at abstrahere fra lugte, også selvom at lugten kan være tegn på livsfarere, fx. ved ildebrand.

Mennesker med autisme kan have en væsentlig anderledes smertetærskel, vær derfor bevidst om, at autisten kan have pådraget sig fysiske skader, uden at du objektivt kan observere at personen er tilskadekommet.



Vær opmærksom på

- roligt stemmeleje.
- anderledes reaktioner.
- afskærmning af personen.
- lad personen så vidt muligt beholde sine hjælpemidler.
- behov for længere svar tid/betænkningstid.
- undgå fysisk berøring, så vidt det er muligt.
- øjenkontakt kan være svært for autisten i situationer, hvor der er fokus på at lytte.
- hjælp autisten med at få overblik.
- anderledes smertetærskel.

I Autisme- og Aspergerforeningen arbejder vi for at formidle viden om livet med autisme og for at skabe bedre forhold i samfundet for autister.