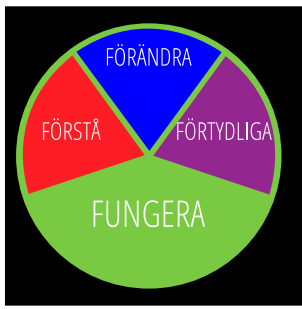


# Mitt barn har autism-Online

## Webbinar 1

**Modul 1:** Diagnosen, insatser och samhällets stöd

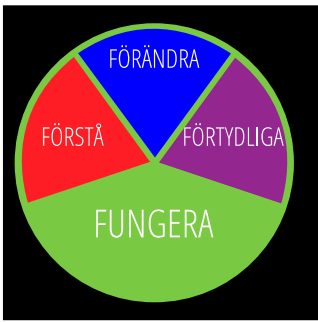
**Modul 2:** Kognition, perception, beteenden, intressen och vardagsutmaningar



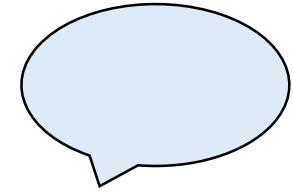
- Presentation av kursledare
- Genomgång av praktiska/tekniska förutsättningar i mötet

### Dagens upplägg:

- Sammanfattning av modul 1-2
- Diskussion i chatt grupper
- Frågor som inkommit
- Gemensam diskussion och avslutning



# Presentation



*Vilka är ni i familjen?*

*Har ditt barn några ytterligare diagnoser/utmaningar som inte har med autismen att göra?*

*Kan du känna igen dig och ditt barn i något av det vi tagit upp i den första delen av utbildningen?*

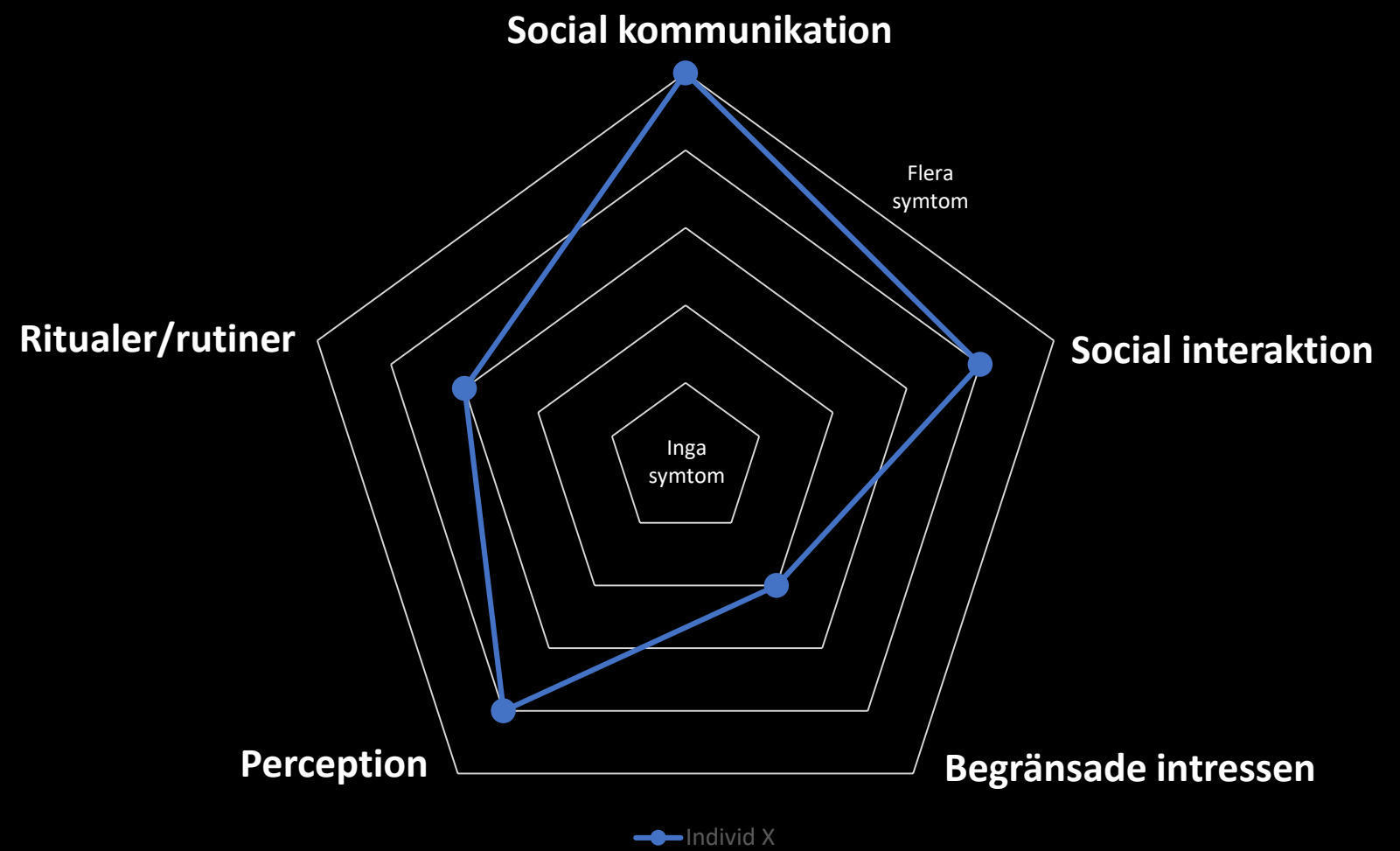
# Diagnosen autism

## Område A

- Social kommunikation
- Social interaktion

## Område B

- Begränsade intressen
- Perception
- Ritualer/rutiner



*En individ måste uppvisa symptom inom både område A och B för att få en diagnos, men antal symptom kan variera mycket från individ till individ inom respektive kategori*

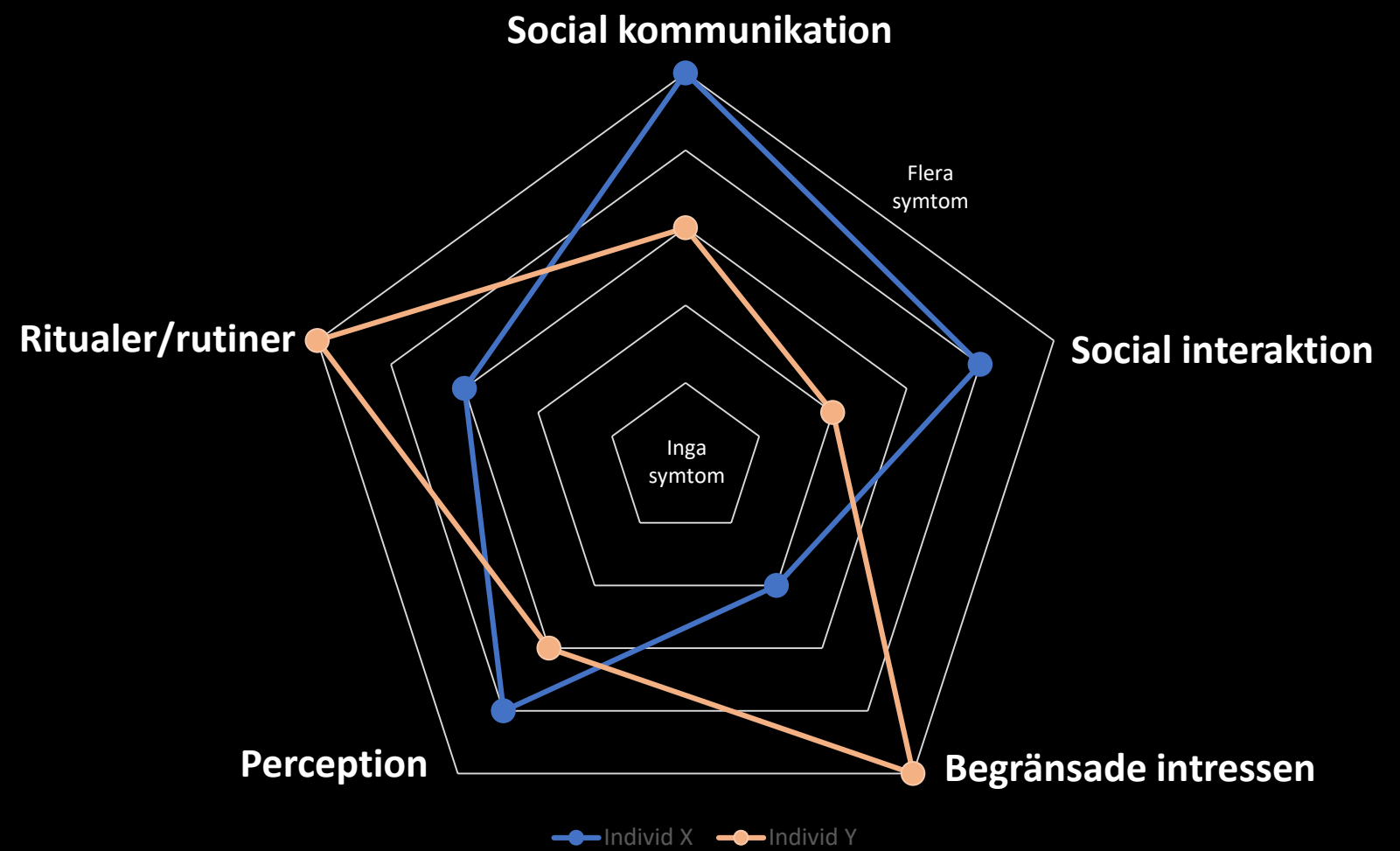
# Diagnosen autism

## Område A

- Social kommunikation
- Social interaktion

## Område B

- Begränsade intressen
- Perception
- Ritualer/rutiner



*En individ måste uppvisa symptom inom både område A och B för att få en diagnos, men antal symptom kan variera mycket från individ till individ inom respektive kategori*

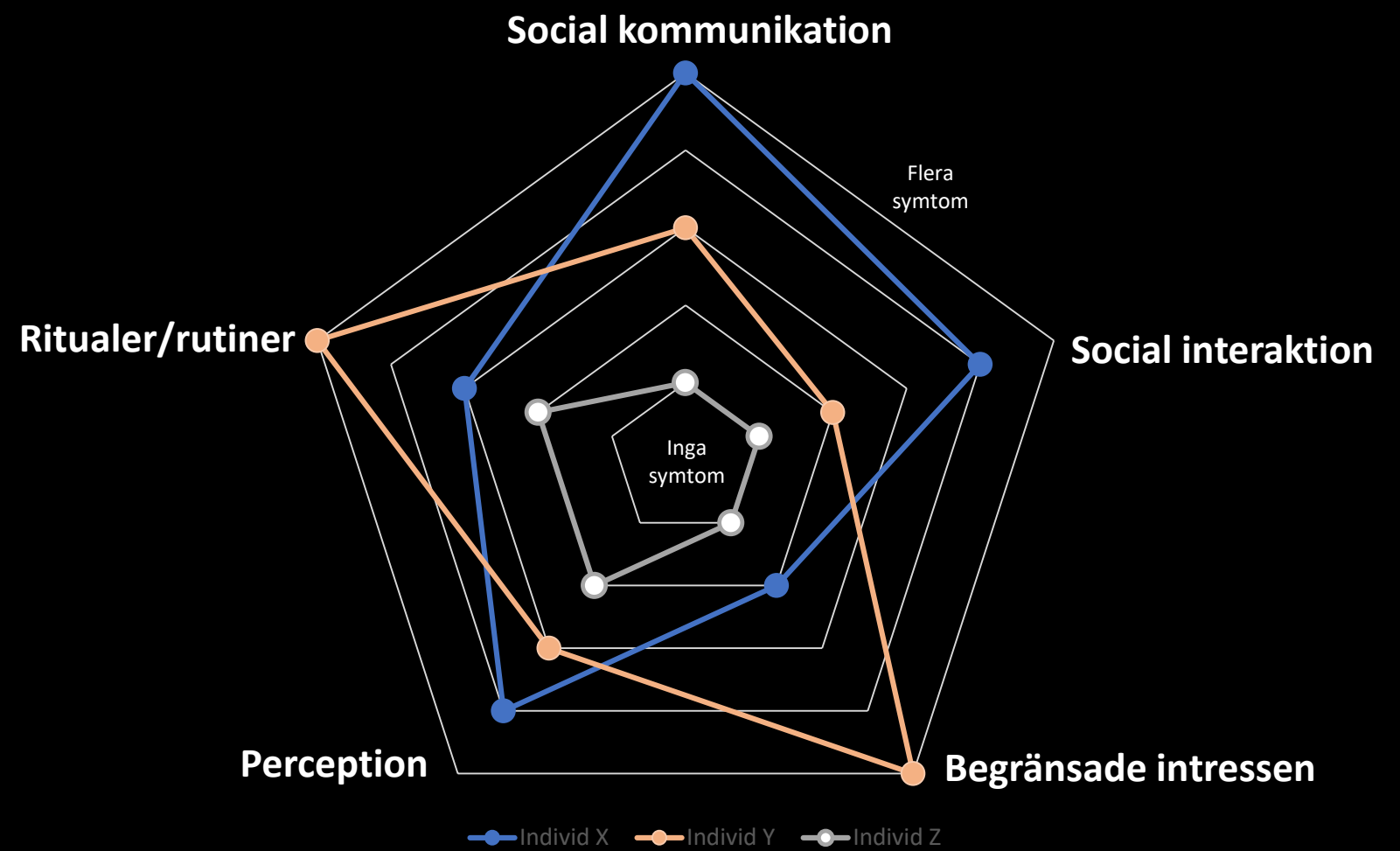
# Diagnosen autism

## Område A

- Social kommunikation
- Social interaktion

## Område B

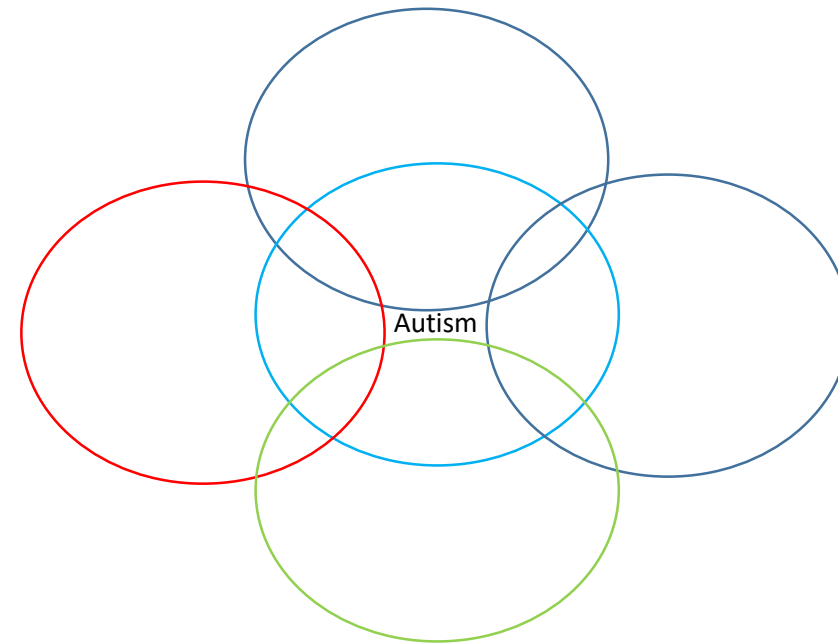
- Begränsade intressen
- Perception
- Ritualer/rutiner



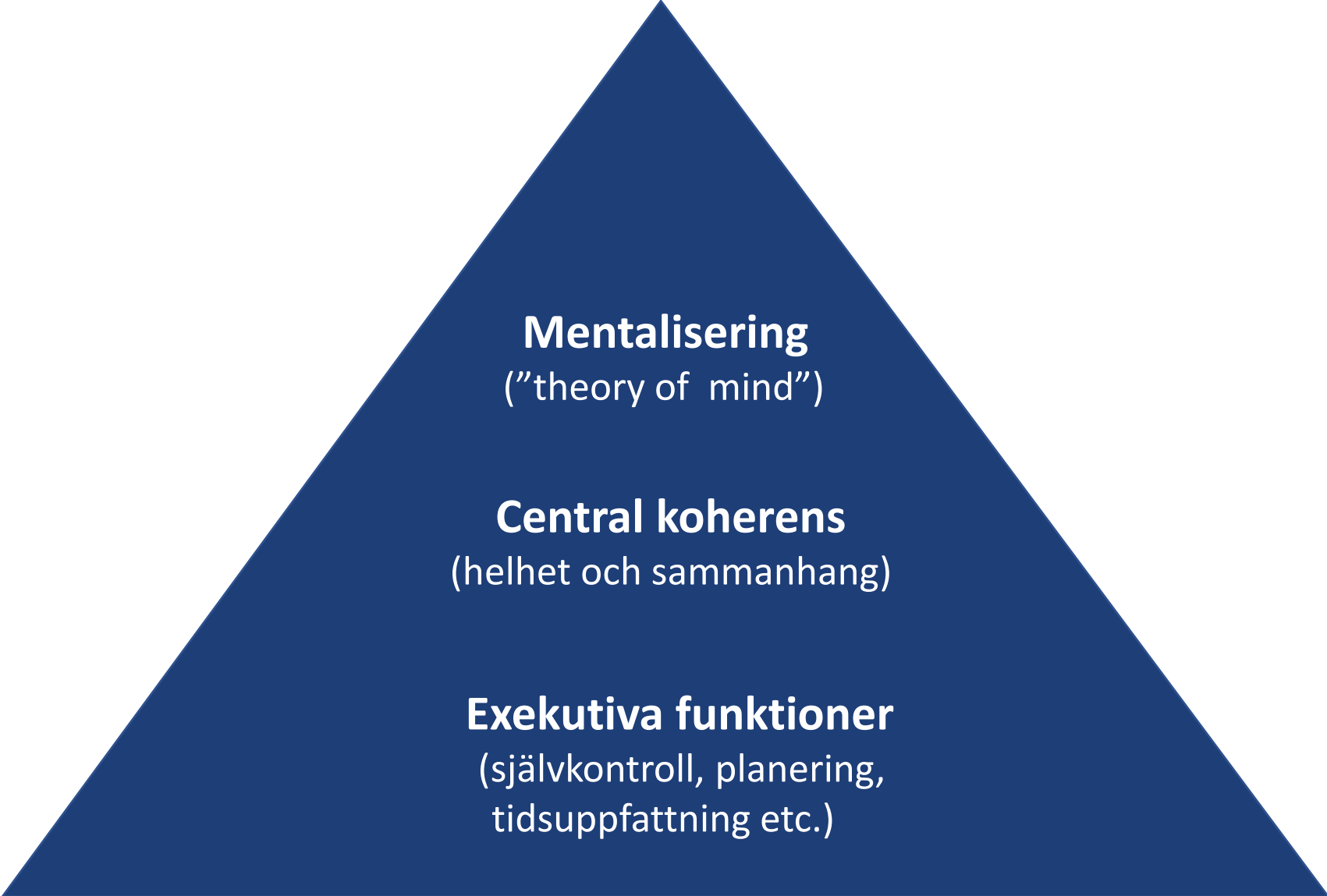
*En individ måste uppvisa symptom inom både område A och B för att få en diagnos, men antal symptom kan variera mycket från individ till individ inom respektive kategori*

# Vanligt med samtidiga diagnoser

- ADHD
- Språkstörning
- Inlärningssvårigheter
- Psykiatriska tillstånd
- Medicinska tillstånd



# En annorlunda kognition



Annorlunda **exekutiv funktion** kan innebära svårigheter att:

- planera, genomföra och utvärdera en uppgift/aktivitet
- veta vad man behöver för grejer
- avgöra hur lång tid saker tar
- prioritera och att välja
- veta hur/när man ska be om hjälp eller om vad
- avgöra när man är färdig



## Tid och rum

---

### **Tidsuppfattning**

Då - nu - sedan

### **Tidsupplevelse**

Att saker tar olika lång tid

### **Tidsplanering**

Prioritering, planering över tid,  
parallella projekt

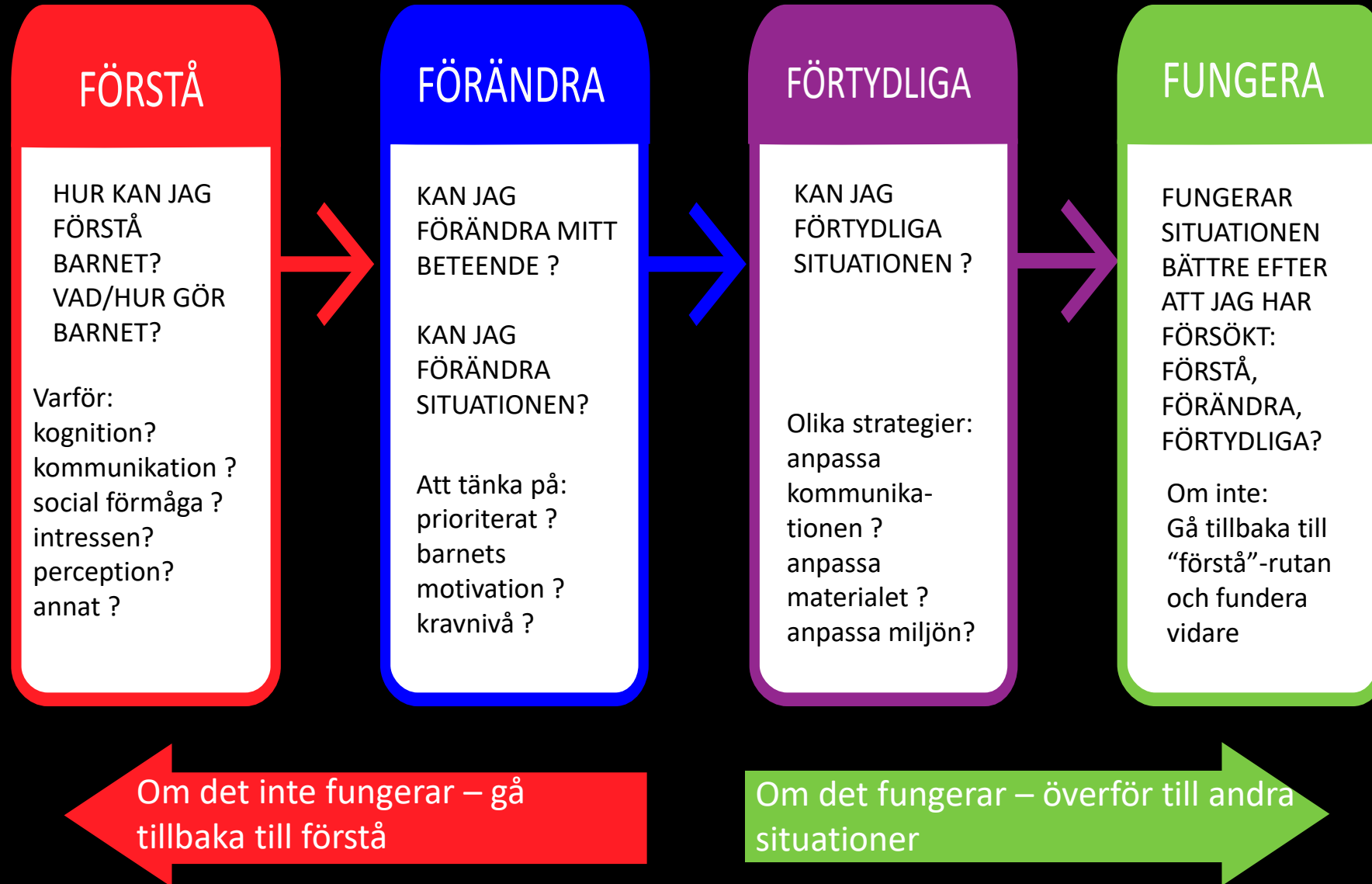
## Annorlunda **central koherens** kan innebära:

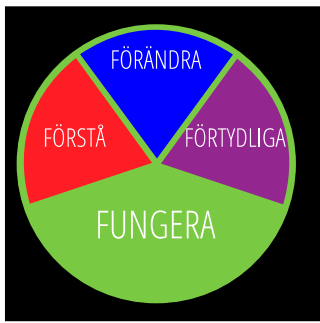
- Svårt att generalisera, dvs att uppfatta företeelser eller situationer som lika, även om de inte är identiska.
- Svårt att avgöra vad som är viktigt och mindre viktigt.
- Saker som är enkla för andra känns komplicerade om man ser alla delar för sig.

Annorlunda **mentalisering** kan innebära:

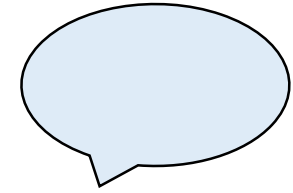
- Svårt föreställa sig vad som menas och vad man ska göra
- Svårt att föreställa sig en situation, uppgift eller aktivitet man ej varit med om tidigare
- Svårt att uppfatta och tolka ett otydligt budskap

# Situation: *Beskriv situationen/problemet du vill jobba med*





# Diskussion i chattgrupper

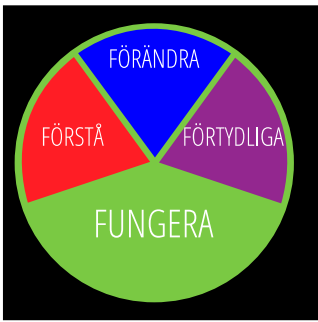


*Hur var det för dig när du fick veta att ditt barn har autism?*

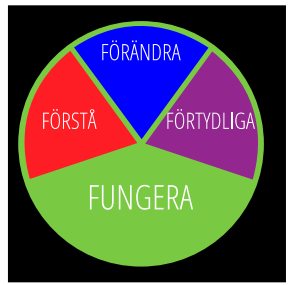
*Vad är speciellt utmanande för ditt barn?*

*Finns det specifika situationer som är svåra?*

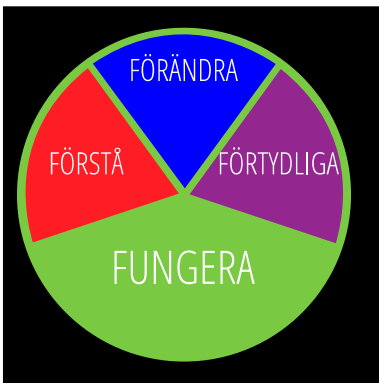
*Vad tror du det beror på?*



# Inkomna frågor



# Gemensam diskussion och avslutning

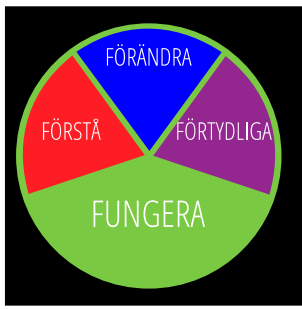


# Mitt barn har autism-Online

## Webbinar 2

**Modul 3:** Kommunikation och socialt samspel

**Modul 4:** Oro och stress vid autism

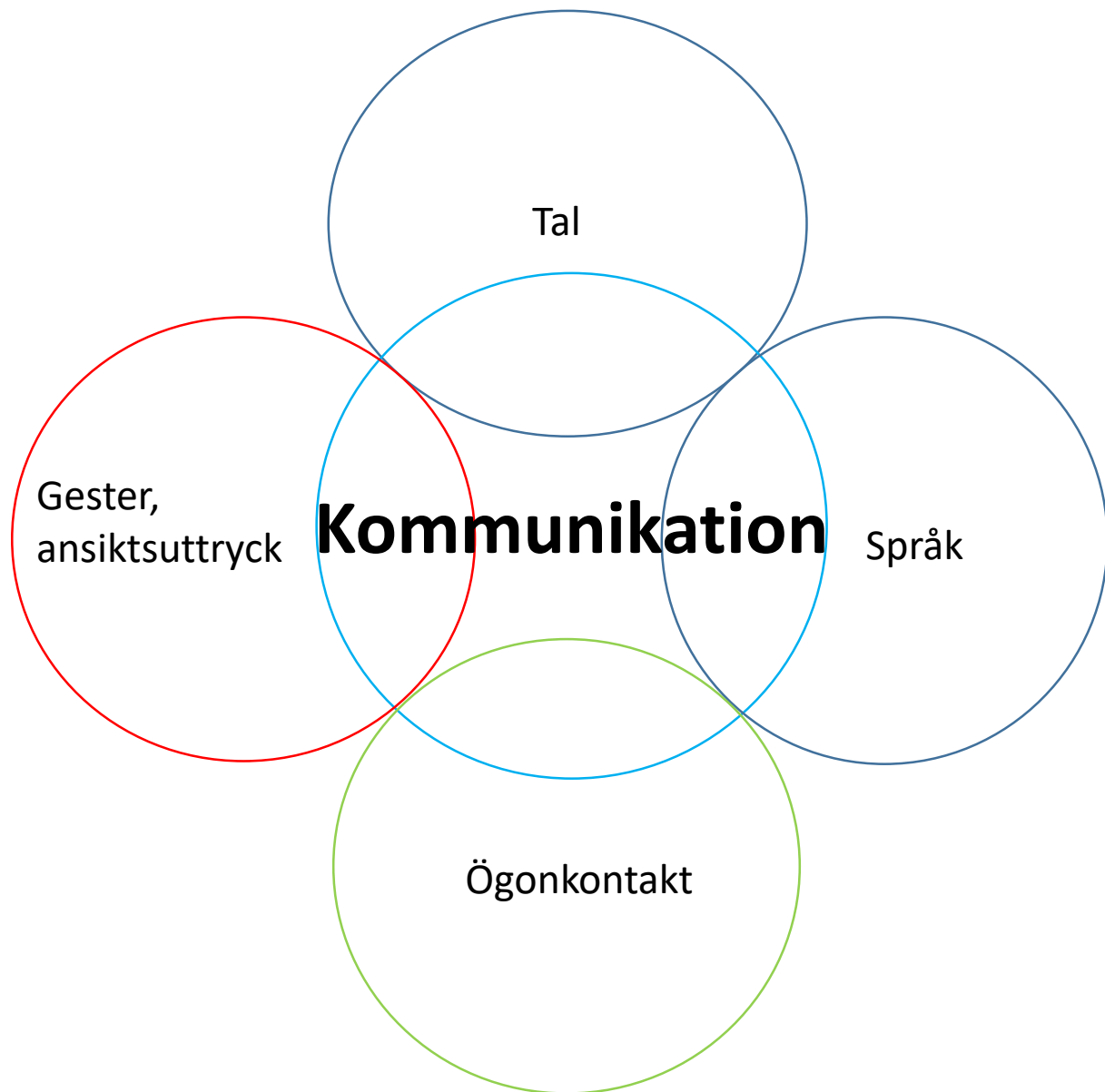


- Genomgång av praktiska/tekniska förutsättningar i mötet

### Dagens upplägg:

- Sammanfattning av modul 3-4
- Diskussion i chatt grupper
- Frågor som inkommit
- Gemensam diskussion och avslutning

# Kommunikation



# Kommunikation och autism

Gester,  
ansiktsuttryck

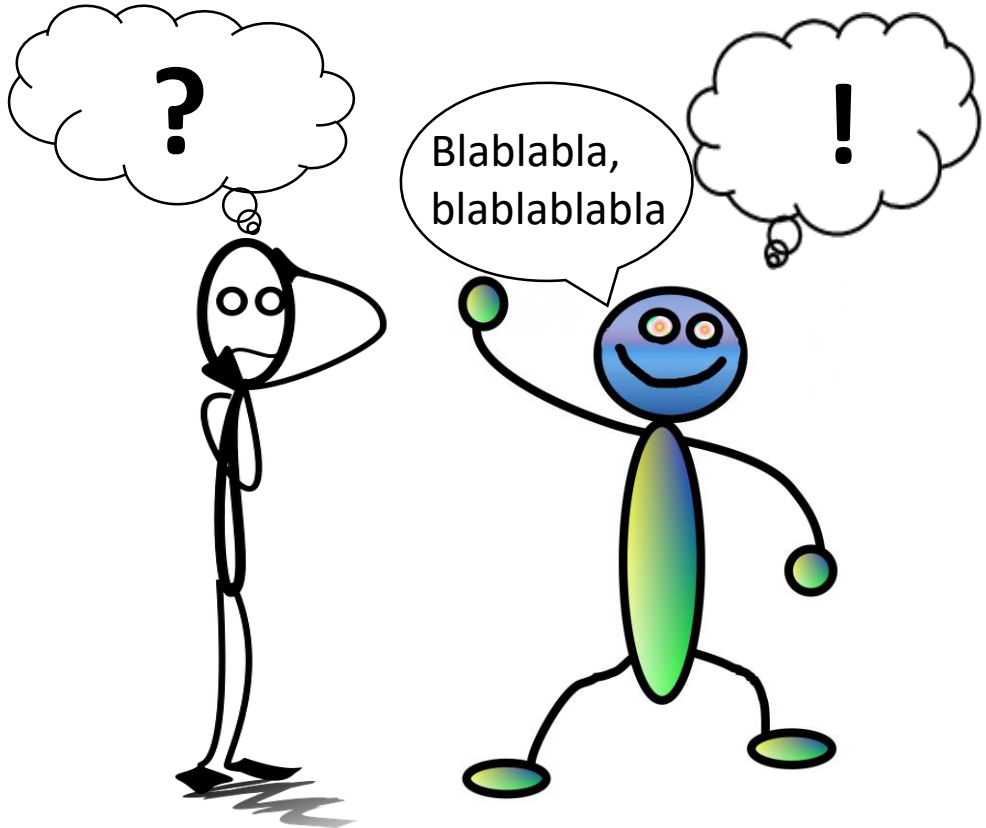
Tal



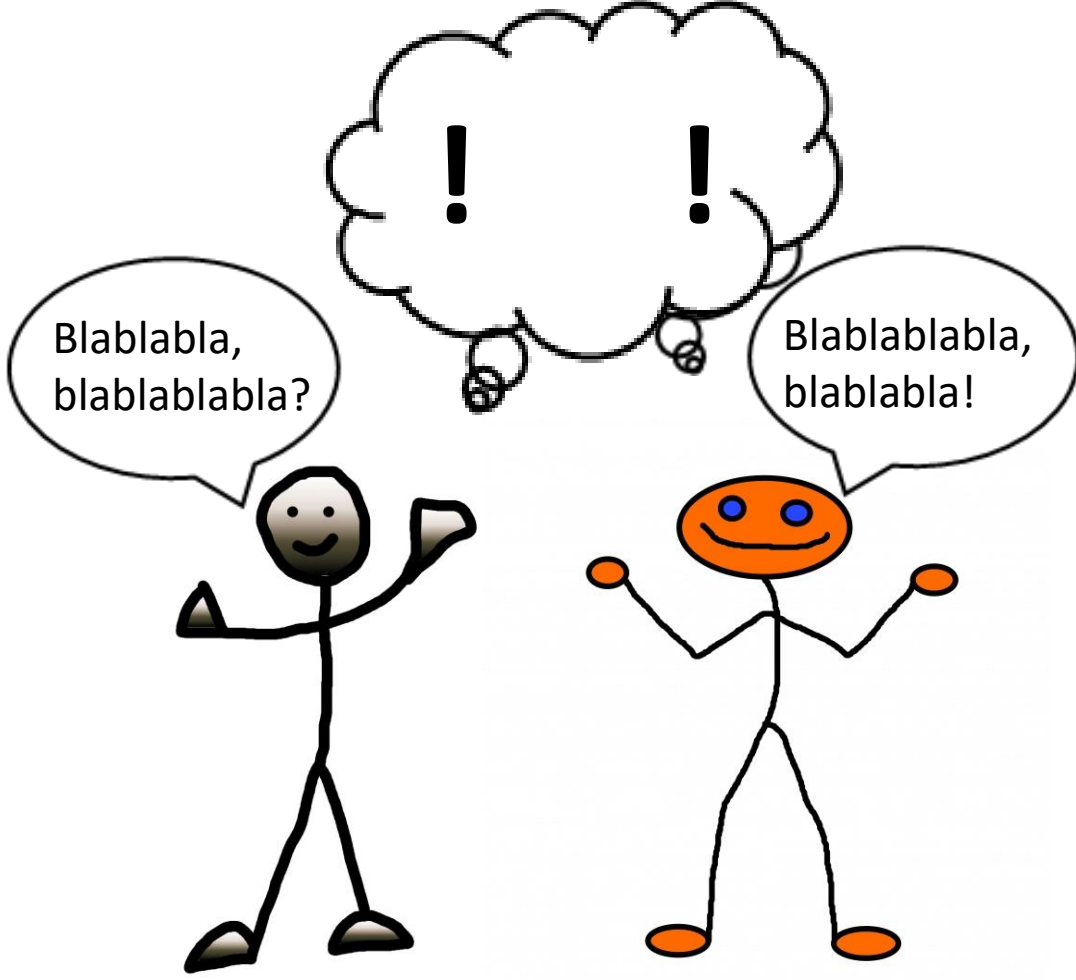
Ögonkontakt

Språk

# Socialt samspel och autism



Personer med olika intressen



Personer med samma intresse

## *Social kommunikation och "The double empathy problem"*

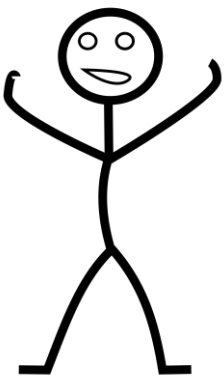
*När människor möts försöker de aktivt förstå varandra. Trots ömsesidig god vilja uppstår ibland missförstånd.*

*Personer med autism får ofta höra att de inte förstår hur andra tänker/känner.*

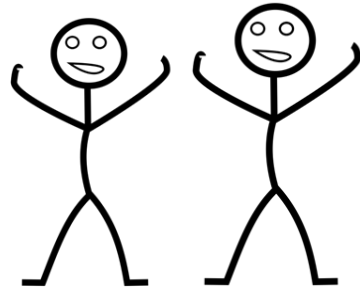
*Damian Milton använder begreppet "the double empathy problem" för att påvisa att neurotypiker (dvs personer utan autism) lika mycket missar att tolka och förstå autister som tvärtom.*

# Socialt samspel

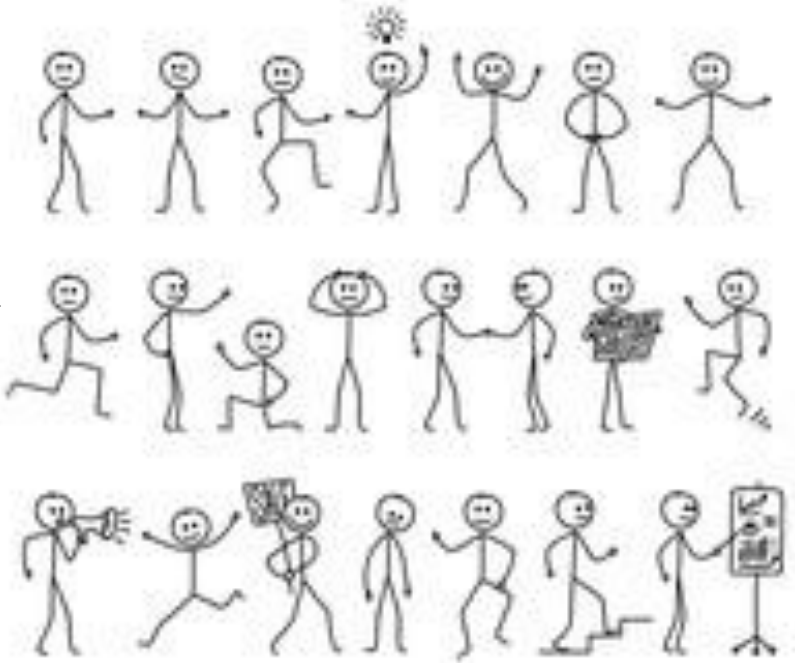
Ensamvarg



Kan mycket om sitt/sina specialområden  
– expert/"nörd"



Cocktail-filler



Kan lite om mycket men inte speciellt mycket om något

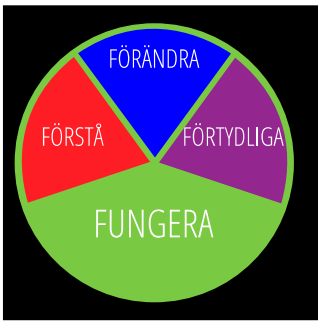
# Socialt energiläckage vid autism

*”Social masking” – att medvetet försöka anpassa sig och agera på sätt som anses ”normalt”.*

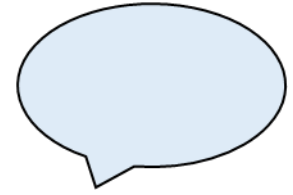
*Detta är mycket vanligt hos flickor med autism, men många pojkar kämpar också för att vara som ”alla andra”.*

*Det kan göra det svårt för omgivningen att förstå att personen har autism.*

*I längden blir det alltför energikrävande och svårt att upprätthålla.*



# Diskussion i chattgrupper



*Hur fungerar kommunikation och samspel för ditt barn?*

*Vilka sociala situationer funkar bäst/sämst för ditt barn?*

*Hur märks det om det blir "för mycket"? Hur funkar återhämtningen?*

## Kognitivt stöd vid autism (visuellt stöd)

Man kan underlätta för personen genom att:

- *Erbjuda text/bild/symboler*
- *Skapa en visuell struktur för aktiviteten, dagen, veckan med olika typer av scheman och kalendrar*
- *Visa modeller, exempel, mallar*
- *Tydliggöra steg för med visuella instruktioner*
- *Använda tidshjälpmedel, t ex i mobilen*
- *Visa sammanhang och processer med hjälp av t ex film, diagram, tidslinjer, tankekartor*
- *Använda sociala berättelser och seriesamtal/ritprat*

## ”Tala är silver men synliggöra är guld” Sociala berättelser och ritprat

- *Visuellt stöd* är ett pedagogiskt verktyg för att förtydliga, förbereda och reda ut situationer som kan vara svårförståeliga när man har autism
- *Sociala berättelser* används också för att visa och beskriva vad andra tänker och känner och för att förändra ett beteende som individen själv ser som problematiskt

Beskriv ett problem i taget, undvik många negativa meningar

Utgå från personen med autism och anpassa efter ålder och mognad

## Exempel: Social berättelse för att illustrera begreppet tid

*”Människor tänker olika om tiden.*

*Pappa tänker att det är en ungefärlig tid men jag tänker att det är en exakt tid.*

*När det blir missförstånd blir jag ofta arg. Jag blir arg för att jag får vänta. Jag kan också bli arg för att en person kommer för tidigt och jag inte hunnit klart det jag höll på med innan.*

*Det bästa är att fråga direkt när man bestämmer en tid om den är exakt eller ungefärlig.*

*Om det händer något som gör att man måste ändra tiden är det bra att ringa/sms:a och berätta det.”*



# Ritprat

- Pratabbubblor och/eller bilder används som hjälpmedel
- Visar tydlig turtagning
- Anpassar tempot i samtalet
- Aktuell information/innehåll blir synligt
- Ger stöd för minnet
- Slipper tolkning av det underliggande eller den sociala dimensionen
- Ser sambandet mellan orsak och verkan



## Vid ritprat samtalar man om...

- det som händer
- det som har hänt
- det som ska hända

Till exempel: *Var är du? Vad gör du?*

*Vilka andra är där?*

*Vad hände?*

*Vad gjorde de andra?*

*Vad sa du?*

*Vad tänkte du när du sa det?*

*Vad sa de andra?*

*Vad tänkte de andra när de sa så?*

*Vad tänkte de andra när de gjorde så?*



# Stress vid autism

## Krav- och resursteori

### *Resurser*

Klarar av att lösa problem  
Hantera ändringar i vardagen  
Socialt stöd runt mig  
Förstå vem som kan hjälpa mig

---

Om stressorerna är fler och väger tyngre än resurserna är obalansen problematisk. Mer resurser behöver läggas till, ex vägledning.

### *Stressorer*

Problem  
Svårigheter  
Krångel i vardagen  
Oklarheter  
Överraskningar

# Stress vid autism

## *Stressymtom*

Hjärtklappning

Svettig

Andas fortare

Ont i magen

Oro, ångest

-----

Vad som stressar är individuellt

## *Öka motståndskraften mot stress genom*

Föräldrarnas ork

Rutiner

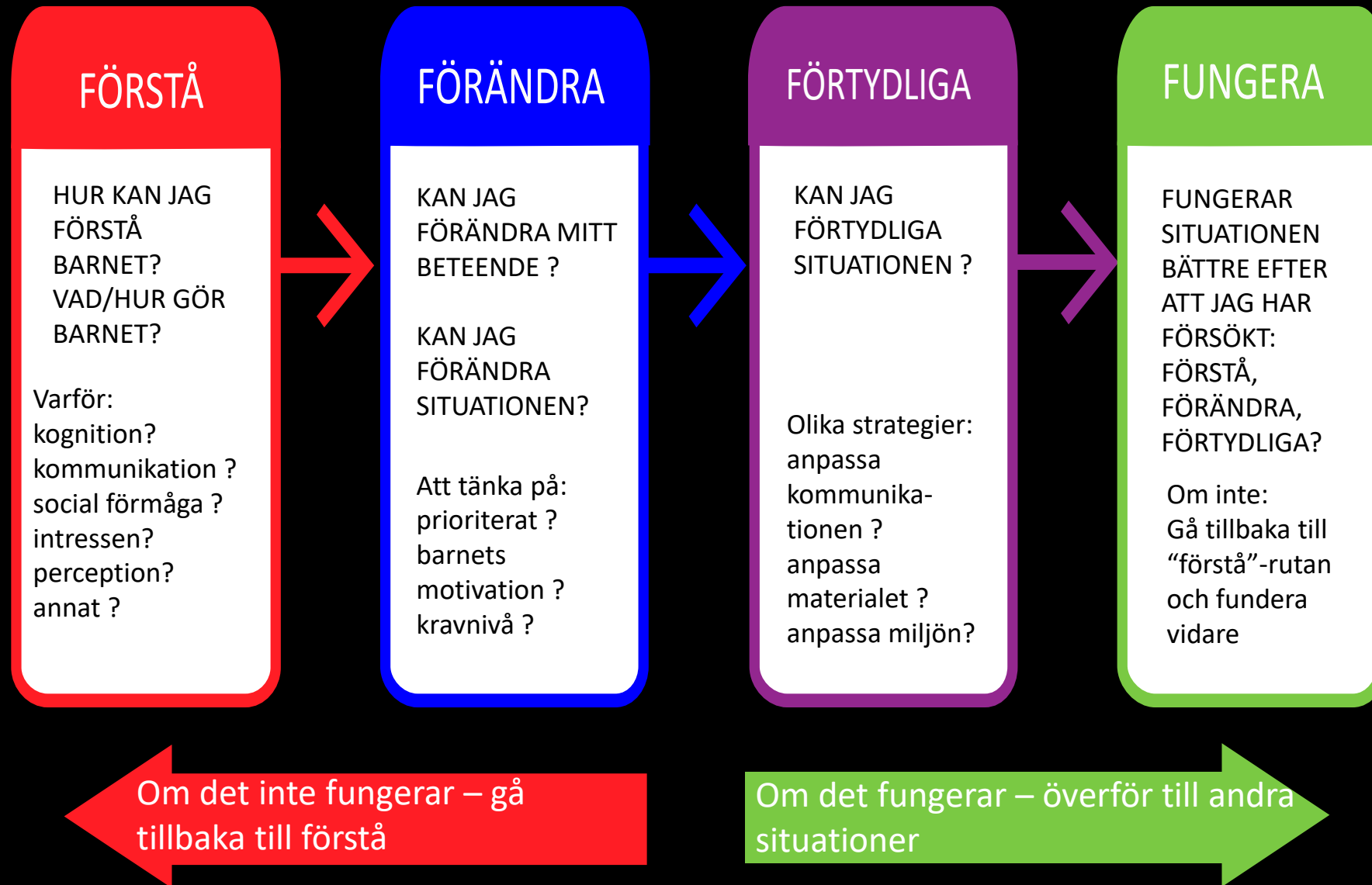
Hjälpmedel

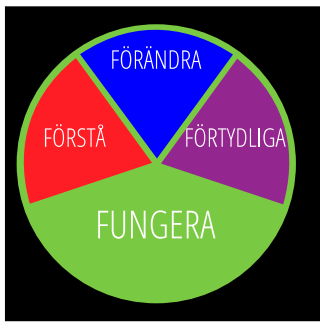
Motion/rörelse

-----

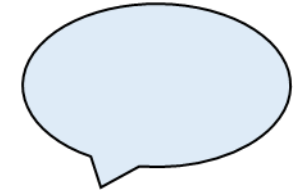
Vardagen ofta mer stressfull än för neurotypiker.

# Situation: *Beskriv situationen/problemet du vill jobba med*



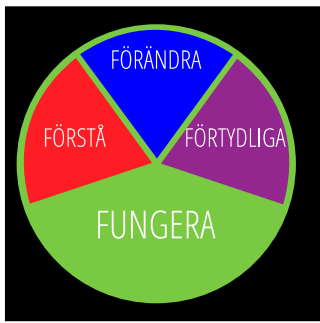


# Diskussion i chattgrupper

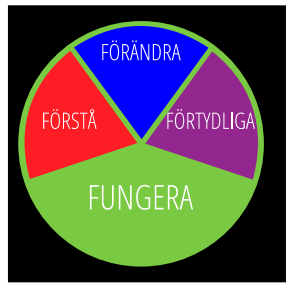


*Vilka strategier har funkat för er familj för att kommunicera, förtydliga och förbereda, (t ex visuellt stöd, sociala berättelser, ritprat, mobilen, annat)?*

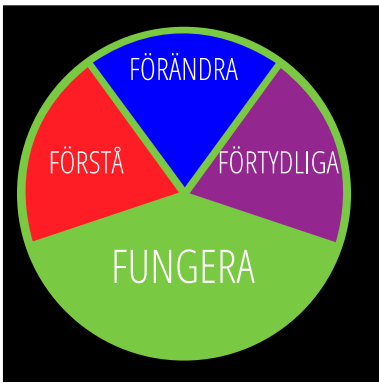
*Vad stressar ditt barn? Hur märker du det? Vad minskar stressen?*



# Inkomna frågor



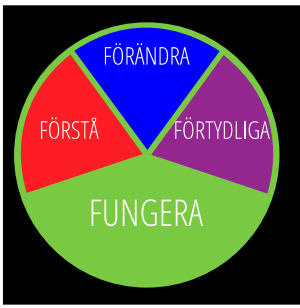
# Gemensam diskussion och avslutning



# Mitt barn har autism-Online

Webbinar 3, avslutning av kursen

**Modul 5:** Autism i skolan

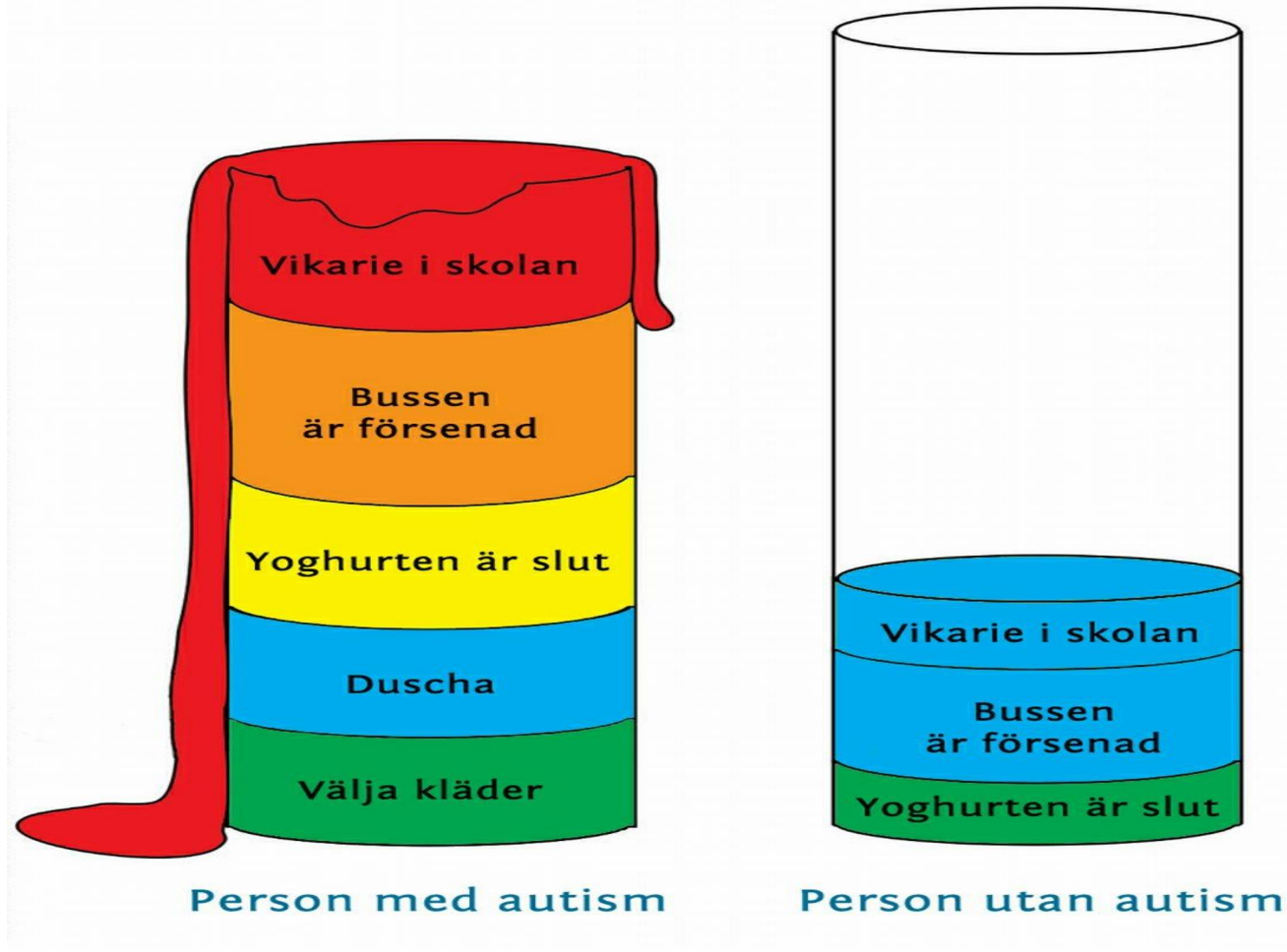


- Genomgång av praktiska/tekniska förutsättningar i mötet

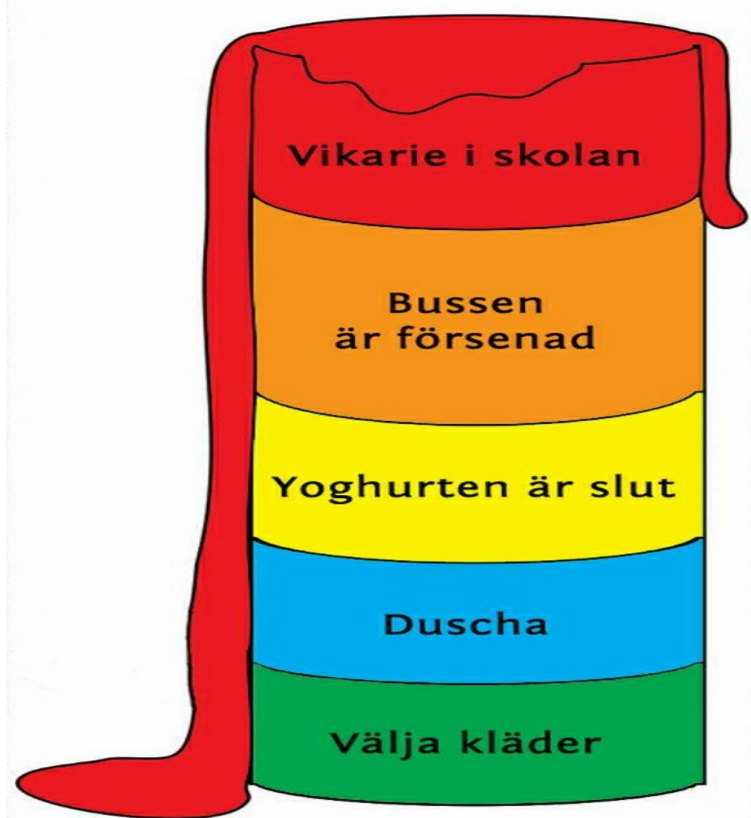
### Dagens upplägg:

- Sammanfattning av modul 5
- Diskussion i chatt grupper
- Frågor som inkommit
- Gemensam diskussion och avslutning – Vad händer nu?

# Att förstå vad som är utmanande



# Att förstå vad som minskar stressen



Person med autism

- Lägg fram kläder kvällen innan
- Ha fasta duschtider på t ex em/kväll
- Handla alltid favorityoghurten
- Hitta ett frukostalternativ kvällen innan om yoghurten är slut
- Sms:a skolan att bussen är sen
- Be skolan sms:a vem som är vikarie

# Autism i skolan

*Hur skapa en bra dialog mellan föräldrar och skola?*

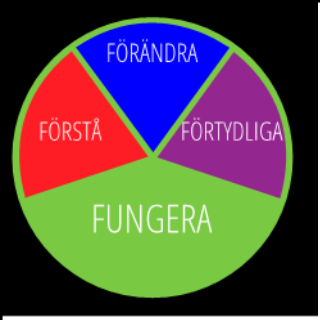
- Tätare samtal på bestämda tider som är praktiskt genomförbara för båda parter.
- Bestäm på vilket sätt barnet/eleven ska vara involverad i samtalen.
- Kom överens med skolan om hur samtalen ska läggas upp, t ex vilken struktur de ska ha.

## Balans mellan krav och återhämtning

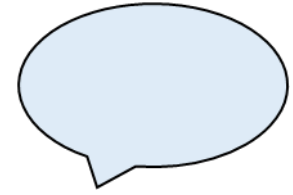
- Anpassa krav (läxor, uppgifter i hemmet, sociala krav)
- Gör en plan för vilken vuxen som har ansvar för olika aktiviteter, ha alltid en plan B
- Ha med barnet i planeringen, så att något som motiverar barnet alltid finns med
- Var beredd att anpassa och ändra utifrån barnets (och familjens!) dagsform

## Tid för återhämtning

- Ha dialog med skolan så att barnet har tid för återhämtning även under skoldagen
- Återhämtning i en NPF-familj måste planeras och kommer ändå att vara på minuskontot många dagar
- Ta reda på vad du kan få för stöd/avlastning (LSS, anhöriga, vänner, föreningar)
- Kom ihåg att alla i familjen oftast har olika behov och olika sätt att återhämta sig



# Hem och skola – utmaningar och möjligheter?



- *Hur fungerar samarbetet mellan hem och skola för er?*
- *Hur får man till balans mellan stöd och eget ansvar när barnen blir äldre?*

## Hem och fritid - Vad kan vara utmanande – familj?

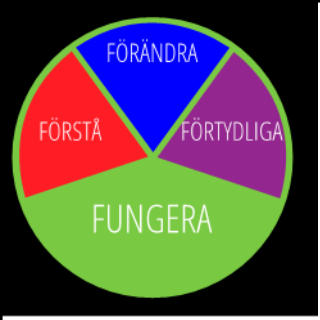
- Stort behov av eget utrymme
- Stort behov av vuxenstöd
- Blir lätt störd av syskon
- Svårt att delta i gemensamma aktiviteter

## Hem och fritid - Vad kan vara utmanande - individ?

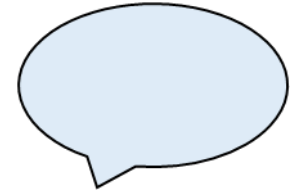
- Hyperfokuserad på ett visst intresse
- Svårt att själv hitta på meningsfulla aktiviteter
- Svårt att utveckla ett intresse/aktivitet på egen hand
- Behöver fler motiverande aktiviteter insprängda i monotona/tråkiga vardagsaktiviteter

# Rutiner och förutsägbarhet

- Skapa rutiner att utgå ifrån
- Tänk igenom hur de ska genomföras för att det ska fungera för alla i familjen
- Låta alla komma med förslag och idéer; alltid mer motiverande att göra något man själv varit med och bestämt
- Gör tydligt vad de vuxna måste bestämma och vad barnet/barnen kan bestämma själva

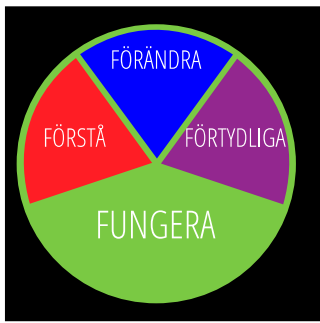


# Hem och fritid – utmaningar och möjligheter?



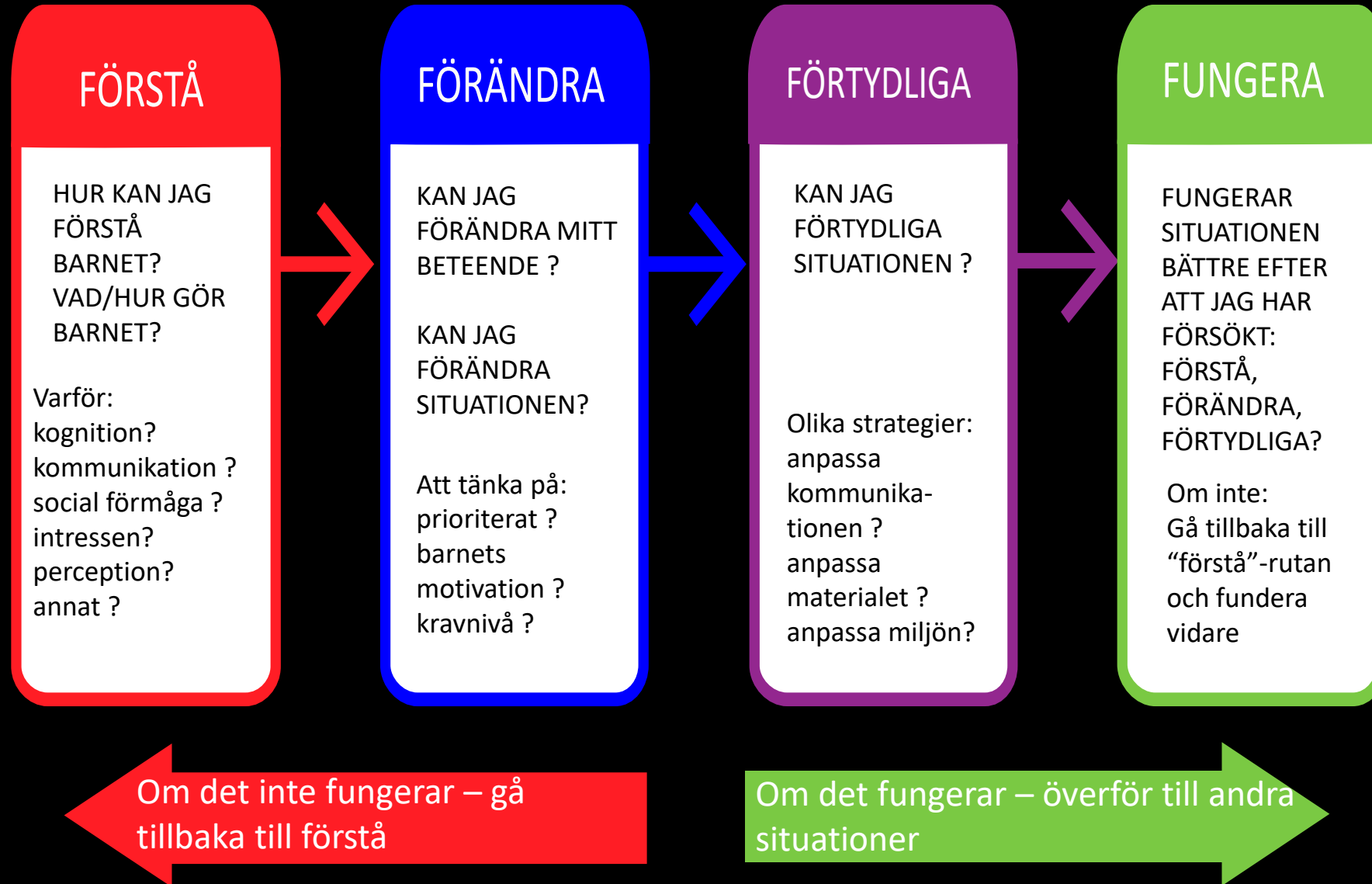
*- Hur ser det ut för er familj? Vilka aktiviteter/rutiner fungerar?*

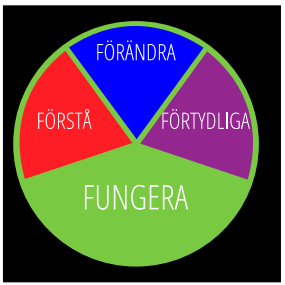
*- Hur får man till balans mellan krav och återhämtning när barnen blir äldre?*



# Inkomna frågor

# Situation: *Beskriv situationen/problemet du vill jobba med*

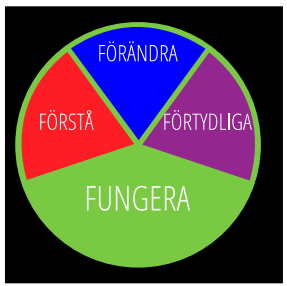




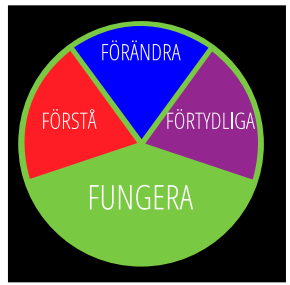
# Gemensam diskussion och avslutning

*Vad tar ni med er från kursen? Dela med varandra!*

*Är det något särskilt ni saknat eller hade velat ha mer av?*



Vad händer nu?



# QR-kod för utvärdering