

Velkommen til Autisme i Fokus

Netværket handler om, hvordan I som forældre kan støtte jeres voksne børn bedst.

Vi har lavet en række dialogkort, som guider jer gennem 6 forskellige autismerelevante temaer. Vi håber på, at kortene vil give jer anledning til at dele jeres erfaringer til glæde for hinanden.

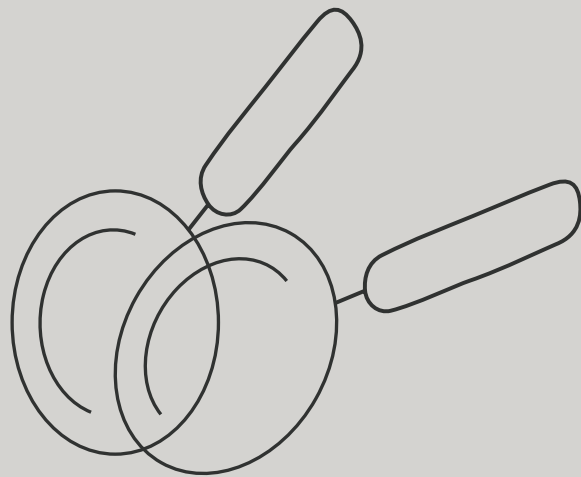
I dialogen skal I 'spille hinanden gode' ved at være lyttende og nysgerrige. Alle familier er forskellige, og I har derfor forskellige baggrunde og oplevelser i bagagen. Respekter hinandens holdninger og værdier, og sørg for at alle kommer nogenlunde ligeligt til orde.

Start med at læse højt om viden og ungescitater relateret til dagens tema – det tager ca. 10 minutter. Brug oplæsningen som inspiration og til at lande og slappe af. Derefter skal I starte samtalen ud fra en række dialogkort.

- Find videnskort til oplæsning
- Når oplæsning er færdig, skal I læse kortet: 'Kom godt i gang'
- Nu er I klar til dialogspillet.

Rigtig god fornøjelse

Julia Farkas, Susanne Lund, Helle Engholm Hansen
og Annemarie Klæsøe



Autisme i Fokus

Kom godt i gang

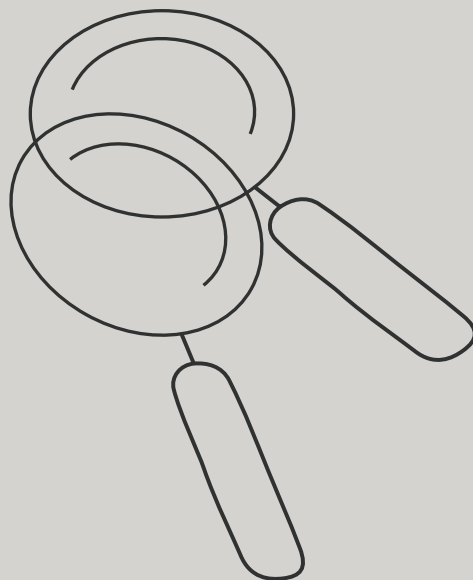
1. Vælg en tidsstyrer. Det er en vigtig rolle at styre taletiden, så alle bliver hørt.
2. Læg bunken med dialogkort midt på bordet med bagsiden opad.
Læg kortet 'Spilleregler' ved siden af, så alle kan se og huske dem.

Regler og rammer for dialogen

- Træk på skift et kort. Det er ikke vigtigt at nå alle kort. Hvis ingen har noget relevant at sige til et dialogkort, trækker I bare et nyt.
- Den, der har trukket kortet, starter med at læse spørgsmålet op og selv svare.
- Herefter svarer I alle efter tur på samme spørgsmål (ca. 2-3 min. til hver).
- Efter runden sættes uret til 10 minutters fælles erfaringsudveksling.

OBS ca. 15 min. før netværket er slut, kan I på skift fortælle, hvad I særligt tager med jer fra mødet

Hvis I er nysgerrige efter mere viden, kan I finde inspiration via QR-koden 'Inspiration'.



Autisme i Fokus

Spilleregler

1. Vælg en deltager til at trække første dialogkort

- Læs spørgsmålet op
- Svar på spørgsmålet (ca. 2-3 minutter)
- Giv kortet videre til den, der sidder til venstre

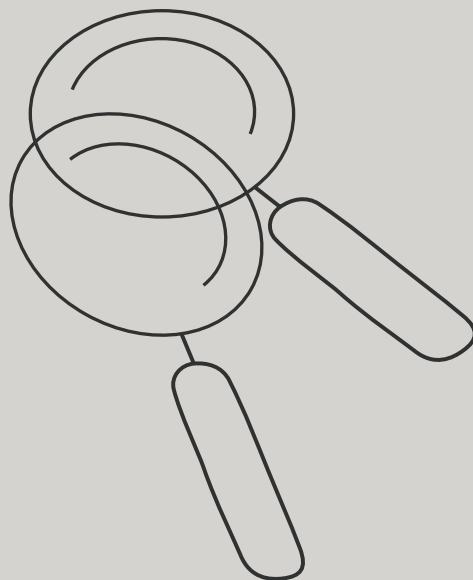
2. Den næste deltager svarer på samme spørgsmål

Ca. 2-3 minutter. Giv dialogkortet videre til den, der sidder til venstre (indtil alle har svaret)

3. Sæt uret til 10 minutters ide- og erfaringsudveksling

4. Efter erfaringsudvekslingen trækkes et nyt dialogkort

I skiftes til at trække et nyt kort



Autisme i Fokus

Kommunikation

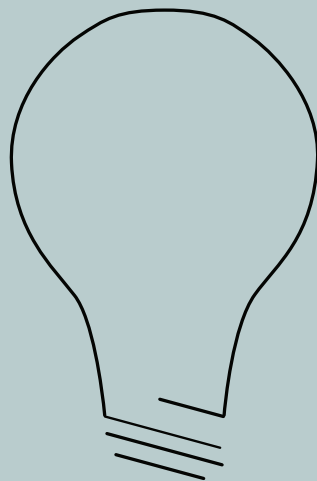
Kommunikation handler om at udveksle informationer, tanker, følelser eller ideer gennem et fælles system af symboler, tegn, sprog eller adfærd. Formålet med kommunikation er at skabe forståelse og at opnå en fælles mening eller handling.

Autister kan opleve udfordringer med kommunikation af flere grunde. Udfordringerne varierer meget fra person til person og kan komme til udtryk på forskellige måder.

Mange autister er konkret tænkende og har svært ved at forstå ironi, sarkasme, metaforer eller komplekse talemåder, hvilket kan medføre misforståelser og generelt gøre det svært at følge med i en samtale.

Mange har svært ved at aflæse nonverbale signaler, og nogle kan have nedsat ansigtsmimik og mindre aktivt kropssprog, hvilket kan påvirke forståelsen hos neurotypiske personer, da de ofte reagerer meget på de nonverbale signaler.

Nogle autister kan være udfordret af at have behov for mange detaljer for at føle sig parat til at bidrage i en samtale, og de kan grundet tidligere erfaringer og eventuelt lavt selvværd og forkerthedsfølelse være meget tilbageholdende i samtaler på grund af usikkerhed om, hvordan andre vil reagere på det, de siger.



VIDENSKORT

Anderledes tænkning

Mange med autisme tænker anderledes, ofte meget konkret, systematisk eller detaljeret, hvilket kan skabe misforståelser, når de kommunikerer med neurotypiske personer, der ofte tænker mere abstrakt eller intuitivt.

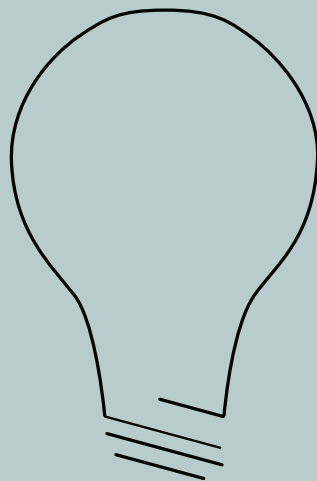
Michael, 19 år, siger:

"Jeg synes det er mega irriterende, når nogen bruger talemåder og fx siger 'tag benene på nakken' eller 'der skal andre boller på suppen.' Det er vildt forvirrende og gør at jeg ikke forstår, hvad de mener."

Ida på 20 år, siger:

"Når jeg er sammen med dem i klassen, så griner jeg bare, når de griner – også selv om jeg ikke forstår, hvad der er sjovt. Så synes jeg, at det er lettere at være sammen."

Jeg har engang prøvet, at en vikar sagde til mig: tag nu de høretelefoner af mens jeg snakker. Så sagde jeg: Er det et problem, at jeg har dem på? Og så svarede hun: Nej da! Det var først da jeg beholdt dem på og hun blev sur, at jeg forstod, at hun mente, JA i stedet for Nej."



VIDENSKORT

Øjenkontakt og uskrevne samtaleregler

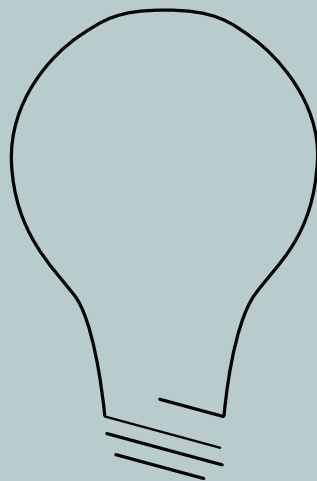
Mange med autisme oplever, at øjenkontakt kan være ubehageligt eller forstyrrende. Det kan betyde, at de undgår øjenkontakt, hvilket kan blive opfattet som manglende interesse og påvirke, hvordan andre opfatter dem socialt.

Derudover kan de have svært ved at følge de uformelle "regler" for samtaler, som at skiftes til at tale, stille opfølgende spørgsmål og vise interesse gennem små kommentarer eller nik.

Det er sjældent, at samtalereglerne er tydeligt forklaret, men den uskrevne sociale adfærd forventes intuitivt i de fleste sociale sammenhænge, og her kan unge med autisme føle sig akavede eller udenfor.

Camilla på 19 år siger:

"Når folk ser mig i øjnene, så føles det nærmest som om, de kigger lige igennem mig. Det er vildt ubehageligt. Jeg har lært, at man kan kigge på næsen i stedet for i øjnene uden at folk opdager det – det hjælper lidt."



VIDENSKORT

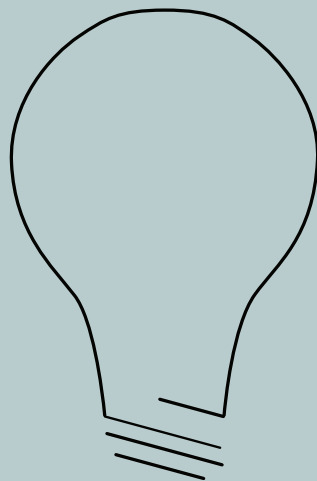
Særinteresser

Mange med autisme har dybe interesser i specifikke emner, og de kan være tilbøjelige til at være så optagede af interesserne, at de taler om dem uden at lægge mærke til, om andre deler samme interesse.

Det kan gøre det svært at have en samtale, som føles gensidig og naturlig for begge parter. Desuden kan den form for samtaler være svære for neurotypiske unge at følge med i, hvilket kan skabe en distance.

Wilhelm på 23 år siger:

"Jeg fatter ikke ideen med det der small-talk. Det er totalt uinteressant – bare uvedkommende snik-snak uden egentligt indhold. Jeg kan bedst lide at fortælle om spil-design eller lydteknik. Det kan godt være, at neurotypikere synes, at jeg er en nørd, men jeg synes også, at de er pænt kedelige."



VIDENSKORT

Udfordringer med at fokusere i samtaler

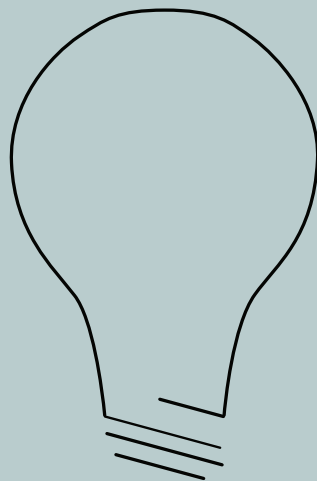
Miljøer med meget støj, lys eller andre sanseindtryk kan overstimulere personer med autisme, hvilket kan gøre det svært at fokusere på en samtale.

Louise, 19 år, siger:

"Pigerne i klassen elsker at gå på cafe efter skole. Jeg synes ikke om det, fordi man skal bare snakke om alt muligt, og de andre taler næsten altid i munden på hinanden, griner og afbryder.

Jeg har enormt svært ved at koncentrere mig - også fordi de andre gæster larmer.

Jeg kan bedst lide at gå på krea-cafe med min kusine eller mor. Det er mere roligt og overskueligt, og man kan være sammen om noget uden at skulle snakke hele tiden."



VIDENSKORT

Krav i spontane samtaler

Nogle autister har udfordringer med at følge med i spontane samtaler, fordi det stiller krav til hurtig intuitiv tænkning og en høj grad af fleksibilitet og opmærksomhed i nuet.

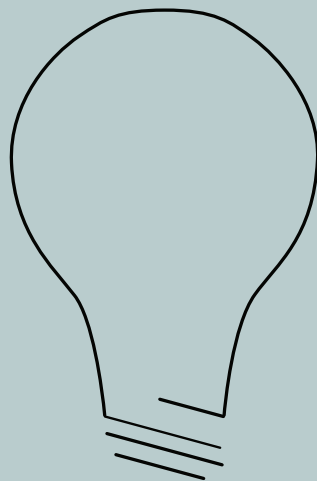
Angst, usikkerhed eller tidligere negative oplevelser med kommunikation kan gøre det svært for personer med autisme at føle sig trygge i den type samtaler. De kan have behov for at tage tilløb til at sige noget, og når de er klar, er det for sent.

Magnus, 23 år siger:

Jeg har meget lettere ved at snakke med andre autister – vi forstår og taler på en måde samme sprog. Faktisk er det lidt strengt, at autister altid får skylden for ikke at kunne kommunikere, small-talk og den slags, når det i virkeligheden er neurotypikerne, der har brug for alt muligt vrøvl og sniksnak for at kunne være sammen.

Amalie, 24 år, siger:

“Kan neurotypikerne ikke bare være mere konkrete og tydelige? Selv hvis man direkte spørger, hvad de mener og beder dem om at være ærlige, snakker de tit udenom.”



VIDENSKORT