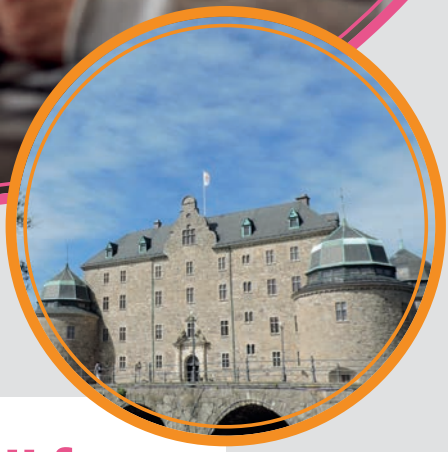

Bemötandehäfte

Vad vi vill att ni vet om autism och hur vi med autism tänker.

ÖREBRO

orebro.se

Kort fakta om AST, Autismspektrumtillstånd

Autismspektrumtillstånd är ett samlingsnamn för funktionsnedsättningar som påverkar ens sätt att tänka, vara och kommunicera med andra människor. Autism är något man har hela livet.

Vad är autism?

Autism beror på olika kända och okända biologiska avvikelser i hjärnan. Orsaken kan vara en genetisk eller ärftlig komponent men kan också bero på biologiska miljöfaktorer till exempel infektioner, sjukdomar eller viss medicinering under graviditeten.

I dag har 1–2 procent av befolkningen i Sverige en autismdiagnos. För att få diagnosen ska det finnas tydliga tecken på upplevda svårigheter inom huvudgrupperna: Ömsesidigt socialt sampel och kommunikation samt begränsade, repetitiva och stereotypiska beteenden, intressen och aktiviteter.

Många personer med autism har också en så kallad annorlunda perception-reaktion på sinnesintryck.

Autism innebär inte bara svårigheter utan kan också inom vissa områden vara en styrka. Som att man har lätt att lära sig genom visualisering, är exakt och detaljorienterad, ofta har en stark efterlevnad av regler, kan memorera och lära sig information snabb, har en förmåga att tänka logiskt och kan koncentrera sig under långa perioder när man är motiverade.

Det är viktigt dock att komma ihåg att autism är en spektrumdiagnos och varje person är unik. Ibland har en person med autism också någon annan diagnos så som till exempel adhd, intellektuell funktionsnedsättning eller språkstörning.

En person är inte bara sin diagnos utan alla är vi unika.

Vi som har gjort det här häftet är ...

Vi vill med det här häftet sprida kunskap om framför allt autism och hur vi autistiska vill bli bemötta av alla er som möter oss.

Barn- och ungdomsrådet

Vi består av 7 ungdomar i åldern 13–18 år som har LSS-insatser inom olika verksamheter i Område 6, Örebro kommun, Funktionsstöd. Vi har alla någon form av funktionsnedsättning. autism, adhd och/eller intellektuell funktionsnedsättning.

Tack för att du tar dig tid att läsa vårt häfte!

Bra att veta om oss med autism

- Personen kan ha svårt att kommunicera sina egna känslor.
- Svårigheter att förstå att andra tänker och känner på ett annat sätt.
- Kan uttrycka sig utan filter, det vill säga vara brutalt ärliga utan att tänka på att det man säger kan såra.
- En del kan ha svårt med ögonkontakt.
- Respektera personernas specialintressen, om de har sådana.

En annorlunda perception

Personen kan uppleva saker på olika sätt genom sina sinnen.

Till exempel:

- Vara extra känslig för ljud.
- Ha svårt att reglera kroppstemperatur.
- Ha svårt för olika smaker och konsistenser.

Respektera personens behov och sätt att hantera det!

Några tips från oss ...

- Döm inte personen på förhand innan du lärt känna personen.
- Autism är ett spektrum och alla är olika.
- Behandla inte personen som mindre vetande.
- Bjud in personen till samtal och ge tid till att prata.
- Informera inför nya saker, aktiviteter, förändringar. Svara på de 7 frågorna: Vad? När? Varför? Hur? Hur länge? Vem? Vad händer sen. Även om personen själv inte ställer dem.
- Läs på om autism och lär känna PERSONEN själv.
- Våga fråga och visa intresse.

Behandla inte alla på samma sätt, alla är individer!

Om jag blir upprörd ...

- Håll absolut inte fast personen.
- Ta inte i personen.
- Lämna personen i fred tills den har lugnat ner sig.
- Kräv inte ögonkontakt.
- Om det är läge, kolla om personen vill prata eller ha något.
- Om det går, ge stöd till personen att komma undan situationen.
- Gör inte situationen värre än den är genom att överreagera.

Du som jobbar i skolan ...

- Lyssna och försök förstå. Eleven vill inte vara dum, bråka eller kanske inte gör något alls på lektionen för att den är lat.
- Ha en tydlig struktur över lektion.
- Visa på ett tydligt sätt hur länge lektionen håller på och när den är slut.
- Erbjud eleven att gå undan i ett grupprum om den behöver det.
- Hindra inte en elev som behöver gå ut ur klassrummet en stund.
- Låt eleven ha på sig hörlurar/keps/luva eller vad den uttrycker att den behöver för att kunna skärma av och koncentrera sig.
- Fråga eleven var den helst vill sitta i klassrummet.
- Vid grupparbeten, stöd eleven i vilken grupp den kan arbeta i. Lägg inte det ansvaret på eleven själv om den inte uttryckligen önskar göra det.

Du som är chef inom LSS ...

- Anställ personer som har kunskap om den målgrupp de ska arbeta med. Om de inte har det, se till att de får den kunskapen så fort som möjligt!
- Låt ny personal gå bredvid under en inskolningsperiod som sedan utvärderas tillsammans med personerna i verksamheten.

Du som arbetar inom LSS ...

- Anpassa bemötandet efter den du träffar, inte efter en diagnos.
- Erbjud personen att vara med och upprätta och ändra i dennes genomförandeplan. Speciellt när rutiner ska ändras.

Dig som vi träffar i samhället ...

- Var glad när du möter personer på stan, då blir det trevligare.
- Om du ser en person som beter sig annorlunda, låt den vara ifred. Filma/fota absolut inte!
- Driv inte med okända personer för du vet inte hur den reagerar.
- Om man frågar en fråga, ge personen tid att svara.
- Titta inte snett och stirra inte på en person som beter sig/ser annorlunda ut.

Ni som är våra anhöriga ...

- Informera om det blir förändringar.
- Informera om saker som sker.
- Behandla inte personen med autism annorlunda än de som inte har autism.

Ni som är våra kompisar ...

- Skoja inte om personen inte förstår att det är skoj eller inte tycker att det är roligt.
- Tänk på vad du säger så att du inte sårar personen.
- Respektera om personen inte orkar eller vill prata.

Kompisar bryr sig om varandra!

Tack för att du tog
dig tid att lyssna in oss!

Barn- och ungdomsrådet
Örebro kommun
Socialförvaltningen

019-21 10 00
orebro.se

2023

FOTO: SCANDINAV BILDBYRÅ
PRODUKTION: KOMMUNIKATIONSAVDELNINGEN
TRYCKERI: ÅTTA.45

Svanenmärkt trycksak, 3041 0001