

1.0: Kort om autisme

1.1: Hvad er autisme

Autisme Spektrum Forstyrrelser (ASF) er en fællesbetegnelse for alle diagnoser inden for en gennemgribende udviklingsforstyrrelse.

Børn med ASF har almindeligvis ikke noget synligt handicap. Udviklingen er præget af kommunikations- og sprogforstyrrelser samt af stereotyper, ritualer og/eller særinteresser.

Mennesker med ASF kan samtidig have andre handicap, sygdomme eller udviklingsforstyrrelser. Det kan f.eks. være OCD, Tourettes syndrom, ADHD eller søvnforstyrrelser.

Omkring én procent af befolkningen har ASF. Forekomsten er stigende, hvilket formentlig skyldes øget opmærksomhed og viden på området, men også at mennesker med ASF ofte falder igennem samfundets voksende krav til sociale evner og hurtig omstilling.

1.2: Hvad er autismspektret?

Man bruger ordet autismspektrum, fordi ordet autisme ikke dækker. Der findes flere former for autisme, og det udtrykkes bedst ved at tale om autisme som en spektrum tilstand.

For at barnet får stillet diagnosen, skal det have vanskeligheder inden for tre områder, som kaldes triaden:

- Afvigelser i forestillingsevnen
- Afvigelser i kommunikationen
- Afvigelser i det sociale samspil

De forskellige diagnoser inden for autismspektret er bl.a.:

- Infantil autisme
- Atypisk autisme
- Gennemgribende udviklingsforstyrrelse uspecificeret
- Gennemgribende udviklingsforstyrrelse anden
- Aspergers syndrom

1.3: Infantil autisme

De fleste børn med infantil autisme får som regel stillet diagnosen inden skolealderen. Børn med autisme har vist tegn på autisme inden de fyldte 3 år. Nogle mennesker med infantil autisme har begavelsesmæssige vanskeligheder. Mennesker med infantil autisme har vanskeligheder inden for alle punkter i triaden.

1.4: Aspergers syndrom

Mennesker med Aspergers syndrom er normalt begavede, og de har ikke sproglige vanskeligheder. Deres sproglige udvikling kan dog være meget anderledes end almindelig børns. For eksempel kan de begynde at tale enten meget tidligt eller meget sent, og deres sprog bærer præg af en anderledes måde at tænke på.

Mennesker med Aspergers syndrom har problemer med de to punkter i triaden, der drejer sig om socialt samspil og infleksibilitet.

Mennesker med Aspergers syndrom får som regel deres diagnose lidt senere end børn med infantil autisme, fordi syndromet som regel først opdages, når de begynder i skolen, hvor der bliver stillet større sociale krav til børn.

Mange med Aspergers syndrom får først diagnosen, når de er blevet voksne, fordi den ikke fandtes, da de var børn. Aspergers syndrom blev først en officiel diagnose i 1992 (1994 i Danmark).

1.5: Autisme Spektrum Forstyrrelser (ASF) og kønsfordeling

For hver fire drenge som får en ASF diagnose er der kun én pige som får en diagnose. Dette har forskellige årsager. Før 1998 mente man ikke, at piger kunne have autisme (kun hvis de var dybt retarderede). Derudover er normalt begavede piger og kvinder med autisme ofte gode til at udvikle mestrings-strategier for eksempel ved at kopiere og efterligne andre (men ofte uden en grundlæggende forståelse for de underliggende sociale mekanismer).

2.0: Autismens ABC – For børn (og voksne)

2.1: Hvad er autisme?

Autisme er det man kalder en gennemgribende udviklingsforstyrrelse. Med det mener man, at barnets udvikling (at kunne gå, tale, begå sig blandt andre mm.) er forstyrret og ikke følger andre børns udvikling. Det betyder, at barnet kan være bedre til nogen ting eller lige så god som andre til nogle ting, mens det på andre punkter har svært ved at klare sig lige så godt som andre.

Autisme skyldes en dysfunktion i hjernen.

For at kunne få diagnosen autisme, skal barnet have følgende problemer:

- **Problemer med kommunikation**

Det vil sige, at barnet har svært ved at forstå, hvad andre egentlig mener, når de siger noget. Det er også svært at få fortalt andre, hvad man mener, så de forstår det ordentligt.

- **Problemer med socialt samspil**

Det vil sige, at det ofte er svært for barnet at være sammen med andre. At barnet har svært ved at få venner. Og at barnet har svært ved at aflæse andre mennesker og forstå deres tanker og intentioner.

- **Stereotyp adfærd og interesser**

Det vil sige, at barnet har en ensformig (stereotyp) måde at gøre mange ting på. Det kan være, at barnet har specielle vaner og rutiner, som det kan lide at gøre på samme måde om og om igen. Det kan også være at barnet har en speciel interesse, som optager barnet meget, og som det ved rigtig meget om (eksempelvis computere, pokemón, tog mm.)

2.2: Hvad er infantil autisme?

Infantil betyder barnlig. Infantil autisme betyder, at forældrene eller andre har kunnet se at barnet var anderledes, fra det var helt lille eller spæd. Der har altså været tegn på autisme fra barnet var helt lille.

Børn med infantil autisme har problemer inden for områderne kommunikation, socialt samspil og stereotyp adfærd.

Nogle børn med infantil autisme er retarderede mens andre er normalt begavede. At være retarderet betyder, at personen er mindre klog end de fleste andre mennesker. At være normal begavet betyder, at personen er lige så klog som de fleste andre mennesker.

2.3: Hvad er atypisk autisme?

Atypisk betyder unormal eller anderledes. Atypisk autisme er altså en ikke helt normal form for autisme. Når et barn får diagnosen atypisk autisme betyder det som regel, at det ikke har problemer inden for alle tre hovedsymptomer (kommunikation, socialt samspil, stereotyp adfærd) men kun inden for ét eller to af områderne. Barnet kan også få diagnosen, hvis man først opdagede tegn på autisme, efter at det var fyldt 3 år.

Nogle børn med atypisk autisme er retarderede mens andre er normalt begavede.

2.4: Hvad er Aspergers syndrom?

Aspergers syndrom er også autisme. Hans Aspergers (1906-1980) en østrigsk børnelæge var den første, der skrev og fortalte om børn med handicappet, derfor hedder det Aspergers syndrom.

Når et barn har Aspergers syndrom, har det ligesom andre børn med autisme problemer med kommunikation og socialt samspil og det har en stereotyp adfærd.

Forskellen på Aspergers syndrom og infantil autisme er, at barnet har haft en normal udvikling frem til det blev 3 år. Det vil sige, at barnet har været ligesom alle andre – det har gået til tiden, talt til tiden osv.

Det er først når barnet starter i børnehave (eller senere), og det skal lege med andre børn, at de voksne kan se, at det opfører sig anderledes. Måske vil barnet kun lege for sig selv, måske får det nogle helt specielle interesser, der optager det mere end at være sammen med andre.

Børn med Aspergers syndrom er normalt begavede eller godt begavede.

2.5: Hvad er en autismspektrumsforstyrrelse?

Autismspektrumsforstyrrelse er det ord eller den betegnelse man bruger for alle de diagnoser, der ligger inden for autismeområdet – fra infantil autisme til atypisk autisme til Aspergers syndrom. Ordet spektrum betyder, hele omfanget af noget eller et sammenhængende område fra mindst til mest.

2.6: Hvad er en gennemgribende udviklingsforstyrrelse?

Når man taler om en gennemgribende udviklingsforstyrrelse, mener man, at barnets udvikling er anderledes end de fleste andres.

Alle mennesker udvikler sig, fra de bliver født til de dør. Udviklingen er ens for de fleste mennesker. Det betyder f.eks., at vi lærer at gå, når vi er 1-1 ½ år gamle, at vi også begynder at tale i den periode, at vi lærer at læse, når vi kommer i skole osv.

Men for børn med en gennemgribende udviklingsforstyrrelse er det anderledes. De lærer ikke tingene i den samme rækkefølge som andre. Deres udvikling er anderledes eller forstyrret. Det betyder, at de måske lærer nogle ting før de fleste andre – f.eks. at tale, mens de på mange andre områder først lærer tingene langt senere end de fleste andre.

Det man kan sige er, at hvis man har en gennemgribende udviklingsforstyrrelse er ens udvikling så anderledes, at meget i hverdagen (f.eks. skole, venner osv.) er problematisk og svært at klare.

2.7: Hvad er symptomerne/kendetegnene ved autisme?

Det, der kendetegner autisme er problemer inden for områderne kommunikation og socialt samspil samt en stereotyp adfærd. Vi vil forsøge at fortælle, hvad der menes med hvert symptom (sygdomstegn):

2.8: Hvad menes der med kommunikation?

Ordet kommunikation betyder udveksling af meddelelser. Det betyder, at kommunikation både er at tale med andre og at lytte til andre. Når en person har autisme, er dette altså svært for ham eller hende.

Mange personer med autisme kan godt forstå, hvad ordene betyder helt bogstaveligt. De ved altså godt hvad ordet hus eller menneske, dør, æble osv. betyder. Det, de ofte har svært ved, er at forstå, hvad andre mener, med det de siger. Hvad tænker de på, når de siger noget bestemt? Og hvad er det, de vil have én til?

2.8.1: Eksempel på at kunne forstå hvad andre mener, når de siger noget

Her er et eksempel på, hvordan det kan være svært for personer med autisme at forstå, hvad andre helt mener, når de siger noget:

En politibetjent er på besøg i 5. klasse for at fortælle om, hvad politiet laver. Inden han går i gang med at fortælle, siger han til klassen: "Nu skal I bare stille alle de spørgsmål I vil".

Mikkel, der har Aspergers syndrom hører dette og begynder straks at stille alle mulige spørgsmål. Han spørger om betjentens arbejde, men han spørger også om alt muligt andet – han bare spørger og spørger og spørger. Mikkel ser slet ikke, at hans klassekammerater + læreren bliver mere og mere irriterede på ham. Han ser heller ikke, at betjenten ikke får en chance til at fortælle om sit arbejde, fordi Mikkel hele tiden afbryder og stiller spørgsmål.

Til sidst hiver læreren ham ud på gangen og spørger Mikkel, hvorfor han hele tiden afbryder og stiller spørgsmål. Mikkel svarer: "Jamen betjenten sagde jo, at vi skulle stille alle de spørgsmål, vi ville"!

Mikkel har altså hørt, hvad betjenten sagde, men han har ikke forstået, hvad han mente. Betjenten mente, at børnene ikke skulle være bange for at stille spørgsmål, hvis der var noget, de gerne ville vide. Han mente ikke, at de skulle stille spørgsmål hele tiden, og at spørgsmålene kunne handle om alt muligt andet.

2.8.2: At bruge sit ansigt og sin krop til at fortælle andre noget om sig selv

De fleste af os ved godt, at når vi fortæller andre noget, så fortæller vi det ikke kun, med de ord vi siger. Vi bruger også vores øjne, vores stemme, vores ansigt, vores hænder og vores krop til at fortælle med. Dette har personer med autisme meget svært ved.

Med øjnene og ansigtet kan vi vise andre, hvordan vi har det, med det vi fortæller. Vi kan eksempelvis gøre vores øjne store, hvis det er noget uhyggeligt, vi fortæller, eller hvis vi blev overrasket over det, der skete. Og vi kan knibe vores øjne sammen, hvis vi fortæller om noget, vi ikke kan lide, eller hvis nogen har været dumme.

Med stemmen kan vi også vise andre, hvad vi føler, med det vi fortæller. Hvis vi taler højt, kan det være fordi vi er gale og irriterede. Og hvis vi taler lavt, kan det være fordi, vi fortæller en hemmelighed.

Hænderne og kroppen bruger vi også til at vise andre mennesker, hvad det egentlig er, vi mener, med det vi siger. Vi kan med hænderne vise, hvor stort noget har været, vi kan vinke og pege. Vi kan trække på skuldrene, hvis der er noget vi ikke ved og nikke og ryste på hovedet for ja og nej.

Når en person har autisme, er alle disse ting svære for dem. De forstår ikke altid, at vi bruger vores krop og ansigt til at fortælle, hvordan vi har det og til at understrege, hvad vi mener med det vi siger. Derfor er der mange personer med autisme, der enten taler for højt eller for lavt. Der ikke nikker eller ryster på hovedet, og hvor man ikke kan se på deres ansigt, om de er glade eller kede af det.

2.8.3: Andre eksempler på kommunikation

Måske kan du genkende noget af det, der er skrevet om sprog og kommunikation fra dit eget barn eller din egen bror eller søster med autisme. Her er nogle flere punkter:

- Har først lært at tale sent
- Har svært ved at føre en samtale. De taler mere til andre end de snakker sammen med andre.
- Siger de samme ting igen og igen eller taler mest om det samme emne (noget som interesserer dem).
- Forstår sproget meget bogstaveligt. Kan ikke forstå ironi.
- Spørger sjældent til hvordan du har det.
- Fortæller meget længe om ting de har oplevet eller ting, der interesserer dem, og de fortæller om mange detaljer.
- Kan komme til at sige "ham" eller "du" om sig selv.
- Taler meget voksen-agtigt. Bruger mange voksne og "gammelkloge" ord.
- Gentager nogle gange, hvad andre lige har sagt – papegøjesprog.

2.9: Hvad menes der med social adfærd?

Ordet social betyder selskabelig eller samfundsmæssig. At have en social adfærd betyder altså, at man er indstillet på at være sammen med andre, og at man har en forståelse af, hvordan man opfører sig og gør, når man så er sammen.

Lige præcis det, at vide hvordan man skal opføre sig, og hvordan man skal være, når man er sammen med andre, er ofte meget svært for personer med autisme.

2.9.1: At se andre i øjnene

De fleste af os ved, at når vi er sammen med andre og taler til hinanden, så kigger vi hinanden i øjnene. På den måde ved vi, at den anden hører efter, hvad vi siger. Vi kan også følge med i, om den anden forstår, hvad vi siger, og om de viser os, at de kender det fra sig selv.

Det samme gælder, hvis vi eksempelvis vil vise vores venner noget. Så peger vi på det, vi vil vise og kigger så på vores venner for at se, om de ser, på det vi peger på – om vi er opmærksomme på det samme.

For mange personer med autisme er det meget svært, at se andre i øjnene. Det føles ikke rart, så de vil hellere kigge ned i jorden eller et andet sted hen. Andre kan komme til at stirre, når de kigger på en, fordi de ikke kan finde ud af, hvor længe de skal kigge den anden i øjnene, og hvornår de skal holde op.

Det kan også være svært for personer med autisme at vise andre, hvad de er interesseret i – specielt hvis det er noget, der ligger længere væk, og de skal pege på det. De vil gerne vise det til dig, men de glemmer at tjekke efter om du ved, hvad det er de taler om. De lægger ikke mærke til, om du kigger det samme sted hen som dem, eller om du overhovedet er interesseret, i det de fortæller.

2.9.2: Venner og leg

Et andet problem for børn med autisme er at lege med andre og at få venner. Det er ikke fordi, de ikke gerne vil have venner, men fordi det er svært at finde ud af, hvordan man gør, når man er venner.

Når du har venner på besøg eller leger hos andre, ved du godt, at I er nødt til at deles om legetøjet. Du ved sikkert også godt, at nogle gange er det dig, der bestemmer, hvad I skal lege, og andre gange er det dine venner. Der er nok ikke nogen, der har fortalt dig, at sådan skal det være. Det er noget du har lært ved at være sammen med andre børn og se, hvordan de gør, når de leger. Du kan have set det, den gang du gik i børnehave, når du legede hjemme på vejen eller måske i skolen.

Det er præcis det, der menes med ordet social. At man er sammen med andre børn og voksne og lærer, hvordan man opfører sig, så de gider være sammen med én igen.

Og her er problemet for din bror eller søster med autisme! De lærer nemlig ikke lige så hurtigt som dig på det punkt. De kan ikke kigge på, hvordan andre gør og så gøre det samme.

Derfor kommer de ofte til, at gøre som du gjorde, dengang du var lille. De vil ikke deles om legetøjet men vil bestemme over det. De vil kun lege det, de selv synes er sjovt og ofte om og om igen. De har svært ved at finde på nye lege. De kan finde på, at gå midt i legen, fordi de ikke længere synes, det er sjovt og glemmer, at sige det til dig. De kan blive sure over noget, du ikke helt ved hvad er, fordi de glemmer at fortælle dig det og meget mere.

Og så vil de i det hele taget gerne bestemme – for så ved de, hvad der skal ske hele tiden!

2.9.3: At blive trøstet eller trøste andre

Mange børn med autisme har svært ved at vise andre, når de er kede af det. De kommer altså ikke og bliver trøstet, sådan som du gør. De kan også have svært ved at trøste andre.

Det kan være svært for os andre at forstå hvorfor, at søskende med autisme ikke vil trøstes, når de har slået sig eller er kede af det.

For mange søskende med autisme gælder det, at de kan have svært ved at mærke på deres krop, hvornår de er kede af det eller hvor det gør ondt.

For nogen gælder det, at der skal mere til før det gør ondt. De føler altså ikke smerte helt på samme måde som os andre. For de fleste børn med autisme handler det dog mest om, at de kan komme til at rode rundt i deres følelser. De kan ikke rigtigt mærke, om de er kede af det, eller om de er vrede, eller om de har en helt anden følelse. Så når de slår sig eller bliver skældt ud osv., så kan de ikke altid genkende følelsen ked af det.

Derfor kan de også have svært ved at finde ud af, hvad de skal gøre, når de slår sig eller bliver drillet eller skældt ud. Og derfor går de ikke over og bliver trøstet, sådan som du ville gøre.

På lidt samme måde er det, når du er ked af det. De fleste af os har det sådan, at når nogen vi kender godt er kede af det, så bliver vi også kede af det. Vi bliver kede af det på deres vegne, ja mange kan faktisk få de samme følelser i kroppen som den, der er ked af det. Det er det, vi kalder medfølelse – vi føler med den anden.

For børn og voksne med autisme er det ofte anderledes. De kan ikke genkende følelsen ked af det, og derfor har de ikke medfølelse. Når de har svært ved at føle med andre, bliver det også svært at skulle trøste på en ordentlig måde. Derfor er det ikke altid, at din bror eller søster med autisme trøster dig, når du er ked af det.

2.9.4: Andre kendetegn ved social adfærd

Måske genkender du noget af det, der er skrevet omkring social adfærd fra din bror eller søster med autisme/Aspergers syndrom. Her er nogle flere punkter:

- Kan godt blive glad, men han/hun har svært ved at dele sin glæde med dig eller andre.
- Virker ofte som om han/hun kun tænker på sig selv.
- Har svært ved at lege med andre.
- Har ikke så mange venner.
- Har svært ved at forstå andres følelser.
- Har svært ved at mærke og genkende følelser hos sig selv.
- Ser ikke så gerne andre i øjnene – specielt dem, de ikke kender.

2.10: Hvad menes der med stereotyp adfærd?

Ordet stereotyp betyder ensformig altså at gøre tingene på den samme måde hele tiden. Personer med autisme har ofte mange vaner og kan lide at gøre tingene på samme måde mange gange. Det får dem til at føle sig mere trygge.

2.10.1: At kunne forestille sig noget

Før skrev vi, hvordan det kan være svært at lege og få venner, hvis man har autisme. Vi skrev om, hvordan det at være sammen med andre og lære hvordan man opfører sig kan være svært.

Der er én anden vigtig ting, vi alle sammen gør, når vi leger: vi forestiller os noget. Vi kan forestille os, hvordan et hus ser ud, selv om det ikke er der, eller vi kan forestille os, at vi har en hel hær af soldater, selv om vi måske kun har tre. Vi kan også gøre os tanker inde i hovedet om, hvordan legen skal ende – også selv om vi aldrig har leget den før.

For din bror eller søster med autisme er det meget sværere. De kan godt have en rigtig god fantasi, men de kan have svært ved at forestille sig noget, der ikke er der og så bruge det i deres leg.

Nu tænker du måske, at din bror eller søster er rigtig god til at lege og finde på. Det kan du have helt ret i, men du skal så prøve at tænke på, om det de leger, er noget, de helt selv har fundet på. Mange børn med autisme leger nemlig tit noget, de enten har set på tegnefilm, film eller har spillet på deres computer eller playstation. Det kan de være rigtig gode til, men de bruger noget, de har set, og ikke noget de helt selv har fundet på.

Fordi det kan være svært at forestille sig ting, når de leger, er der mange børn med autisme, der bedre kan lide at spille og bygge end at lege fantasilege. De kan være rigtig gode til at bygge LEGO eller modeller af fly og tog, spille computer eller playstation og gameboy eller skak og andre brætspil.

2.10.3: Særlige interesser

Mange børn og voksne med autisme har nogle særlige interesser, som de går meget op i og bruger meget tid på. De ved ofte helt utrolig meget om netop denne ting eller emne. Det kan være svært for dem, hvis de bliver afbrudt, når de sidder og er i gang med deres interesse.

Her er nogle eksempler på særlige interesser, som mange børn og unge med autisme går meget op i: LEGO, dinosaurer, anden verdenskrig, teknik, computere, fly og flyplaner, bilmærker, geografi, astronomi, dyr, Harry Potter og meget mere.

Hvis du ikke kan genkende dette fra din bror eller søster med autisme, er det måske fordi han/hun har infantil autisme og ikke Aspergers syndrom.

For en del børn med infantil autisme gælder det, at deres særlige interesse kan være ting, de er optaget af frem for emner. Det kan altså være en tråd, de snurrer med igen og igen, sand de kan lide at se glide gennem fingrene, eller måske blade på planterne, der bevæger sig i vinden.

En del børn med infantil autisme laver også nogle bevægelser med hænderne. Det kan se ud som om, at de prøver at flyve, eller de klapper sig på lårene. Det kalder man mannerismer.

2.10.4: Vaner og rutiner

Du kender nok fra dig selv, at du har nogle faste vaner og rutiner i hverdagen. Du står måske op hver morgen kl. 7.00, tager tøj på, spiser morgenmad, børster tænder og gør dig klar til at gå i skole. Ovre i skolen er der et fast skema for hvilke timer, du skal have hver dag. Efter skole skal du måske hjem og lave lektier, i klub eller være sammen med vennerne.

Alle de ting vi gør hver dag, bliver med tiden en vane eller en rutine, og derfor noget vi husker på og gør, uden at nogen fortæller os om det. Hvis vi glemmer vores skoleskema derhjemme, kender vi det efterhånden så godt, at vi kan huske hvilke timer, vi skal have den dag – vi bliver ikke bange eller forvirrede.

Mange af os har det faktisk sådan, at det kan være helt rart, hvis vi pludselig skal lave noget andet, end det vi plejer. Hvis vi f.eks. skal have vikar og spille rundbold eller se film i stedet for at have matematik.

Det er vores hjerne, der hjælper os til at huske og planlægge, så vi ved, hvad vi skal lave og også, hvad vi kan gøre, hvis vores planer bliver lavet om.

Din bror eller søster med autisme har det anderledes. Personer med autisme har tit meget svært ved selv at planlægge og finde ud af deres dag – de har brug for hjælp til dette. Det er et af de punkter, hvor deres hjerne arbejder anderledes end de fleste andres.

Derfor kan de også blive forvirret og nervøse, hvis der bliver ændret på deres vaner og rutiner. De kan nemlig have svært ved selv at finde ud af, hvad de kan gøre i stedet for.

Her er det vigtigt at tænke på, hvad vi før skrev om at forestille sig noget. For personer med autisme kan det være meget svært at forestille sig noget, der ikke er der eller som ikke er sket endnu. Det vil altså sige, at hvis deres skema eller vaner bliver brudt, kan de have svært ved at forestille sig, hvad de ellers kan gøre eller lave.

På den måde kommer vaner og rutiner til at betyde rigtig meget for din bror eller søster med autisme. Det er nemlig den måde, de finder ud af dagen på, og den måde de får ordnet en masse ting på – f.eks. taget et bad, børstet tænder, ryddet op osv.

Egentlig er det ikke anderledes end for os andre, og alligevel er der en forskel. Forskellen er, at det ikke er så ubehageligt for os, hvis der pludseligt sker noget andet, end hvad vi havde regnet med. Vi bliver ikke nervøse og usikre på samme måde, for vi kan forestille os andre måder at gøre tingene på.

2.10.5: Andre kendetegn ved stereotyp adfærd

Du kan måske genkende nogle af de kendetegn ved stereotyp adfærd, som vi har forklaret. Her er nogle flere punkter:

- Er meget optaget af detaljer. Din bror eller søster med autisme ser f.eks. mere på en detalje end på hvad billedet forestiller, eller ser hvad der sker i baggrunden af et billede, end hvad der sker i forgrunden.
- Har svært ved at sætte sig ind i andres tanker og ideer. De kan kun se tingene fra deres egen side.
- Vil gerne have tingene på den samme måde altid. F.eks. gør tingene på samme måde, på samme tidspunkt hver dag eller altid at sidde på den samme plads i bilen osv.
- Har svært ved forandringer – f.eks. hvis din mor har fået ordnet hår, din mormor fået briller, der er blevet flyttet rundt på møblerne osv.

2.10.6: Andre ting, der kan være svære, når man har autisme

Her er nogle flere ting, der kan være svært, når man har autisme.

- Motorik. Nogle børn med autisme kan være lidt klodsede. De kan have svært ved at kende forskel på højre og venstre. Nogle ser også lidt specielle ud, når de går.
- Sanser. En del børn med autisme er meget følsomme i forhold til lugt, smag, hørelse og følesans. De kan ikke så godt klare høje uventede lyde, og kan blive vrede, irriterede eller bange, hvis de eks. hører et barn, der pludselig græder, hvis du hoster eller nyser, støvsugeren brummer osv. Andre har svært ved at spise mange ting, da de synes det smager eller lugter grimt. Der er også mange børn med autisme, som ikke kan lide at blive strøget over håret, redt eller klippet. De synes faktisk, at det gør ondt.
- Søvnproblemer. Nogle personer med autisme har svært ved at sove om aftenen og falder først i søvn langt ude på natten. Så har de svært ved at komme op om morgenen. Andre har ikke brug for så meget søvn som alle andre og kan derfor vågne midt om natten og føle sig friske.
- Særlige evner. Op mod 10 % af børn med autisme kan have særlige evner. Hvis du har set filmen "Rainman", lagde du nok mærke til at Rainman kunne tælle, ved kun at se på noget et øjeblik. Andre med autisme kan være meget gode til matematik og regning, til at tegne, til at spille på et instrument og meget mere.

2.11: Hvor mange mennesker i Grønland har autisme?

Det vides ikke præcist hvor mange mennesker i Grønland, der har autisme. Forskere mener dog, at ca. 1 % af verdens befolkning har autisme.

2.12: Hvordan får man autisme?

Man ved stadig ikke præcis, hvorfor nogle mennesker fødes med autisme eller Aspergers syndrom.

Læger, psykologer og forskere arbejder hele tiden på at blive klogere og finde ud af, hvad der gør, at man får autisme. I dag ved vi dog så meget, at autisme ikke kun skyldes én ting. Det betyder, at det kan være noget arveligt, at hjernen fungerer anderledes og i nogle situationer en hjerneskade.

Én ting ved man dog med sikkerhed. Det er ikke nogens skyld, at nogle børn fødes med autisme. Det er altså ikke fordi, at barnets mor og far er onde og ikke behandler barnet ordentligt, at det har fået autisme. Det troede man i gamle dage, før man blev klogere.

2.13: Hvordan opdager man autisme?

Det er forskelligt, hvordan man opdager autisme og hvornår. Nogle børn med autisme er anderledes, lige fra de er nyfødte, mens andre først viser tegn på autisme, når de er ældre.

Ét af de første tegn på autisme er, hvis det lille barn ikke peger, når det vil vise sine forældre noget, eller hvis det ikke vil kigge andre i øjnene. Et andet tegn kan være, hvis det lille barn ikke bryder sig om at blive

taget op, men hellere vil ligge for sig selv. Senere hen kan det være, at barnet ikke begynder at tale til tiden, eller at det har meget svært ved at lege og være sammen med andre børn.

Når forældre, pædagoger eller lærere har mistanke om, at et barn er anderledes, sendes det videre til en psykolog eller læge, der kigger på barnet og herefter bestemmer, om det skal undersøges for autisme.

2.14: Hvad kan man gøre ved autisme?

Man kan ikke kurere autisme, da det er et handicap og ikke en sygdom. -Men man kan hjælpe og støtte personer med autisme til at klare en masse ting selv.

Mange børn med autisme har brug for hjælp for at kunne overskue hvad der skal ske i løbet af en dag. De har brug for mere planlægning og bruger ofte skemaer og billeder (pictogrammer) for at klare deres dag.

Nogle får træning i at kunne hjælpe sig selv og lære at være sammen med andre på en god måde.

Mange forældre til børn og unge med autisme går på kurser eller får rådgivning. Her lærer de at blive bedre til at forstå og hjælpe og støtte deres barn med autisme.

Det er vigtigt at huske på, at det ikke kun er personer med autisme, der skal lære at blive som alle andre. Vi skal også lære og øve os i at blive bedre til at forstå og sætte os ind i, hvordan verden er for personer med autisme.

2.15: Kan man blive rask?

Man kan ikke blive kureret for autisme. Det betyder ikke, at mennesker med autisme aldrig får det bedre. Der findes mange måder at støtte og hjælpe mennesker med autisme, så deres hverdag bliver lettere.

2.16: Autismen – er det et handicap eller en sygdom?

Autisme er ikke en sygdom. Autisme er et handicap. Det betyder, at man bliver født med autisme, og at man vil have det hele livet. Autisme smitter ikke, og man kan heller ikke selv smitte andre med autisme.

2.17: Hvordan undersøger man, om mennesker har autisme?

Man undersøger om et menneske har autisme ved at teste eller undersøge dem. Man kan teste på flere måder. Ofte vil det være sådan, at personen med autisme får nogle forskellige opgaver, de skal løse. Man kigger på intelligens, hukommelse, koncentration, hvor gode de er til at planlægge mm.

Der ud over laver man ofte en test, der kaldes en ADOS (det står for: Autisme Diagnostisk Observations Skema). I denne test kigger man på personens adfærd, det vil sige, hvordan de opfører sig i forskellige situationer. Mennesker med autisme har ofte, når de er sammen med andre, en anderledes opførsel, og det er den, man undersøger i en ADOS.

Hertil kommer at forældrene ofte interviewes omkring personen med autismes barndom. Hvad gjorde de, da de var små? Hvornår begyndte de at tale? Var de/er de gode til at lege? Peger de, når de vil vise noget? mm.

2.18: Er autisme arvelig?

Der er stadig ikke nogen, der præcist ved, hvordan man får autisme og Aspergers syndrom.

Det læger og forskere ved er, at specielle genetiske dispositioner kan være med til at give et barn autisme. Det betyder med andre ord, at man ikke har fundet et decideret autisme-gen, men at man mener, at visse områder eller dele af autisismen nok er arvelige.

2.19: Hvad er man god til og hvad har man svært ved, når man har autisme?

Personer med autisme er lige så forskellige om alle andre. Det betyder, at det er forskelligt, hvad man er god til, og hvad man har svært ved.

Generelt kan man dog godt tale om, at de fleste mennesker med autisme har nogle styrker og nogle vanskeligheder.

2.19.1: Styrker

Af styrker kan nævnes, at mange mennesker med autisme er gode til at se detaljer. De kan have svært ved at se sammenhænge (eksempelvis på et billede), men til gengæld er evnen til at fange mange detaljer utrolig god.

Dertil kommer evnen til at blive optaget af et emne og sætte sig meget ind i dette og udvikle en kæmpe viden inden for området. Nogen ved rigtig meget om tog, andre ved meget om elektronik og kemi, dyr, tegneserier osv.

2.19.2: Vanskeligheder

Noget af det, der kan være sværest for mange mennesker med autisme, er at være sammen med andre på en hyggelig måde – på alles præmisser. Det vil sige, hvor alle føler, at de bliver lyttet til og har mulighed for at tale om noget, der interesserer dem.

Langt de fleste personer med autisme har meget svært ved at forestille sig, hvad andre tænker og føler. Det betyder ofte, at deres situationsfornemmelse er dårligere end mange andres. De har altså ikke en fornemmelse af, hvornår andre måske synes at det, der lige optager dem er blevet kedeligt for andre at lytte til, eller hvornår andre bliver irriteret på dem, sårede, vrede osv.

2.20: Kan man fejle andre sygdomme eller handicaps, når man har autisme?

Man kan godt fejle andre sygdomme eller handicaps, når man har autisme. Nogle personer med autisme har også ADHD eller ADD, nogle lider af depression, andre har en OCD diagnose, mens andre igen også lider af Tourette syndrom eller epilepsi. Det er meget forskelligt fra person til person.

2.21: Hvor sidder autismen henne?

Autisme sidder i hjernen. Man siger, at autisme skyldes en dysfunktion i hjernen.

2.22: Har personer med autisme de samme følelser som andre?

Mennesker med autisme har følelser ligesom andre mennesker. De har dog ofte svært ved at aflæse andre (få en fornemmelse af hvad andre tænker og føler), og de kan have problemer med at få vist deres egne følelser på en forståelig måde for andre.

En del mennesker med autisme kan også have svært ved helt at genkende følelser hos dem selv. Det betyder, at de kan have svært ved at beskrive og fortælle andre om deres følelser.

3: 10 ting jeg vil ønske du forstår om autisme:

1. Tal konkret til mig. Jeg forstår ikke ironi, sarkasme og talemåder som "at lægge hovedet i blød".
2. De følelser du har kan smitte af på mig, så jeg føler det samme som dig. Er du vred og råber, kan jeg komme til at gøre det samme.
3. Hver dag oplever jeg et sansemæssigt ubehag, fordi de lyde, lys og lugte, som du ikke bemærker, kan gøre direkte ondt på mig.
4. Det jeg kan i dag, kan jeg måske ikke overskue i morgen. Stil kun krav til mig, som jeg har en chance for at leve op til, så jeg får oplevelsen af succes frem for fiasko.
5. Sig "vi" i stedet for "du". Det er svært når du siger: "Nu tager du jakke og sko på". Det er lettere, hvis du siger: "Nu går vi sammen ud og tager jakke og sko på".
6. Fokuser på det jeg kan, må og skal. Lad være med at sige "du må ikke", men fortæl mig i stedet hvilke muligheder jeg har.
7. Jeg er ikke så omstillingsparat (god til skift). Fortæl mig derfor i god tid, hvad jeg skal, med hvem, hvornår, hvor, hvordan, hvor lang tid, hvorfor og hvad jeg skal efterfølgende.
8. Jeg vil virkelig gerne leve op til dine forventninger til mig. Hvis du beder mig om noget og jeg ikke gør det er det ikke for at være irriterende. Det er et udtryk for, at jeg er overvældet og overbelastet.
9. Jeg vil gerne være sammen med dig og kunne kommunikere med dig, men jeg ved ikke altid hvordan. Hjælp mig i disse situationer
10. Vær tålmodig, vær endnu mere tålmodig og vær så lidt mere tålmodig.

6 Myter om autisme

- Myte 1: Autisme opstår på grund af manglende kontakt mellem barn og forælder
- Fakta: Nej, autisme udløses i et komplekst samspil mellem genetiske, biologiske og sociale faktorer. Det er dog sandt, at en nærværende og følelsesmæssigt afstemt kontakt til et barn med autisme er væsentlig for en god udvikling. Ligesom alle andre børn, har børn med autisme brug for omsorgsfulde forældre, og mangel på dette kan udløse autismealignede adfærd, men aldrig autisme.
- Myte 2: Når man har autisme, har man ikke brug for andre
- Fakta: Nej, mennesker med autisme har som alle andre brug for relationer, venskaber og støtte fra andre. De har også ofte lyst til at være hjælpsomme, omsorgsfulde og er interesserede i andre. Men det kan være svært for mennesker med autisme at gennemskue komplekse sociale samspil, og derfor fravælger de ofte relationer, der er uforudsigelige og utrygge. Ligesom for alle andre, er det forskelligt for mennesker med autisme, hvor sociale de har brug for at være.
- Myte 3: Alle mennesker med autisme har særlige evner
- Fakta: Nej, der er stor individuel forskel på, hvordan autisme kommer til udtryk, det gælder også i forhold til intelligens og færdigheder. Op imod 15 % har det, der kaldes savant-færdigheder, det vil sige særlige evner som fx ekstraordinær god hukommelse eller usædvanlige evner inden for matematik, musik og kunst. Det vil dog altid være sådan, at børn og unge med autisme skal træne og arbejde hårdt for at omsætte talent til brugbare færdigheder.
- Myte 4: Man kan helbrede autisme
- Fakta: Nej, autisme kan ikke helbredes. Det er en medfødt forstyrrelse af udviklingen, som spiller sammen med personlighed, opvækst, relationer og omgivelser. Autismen er en del af livet på godt og ondt. Nogle vil kunne fungere godt og stort set normalt, fordi de har lært at kompensere for deres vanskeligheder. De har måske udviklet gode strategier til at mestre deres situation – eller har indrettet sig i tilværelsen på en måde, hvor de trives. Andre vil have meget synlige og svære vanskeligheder livet igennem.
- Myte 5: Mennesker med autisme vil helst være alene
- Fakta: Nej, rigtig mange med autisme vil gerne være sociale og have kontakt til andre, men de kan have andre behov i samværet med andre. Det kan være svært for mennesker med autisme at gennemskue andres intentioner, motivationer og kommunikation, og det bruger de typisk meget energi på i sociale sammenhænge. Det er en stor hjælp for mennesker med autisme, hvis der er tydelige spilleregler for den måde, man er sammen på, fx at der bliver sat ord på, hvad der forventes i relationen.
- Myte 6: Mennesker med autisme mangler empati
- Fakta: Nej, men de kan have svært ved at afkode andre mennesker. Mennesker med autisme oplever ofte vanskeligheder med at fornemme, hvad andre tænker og føler – og dermed umiddelbart at afkode og forstå den andens perspektiv. Det hænger også sammen med, at de har svært ved at tolke ikke-sproglig kommunikation, fx mimik, toneleje og kropsholdning. Der er altså ikke tale om, at man ikke kan være indfølelse, hvis man har autisme, men man kan have brug for hjælp til at oversætte og sætte ord på fornemmelser og følelser.

Kilde: Anne Sandberg Christensen.