



Webinar
om autisme og social isolation

V/afdelingsleder Annette Møller
Autismecenter Nord-Bo

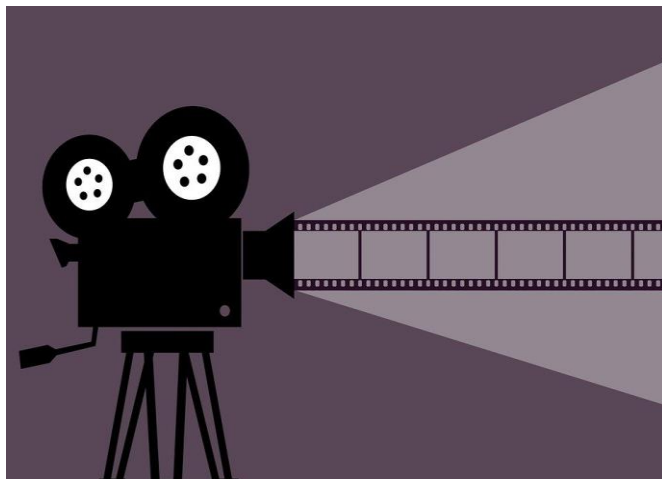
D. 23/2 2021 kl. 18.00 – 21.00



Velkommen til webinar

Inden vi går i gang følger en instruktion i hvordan du bruger webinarret.

Oplægsholder kan ikke yde teknisk support ud over denne gennemgang.



Webinaret optages.

—
Du vil ikke blive vist med billede eller personfølsomme oplysninger.

Dine spørgsmål i chatten vil være synlige for alle deltagerne.

Sådan bruger du webinarret

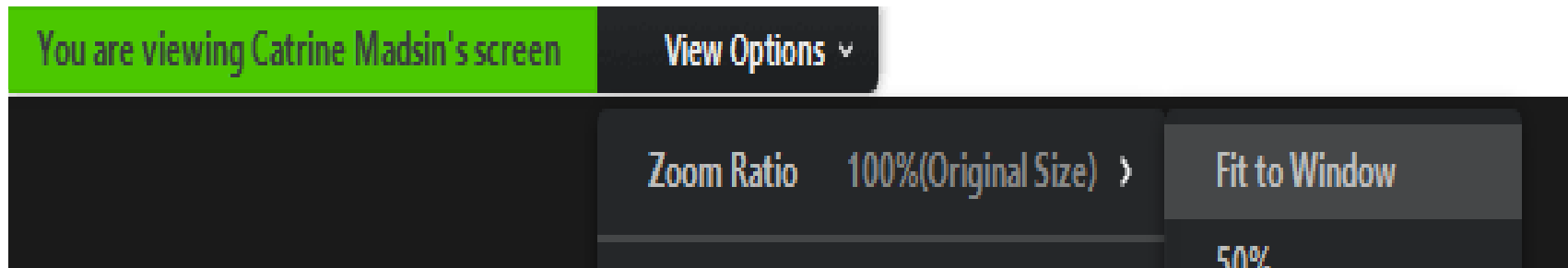
Oppe i øverste del af din skærm finder du dette symbol
(Der står Annette Møller)

≡



Tryk på View Options.

Herefter kommer dette billede



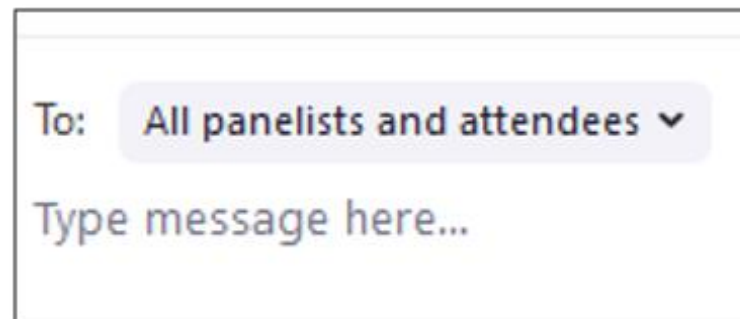
Tryk på zoom ratio og lad derefter pilen glide over på
Fit to window som du trykker på

Du stiller derefter din curser/pilen nederst i bunden af skærmen. Her fremkommer eller står der Chat og dette billede kommer frem.

Her vælger du To: All panelists and attendees. Således kan dine spørgsmål i chatten ses af alle.

— Hvis du ønsker at få Chatten væk undervejs kan du trykke på pilen "ned" og "close".

Du kan også flytte Chatboksen ud i siden ved at sætte curseren på den og så trække den ud i siden.



Webinarafholder indlægger pauser undervejs hvor I kan formulere jeres spørgsmål, hvorefter chatten bliver åbnet så spørgsmålene kan inddrages.

Hvis du har mere personlige spørgsmål som du gerne vil bringe i spil eller som kræver en uddybning kan du kontakte webinarafholder på mail efterfølgende.

— Du må selvfølgelig gerne bringe kommentarer ind ift. om du genkender det beskrevne fra dit eget barn/pårørende og du må også gerne stille korte afklarende spørgsmål som vedrører det du oplever derhjemme.

Præsentation



- Uddannet pædagog, med efteruddannelse i pædagogisk psykologi.
- 24 års erfaring fra autismeområdet.
- Afdelingsleder i Viden & Udvikling, Autismecenter Nord-Bo, gennem 6 år. Der før ansat som specialpædagogisk konsulent gennem 4 år.
- 4 år i Børne- og Ungdomspsykiatrien, Udredningsteamet, som specialpædagogisk konsulent.
- Har arbejdet 10 år i kontaktklasse for børn med autisme.
- Udgivelser;

"Studioliv, en håndbog for studerende med autisme og andre særlige forudsætninger" 2015 Spektrum Forlag

"Det er derfor...hvad forældre og andre bør vide om autisme", 2018 Spektrum Forlag

Medforfatter til "Let's Visualize – min autisme", 2020, Spektrum Forlag

Publicering af Vidensnotat og webinarer om Covid 19's betydning for unge på STU, på Landsforeningen Autismes hjemmeside, november 2020.
- Mine arbejdsopgaver; Ledelse, administration, konsultative opgaver, VISOspecialist, oplægsholder og popcornmaskine.



Program for webinar om autisme og isolation

18.00 – 18.10	Intro og præsentation
18.10 – 19.00	Definition af isolation Når to verdener møder hinanden Autisme, stress og belastning Stressfaktorer Advarselstegn AutismeProfilen
19.00 – 19.15	Pause
19.15 – 20.00	Spørgsmål Relationens betydning Kommunikationen når den går galt
20.00 – 20.15	Pause
20.15 – 20.45	Spørgsmål pædagogiske og støttende tilgange
20.45 – 21.00	Spørgsmål og afrunding
21.00	Tak for i aften.




Isolation – en fastlåst situation

**Bare gi' mig
det rigtige så
virker jeg**



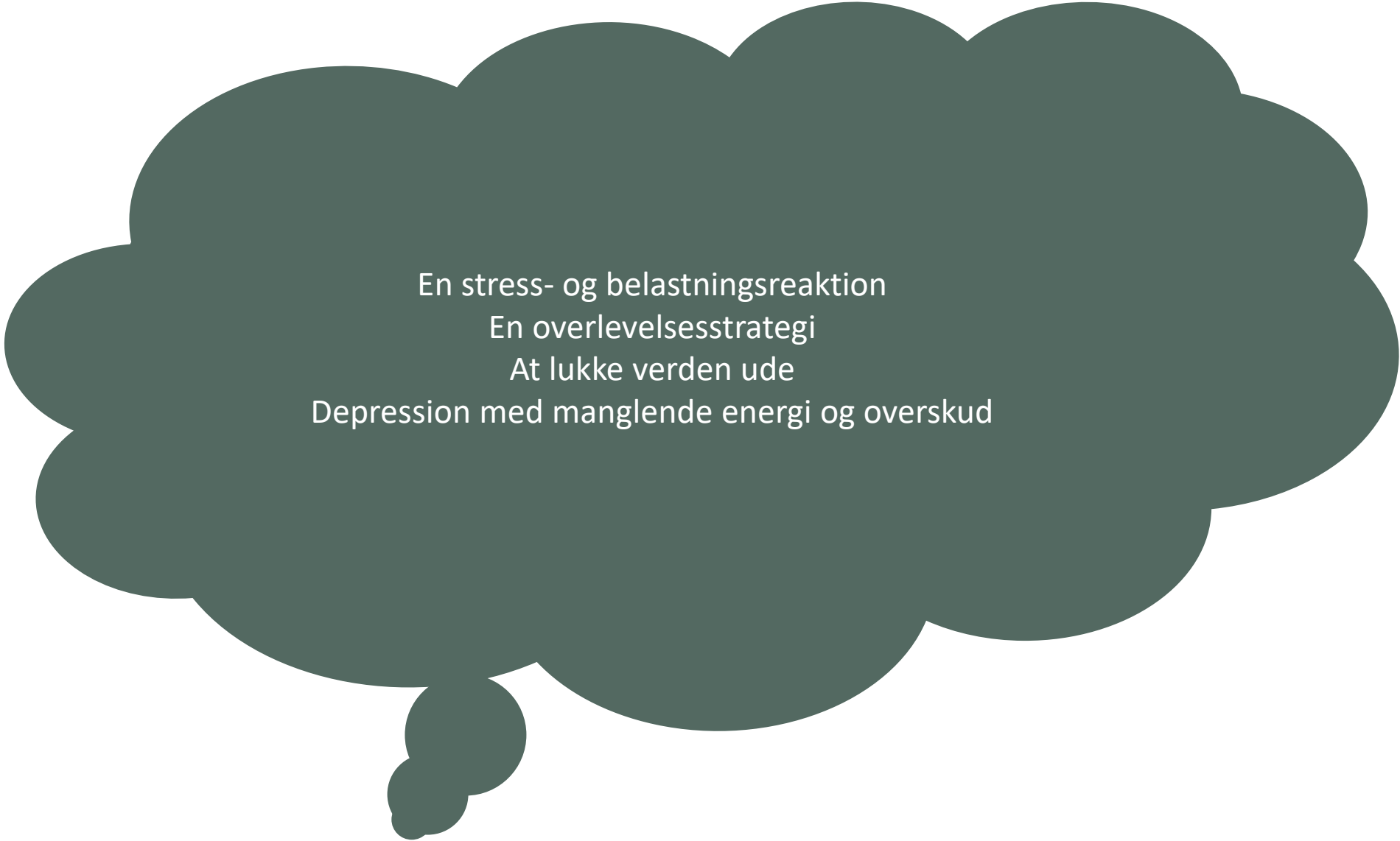
Perspektiver på isolation





Et anderledes eller nedsat socialt behov
At trives i eget selskab
At finde ro og lade op alene
En begrænset vennekreds

Er det isolation ?



En stress- og belastningsreaktion
En overlevelsesstrategi
At lukke verden ude
Depression med manglende energi og overskud

Er det isolation ?

Når to verdener møder hinanden

=

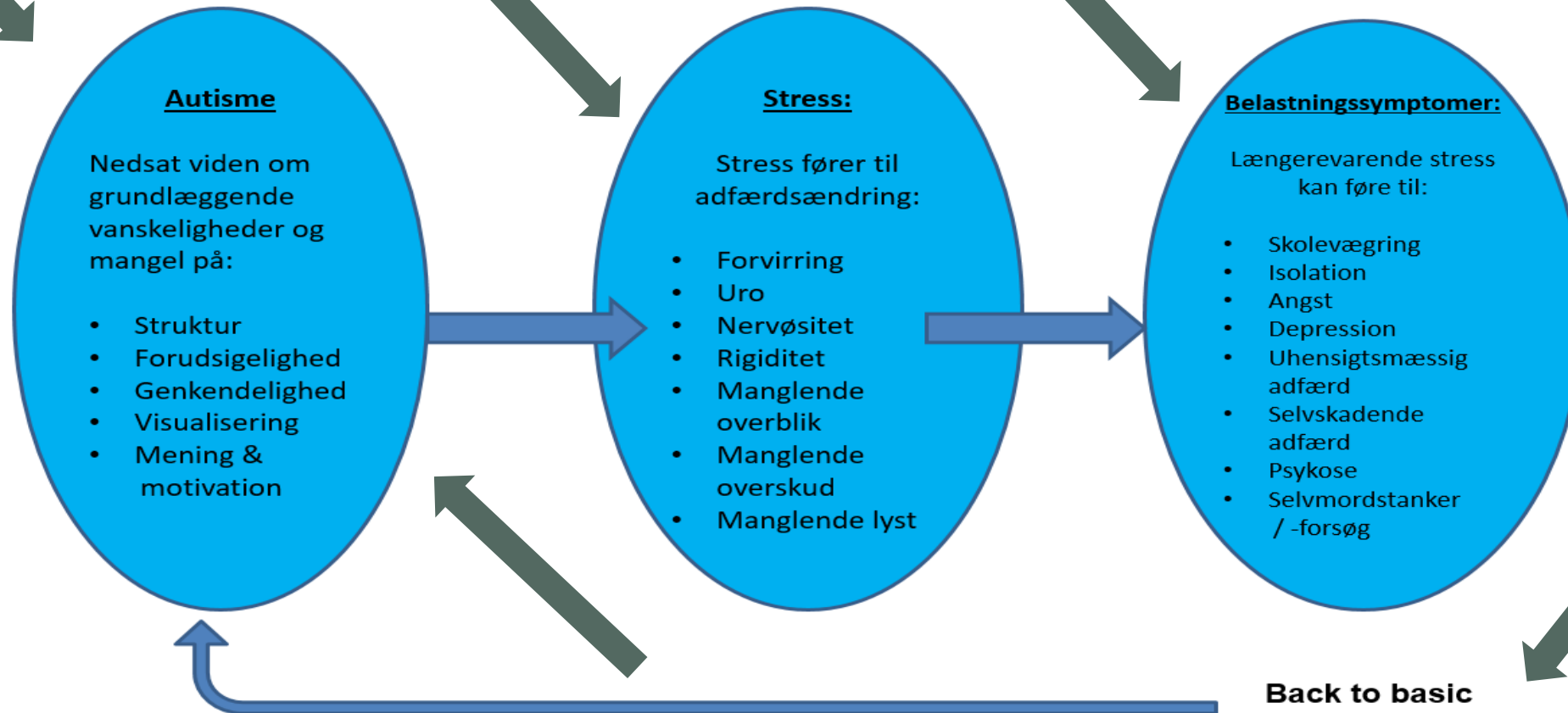


Autistisk



Neurotypisk

Sammenhæng mellem autisme, stress og belastning



Typiske problemstillinger

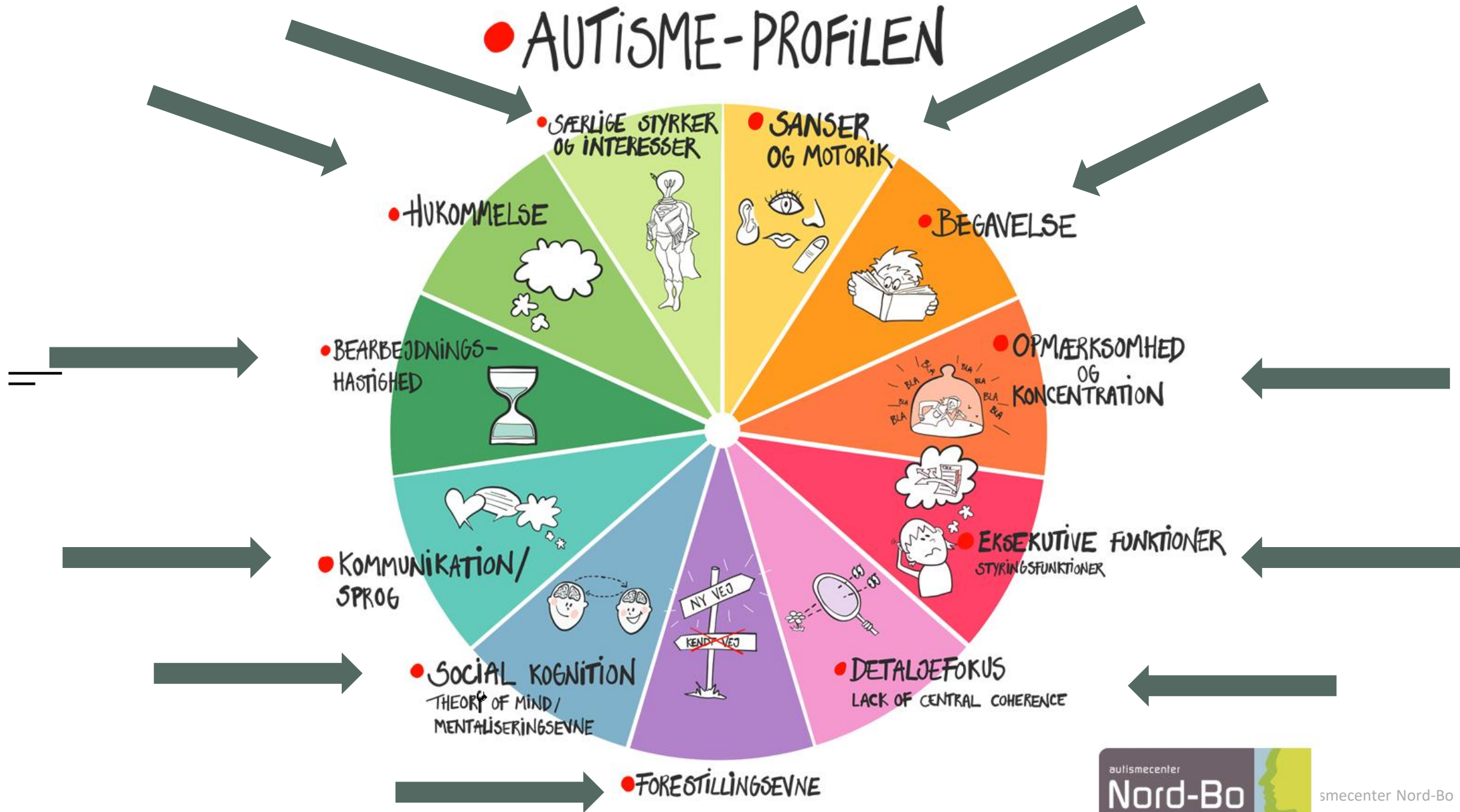
- Sociale udfordringer (børnehave, skole, uddannelse, job)
- For høje krav (skole, job, uddannelse)
- Manglende forståelse og viden hos omgivelserne (fagfolk og pårørende)
- Kommunikative udfordringer –i børnehave, skole, i samarbejdet med fagfolk, myndighedspersoner, kollegaer osv.
- Manglende autismefaglig støtte
- Nedsat forestillingsevne hos borgeren ift. fremtidige indsatser og i det daglige.
- Autisme møder neurotypi



Det der kommer naturligt for de fleste børn, unge og voksne.....
har de fleste børn, unge og voksne med autisme brug for at indlære

- 
- Psykoedukation (diagnoser)
 - Selvføståelse
 - Komorbiditet
 - Stress
 - Hjernens
 - Søvn
 - Kost
 - Seksualitet
 - Venskaber
 - Fremtiden
 - Uddannelse og job
 - Kærester
 - Sundhed
 - Kommunikation
 - Konflikthåndtering
 - Relationer
 - Osv. osv. osv.

• AUTISME-PROFILEN



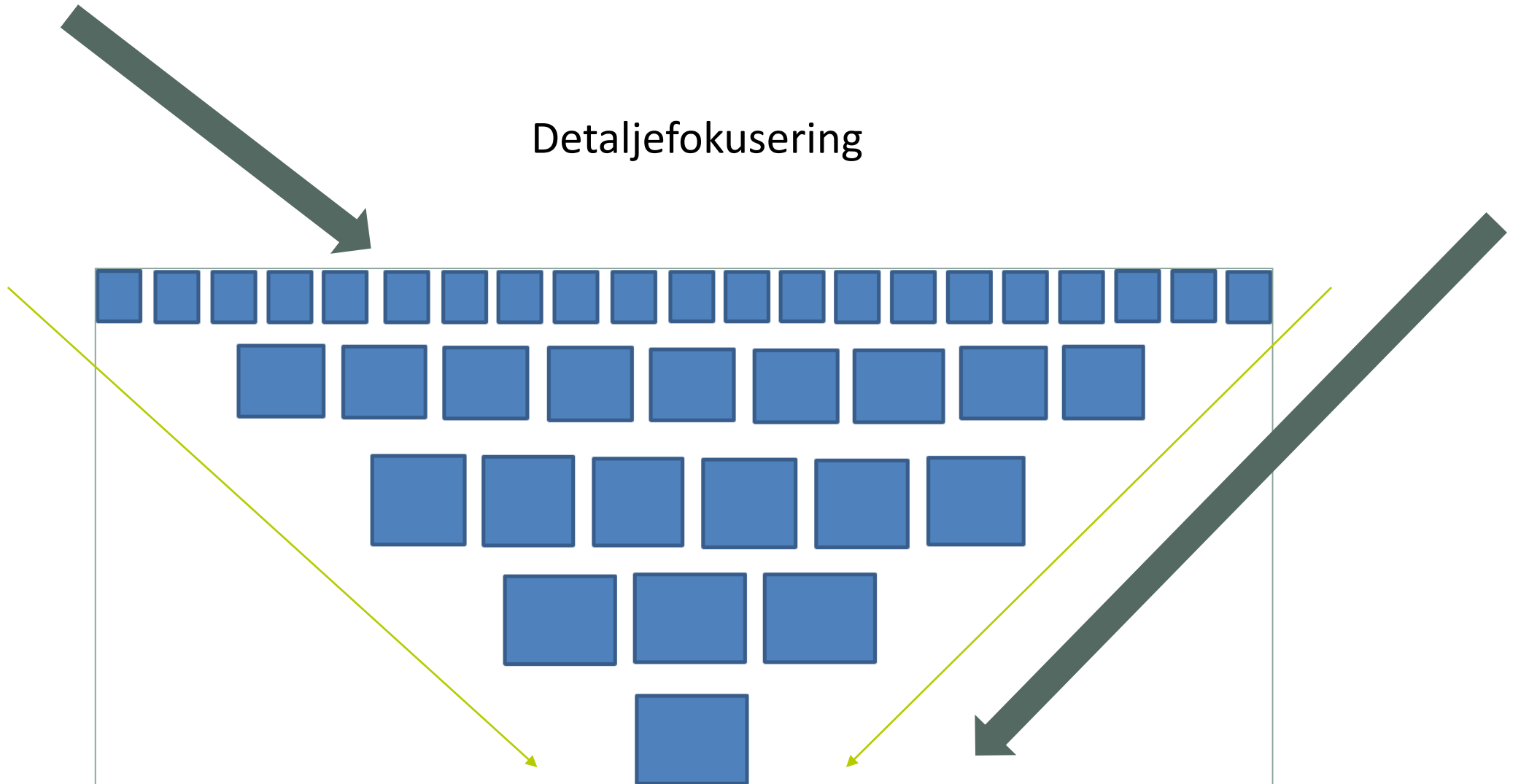
Helhedstænkning



Detalje



Detaljefokusering



Kan måske danne overblik, men proces er tids- og energikrævende!

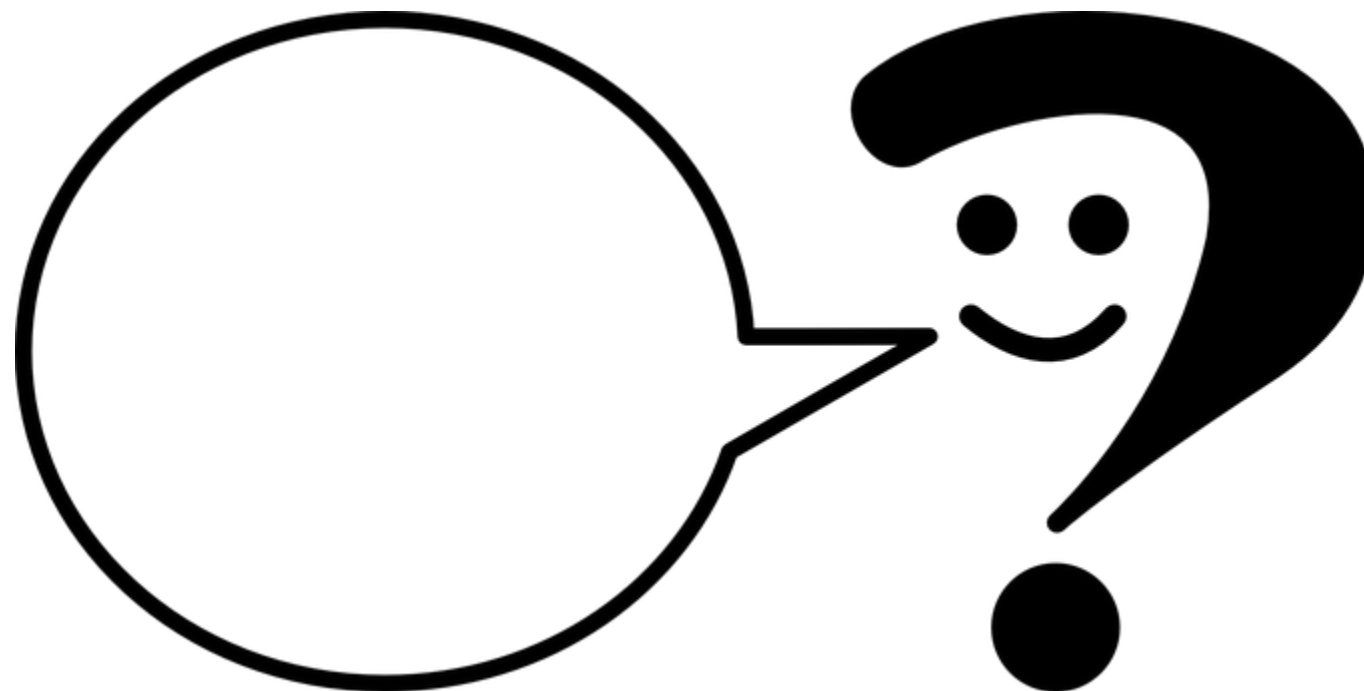
Hvad genkender i fra jeres eget barn/pårørende ?



PAUSE
fra 19.00 – 19.15



Tid til spørgsmål og refleksioner



==

Når omgivelserne påvirker

KRAV

FORVENTNINGER

PLIGTER

ANSVAR



UAFKLARETHED

VOKSEN LIV

OVERGANGE

MANGLENDE
FORSTÅELSE OG STØTTE

Behov for hjælp og støtte

Barnet, den unge, den voksne
Sårbar, stresset, ængstelig, afhængig

Fagfolk

Professionelle

Fagfaglig vinkel

Ekspertter

Objektive

Pårørende

Ikke-
professionelle

Følelser

Bekymring

Subjektive

Myndighed

System

Professionelle

Kasser

Økonomi



Når samarbejdet går galt - de typiske årsager

- Når vi overvurderer hans eller hendes funktionsniveau
- Når vi kommunikerer på to forskellige platforme
- Når mål- og handleplaner er for utydelige eller urealistiske
- Når han eller hun ikke kan se mening i eller er motiveret for det der skal ske
- Når der sker uforudsete ændringer
- Når der er forskellige tilgange til samarbejdet
- Når han eller hun bliver presset
- Når samarbejdet mellem professionelle og pårørende ikke fungerer

Ord er luft...



Når du har sagt dem er de væk

Hvad kan gå galt i kommunikationen?

- For mange ord
- Flere beskeder i én sætning
- Uklart budskab
- Borgerens latenstid
- Manglende forberedelse
- Forskellige tilgange
- Borgerens nedsatte forestillingsevne
- Højt stressniveau



Historien om Ole Hansen



Relationens betydning

Relationer er vigtige for alle mennesker, også for mennesker med autisme. Det er forskelligt, hvad vi lægger vægt på for at vi kalder det en god relation.

For mennesker med autisme er det ofte begreber som:

”At jeg kan stole på dig”

”At du er troværdig”

”At du er tydelig”

”At du er forstående”

”At du udviser nysgerrighed på mig”

”At jeg ved hvad jeg kan bruge dig til”.

Det er grundlaget for at de kan og vil indgå i en relation med de professionelle.

Al adfærd er kommunikation



=



Advarselstegn og mestrings-strategier

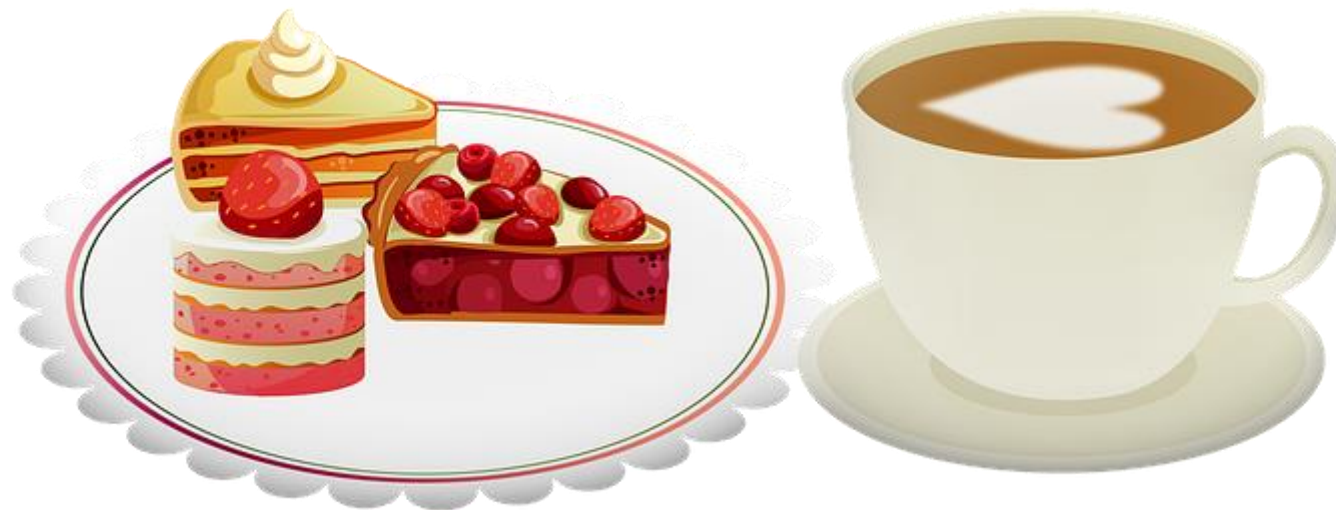
- De positive advarselstegn (mestring) skæld ud, nægte, råbe, beskæftigelse med særlige interesser, selvskade osv.
- De negative advarselstegn (belastningsrelateret) fysiske symptomer, uro, tvangsadfærd, aggressivitet, osv.
- Tabte færdigheder tale, hygiejne, koncentration, tab af sociale og faglige færdigheder osv.
- Personlige advarselstegn lyde, bevægelse, tics, "sorte øjne" osv.
- Akutte advarselstegn voldsom udad reagerende, voldsom selvskadende, selvmordstanker, selvmordsforsøg, angstanfald osv.
- Kognitive advarselstegn nedsat arbejdshukommelse, svag central kohærens, kontaktsværligheder, indlæringsvanskeligheder
- Sanseoverload
- Langvarige advarselstegn depression, psykose, angst, social isolation



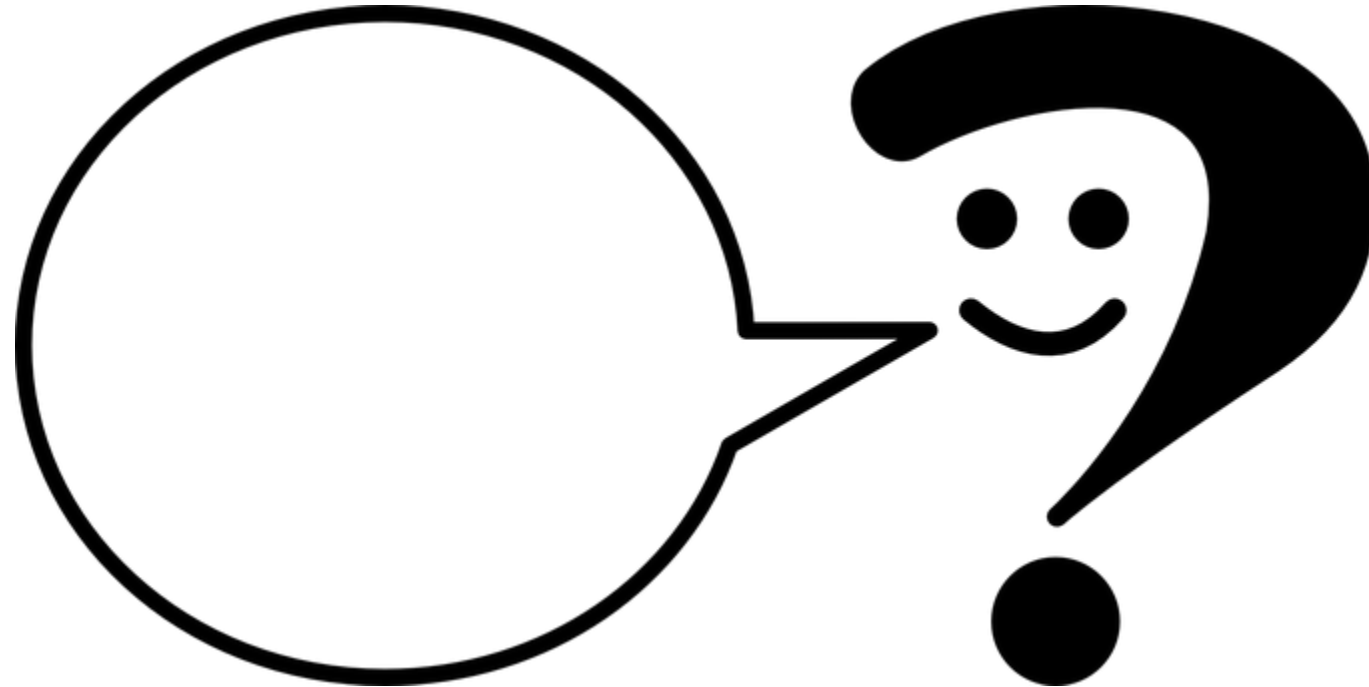
Hvad har I oplevet – og hvad lå der bag?



PAUSE
fra 20.00 – 20.15

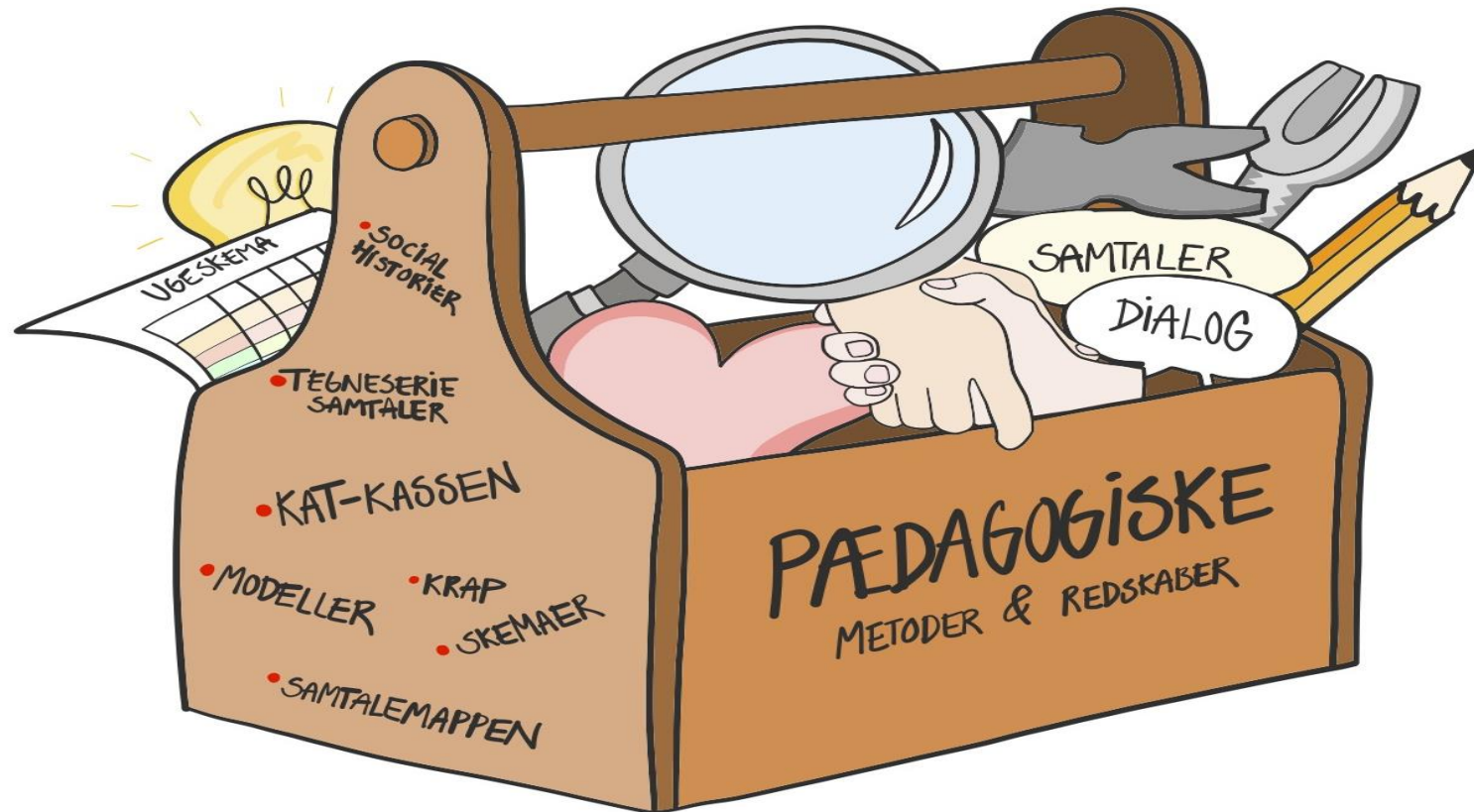


Tid til spørgsmål og refleksioner



==

Den pædagogiske redskabskasse



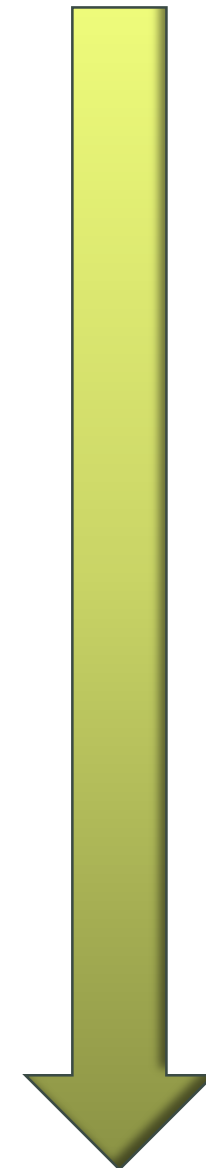
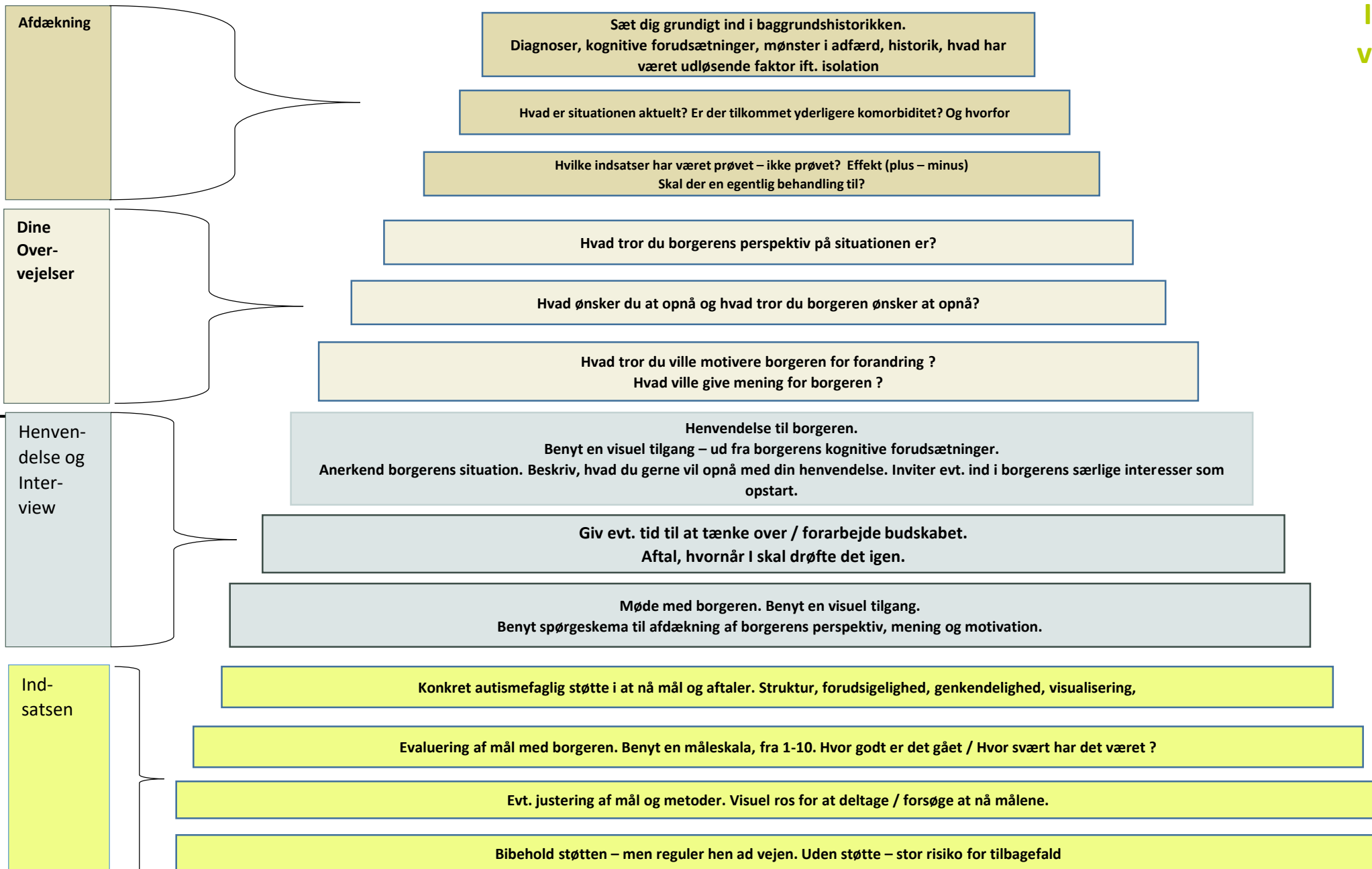
Indsats ved autisme og belastning



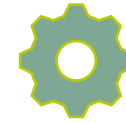
**HH-princip:
Helikopter
før Handling**

**Handling kan skabe
lindring men fjerner
ikke årsag**

Indsatspyramiden ved social isolation



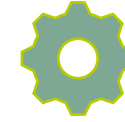
Typisk støttebehov hos børn med autisme



Konkret / praktisk støtte ift:

- Sociale relationer / leg / samvær
- Social kommunikation
- Støtte i undervisningen og i frikvarter
- Guidning i praktiske opgaver (madlavning, omklædning, oprydning, bad, skoletaske)
- Meningsdannelse
- Struktur, overblik, tidsstyring
- Omverdenforståelse / hensigtsmæssig adfærd
- Konfliktløsning
- Kost, motion, seksualitet
- Psykoedukation
- Søgendesamtaler
- Transporttræning
- Motorisk træning / sensorisk skærmning eller tilføjelse af stimuli

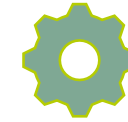
Typisk rådgivningsbehov hos forældre til børn med autisme



Vejledende / rådgivende støtte ift:

- Diagnoseforståelse
- Viden om konkrete pædagogiske metoder og redskaber bl.a. ift. struktur
- Hjælp til implementering af støttemetoder
- Familievejledning (opdragelse, parforhold, søskendeproblematikker, øvrige familiemedlemmer)
- Støtte ift. at håndtere skolevægringsproblematikker
- Hjælp til koordinering og styring af netværkssamarbejde
- Aflastning
- Psykologsamtaler

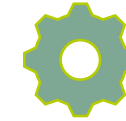
Typisk støttebehov hos voksne borgere, der kognitivt befinder sig inden for normalområdet eller opefter



Vejledende guidning ift:

- Almindelige dagligdags opgaver (indkøb, Eboks, økonomi, rengøring, madlavning, hygiejne)
- Transport
- Levevis (kost, motion, rygning, stoffer, alkohol, overvægt, spiseforstyrrelse, seksualitet, fysisk helbred)
- Deltagelse i møder ved offentlige instanser
- Kommunikation med offentlige instanser
- Daglig struktur og overblik
- Psykoedukation
- Psykologsamtaler
- Sociale relationer / omverdenforståelse
- Fritidsinteresser
- Stressreducering

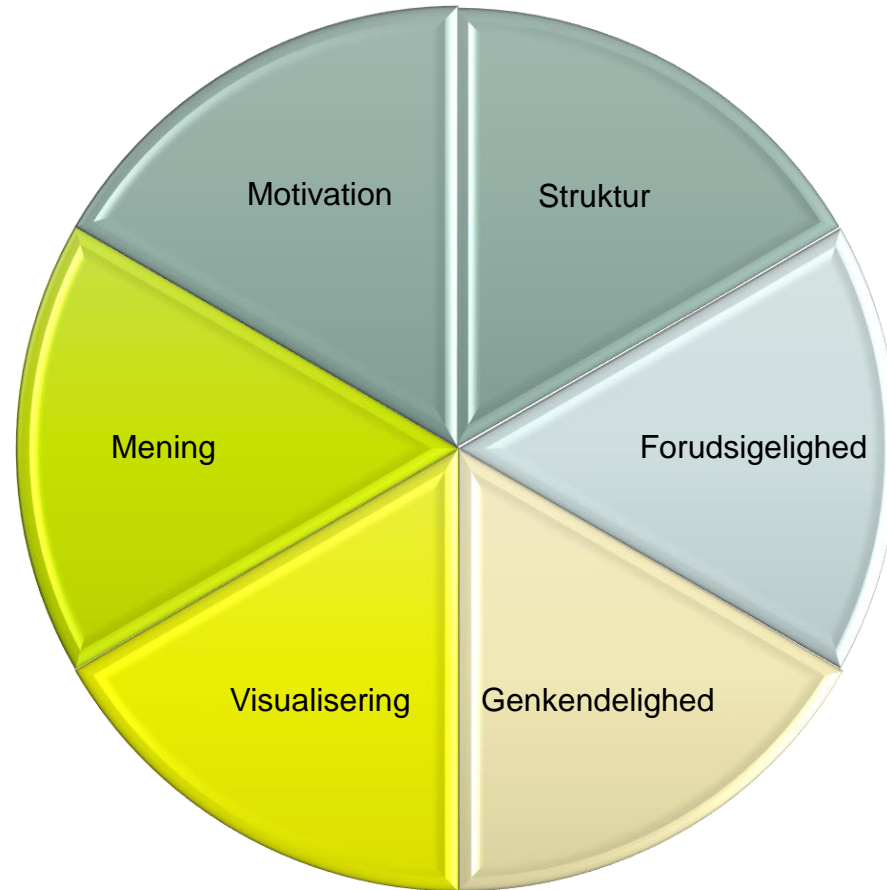
Typisk støttebehov hos voksne borgere med mental retardering



Konkret / praktisk støtte ift:

- Ofte værgemål
- Dagligdags opgaver (hygiejne, økonomi, medicin, mad)
- Kommunikationsredskaber (f.eks. konkrete, piktogrammer, PECS)
- Opretholdelse / gennemførelse af aktiviteter
- Transport
- Daglig struktur
- Læge/tandlægebesøg, jævnlige sundhedstjek
- Skærmning ift. sensoriske påvirkning
- Stimuli (massage, berøring, seksualitet)
- Håndtering af udad reagerende adfærd

De pædagogiske nøgleord

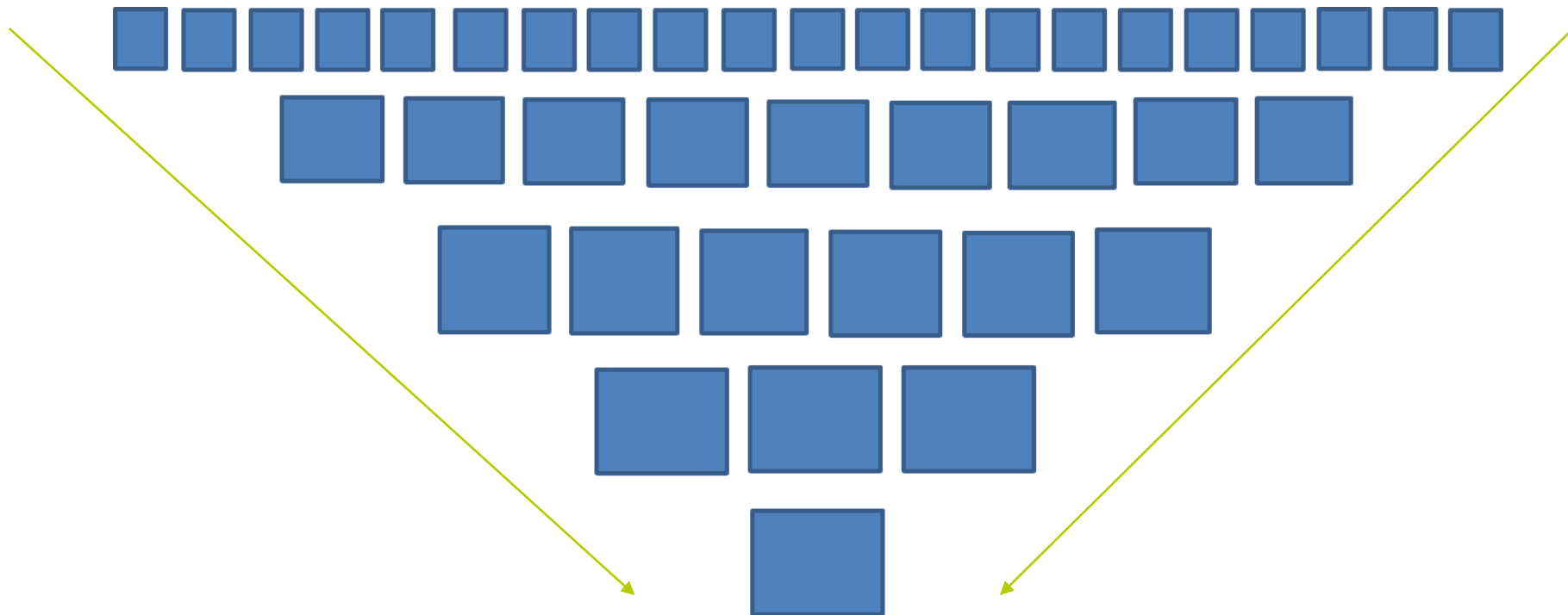


Pædagogiske tilgange, metoder og redskaber

- De 4 nøgleord: Struktur, forudsigelighed, genkendelighed og visualisering
- Fokus på kommunikationen (konkret, tydeligt, tilpasset, visuelt underbygget)
- Social træning; Sociale historier, tegneseriesamtaler, KATkassen,
- Psykoedukation; Let's Visualize, samtalemapper, KATkassen
- Fokus på indretning (afskærmning, mulighed for at trække sig, ro)
- Fokus på sensoriske udfordringer og sensorisk stimuli / skærmning (høreboffer, tyngdedyner/veste/puder, massage, dufte, tangles)
- Fokus på fysisk tilstand (kontinuerlige lægetjek, KRAM (kost, rygning, alkohol, motion))
- Kontinuerlig støtte til ADL (tilrettet den enkelte borger og den aktuelle situation)



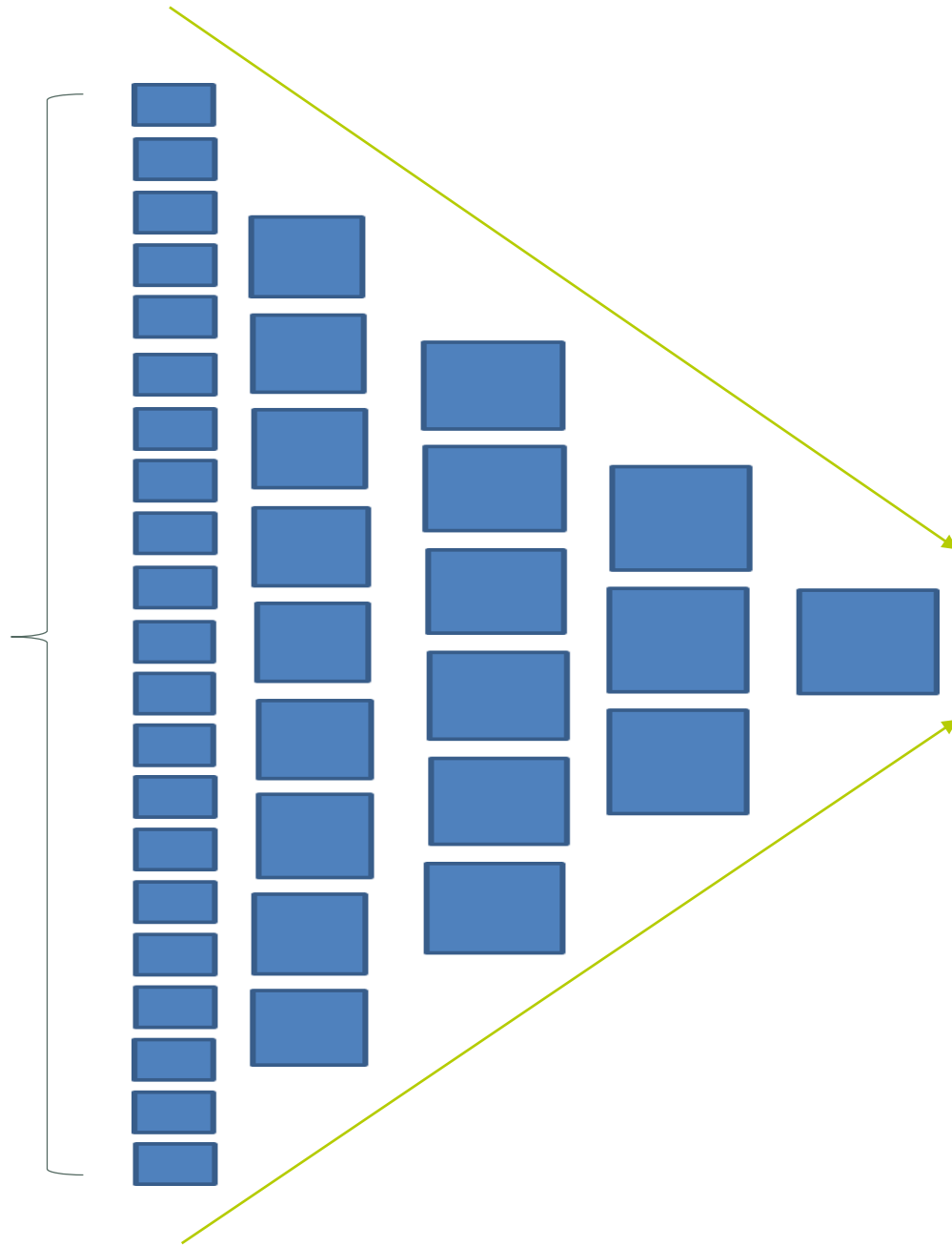
Detaljefokusering



Kan måske danne overblik, men proces er tids- og energikrævende!

=

Lister
Rutiner
Strukturer
Måltrapper




=
Overblik
Sammenhæng
Mening
Tryghed
Overskud

De 10 H'er

1. Hvad skal jeg lave? – *indhold*
2. Hvorfor skal jeg lave det? – *meningsdannelse*
3. Hvornår skal jeg lave det? – *tidspunkt*
4. Hvor skal jeg lave det? – *hvor og hvorhenne, placering*
5. Hvem skal jeg lave det med? – *person*
6. Hvordan skal jeg lave det? – *metode*
7. Hvor længe skal jeg lave det? – *tidsperspektiv*
8. Hvad skal jeg lave bagefter? – *indhold*
9. Hvem kan hjælpe mig hvis jeg har brug for hjælp? –

Lav en klar aftale om hvem der kan hjælpe hvis der er brug for det, og hvordan behovet for hjælp kommunikerer, *tryghed*
10. Hvordan ved jeg, at jeg har brug for hjælp? – Hvilke ting skal jeg være opmærksom på som tegn på, at strukturen er ved at skride?



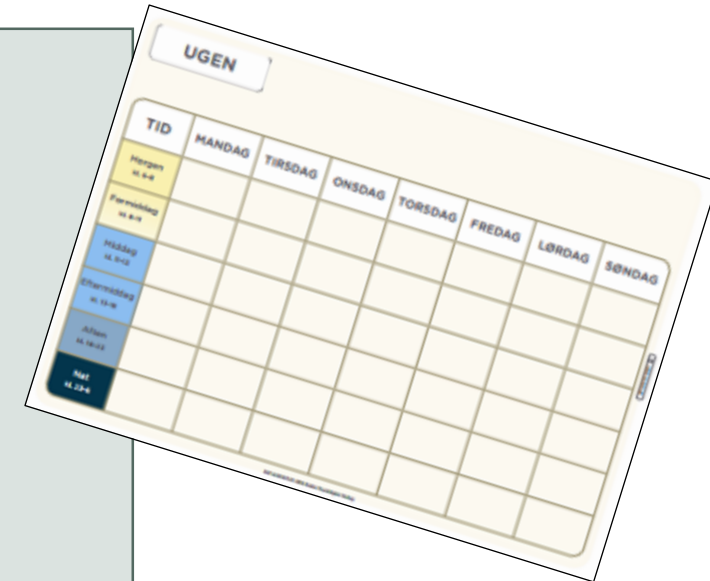
Aktivitet: _____

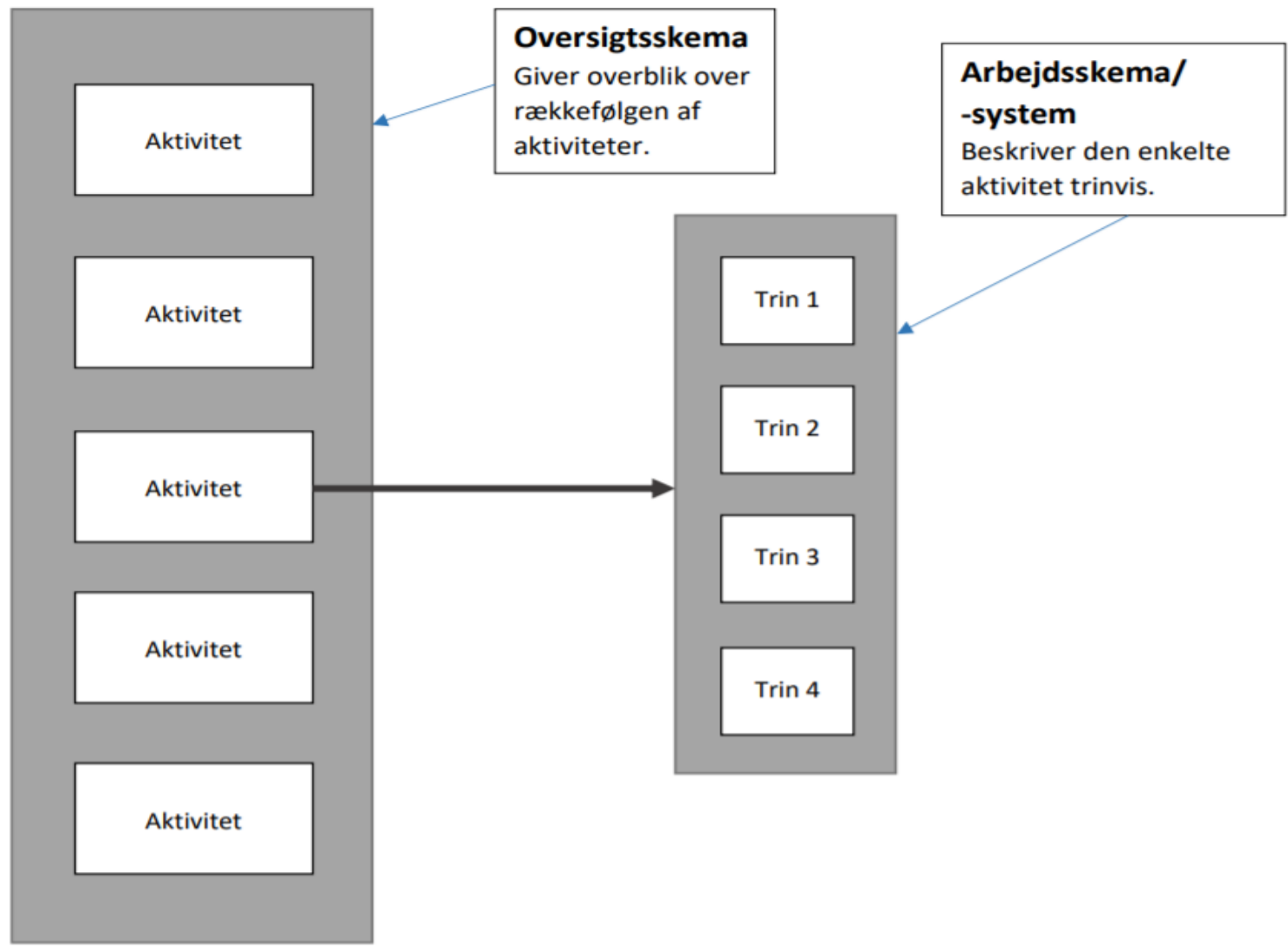
1. Hvad skal jeg lave? – <i>indhold</i>	
2. Hvorfor skal jeg lave det? – <i>meningsdannelse</i>	
3. Hvornår skal jeg lave det? – <i>tidspunkt</i>	
4. Hvor skal jeg lave det? – <i>hvor og hvorhenne, placering</i>	
5. Hvem skal jeg lave det med? – <i>person</i>	
6. Hvad skal der foregå på dagen? – <i>metode</i>	
7. Hvor længe skal jeg lave det? – <i>tidsperspektiv</i>	
8. Hvad skal jeg lave bagefter? – <i>indhold</i>	
9. Hvem kan hjælpe mig hvis jeg har brug for hjælp? – Lav en klar aftale om hvem der kan hjælpe hvis der er brug for det, og hvordan behovet for hjælp kommunikerer, <i>tryghed</i>	
10. Hvordan ved jeg, at jeg har brug for hjælp? – Hvilke ting skal jeg være opmærksom på som tegn på, at strukturen er ved at skride, og jeg bør bede om hjælp	

De pædagogiske metoder

Metoder til struktur:

- De 10 H'er
- Visuelle skemaer (med tekst/billeder/piktogrammer)
- Dagsprogrammer
- Rejseplaner
- Time-timer/ æggeure
- Påmindelser på telefonen / Apps
- Ensartethed og genkendelighed hos personale og i aktiviteter





==

De pædagogiske metoder

Metoder til forudsigelighed:

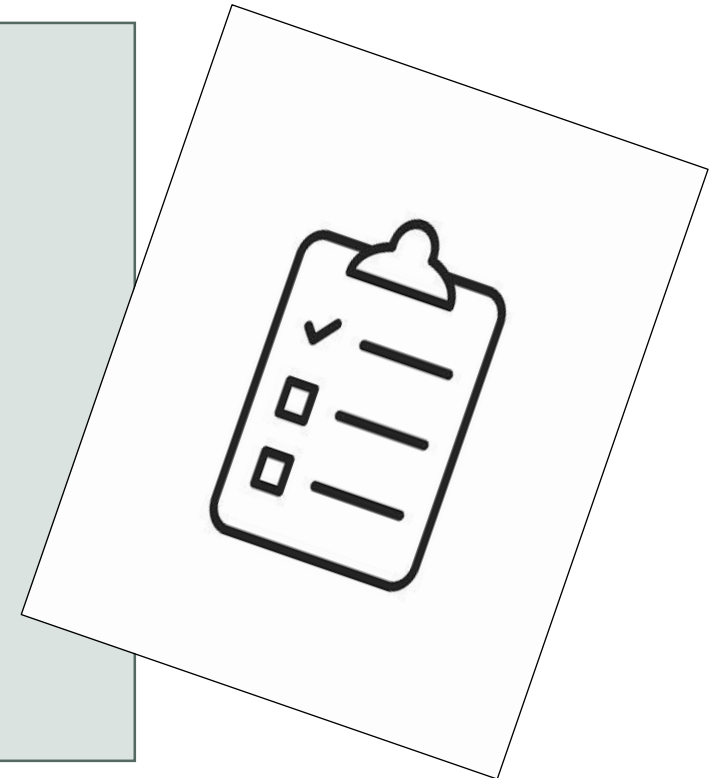
- De ti H'er
- Forberedelse på ændringer
- Forberedelse på nyt - ting og begivenheder
- Visuel indretning af miljøet
- Plan A og Plan B



De pædagogiske metoder

Metoder til rutine og genkendelighed:

- Samme pladser til ting
- Samme pladser ved bordet
- Samme skema/rækkefølge
- Visuelle markeringer i miljøet
- Konkreter, billeder, piktogrammer
- Tjeklister
- (Personlig) tavle med billeder af personale

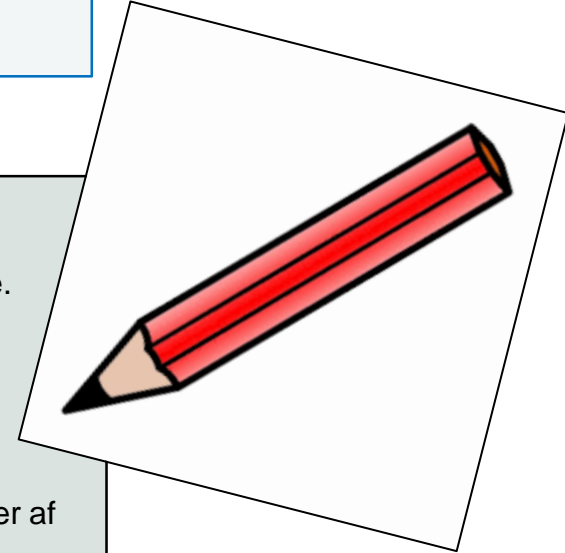


De pædagogiske metoder

Visuelle tilgange:

- Øger forståelsen – visuelle informationer lagres og forsvinder ikke.
- Borgeren forberedes (så overraskelser minimeres)
- Visuel støtte skaber overblik
- Gensidig forventningsafstemning – hvad forventer mine omgivelser af mig? Hvad kan jeg forvente af dem? Hvornår lever jeg op til forventningerne?

*Tekst, Fotos, Piktogrammer, Konkreter,
symboler, markeringer, modeller...
alt hvad der kan SES.*

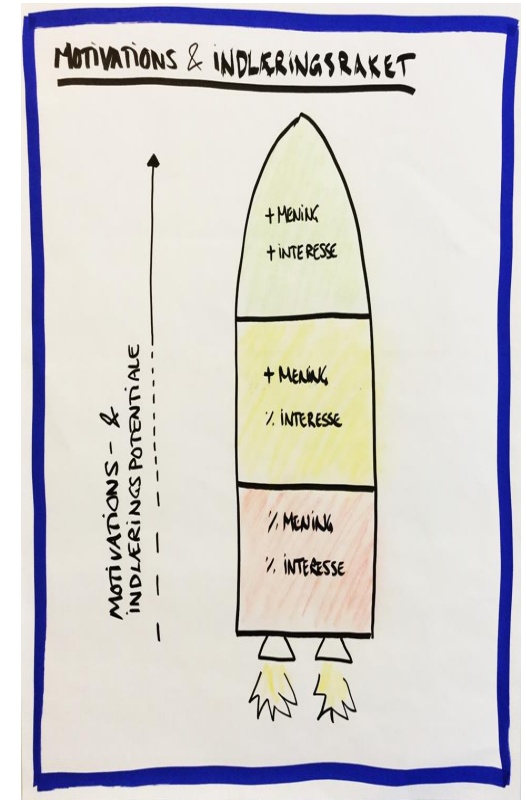




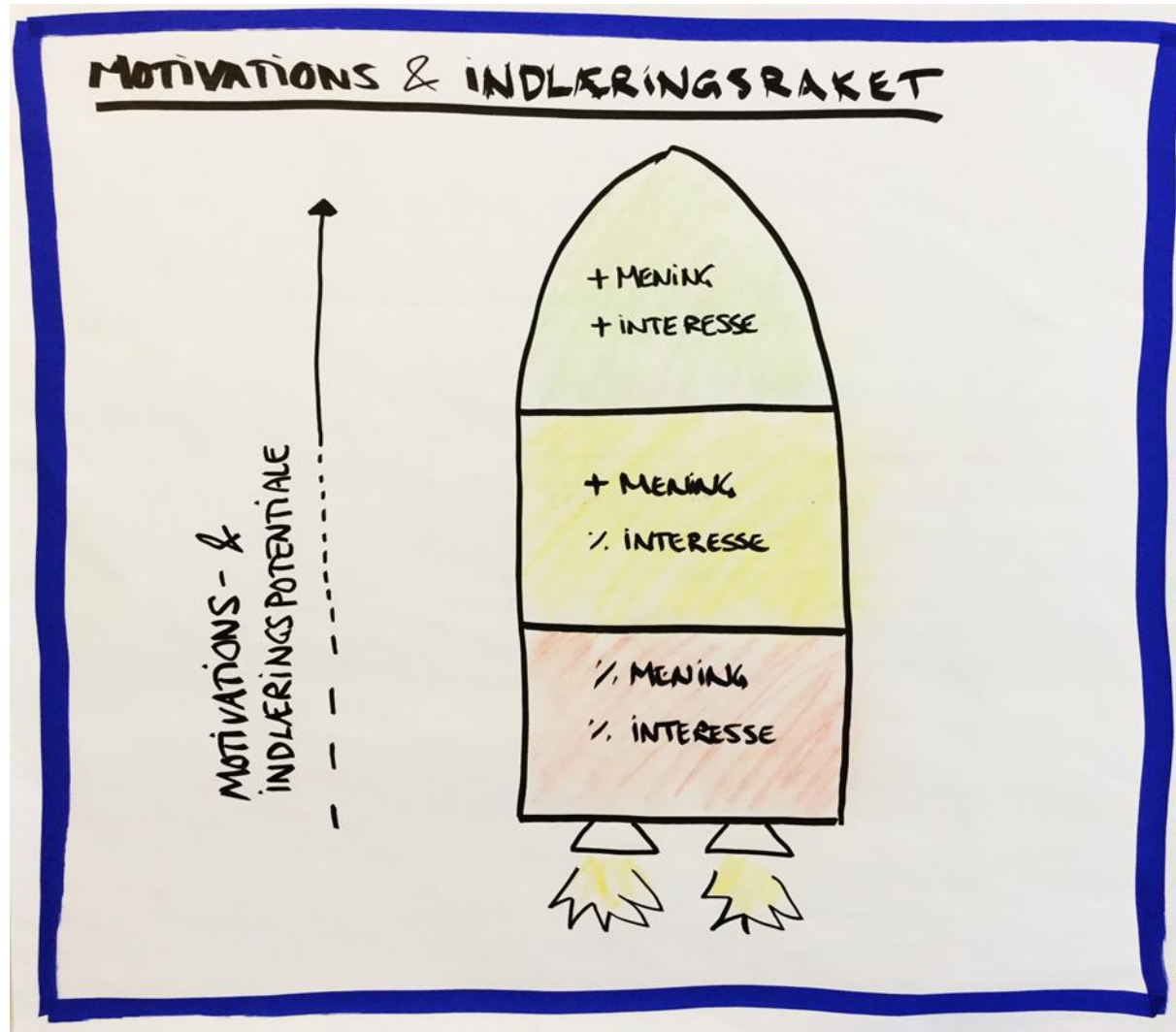
De pædagogiske metoder

Metoder til mening og motivation:

- Sociale historier (mening og omverdens forståelse)
- Tegneseriesamtaler (strategier, konflikthåndtering, omverdenforståelse)
- Katkassen (omverdenforståelse og egenforståelse)
- Samtalemapper (selvforståelse)
- Udgangspunkt i interesser og styrkesider (motivation)



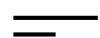
Mening og motivation





Visuel understøttet tilgang

- Børn, unge og voksne med autisme husker langt bedre, det de har set end det de har hørt.
- Ved udelukkende verbal information er det svært for vedkommende at huske, tilegne, overføre og generalisere viden.
- En detaljefokuseret tænkning gør det svært, at skabe overblik i en verden med mange indtryk
- De kognitive forudsætninger kan gøre det svært at reagere hensigtsmæssigt i en given situation.
- Den visuelle tilgang kan hjælpe med at give information, at trøste, at korrigere, at skabe forståelse, at berolige, at udvikling osv.



De visuelle samtaleredskaber



- Sociale historier
- Tegneseriesamtaler
- Katkassen
- Quiz-tilgangen – borgerens perspektiv
- KRAP-skemaer (energikoppen, måltrappen, kolonneskemaer, ressourceblomsten)

Eksempel social historie - barn

Om at slå.....



(Besk) Jeg hedder Nicklas. Jeg er 8 år gammel.

(Besk) Nogle gange sker det, at jeg bliver meget vred.



(Pers) Når jeg er vred kommer jeg nogle gange til at slå min lillesøster og min storesøster



(Pers) Når jeg slår bliver mine søstre kede-af-det eller sure. Så kommer vi nogle gange op at slås eller skændes.

(Pers) Det er ikke rart at slås eller skændes.



(Pers) Min lillesøster eller storesøster kan ikke lide når jeg slår dem.



An/Ve Derfor har min mor bestemt, at det er forbudt at slå. Det betyder, at jeg ikke må slå andre.

An/ve Hvis jeg bliver sur og får lyst til at slå, så kan jeg i stedet for gå ind på værelset eller få min mor til at hjælpe mig.

(Sam) Det er rigtig godt hvis jeg lader være med at slå. Så bliver alle glade.

(Sam) Min mor vil hjælpe mig med at huske på at jeg ikke skal slå.

(Sam) Hvis jeg lader være med at slå, så vil jeg få et fint klistermærke om aftenen inden jeg går i seng. Det er godt at lade være med at slå.



(Kont) Min mor har hængt nogle skilte op der skal hjælpe mig med at huske at jeg ikke skal slå.

Social historie som et brev

Til Stephanie – om værgemål.

Der er nogle mennesker, der på grund af deres diagnose, har svært ved at styre deres egen økonomi.

Det kan være, at de kommer til at bruge deres penge på én gang eller over få dage, og så er der ikke flere penge til resten af måneden.

Det kan også være at man på et tidspunkt kommer til at købe dyre ting man ikke har brug for, eller kommer til at låne penge man har svært ved at betale tilbage.

Stephanie, vi (dine forældre) oplever, at du har svært ved at styre din egen økonomi. Du kommer tit til at handle impulsivt og til at bruge dine penge på kort tid.

Du er voksen og bestemmer selv. Men vi er meget bekymrede for at du ikke kan styre din økonomi selv. Vi prøver at støtte dig så godt vi kan, og vil gerne hjælpe dig med at få styr på dine penge.

Det er **rant og godt**, at have styr på sine penge, fordi det giver én sikkerhed og tryghed 😊

Det er **utrygt og trælst** ikke at have styr på sine penge. Det giver én mange bekymringer 😞

Hvis man får rigtig meget rod i sin økonomi så kan man ende med at få frataget sin ret til at bestemme selv.

For at hjælpe dig på bedste måde, vil vi gerne indgå en aftale med dig om at vi kan hjælpe dig med at styre din økonomi.

Der findes noget der hedder samværgemål, hvor du og vi samarbejder omkring din økonomi, men det er os der hjælper med at styre den.

Der findes også noget der hedder værgemål, her vil det være os der styrer det alene.

Vi kan se, at du har brug for hjælp og derfor vil vi gerne at du siger ja, til at samarbejde med os 😊

Når man får lavet et værgemål så er man **stadigvæk myndig**, og kan stemme. Et værgemål må ikke omfatte mere end højst nødvendigt.

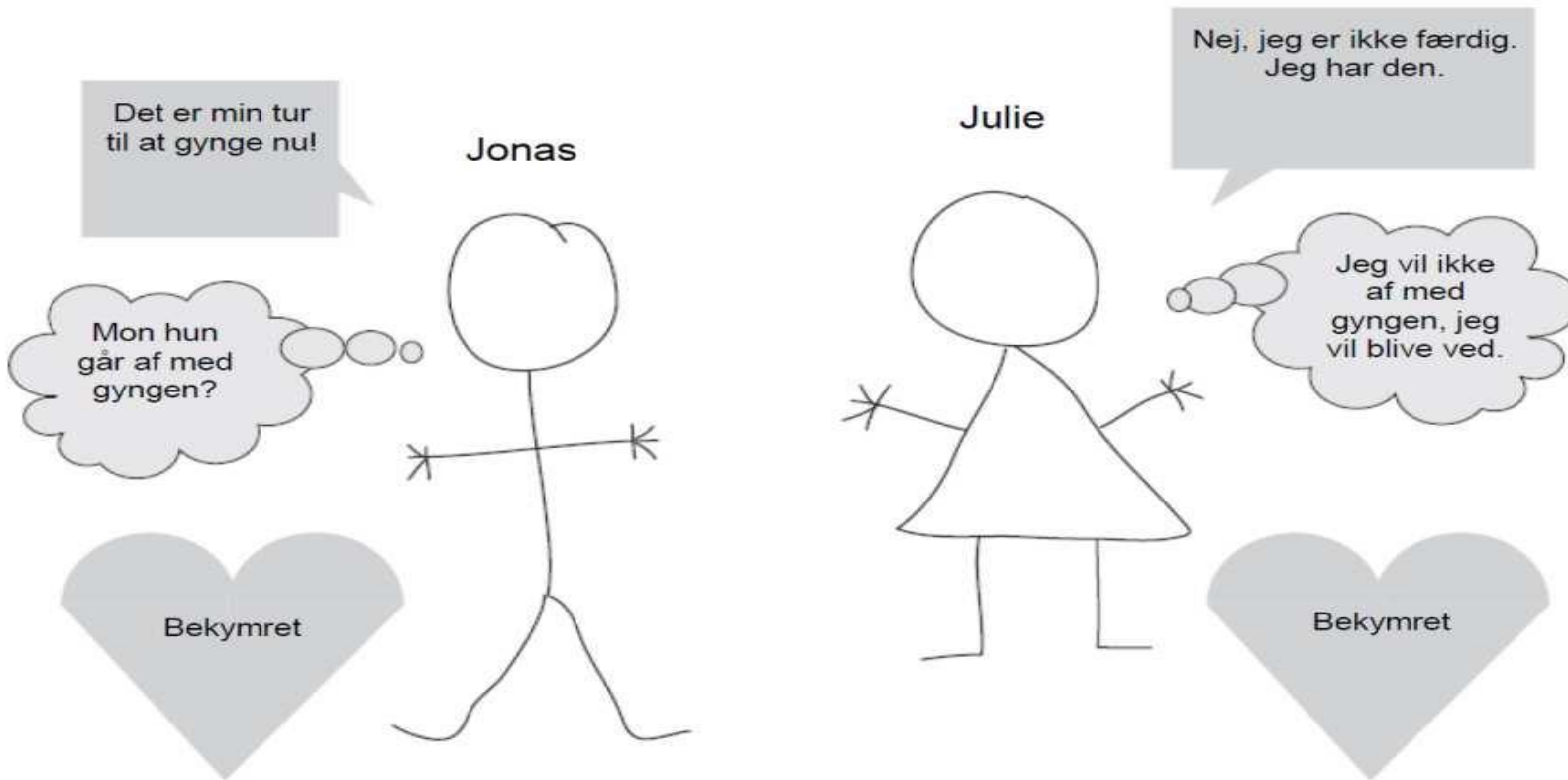
Vi skal snart i banken og snakke om værgemål.

Det er vigtigt for os, at du deltager, og at du tror på, at vi gerne vil passe på dig (og ikke genere dig).

Vi vil gerne at du får et godt voksenliv, hvor du bliver i stand til at passe på dig selv og dine egne penge.

Derfor tænker vi at et værgemål er vigtigt og det rigtige for dig.

Tegneseriesamtalen

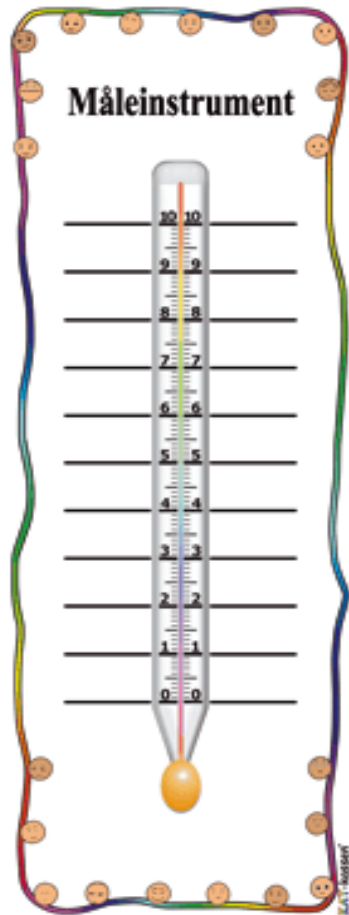


Tegneserie-samtalen

Fra: Lene Metner & Peter Storgård (2008): *Kognitiv, Ressourcefokuseret og Anerkendende Pædagogik*, Dafolo



MÅLEINSTRUMENT



Et redskab til at afdække følelsetilstand i en given situation eller kontekst.

Kan afdække graden af lyst, ulyst, begejstring, sorg, ked-af-det-hed, vrede osv.

Kan bruges til at graduere følelser således det "står mål" med det oplevede.

Kan afdække dagsformen.

Kan afdække graden af motivation.

Følelsigterne bruges til at markere hvor på skalaen man befinder sig.

QUIZMETODEN – HVORDAN?

- Lån dem ordene
- Giv valgmuligheder
- Byg på dine hypoteser om hvad du tænker kan være i spil



Quizmodellen eksempel

Om sanserne

- Jeg bryder mig ikke om at blive forstyrret når jeg spiser
- Jeg bliver nemt forskrækket af høje lyde eller pludselige lyde
- Jeg synes det forstyrrer, hvis der er flere der taler på én gang
- Jeg vil helst sidde sådan jeg kan overskue rummet jeg sidder i
- Jeg bryder mig ikke om, at der sidder nogen bag ved mig
- Jeg bryder mig ikke om, at der er nogen der går bag om min ryg når jeg sidder et sted
- Der er nogle af de andre personer på xxx der siger lyde jeg ikke bryder mig om
- Jeg har bestemte smage jeg ikke bryder mig om
- Jeg har bestemte lugte jeg ikke bryder mig om
- Jeg har noget bestemt tøj jeg bedst kan lide at gå i
- Jeg kan ikke lide at få nye sko på
- Jeg kan godt lide at komme i bad
- Jeg bryder mig ikke om at komme i bad
- Jeg sover godt om natten
- Jeg sover ikke godt om natten

KRAP – kognitiv ressourcefokuseret pædagogik

35 Energikoppen

Navn og dato: _____
Udfyldt af: _____

Hvad tilfører dig energi:

Hvad har bevirket det:

Angiv dit energiniveau:

Hvordan kan det ændres:
På kort sigt:

På langt sigt:

Hvad tager din energi:

The diagram features a central mug with a scale from 1 to 10. A large arrow points down into the mug from the top, labeled 'Hvad tilfører dig energi:'. Another large arrow points down from the mug, labeled 'Hvad tager din energi:'. To the left of the mug is a box labeled 'Hvad har bevirket det:'. To the right is a box labeled 'Hvordan kan det ændres: På kort sigt:' and 'På langt sigt:'. The mug itself has a label 'Angiv dit energiniveau:' and a vertical scale with numbers 1-10.

Dafolo

Skema 35 Energikoppen, Lena Metzer og Peter Blige, KRAP – metoder og redskaber 2. udgave (2019).

32 Måltrappen

Navn og dato: _____
Udfyldt af: _____

Overordnet mål: _____

Delmål 4: _____

Delmål 3: _____

Delmål 2: _____

Delmål 1: _____

The diagram shows a staircase with four steps, each with a curved arrow pointing up to the next step. To the left of each step is a box for a goal: 'Overordnet mål:', 'Delmål 4:', 'Delmål 3:', 'Delmål 2:', and 'Delmål 1:'. The steps are arranged from top-right to bottom-left.

Dafolo

Skema 32 Måltrappen, Lena Metzer og Peter Blige, KRAP – metoder og redskaber 2. udgave (2019).

Info

Hjemmeside: www.nordbo.dk

Find os på facebook:

<https://www.facebook.com/autismecenternordbo>

Annette Møller

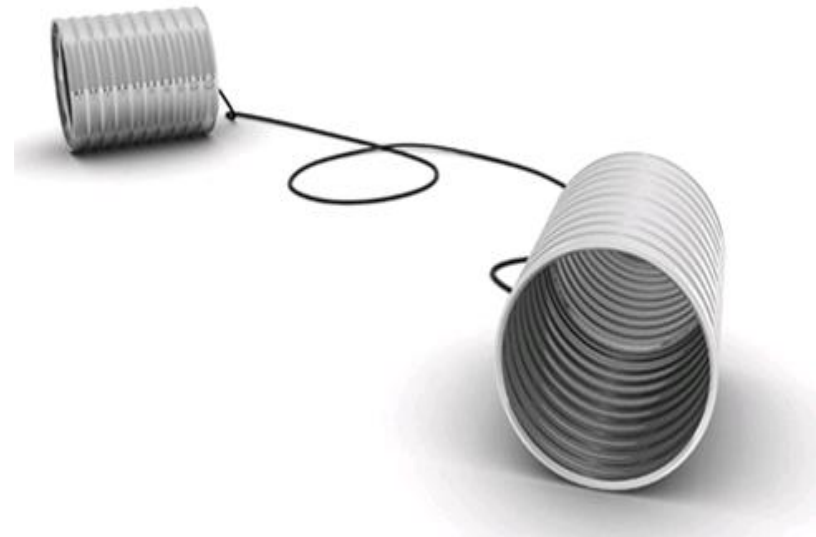
Afdelingsleder i Viden & Udvikling

Autismecenter Nord-Bo

Lindholm Brygge 2- 4, 1. sal

Nørresundby

Tlf.: 41699640 / email am@nordbo.dk



Tak for i aften

