



"Når du har set én med autisme  
- så har du set autismen.  
Men du er nødt til at forstå varianterne  
og se lagene ovenpå også, og lagene kan  
gøre det hele komplekst."

Autismewhisper A. Hende.



# DERFOR skal du vide noget om autisme..



LANDSFORENINGEN  
AUTISME



*Hendes Kongelige Højhed  
Prinsesse Marie er protektor  
for Landsforeningen Autisme.*

#### LANDSFORENINGEN AUTISME

Banestrøget 19-21  
2630 Taastrup

#### ÅBNINGSTIDER

Sekretariatet har åbent 9.00-12.00  
samt 13.00-15.00 alle hverdage.  
Tlf. 70 25 30 65  
nadja@autismeforening.dk

Socialrådgiveren har åbent for telefonrådgivning:  
Mandag, torsdag og fredag kl. 9.00-12.00  
samt tirsdag kl. 16-19. Onsdag lukket.

#### ANSVARSHAVENDE REDAKTØR

Heidi Thamestrup

#### REDAKTION

Anja Hende, Aage Sinkbæk og  
Heidi Thamestrup

#### BILLEDER

Dorthe Maltesen Jensen

#### LAYOUT, PRODUKTION OG TRYK

Filipsen Grafisk Produktion

#### OPLAG

10.000

#### INDHOLD

Tidlige tegn på autisme . . . . .	<b>3</b>
1 til 3 ud af 100 har autisme . . . . .	<b>4</b>
Hvad er autisme? Hvordan får man autisme? . . . . .	<b>6</b>
Gode råd til dig, der kender en autist . . . . .	<b>8</b>
15 gode måder at støtte mennesker med autisme . . . . .	<b>10</b>

# Tidlige tegn på autisme

Autisme er en særlig neurologi man har fra man bliver født, men tegnene på autisme kan være mere eller mindre synlige for andre. Nogle autister diagnosticeres inden for de første leveår, mens andre, diagnosticeres når de går i skole, eller som voksne. Lægerne mener at de kan diagnosticere autisme ned til 8. mdr. alderen - men mange mødre kan, når de ser tilbage, fortælle om forskellige 'tegn', der indikerer at noget var anderledes, allerede kort efter at barnet blev født.

Børn er, fra naturens hånd, sociale og nysgerrige væsener, de vil gerne interagere med mennesker omkring dem og de er typisk gode til at aflæse forældrenes mimik og gestik. Hvis det ikke er tilfældet, kan det være et tegn på autisme.

Mange forældre beretter om sansefølsomhed der fyldte meget, allerede kort efter fødslen. Det kan være mors fornemmelse af at barnet vender hovedet væk, når hun siger små søde ting til sin nyfødte. Det kan også være mors oplevelse af, at barnet stivner, og føles 'firkan-tet', istedet for at putte sig ind til mor, når hun ammer eller tager barnet op til sig.

En af de ting mødre ofte fortæller er, at deres lille barn virker utrygt eller bliver skræmt, når de forsøger at interagere med barnet med simple børnelege som "borte tit tit" eller "nu kommer der en lille mus og kille kille kille", imens barnet ligger på puslebordet.

Et tegn på autisme kan være at barnet ikke reagerer, når forældrenes forsøger, at skabe fælles opmærksomhed og at barnet ikke selv forsøger at tiltrække forældrenes opmærksomhed ved fx. at pege på noget og se efter om forældrene reagerer.

Mødre til autistiske børn fortæller om situationer hvor deres børn har taget fat i deres arm og sendt armen af sted, som et "gribe værktøj", efter en genstand eller noget mad, som de ønsker sig. En adfærd der kun ses ved autisme.

Nogle børn laver opstillinger af deres legetøj. Det kan være lange rækker af biler, figurer eller andre ting de interesserer sig for. En af de ting mange mødre beretter om er, at deres barn med autisme ikke interesserer sig for legetøjets almindelige kvalitative funktion, men at børnene istedet sorterer, kategoriserer og samler på objekter.

# 1 til 3 ud af 100 har autisme

Man siger, at mellem 1 og 3 mennesker ud af 100 har autisme i en eller anden form, det betyder, at vi alle sammen kender til ca. 5 personer med autisme, og at autisme er mere almindeligt, end mange tror.

Det betyder også, at det er et handicap, vi møder i vores hverdag, i skolerne og på arbejdspladserne - derfor er det godt at vide lidt om autisme.

Man kalder autisme for et spektrum, fordi autisme berører mennesker med handicapet i forskellige grader.

I autismspektret er der flere forskellige diagnosebetegnelser, men det hele kan kaldes autisme eller autisme spektrum forstyrrelse (ASF). Man kan ikke rigtigt sige, at nogle autismediagnoser eller grader af autisme er bedre eller lettere end andre.

Hvis man er autist og har en meget høj intelligens, kan det være svært at forstå og at leve med, at man ikke er så god til at forstå det sociale som sine klassekammerater, og at man ofte misforstår det, når de andre laver sjov eller siger ting, som de ikke mener helt konkret.

Nogle autistiske mennesker udvikler ikke talesprog, nogle har store indlæringsproble-

mer, mange har en række sansemæssige udfordringer, og nogle er udviklingshæmmede.

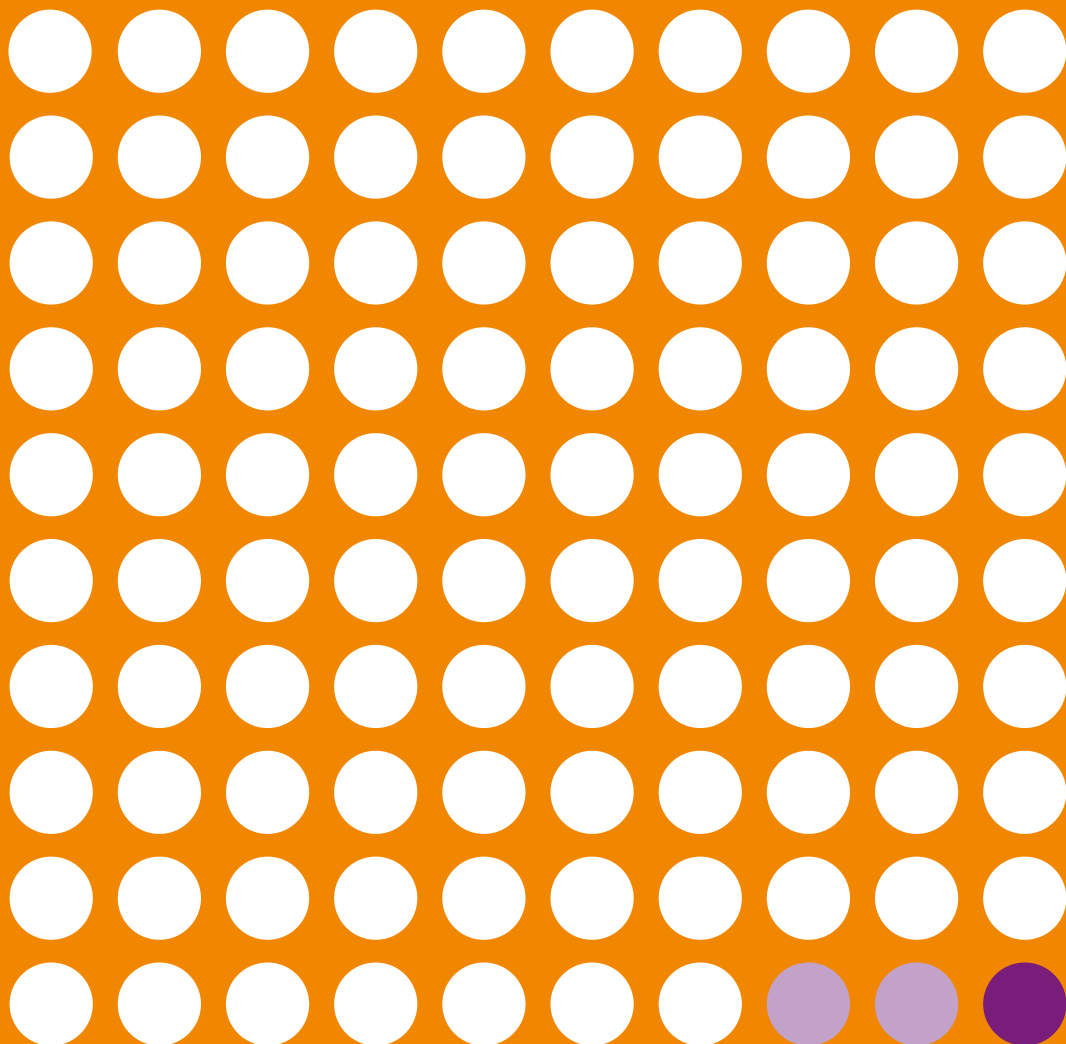
**Mennesker med autisme er forskellige, trods forskellighederne har de autisme "kernen" til fælles:**

- problemer med at forstå når ord har flere betydninger og når ord bruges abstrakt, samt med overfladisk dialog; "smalltalk".
- problemer med social interaktion og med at danne og vedligeholde venskaber.
- problemer med at forestille sig og forstå sociale handlinger.

Selvom alle mennesker med autisme har vanskeligheder på disse områder tilfælles, så vil autismen påvirke dem og deres liv på meget forskellige måder.

Mange mennesker med autisme lever relativt uafhængigt, mens andre har brug for støtte hele deres liv.

Autisme er en kompleks neurologisk udviklingsforstyrrelse, som har indflydelse på alt, hvad mennesket med autisme siger, tænker og gør, og som varer livet ud. Derfor siger man også, at autisme er gennemgribende. Autisme er et usynligt handicap. Usynligheden er med til at forværre handicappet be-



tydeligt, da det kan være svært at få hjælp til løse problemer, som andre ikke kan se, at man har.

Usynligheden kan betyde, at andre mennesker ser skævt til forældrene og siger ting, som indikerer, at de ikke opdrager deres børn eller unge godt nok. Den slags adfærd udsættes man ikke for på samme måde, hvis man har et barn med et synligt handicap.

Autistiske mennesker har ofte svært ved at bede om hjælp - sikkert fordi det er en social handling; man skal tage kontakt og man skal fortælle om et problem, som man ikke selv kan klare, og det er netop de sociale handlinger, der er svære. En del autister siger, at de har problemer med at lokalisere hvad der føles forkert og dermed også problemer med at fortælle om det.

# ‘ Hver gang I presser mig have, at jeg springer ud

## **Hvad er autisme?**

Ingen ved nøjagtig, hvad autisme er, og hvordan autismen opstår. Det, man ved, er, at hjernen udvikler sig anderledes, når man har autisme. Man mener, at de forbindelser, der dannes i hjernen, forbinder sig anderledes end hos mennesker, som har en almindelig hjerne. I nogle tilfælde kan de anderledes forbindelser bruges til at opøve kompetencer, der er meget særlige, men på andre områder kan det betyde, at personen er meget handicappet i forhold til at klare sig i verden.

## **Hvordan får man autisme?**

Ingen ved, hvorfor nogle fødes med autisme. Man mener, at det har noget at gøre med hjernens udvikling i et tidligt stadie før fødslen. Autismen er genetisk, og man ser ofte flere medlemmer af samme familie med autisme.

De seneste år er der kommet mange nye teorier om autisms oprindelse. Det eneste der er dokumenteret er, at der er mange forskellige gener involveret i autisme og at mængden, af f.eks. autisme genet shank3, kan have indflydelse på hvor indgribende autismen er, hos den enkelte.

Mennesker med autisme findes i alle befolkningsgrupper og i alle sociale lag.

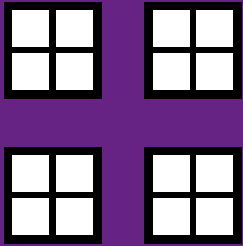
Autisme har ikke noget at gøre med opdragelse, og man er ikke en dårlig forælder, fordi man har et barn med autisme.

At være forælder til et barn med autisme betyder, at man skal lære en helt anderledes måde at tænke og forstå verden på. At man skal stoppe med at tage noget for givet og istedet se verden med helt friske øjne og forklare alle de sammenhænge, man nu ser, for sit barn.

Der findes ingen behandling for autisme, men der er mange ting, man selv kan gøre for at få et rigtigt godt liv både hvis man er forælder, og hvis man selv er autist. En af dem er at finde sig et netværk af ligestillede. Det er lettere at dele sine bekymringer med andre, der kan give gode råd, fordi de har et barn med autisme eller er autist selv og derfor forstår, hvad man taler om.

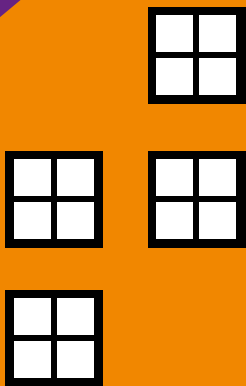
ig, er det som om I vil  
- **uden faldskærm!** ’





## **Mennesker med autisme opfatter anvisninger meget konkret**

F.eks. kan det være svært at sætte en kage i ovnen på 120°, dejen løber jo ud af formen.



## **Mennesker med autisme vil gerne inviteres...**

de kan have glæde af at få en plads, hvor de kan overskue selskabet, og det kan være en stor hjælp, at få information om, hvad der skal forgå, hvad der bliver serveret af mad, og hvem man skal sidde til bords med.

Når autistiske mennesker takker nej til en invitation, kan det være, fordi de ikke har overskud, eller fordi de ikke ved, hvad der skal foregå, og hvad der forventes af dem.

- det er vigtigt, at du bliver ved med at invitere.

## **Mennesker med autisme...**

klarer sig bedre, hvis du taler med dem om noget konkret og meningsfuldt vær påpasselig med, fraser, ironi, vittigheder og ligegyldig smalltalk.





The background of the page features several stylized houses. Some are purple and some are yellow. Each house has one or more window icons, which are simple black squares divided into four smaller white squares. The houses are arranged in a cluster, with some overlapping others.

## **Mange mennesker med autisme har brug for...**

at vide nøjagtig, hvad du forventer af dem de kan ikke gætte det selv.

Giv konkrete anvisninger i en venlig tone.

Hvis de kan, og hvis det giver mening for dem, hjælper de dig gerne.



## **De fleste mennesker med autisme har brug for pauser og alene tid**

Sørg for, at der altid er en mulighed for at holde pause, og for at din gæst med autisme ved, hvor det at tage en pause, er socialt acceptabelt.



## **Mennesker med autisme kan føle det akavet...**

at være i byen eller at besøge folk, fordi de ikke automatisk "læser" og forstår det sociale, der foregår omkring dem.

De fleste autistiske mennesker tager gerne imod hjælp til at oversætte det sociale, og det kan være både sjovt og lærerigt, hvis man er to, der sammen prøver at regne ud, hvad andre i selskabet tænker.

## Har du inviteret et menneske med autisme?

# 15 gode måder

## at støtte et barn eller en voksen med autisme

- Tilbyd at planlægge transporten, send gerne en rutebeskrivelse med invitationen.
- Sørg for, at sociale regler er tydelige, dresscode? gave? må man tage ordet?
- Giv på forhånd besked om, hvem de andre inviterede er.
- Brug gerne bordkort, og reservér en plads, hvor vedkommende kan overskue lokalet.
- Giv på forhånd planlagte detaljer om arrangementet, hvad er feks. menuen?
- Er der planlagt festsange, taler, andre "overraskelser", man skal overvære eller forholde sig til.
- Hvor er der indkøbsmuligheder, toiletter, garderobe m.v. Og er der tidspunkter hvor man ikke benytter dem.
- Er der ting der er vigtige at huske eller som man selv skal tage med; skriv en liste og send den med invitationen.
- Hvornår skal man senest ankomme, og hvor tidligt er det acceptabelt at forlade arrangementet.
- Sørg for, at der er et rum, hvor man kan lade op og "holde en pause" fra det sociale.
- Bliv ved med at invitere - også selv om du får "nej tak" flere gange.
- Betragt tablets mv. som et hjælpemiddel. Nogle autistiske mennesker kan klare meget mere transporttid, restaurantbesøg og ventetid, hvis de har adgang til en tablet.
- Sansseforstyrrelser kan være ekstra fremtrædende uden for ens egen trygge base. Spørg gerne ind til særlige behov ift. mad, støj, lys mv.
- Forslå hjælpemidler til sociale arrangementer fx. støjreducerende høreværn, tangles (dimseting) mv. Ved at forslå hjælpemidler, accepterer og anerkender du behovet - det kan være rart!
- Det er svært at tage initiativ til den første kontakt og det kan være svært at vedligeholde et venskab - men det betyder ikke at autistiske mennesker ikke ønsker venskaber. Spørg dem, direkte, hvis du er i tvivl.

# [autismebladet]

LANDSFORENINGEN AUTISME  
MEDLEMSBLADET UDKOMMER 10 GANGE OM ÅRET

## Giv din støtte for mindre end 1 kr.

Landsforeningen Autisme er en organisation, der arbejder politisk på at bedre forholdene for mennesker med autisme og deres pårørende.

Vi er en veletableret organisation med ca. 11.000 medlemmer. Vi har 16 kredse fordelt rundt i Danmark samt medlemmer på Færøerne og på Grønland. Kredse har kontakten til politikere i lokalområderne, ligesom kredse arrangerer netværksgrupper og temaaftener lokalt, for medlemmerne i kredsen.

Meld dig ind på vores hjemmeside [www.autismeforening.dk](http://www.autismeforening.dk); her finder du også oplysninger om den kreds og det netværk, som du hører til. Kontingentet er 350 kr. årligt - altså mindre end 1 kr. om dagen.

Som medlem af foreningen er du med til at støtte, at der bliver kæmpet kontinuerligt for autismsagen – også når du selv har travlt med at få enderne til at mødes i dit eget liv.

Som medlem modtager du 10 numre af vores fagblad "Autismebladet", og du har altid fri adgang til at kontakte vores socialrådgiver, ligesom vi kan henvise dig til pædagogisk og psykologisk rådgivning hos Det Nationale Autismeinstitut.

Landsforeningen Autismes støttetelefon er åben hver tirsdag kl. 16-19 her kan du tale med en af vores specialister og få hjælp til at klare pædagogiske udfordringer i hverdagen. Ring på 7020 4285 eller 7020 4082.



Landsforeningen Autisme. Banestrøget 19-21, 2630 Taastrup  
Telefon 7025 3065. E-mail [kontor@autismeforening.dk](mailto:kontor@autismeforening.dk)  
[www.autismeforening.dk](http://www.autismeforening.dk)

KREDSE: Bornholm, Fyn, København/Frederiksberg, MidtVest, Nordjylland, Nordsjælland,  
Sydvestjylland, Roskilde, Vestegnen, Storkøbenhavn Nord, Sønderjylland, Trekanten, Vestsjælland,  
Limfjord, Østjylland, Storstrøm, Færøerne og Grønland .