



A to B COPENHAGEN

Et specialiseret tilbud for
unge med autisme og
belastningsreaktioner

- STU og Parat til STU
- Indsats i hjemmet v. isolationsproblematikker
- Afklaringsforløb rettet mod beskæftigelse og uddannelse
- Aktivitetstilbud og ungdomsfællesskab
- Samtaleforløb og rådgivning



AtoB

AtoB tilbyder forløb for normalt- til højt begavede unge i alderen 16-25 år, med diagnoser indenfor autismespektret. Dertil kommer svære belastningsreaktioner såsom angst, skolefravær, nedsat kravkapacitet samt svære isolationsproblematikker. Disse unge er yderst sårbare overfor belastninger og har et meget svingende trivsels- og funktionsniveau samt en lav kapacitet ift. krav, forventninger og sansestimuli. En del af kompleksiteten ift. at finde en holdbar indsats er, at disse unge besidder store ressourcer, men samtidigt har behov for en massiv, indgribende indsats og konkret støtte i hverdagen, da deres kognitive evner ikke matcher deres handlingskompetence.

AtoB er specialiseret i viden om netop denne målgruppe og deres behov for fleksibilitet. En indsats ved AtoB kan foregå i hjemmet og/eller på AtoB, i et trygt miljø med andre unge. Den unge lærer at erstatte uhensigtsmæssige undgåelsesstrategier med hensigtsmæssige selvbeskyttelses- og mestringsstrategier. Med til dette hører social træning og gradvis eksponering afstemt den unges nærmeste udviklingszone, hvor strategier trænes og automatiseres, så den unge kan erfaringsoverføre dem til andre kontekster. Indsatsen er individuelt tilrettelagt til den enkelte unges diagnoseprofil, kapacitet og funktionsniveau med et fast team med primære medarbejdere, der alle har relevant faglig erfaring og ekspertise samt viden og uddannelse til at møde den enkelte unge med forståelse, respekt og den nødvendige faglighed til at understøtte en hensigtsmæssig udvikling.

AtoB tilbyder indsatser målrettet den unges trivsel og udvikling med henblik på et så selvstændigt liv som muligt med adgang til egne ressourcer.



Om autisme og belastnings- reaktioner

Autisme er en medfødt udviklingsforstyrrelse, der spænder bredt. For vores målgruppe er fællestræk, at de unge i lang tid har præsteret over evne, hvor indre og ydre krav har oversteget den unges ressourcer og kapacitet. Mennesker med autisme tænker og opfatter verden anderledes end det neurotypiske menneske, hvilket betyder, at barnet/den unge for at forstå, omsætte og indgå i verden, bruger flere ressourcer og mere kapacitet, end der er til rådighed. Dette er ofte ikke synligt for omverden pga. maskering, som er en typisk ubevidst coping-strategi. Når dette står på i længere tid, vil det resultere i længerevarende stress, der fører til massive, komplekse og invaliderende belastningsreaktioner, både fysisk og psykisk. Fysiske symptomer er bl.a. svimmelhed, træthed, nedsat energi, smerter, fordøjelsesproblemer, søvnforstyrrelser, ændret appetit, opblussen af kroniske sygdomme samt øget følsomhed over for sanseindtryk.

Af psykiske og adfærdsmæssige symptomer er angst og ængstelighed, tvangshandlinger, selvskade, lavt selvværd, passivitet, hukommelsesbesvær, koncentrationsbesvær, manglende motivation og initiativ, social tilbagetrækning og isolation, skolevægring og ekstrem nedsat kravkapacitet samt vanskeligt ved at klare hverdagens almindelige gøremål. Dertil vil de udfordringer, som autismen fører med sig, fylde mere qua den unges belastningssituation. Den unge vil sandsynligvis stagnere eller regrediere i sin udvikling; dvs. tab af færdigheder og tilbagegang i sin udvikling.

Med andre ord opstår der et kompliceret krydsfelt imellem belastningsreaktionerne og autismediagnosen. Her er det altafgørende med en massiv og specialiseret indsats, hvor der arbejdes konkret med den unges diagnoseprofil og reducere af belastningsreaktionerne, så den unge bliver stabiliseret og kan profitere af en indsats.



Forløb og
indsatser ved AtoB

STU & Parat til STU

STU-forløb i et mindre og forudsigeligt ungemiljø. Parat til STU er et forberedende forløb for at blive parat til at profitere og få fuldt udbytte af sin STU.

Indsats i hjemmet ved isolation

En indsats for unge, der lever i hel eller delvis isolation med massive belastningsreaktioner og traumer.

Afklarings- og beskæftigelsesrettede forløb

Afklaring af den unges ressourcer samt opkvalificering ift. beskæftigelse og/eller uddannelse. Forløbet kan kombineres med en indsats i hjemmet.

Aktivitetstilbud i dagtimerne

Aktivitetstilbuddet er målrettet unge, der profiterer af et roligt miljø med aktiviteter og socialt samvær i mindre grupper.

Aftenklub

Aftenklub er et socialt tilbud for unge, der søger et socialt tilbud med andre ligesindede unge. Der er aftenklub, udflugter og overnatningsture.

Samtaleforløb for unge og pårørende

Samtaleforløb er for unge og pårørende med udgangspunkt i undervisning og viden om livet med en diagnose og hvordan dette forenes med et liv i trivsel. Der tilbydes individuelle forløb og gruppeforløb.



Skolefravær og isolations- problematikker

På AtoB har vi specifik erfaring med skolefravær og isolationsproblematikker. Disse opstår efter langvarig stressbelastning, og ofte i sammenhæng med tilstande, der, i lighed med Komplex PTSD, er symptombaseret snarere end baseret på, at traumehistorien skal have en bestemt karakter.

Unge i AtoB's målgruppe er ofte traumatiseret og invalideret pga. af langvarig stressbelastning. Dette er ofte eskaleret i skolegangen og i mødet med en verden, der ikke har kunne imødekomme, eller har kendt til, de behov for hensyn, som den unge har haft. De unge har derfor udviklet undgåelsesadfærd som en u hensigtsmæssig selvbeskyttelsesstrategi.

Undgåelsesadfærden kan være både intern ift. at undgå tanker og minder samt eksternt ift. at undgå situationer, mennesker og aktiviteter, der reaktiverer traumatet fra skolegang samt de sociale kontekster, den unge her har været en del af.

Oftentimes vil den unge have en stærk forøget opmærksomhed på stimuli. Den unges reaktion på stimuli kan være formindsket i stedet for forøget. Dvs. at den unge kan optræde med apati og tilbagetrukkethed fremfor klassiske udadreagerende reaktioner. Dette resulterer, kort fortalt, i social isolation og skolefravær.





Ved isolation arbejder vi bl.a. med stressreducering og kognitiv adfærdsterapi via samtaler og besøg i hjemmet, hvor der fokuseres på en stabil, tryk og bæredygtig relation til en primær medarbejder. Vi arbejder med konstant at tilpasse krav til den unge, så den unge får positive erfaringer med dét, der virker fremfor at blive yderligere belastet og reaktiveret i traumet.

At arbejde med specifik kravtilpasning betyder, at vi konstant er fleksible og kan justere rammen, så vi hele tiden møder den unge i nærmeste udviklingszone, hvor den unge oplever at lykkes og få positive erfaringer med egen mestring.

Når den unge er parat, vil en del af indsatsen være at bygge bro til ungemiljøet på AtoB, hvor den unge bliver støttet i at træne de tillærte strategier i praksis. Dette sker i med en vekselvirkning af samtaler og en miljøterapeutisk tilgang, hvor den unge fortsat får viden om, og adgang til, mestringsstrategier, der trænes i praksis. Den unge vil ligeledes spejle sig i andre unge og opøve erfaringer i en ramme af et ungdomsmiljø.



Undervisning i
social mestring
på AtoB

Når vi træner social mestring i rammen af fællesskab på AtoB, baserer vi vores tilgang og metode på teknikker fra kognitiv adfærdsterapi og den neuroaffektive pædagogik i samspil med den miljøterapeutiske tilgang. Forløbet består af:

- Psykoedukation
- Kognitive strategier
- Afdækning af relevante muligheder for fællesskaber
- Adfærdsøvelser og eksponering i praksis

Psykoedukation

Psykoedukation har til formål at skærpe de unges opmærksomhed på egne og andres følelser, tanker og adfærd samt tilegne sig koder og regler for hensigtsmæssig social adfærd. I psykoedukation arbejder vi med at bryde sociale processer ned i mindre enheder, som er nemmere at forstå og forholde sig til. De unge støttes helt konkret i at turde bruge deres stemme og henvende sig til andre unge samt at opnå indsigt i, og viden om, relevante emner i en ungdomstilværelse og som medborger i et samfund.

Kognitive strategier

Kognitive strategier har til formål at øge de unges mentaliseringsevne:

- Social perception handler om at opfatte og fortolke verbal og nonverbal information.
- Social kognition handler om at kunne sætte sig i andres sted og se verden fra andres perspektiv.
- Social problemløsning handler om at fastslå, hvad der vil være hensigtsmæssig adfærd i en bestemt situation og handle i overensstemmelse med det.





Afdækning af relevante muligheder for fællesskaber

Qua den sociale færdighedstræning på AtoB, vil den unge, når denne er parat, få hjælp til afdækning af relevante muligheder for fællesskaber og i hvilke miljø, de kan finde disse. De unge lærer at opsøge miljøer, fx foreninger, hvor der er basis for fællesskaber, der udspringer af samværet med mennesker med samme interesserer som den unge selv.

Adfærdsøvelser og eksponering i praksis

Adfærdsøvelser i praksis bruges til at øve de lærte færdigheder i et trygt miljø og mærke på egen krop, hvad der fungerer. Øvelserne gentages mange gange og automatiseres, så de unge bliver trygge ved at afprøve og bruge færdighederne med henblik på at erfaringsoverføre dem til arenaer uden for AtoB. Dette kan fx være med henblik på andre ungdomsmiljøer, uddannelse eller arbejdspladser. Vi bruger øvelserne i praksis for at den unge selv mærker og erfarer, hvad der fungerer, og hvad der ikke fungerer i sociale sammenhænge. Her bliver abstrakte sociale færdigheder konkrete og mulige at forholde sig til og snakke om, så den unge kan udvikle sig hensigtsmæssigt herigennem.

Opfølgning hjemme med tæt forældrekontakt

De unge støttes i at overføre det, de lærer på AtoB, til deres hverdag. Forældrene spiller her en væsentlig rolle i at sikre, at der sker en generalisering og fastholdelse af det lærte. På AtoB har vi erfaring med, at det i de fleste tilfælde gør sig gældende, at de unge profiterer af, at også forældrene modtager konkrete værktøjer og undervisning samt sparring i, hvordan de støtter op om den unges forløb og progression hjemme.



Undervisning
og praktik

For de unge, der indgår i forløb med undervisning og/eller beskæftigelse (fx STU) gælder det, at mange af de unge kommer med store faglige huller qua manglende skolegang. En stor del af undervisningsindsatsen er derfor til en start at identificere, hvilket fagligt niveau den unge har. Derefter vil fokus ofte være på at genskabe en tillid, tryghed og en motivation hos den unge for at indgå i undervisning igen. Der arbejdes ofte med selve undervisningsrammen, hvor den unge sammen med underviser og/eller primær finder ud af, hvad nærmeste udviklingszone er, så den unge stressreduceres og opbygger positive erfaringer med undervisning og derved bliver parat til at indlære.

Undervisningen kan foregå individuelt eller i mindre grupper, afhængig af den unges kapacitet, faglige niveau og funktionsniveau.

Undervisning kan være i fagfaglige fag, som fx matematik, dansk og engelsk, med henblik på at opnå eksamen, eller i fag, der skræddersyes ift. eventuelle særinteresser eller specifikke ønsker hos den unge. Der er derudover undervisning i fag som f.eks. Medborgerskab, ADL, psykoedukation samt fag, der kan have relevant tilknytning til praktik eller beskæftigelse for den unge.

AtoB samarbejder med en række virksomheder, hvor der etableres skånsomme virksomhedspraktikker, afstemt den unges kapacitet og funktionsniveau. Et praktikforløb bliver tilrettelagt således, at den unge får mulighed for at få erfaringer, øve sine strategier og få konkret indblik i en arbejdsplads samt opkvalificere sig ift. egne evner og ønsker. AtoB sørger for at der er relevant brobygning til en praktikplads således, at den unge mødes i sine behov ud fra en dialog om, hvad der er realistisk for at forløbet bliver en succes for både praktikplads og den unge. AtoB samarbejder derudover med de unge og arbejdspladser om mulige match ift. fremtidig beskæftigelse, når der er ønske om dette.



Forløb på AtoB

Mål for forløb på AtoB

Alle forløb har til hensigt, at den unge støttes i at opnå adgang til egne ressourcer, får kendskab til hensigtsmæssige mestringsstrategier og hvordan disse bruges i hverdagen samt viden om, og indsigt i, et godt liv med en diagnose. Alt er med det formål, at den unge kommer i trivsel til at indgå i et så selvstændigt voksenliv som muligt. Som en del af et selvstændigt liv er fokus også på uddannelse og beskæftigelse, både som en afklarende og som en udviklende del af et forløb. Vi brobygger og samarbejder derfor aktivt ud i samfundet rundt om AtoB; både i forhold til fællesskaber, erhvervsliv og botilbud.

STU & Parat til STU

En STU på AtoB er et skræddersyet forløb til den enkelte elev med mulighed for 1:1 støtte og pædagogisk transport mellem AtoB og hjemmet samt mulighed for vekslen mellem tilstedeværelse på AtoB og hjemmebesøg. STU-forløbet er en vekselvirkning mellem social træning, undervisning og praktikforløb. Alt afstemmes til den unges kapacitet og funktionsniveau med fokus på stressreducering og opøvelse af mestringsstrategier.

For unge, der ikke endnu kan profitere af en STU, tilbyder vi forberedende 'Parat til STU', så den unge bliver parat til at få fuldt udbytte af sin STU.

STU bevilliges efter bekendtgørelse af Lov om Særlig tilrettelagt uddannelse, mens Parat til STU kan bevilliges efter LAB lovgivning §91 eller §92 ift. opkvalificerende forløb. Ligeledes kan Parat til STU bevilliges efter §85 for unge, der lever i hel eller delvis isolation i hjemmet.

For unge, der bor hos sine forældre, vil rådgivning til forældrene ift. at støtte op om den unges forløb, være en del af indsatsen.

Skriftlig dokumentation, opfølgning og anbefalinger til sagsbehandler er en del af forløbet.





Indsats i hjemmet

Indsats i hjemmet retter sig mod unge, der lever i hel eller delvis isolation. Formålet med en indsats i hjemmet er at bryde isolationen og ruste den unge med mestringsstrategier, så den unge kan indgå i sociale kontekster; eks. uddannelse eller beskæftigelse. Dette foregår via samtaleforløb og træning i hjemmet med henblik på at bygge bro til AtoB, eller andre arenaer, hvor den unge fortsat støttes af sine primære og støttes i at bruge sine strategier i praksis, så disse automatiseres. For unge, der bor hos sine forældre, vil rådgivning til forældrene ift. at støtte op om den unges forløb, være en del af indsatsen. Indsats i hjemmet kan bevilliges efter Servicelovens §85 eller LAB § 91 eller 92 med henblik på opkvalificering af den unges kompetencer.

Skriftlig dokumentation, opfølgning og anbefalinger til sagsbehandler er en del af forløbet.

Aktivitetstilbud, fællesskab & aftenklub

Aktivitetstilbud er for unge i målgruppen, der er parate til at indgå i et trygt fællesskab og aktiviteter med ligesindede i et roligt miljø. Der ydes støtte fra faste medarbejdere, og der er mulighed for at drøfte det, der fylder i et ungdomsliv med en diagnose. Der er elementer af undervisning, psykoedukation og selvstændighedstræning samt ADL som en del af indholdet. Aktivitetstilbuddet kan variere efter ønske og behov ift. antal af ugentlige dage og timer.

Aktivitetstilbud og aftenklub bevilliges efter Servicelovens §104.





Afklarings- og beskæftigelsesrettede forløb

Afklarings- og beskæftigelsesrettede forløb er en vekselvirkning mellem social træning og støtte til at indgå i praktikforløb. Der kan ligeledes være elementer af undervisning i forløbet. Vi etablerer skånsomme virksomhedspraktikker, hvor den unges interesser og arbejdsevne bliver afklaret og opkvalificeret. Her sørger vi for, at den primære kontaktperson fra AtoB brobygger til arbejdsgiveren med fokus på såvel ressourcer som skånebehov. Virksomhedspraktikken bliver således en træningsbane for den unge, hvor denne kan øve nye færdigheder i en tryk ramme med en tydelig forventningsafstemning og struktur. For unge, der bor hos sine forældre, vil rådgivning til forældrene ift. at støtte op om den unges forløb, være en del af indsatsen. Beskæftigelsesrettede forløb bevilges efter LAB lovgivningen. Skriftlig dokumentation, opfølgning og anbefalinger til sagsbehandler er en del af forløbet.

Samtaleforløb for unge og pårørende

Unge med diagnoser har ofte gavn af et rådgivningsforløb, hvor der undervises i viden og indsigt i og om diagnoser samt mestringsstrategier. Forløbene foregår både individuelt og i små grupper. Der lægges vægt på et trykt og omsorgsfuldt forløb, hvor den unge mødes i sin aktuelle situation. Samtaleforløb kan bevilges via LAB § 91 og §92 som udvikling af den unges sociale og faglige kompetencer, med henblik på en beskæftigelsesindsats. Forældre- og familierådgivning er med fokus på konkret viden om diagnoser, reaktionsmønstre og hvordan familien kan opnå hensigtsmæssige dynamikker, så alle kommer i trivsel i en bæredygtig familiedynamik. I forløbet lægges også vægt på evt. sorgbearbejdelse og hvordan det gode liv nuanceres med henblik på den unge og familiens fremtid. Rådgivningen foregår både individuelt og i mindre grupper.





A to B COPENHAGEN

Kontakt for mere information:

WWW.ATOB-CPH.DK

Tlf. +45 81724482 | atob@atob-cph.dk

AtoB | Frederiksberg Alle 104 | 1820 Frederiksberg

Kontakt for visitation:

Daglig leder Louise Lisner

Tlf. +45 81724482 | lli@atob-cph.dk