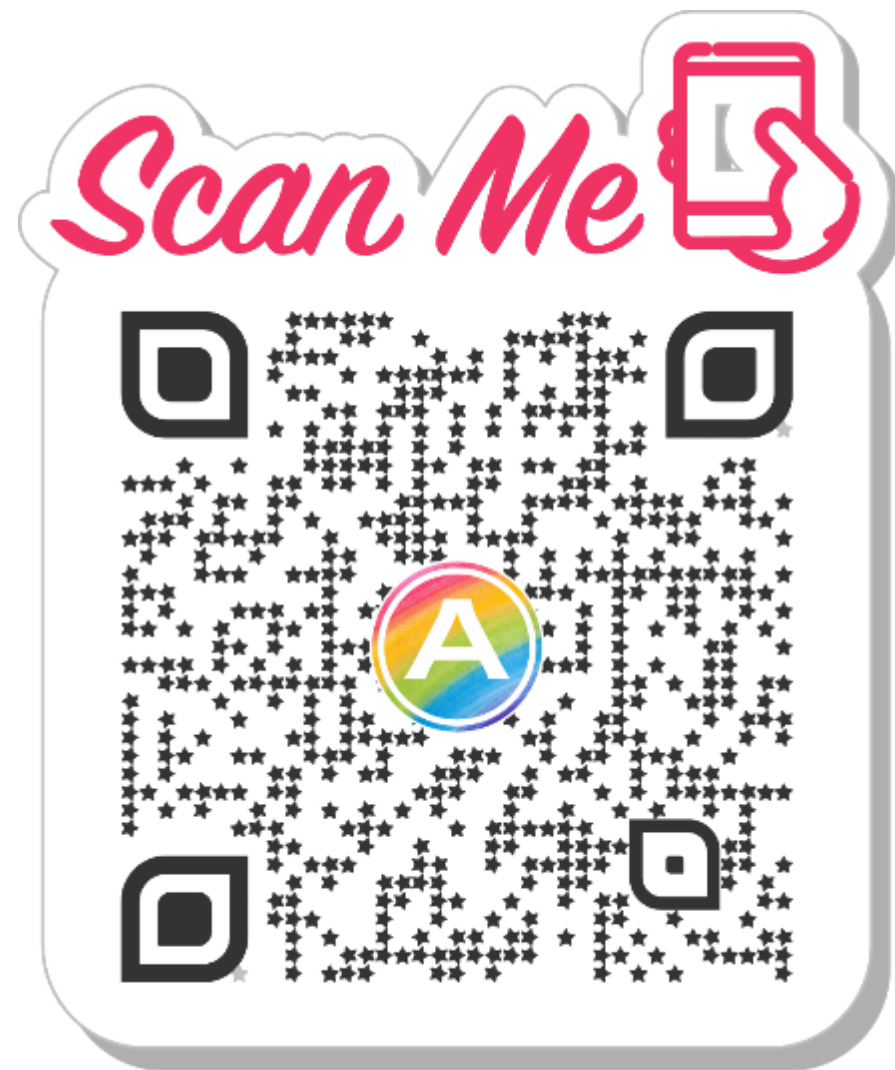




*«For every person who understands
Autism better, another autistic person
will be happier!»*

- Libby Scott (Age 11)
Autistic author & blogger



HAND-OUTS: <https://www.autismeinfo.no/25-10-2024/>

«Å være forelder
til et barn med
autismediagnose»



Kristine Victoria Magnus
BUP, 25.oktober 2024



«Vi er ikke her for å passe inn i en boks,
Vi er her som bevis på at det ikke finnes en boks!»

AUTISMEINFO

Kurs - Foredrag - Erfaringsdeling

ERFARING

KURS & FOREDRAG

ORDLISTE

TA KONTAKT



Kurs og foredrag

Autismeinfo.no tilbyr kurs, foredrag, tekstproduksjon, oversetting og erfaringsdeling rundt temaet autisme.



Om Autismeinfo

Mer om autismeinfo.no, tidligere erfaring og tilbakemelding.



Mer autismeinfo

Autismeinfo.no har som mål å på sikt kunne tilby godt og lettfattelig informasjonsmaterieil på norsk, men enn så lenge anbefales følgende nettsider.



AUTISMEINFO.NO

<https://www.autismeinfo.no/>

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

<https://www.instagram.com/autismeinfo.no/>



MIN HISTORIE

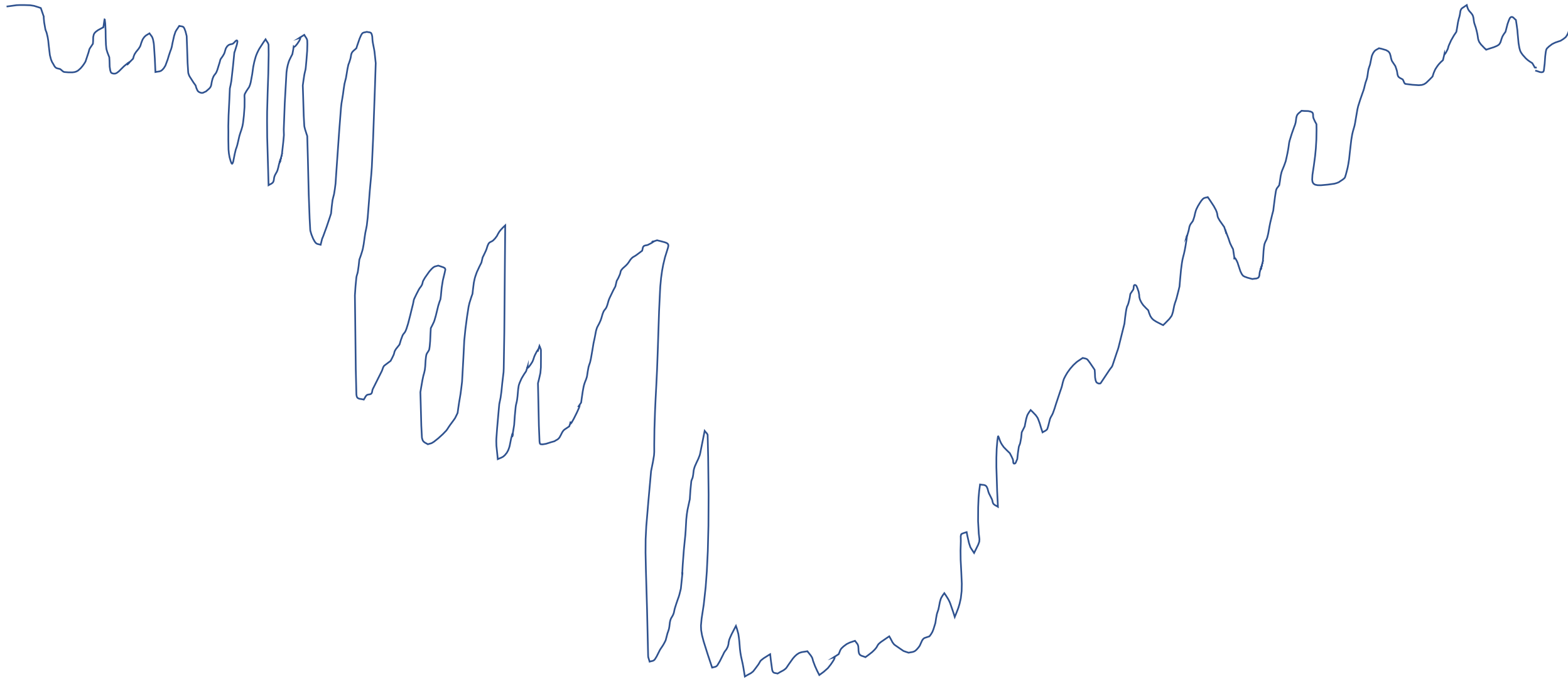


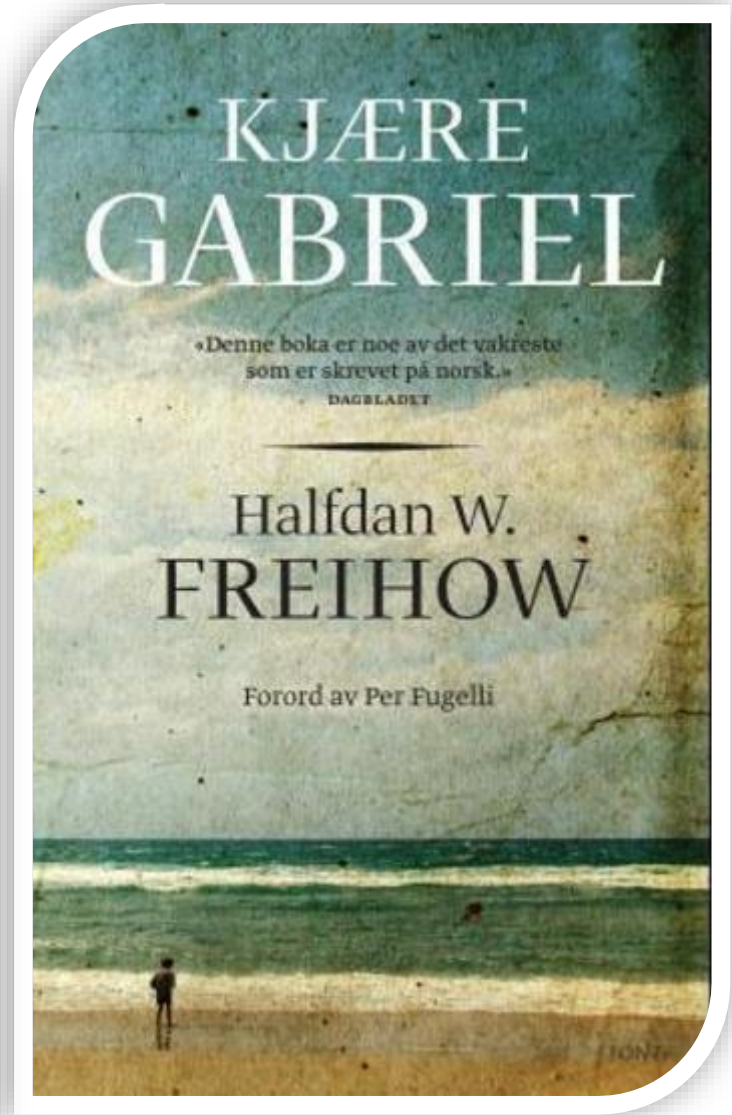
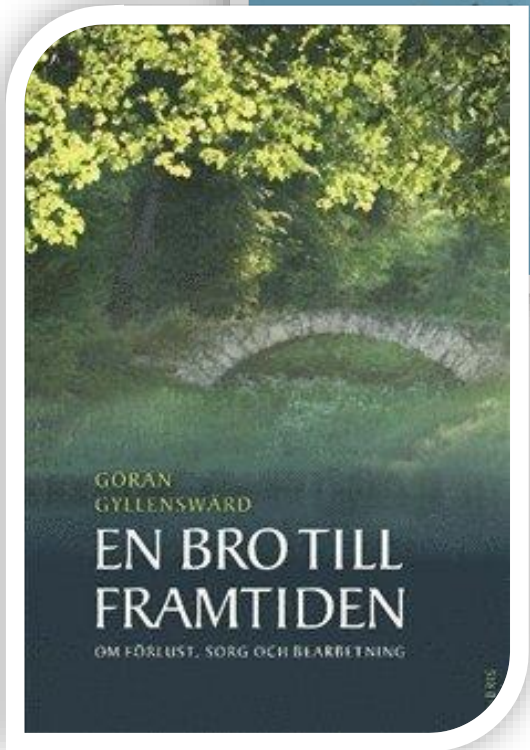
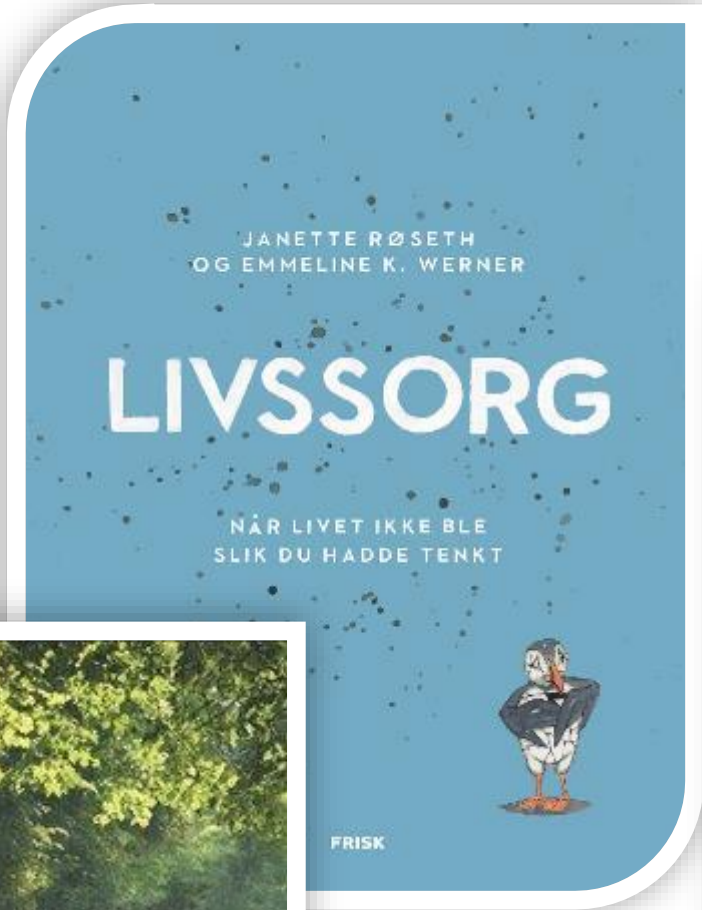
AUTISM IS A SPECTRUM

No two people with autism are alike.

MIN historie/reise
Før VS etter diagnose
Utfordringer
Tiltak (hva hjalp oss)
Tips & Råd







JANETTE RØSETH

LIVSSORG I FAMILIEN



HVORDAN HÅNDTERE HVERDAGEN
NÅR BARNNA VÅRE RAMMES

FRISK

Livssorg i familien

hvordan håndtere hverdagen når barna våre rammes

Janette Røseth

Livssorg er den sorgen som oppstår når livet ikke ble slik du hadde tenkt, f.eks når et eller flere av barna strever med noe eller rammes av sykdom.

Når det skjer, begynner hverdagen fort å handle om neste mål, og om å komme seg gjennom dagene. Det kan være vanskelig å få øye på alle de gylne øyeblikkene dere må ta vare på, og alt som faktisk går bra.

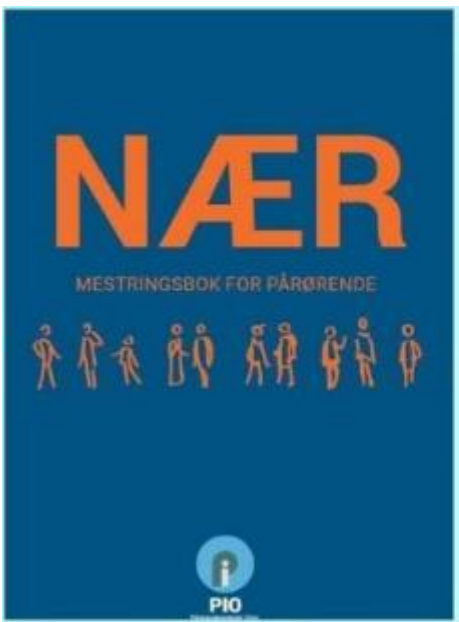
Forhåpentligvis vil denne boka gjøre hverdagen lettere, og gi mer livsglede. Her får du verktøy som kan være nyttige for å sette ord på tanker og følelser om livssorg.

Nær - mestringsbok for pårørende

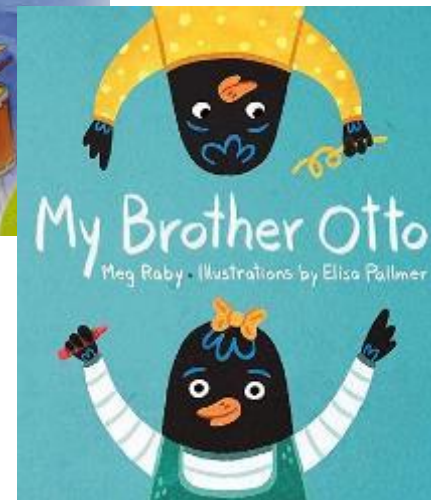
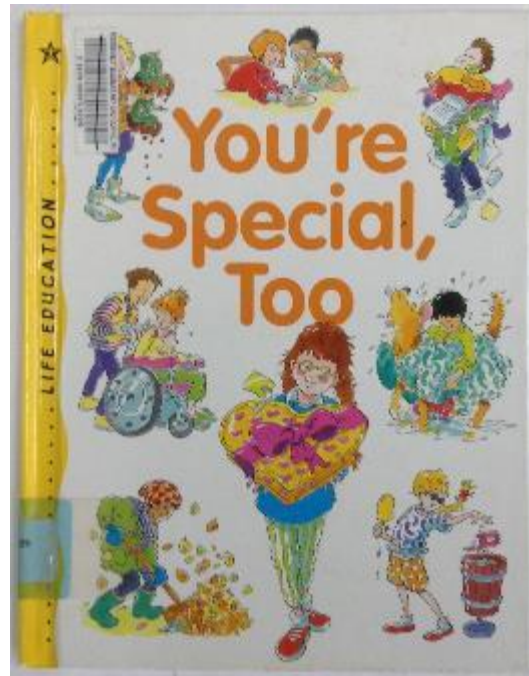
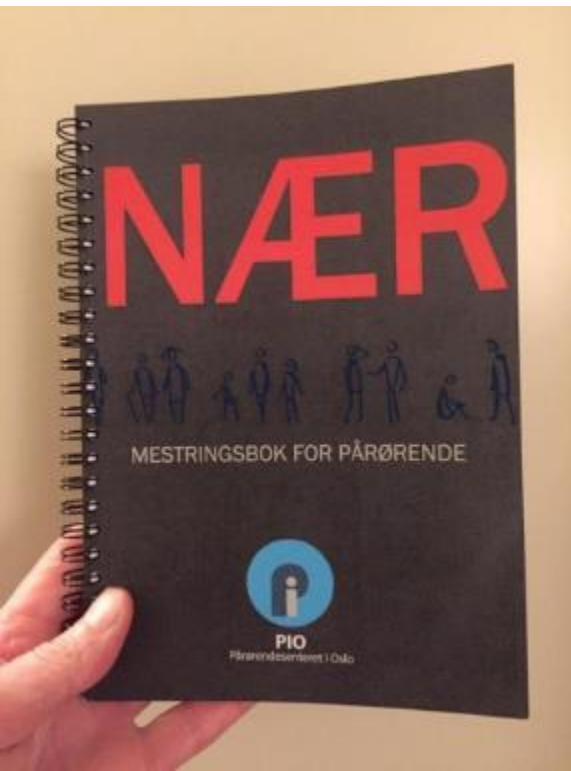
<https://www.lpp.no/mestringsboka-naer-for-parorende-i-ny-utgave/>

<https://anyflip.com/tcbr/zfoy>

Boka koster kr 200,- inkl. frakt og kan bestilles fra post@piosenteret.no eller via nettbutikk i Vipps.



I møte med den som er syk	9
Forstå endre seg	10
Sammenheng mellom den som er syk	12
Sammenheng om sykdom og behandling	14
Å ta med seg og praktiske oppgaver	16
Å stille krav	20
Å sette grenser	21
I møte med helsetjenesten	23
Samarbeid og kommunikasjon med helsetjenesten	24
Forbered deg til møte	25
Informasjon fra lege	30
Informasjon fra helsetjenesten til deg	32
Når du er betyvert	34
Verktøy for samarbeid	36
I møte med hverdagen	43
Å fungere som familie	44
Å leve sammen som par	46
Å ha et sosialt liv	47
Merke skal du forstå livet?	48
Praktiske tips i hverdagen	49
I møte med barn	51
Når reagerer forskellig	52
Å være familie	53
Over den naturlige til å snakke med andre barn	54
Helsetjenesten for 0-18 år å forstå barna	56
I møte med deg selv	59
Hvordan reagerer du?	60
Hva gjør deg glad?	61
Stress påvirker kroppen din	62
Å take tid for egen tid	64
Kontakt med andre i samme situasjon	66
Veien og veiviser - en malje	68
Plan verktøy for å sikre tid og lekser	71





I boka forteller søsken - og de som har diagnosen selv - om sine opplevelser.

Lars (7) forteller om en hverdag der alt kontrolleres av broren.

Lars, tolv andre barn og to voksne forteller sine historier i boka.

Boka er aktuell for foreldre, tweens og ungdommer - og for helsepersonell.

[Den største gaven - min historie om autisme av Mia Tuft \(Innbundet\) - Norli Bokhandel](#)

«Tall har alltid fascinert meg, så lenge jeg kan huske. I barnehagen pleide jeg å telle mye, og så begynte jeg med regnestykker. Jeg pleide å be mamma gi meg regnestykker. Nå klarer jeg å regne raskere enn henne, raskere enn lærerne også. De må ofte bruke papir og blyant for å regne ut, det behøver ikke jeg.»

«En ting som er bra med autisme er at jeg har så stor hjernekapasitet. En dum ting er at jeg har så sterk luktesans.»

«Det er vanskelig å forstå andre mennesker. Hvis noen jeg ikke kjenner sier noe til meg, synes jeg det er vanskelig, jeg kan bli provosert og sint. Selv om de sier hyggelige ting.»

«Før kunne jeg ikke sove. Jeg lå og var kjempetrøtt halve natten uten å sovne. Nå får jeg Melatonin. Det er redningen, for nå får jeg sove.»

Velkommen til Nederland!



“Hvordan er det å være autistisk?”



Jeg vet ikke...

*Hvordan er det å **ikke** være autistisk?*



AUTISME

Ikke en prosesserings-feil,
men et helt annet operativ-system.

De som sa til meg at jeg ikke trengte en 'merkelapp', hadde allerede gitt meg så mange...



Nå har jeg bare 'merkelapper' jeg kan være stolt av!

Diversity Doodles:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61557677262825>

Norske oversettelser på Autismeinfo:

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

<https://www.instagram.com/autismeinfo.no/>



At du har rett, betyr ikke at jeg tar feil.
Du har bare ikke sett saken fra min side!

Currently, Autism is classified as a diagnosable 'neurological disorder'.

Most non-autistic people think of Autistic people as 'lacking empathy' and having impaired 'theory of mind' (that is, understanding another person's state of mind). Thus, the diagnostic criteria for Autism includes 'reduced sharing of interests, emotions, or affect' and 'absence of interest in peers'. This perspective means that non-autistic people often view Autism as a defect.

The 'double empathy problem'

Milton's theory of 'double empathy' proposes that Autistic people do not lack empathy.

Milton argues that Autistic people experience the world and express emotions differently to non-autistic people. We communicate, experience and display emotions, interact with others, form relationships, and sense the world around us, differently to non-autistics. That doesn't mean that we don't have emotions or feel empathy.

But it makes it difficult for non-autistic people to understand and to empathise with us. And us with them.

<https://reframingautism.org.au/miltons-double-empathy-problem-a-summary-for-non-academics/>

Det doble empatiproblemet / Double Empathy Problem/Paradox/Dilemma

The DOUBLE EMPATHY Problem

in a nutshell.



NeuroWild

MISCOMMUNICATION OCCURS.

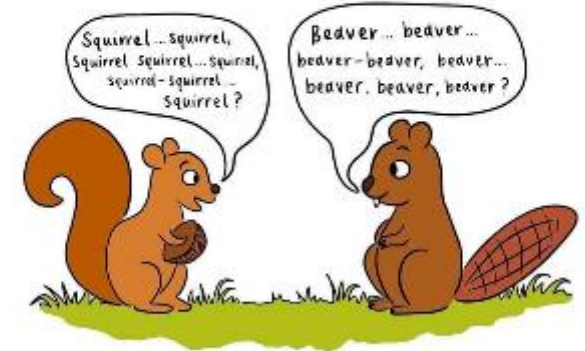
Whose fault is it?

Who is responsible for fixing it?

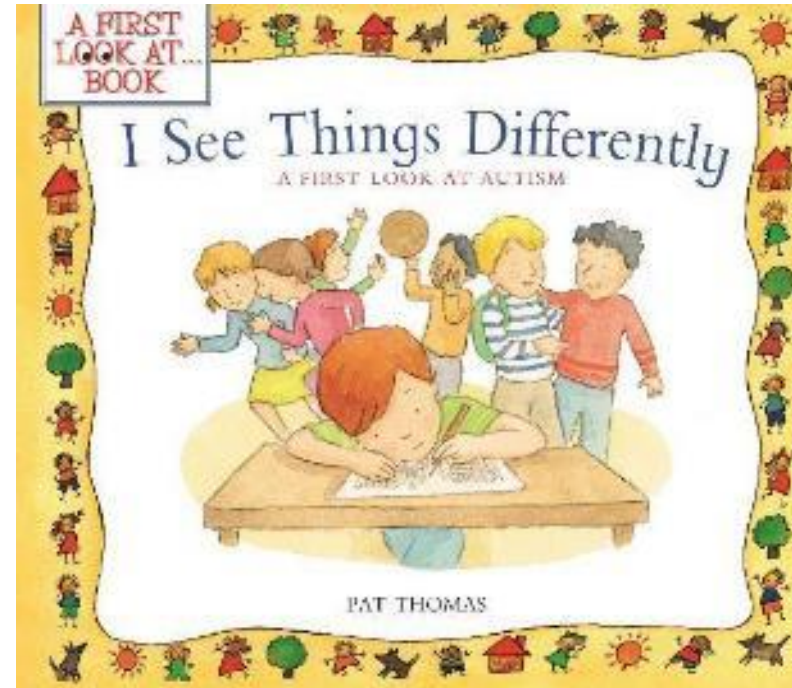
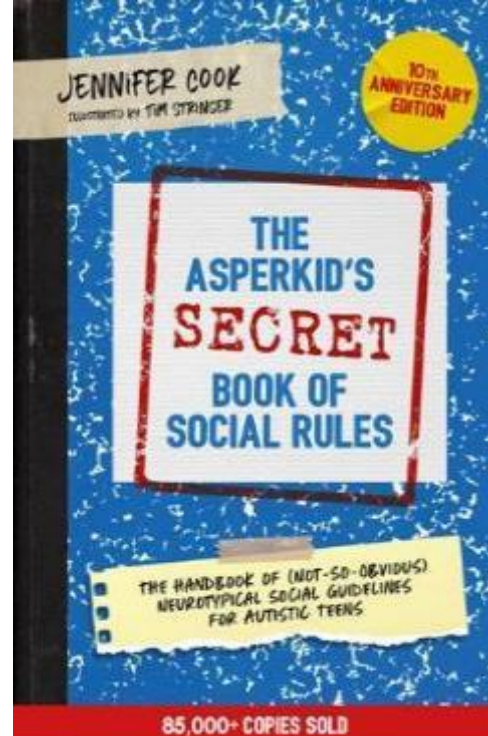
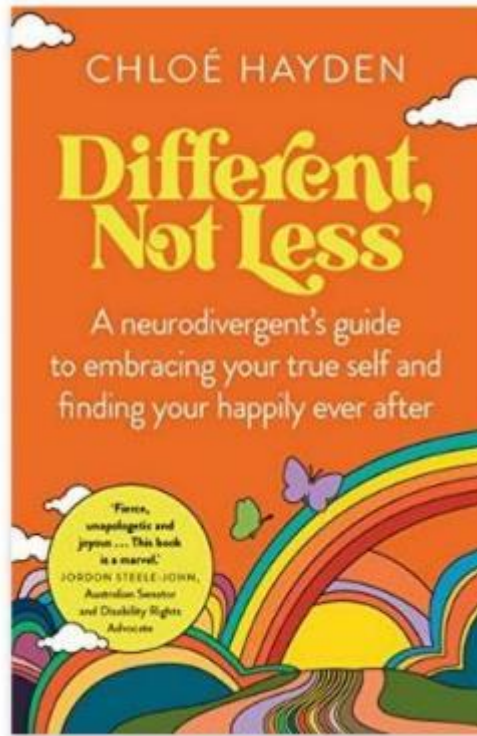
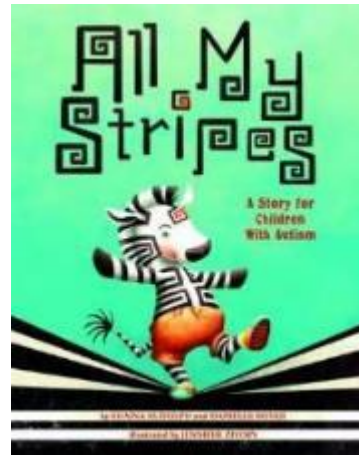


NeuroWild

BUT when SQUIRRELS and BEAVERS try to communicate...



NeuroWild



- **Psykoedukasjon** handler om å gi personer med en diagnose informasjon om egen tilstand. Personene gis også støtte til å bearbeide informasjonen og knytte kunnskapen til eget liv.
- Boken «*Jeg er noe helt spesielt*» (2008) av **Peter Vermeulen** startet en bølge av psykoedukasjon for personer med autisme-diagnoser i Norge.

<https://www.universitetsforlaget.no/jeg-er-noe-helt-spesielt-1>

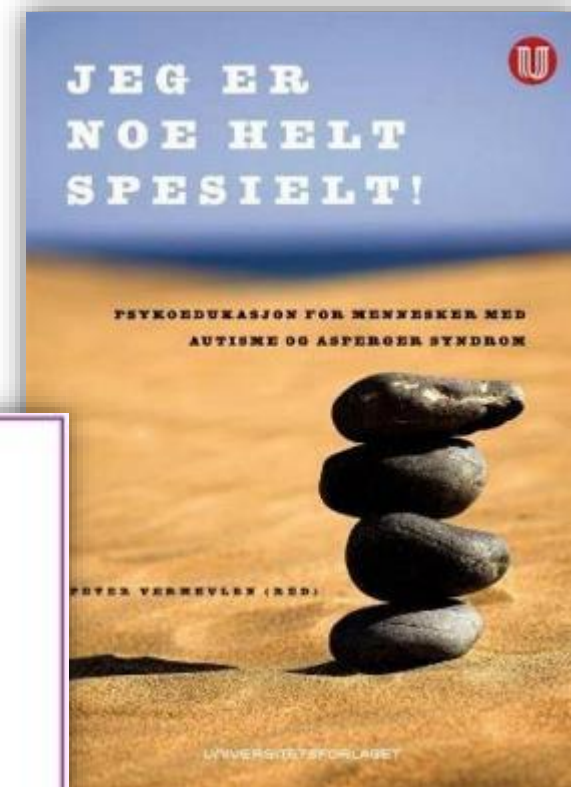
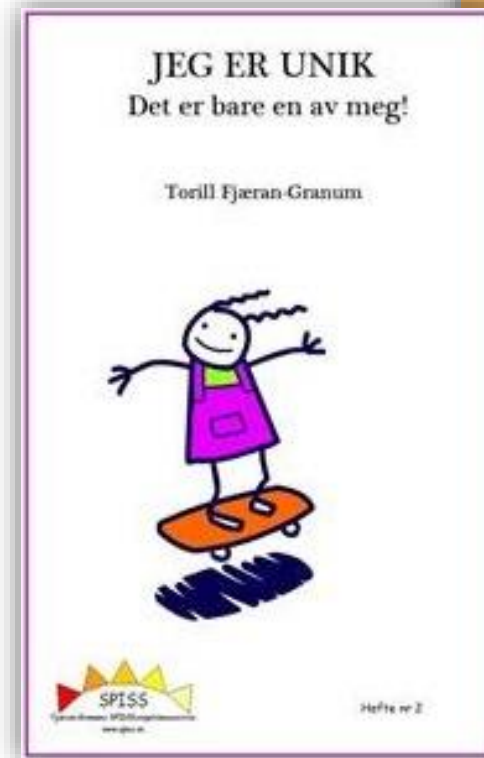
<https://www.biblioimages.com/aschehoug/dam.aspx?p=download&assetversionid=73311&key=c922ba4d77>

- Boka har ulike manualer og arbeidshefter og har gjort psykoedukasjon lett tilgjengelig for bruk i klinisk praksis og opplæring.

<https://www.oslo-universitetssykehus.no/behandlinger/psykoedukasjon>

<https://dam.no/prosjekter/dette-er-meg-psykoedukasjon-ved-autisme/>

<https://www.naku.no/kunnskapsbanken/psykoedukasjon-samtale-%C3%A5-forst%C3%A5-seg-selv-bedre>



THE GOAL IS NOT...

AUTISTIC → "NORMAL" OR NOT AUTISTIC

THE GOAL SHOULD BE....

AUTISTIC → AUTISTIC PERSON WHO HAS ACCESS TO COMMUNICATION, SELF & CO-REGULATION STRATEGIES, SELF ADVOCACY SKILLS, MENTAL HEALTH SUPPORT, AND COMMUNITY

Mrs. SPEECHIEP

- Etymologi:
 - *psyko-* (i motsetning til det somatiske)
 - *educare* (latin for «undervise»)
- Regionalt fagmiljø for autisme, ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi Helse Sør-Øst:

«.....psykoedukasjon kan styrke selvfølelse og forebygge psykiske tilleggsvansker.»
- Målet: Å forstå seg selv, og å akseptere og leve med diagnosen



<https://www.autismeinfo.no/anbefalt/>



Håndbok

Informasjon og tips til lærere i
grunnskolen

Om elever med Asperger syndrom



2013 08 01

VERKTØY OG HJELPEMIDLER

Forutsetningen for å tilrettelegge for barn og unge med AS er at man har en verktøykasse tilgjengelig bestående av ulike arbeidsmåter og metoder. Disse hjelpemidlene er til støtte for både eleven og de voksne rundt eleven. Her presenteres kort ulike verktøy som det er viktig å ha i sin verktøykasse.

+ OG – SKJEMA

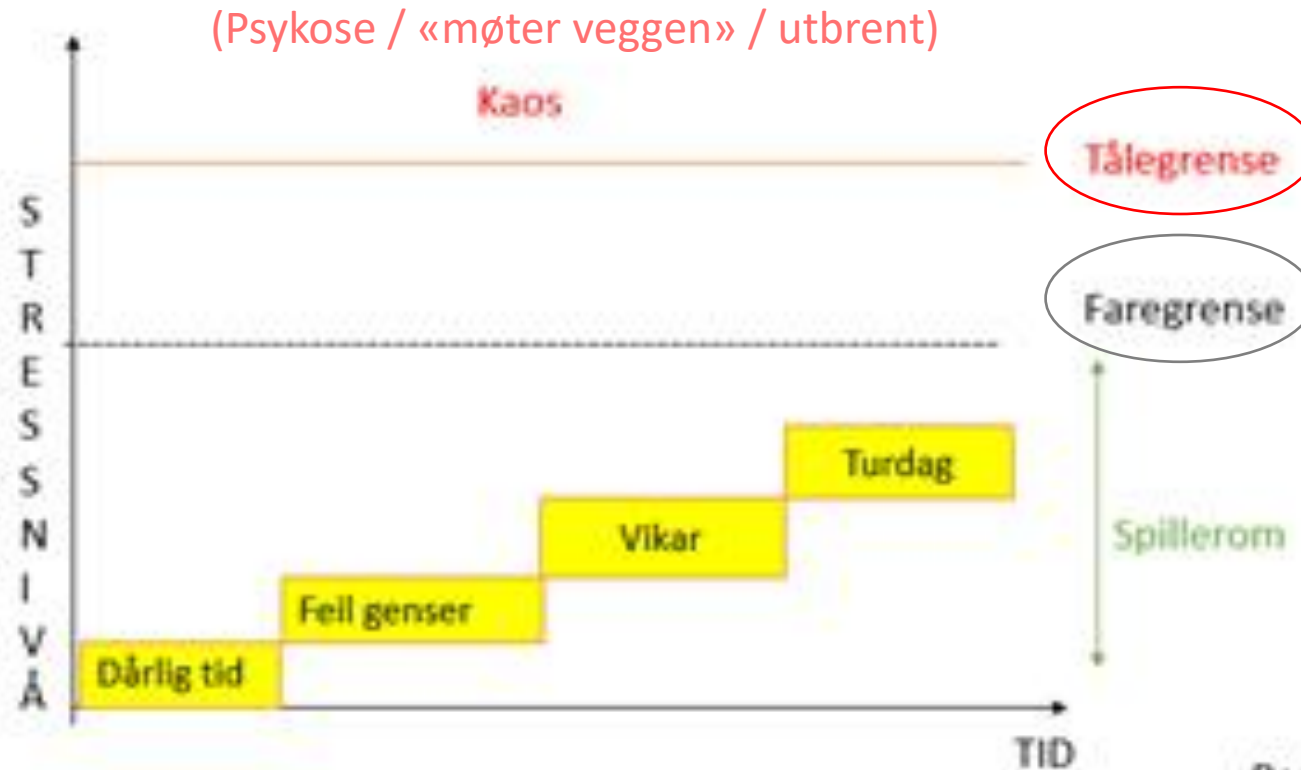
+ og – skjema er et av flere visualiseringsverktøy en kan bruke i samtaler med elever med AS.

+ (Tema) –	+ (Tema) –	+ (Tema) –

+ / - skjemaet kan brukes på mange forskjellige måter knyttet til ulike tema. Elever med AS har store mangler når det gjelder kommunikasjon- og samtaleferdigheter. Det er derfor viktig å forberede en samtale godt.

Læreren må ofte komme med forslag, slik at eleven kan plassere forslagene i skjemaet. Slike samtaler kan være et godt utgangspunkt for å finne konkrete mål for systematisk arbeid. Her følger noen eksempler på hvordan skjemaet kan brukes:

Stressmodell for en nevrotypisk person



Basert på Uhrskov og Hejlskov
Jørgensen, 2007

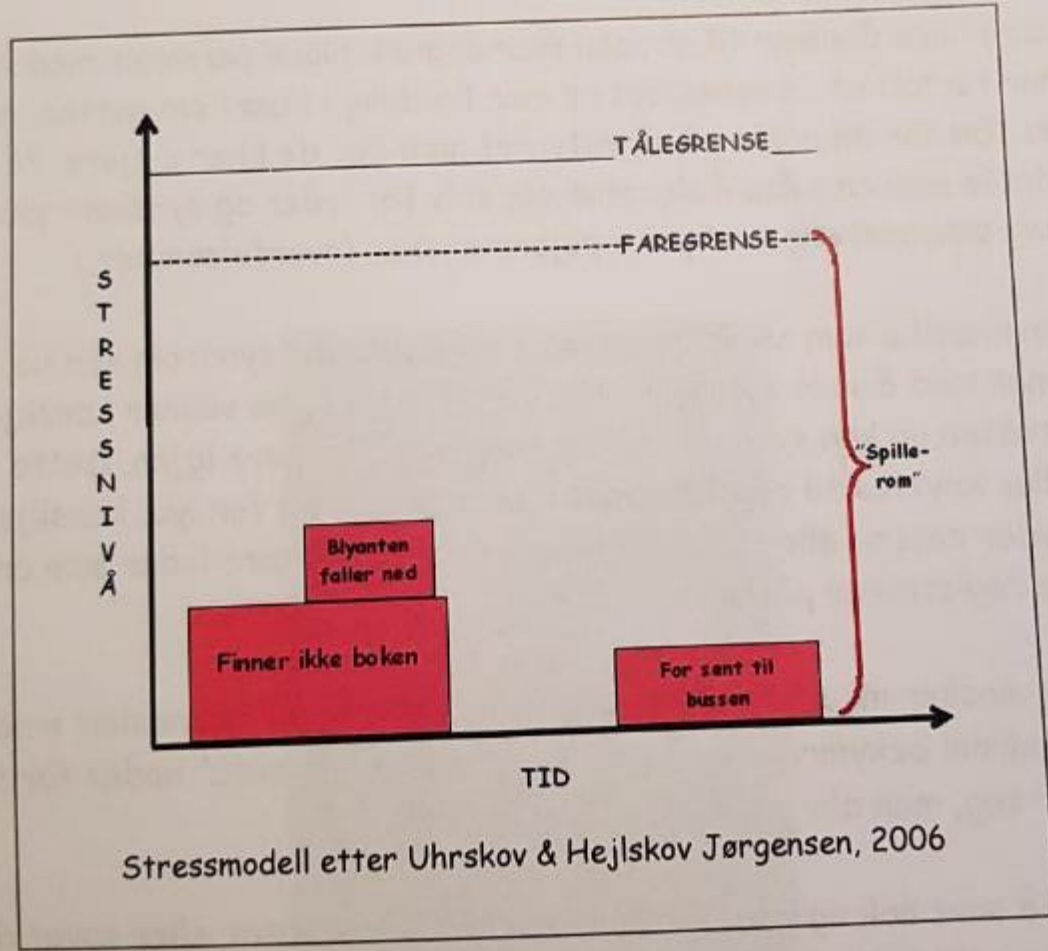


FIG.1. Personer som ikke har Asperger syndrom

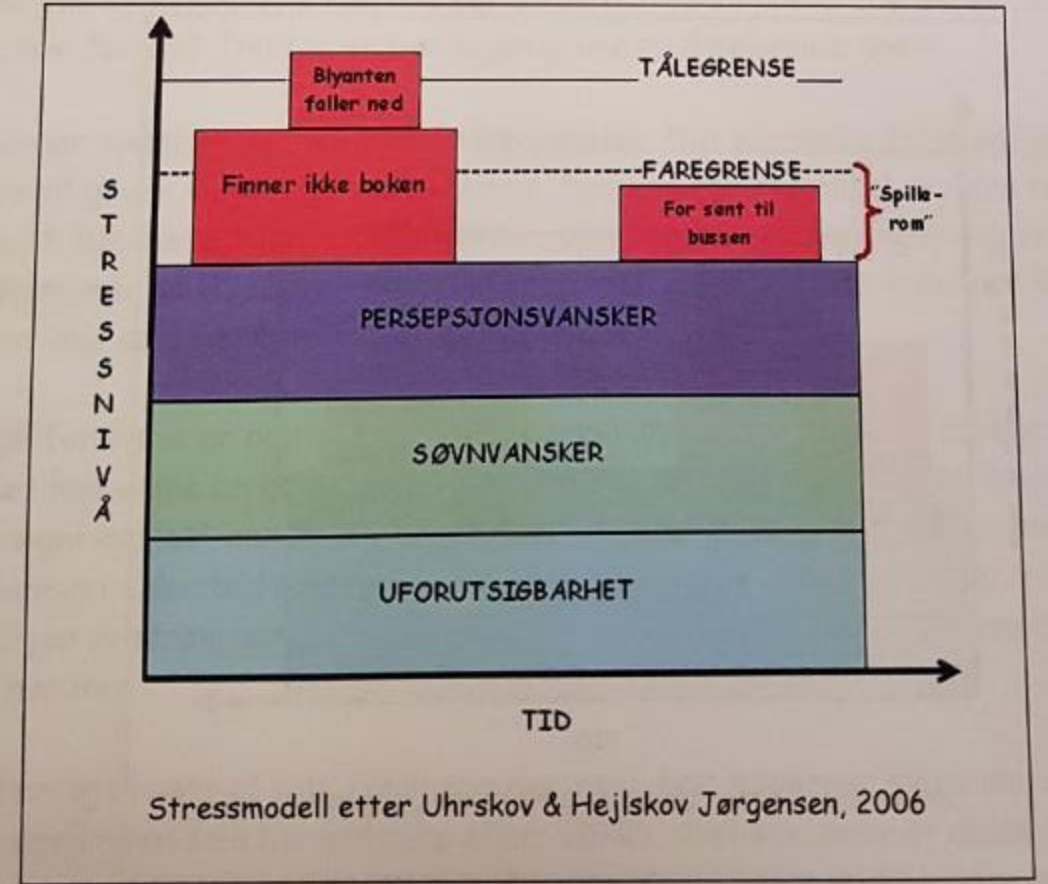
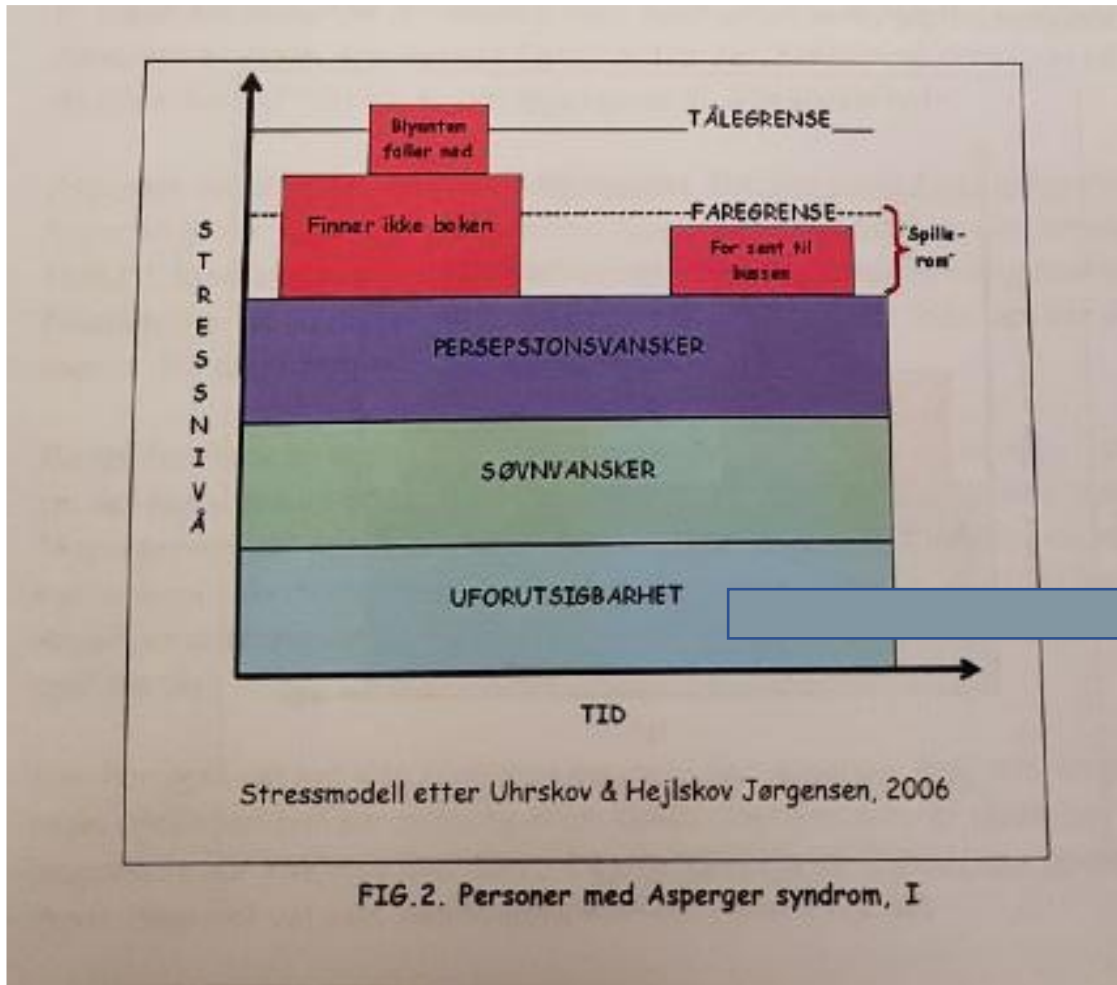


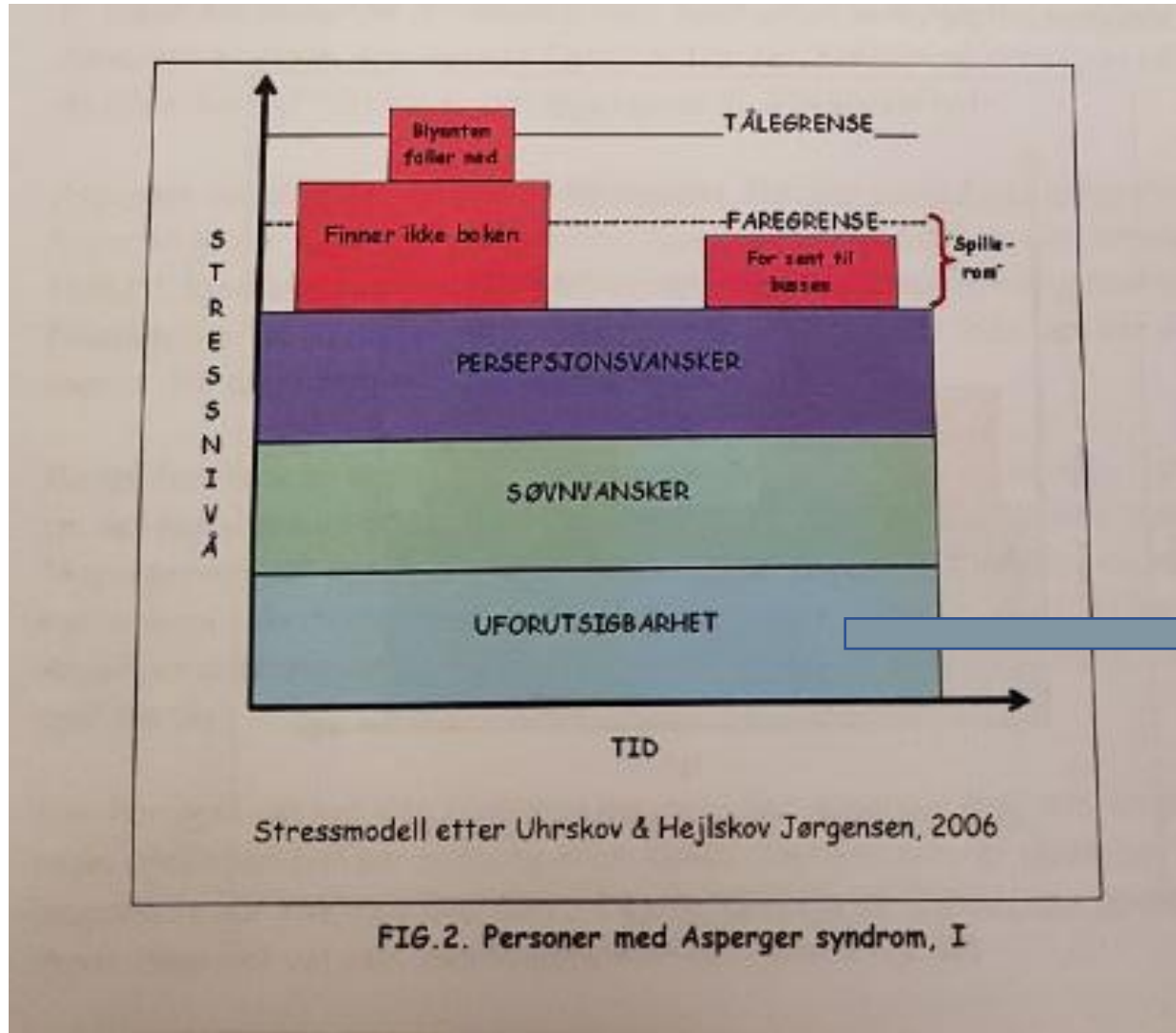
FIG.2. Personer med Asperger syndrom, I

Kontrollert kaos



- Forutsigbarhet = Stressreduksjon
- Kontroll
- Energiøkonomisering
- (*«skilting av hverdagen»*)
- Selvstendighet + mestring(-sfølelse)
- = kompensierende tiltak
(pga vansker med eksekutive funksjoner, automatisering, generalisering, arbeidsminne, korttidsminne osv)

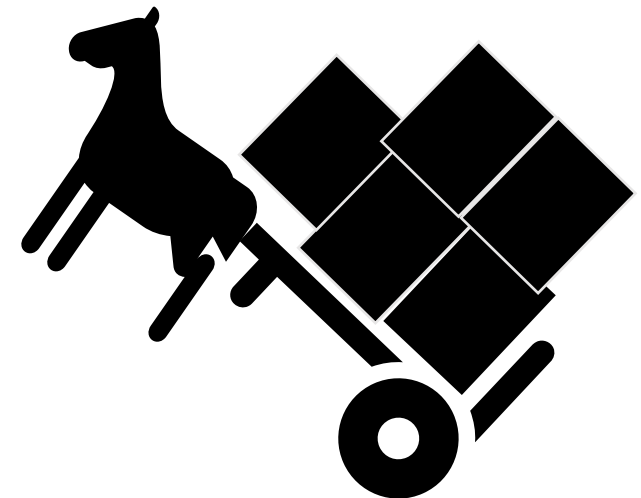
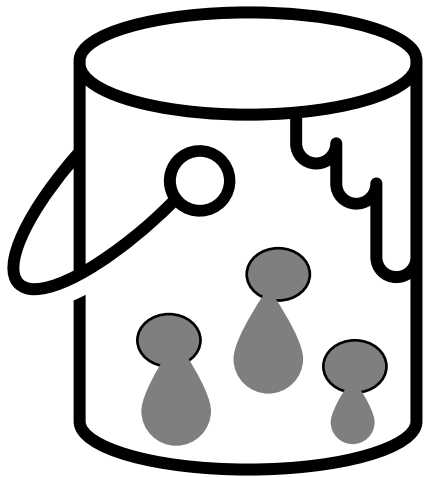
Forutsigbarhet



- Dagsplaner, ukeplaner, månedsplaner
- Oppskrifter
- Rutiner
- Tidsplaner og Varsler
- Visuelle beskjeder
- Situasjonsstrukturer
- Huskelister
- Lister, digitale hjelpemidler, smartklokker etc.

Stressoverfølsomhetsmodellen

- Vann = Stress
- Hull = Mestringsstrategier og tilrettelegging
- Folk blir rett og slett syke og/eller slutter å fungere (optimat) når stresset blir større enn de kan håndtere





MELT DOWN

overload – nedsmeltning – lock-down

Kognitiv overbelastning (overload)

- Ikke en teori – men en beskrivelse av noe man kan bli
- Ved for høyt stressnivå eller høyt stressnivå over lang tid
- Gjelder alle mennesker
- Kan føre til:

Melt-down:

- Utagering
- Aggresivitet
- Selvskading

Shut-down:

- Tilbaketrekning
 - Mister evnen til å kommunisere
 - Mutisme
- Ingen respons (catatonia)

(Småbarns-)Trass/Tantrums

Autistic melt-down (overbelastning / nedsmeltning)

Som oftest lett å **forutse** og **forstå**

Kan komme brått, tilsynelatende uten forvarsel

Målrettet

Ønsker å uttrykke/oppnå noe spesifikt

Ikke målrettet

Som oftest dråpen som tippet lasset over

Oppfatter/ser etter reaksjoner

Ønsker som oftest ingen reaksjon utenfra

Vil unngå å skade seg

Kan komme til å skade seg selv (eller andre) og/eller utsette seg selv for fare (trafikk el.l.)

Har kontroll (over ord og handlinger)

Har ingen kontroll

Det er mulig å oppnå kontakt

Det er ikke sikkert hen kan høre deg, og fysisk kontakt/kjeft/invadering kan gjøre situasjonen verre og forlenge varigheten

Kan stoppe brått
f.eks hvis mål oppnås/innfris

Varer lengre enn et trassutbrudd, og gir seg først når personen selv er rolig innvendig

MELTDOWN

- Ikke forman / kjeft / irettesett eller bli sint
- Forbli rolig til stormen er over (snakk evt. med lav og rolig stemme)
- Ikke forvent svar (det er ikke sikkert personen kan høre deg)
- Ikke øk stressnivået ved å si «stopp»
- Ikke forvent noe
- Pass på at personen ikke skader seg (selv)
- Vis støtte og forståelse

meltdowns at home following an anxiety filled day at school are common, it's not a reflection on you as a parent



Mange autistiske barn holder inne følelsene sine og *maskerer* gjennom hele skoledagen, og når de kommer hjem, til trygge omgivelser - eksploderer det!

Det er sjelden én enkelt hendelse som forårsaker en meltdown!



Laget av Diversity Doodles

Oversatt av Autismeinfo.no

"Why do you just EXPLODE over nothing?"



Because I normalised being stretched beyond my capacity and still having to carry on.

||:Forebygging:||



- Etabler trygghet – det er lov å si ifra!
- Sørg for en god og hensiktsmessig kommunikasjonsform
- Kartlegg stressfaktorer og sensorisk varhet – tilrettelegg!
- Prøv å unngå unødvendig stress, triggere, overbelastning
- Sørg for forutsigbarhet, gode rutiner – og del informasjonen
- Tilgang på de-eskalerings-metoder (fidget, stimming, stillerom, høreklapper...)
- Alltid tilgang på en nødløsning!

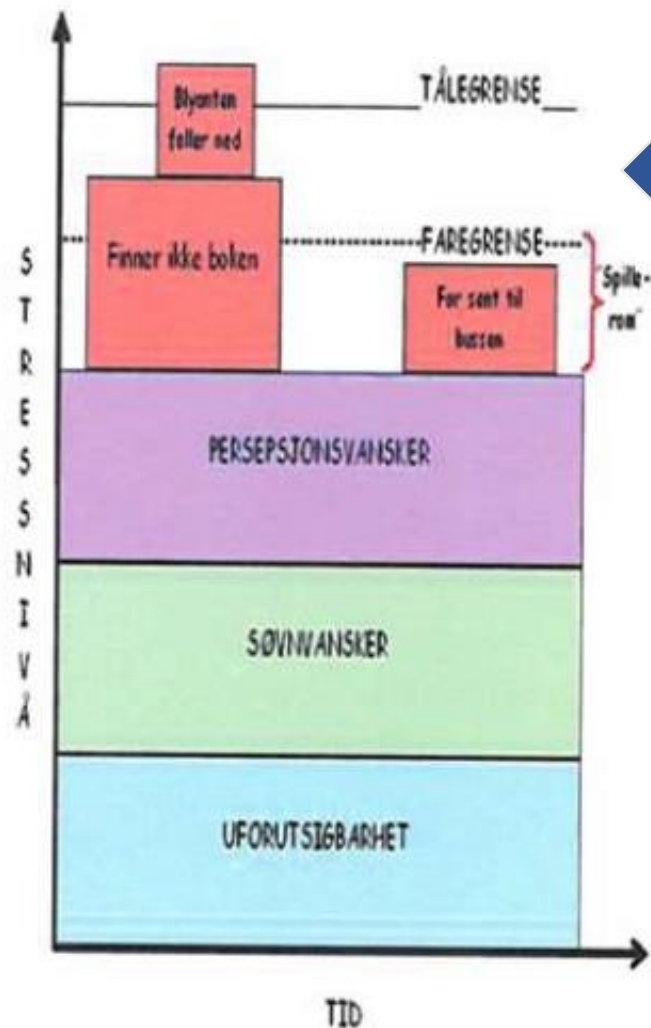
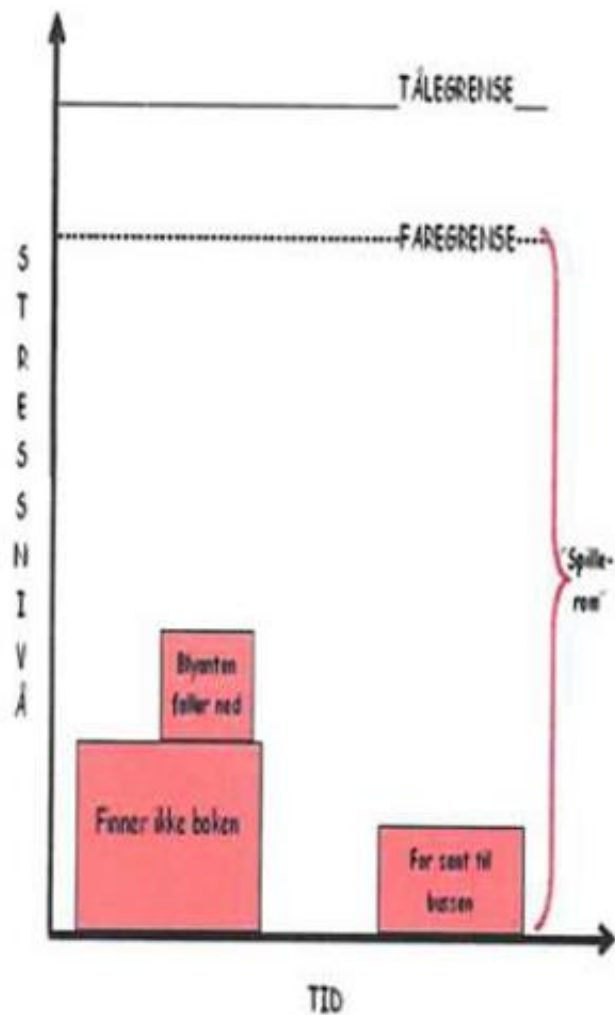


Å bruke stressmodellen

- Identifiser:
 - Personlig grunnstress
 - Personlige stressfaktorer/triggere
 - Personlige faresignal
 - Varsel om kaos/melt-down
- Minimer basis-/grunnstress
- Juster situasjonelt stress/krav etter faresignal

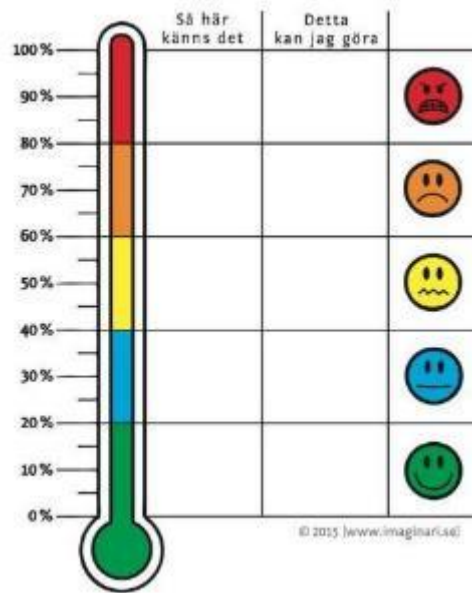


Vær obs på varselstegn FØR overbelastning!



Varselstegn:

- Økt stress/angst
- Tilbaketrekning
- Irritabel/brå
- Holder seg for ørene/gnir seg i øynene
- Mindre (øye)kontakt
- Tiltaksløshet/fatigue
- Kvalme, magevondt
- Søvnproblemer
- Skolevegring
- separasjonsangst
- Uro
- Stimming
- etc



Sensory Processing OVERLOAD SIGNS



SENSORY PROCESSING OVERLOAD SIGNS

- appears to have a higher level of activity (over excited) or sensitivity than normal during or following an activity
 - becomes increasingly distracted, disoriented, or confused
 - may feel nauseous and/or vomit
 - sudden paleness or flushed, sweaty, or clammy skin
 - rapid breathing or slower shallow breathing
 - decreased or increased muscle tone
 - tremors
 - glazed-over look in the eyes or signs of a possible seizure
 - drowsiness/fatigue
 - sleeplessness
 - irritability and/or angry outbursts
 - "shuts down" and refuses to participate in an activity
 - makes poor eye contact
 - covers eyes around bright lights
 - covers ears to avoid loud sounds or voices
 - avoids being touched or touching others
 - constantly changing a task, never finishing
 - fidgeting and restlessness
- © 2018 Sensory Processing Explains

Statped

Kartlegging av «Triggere»

Tvang, fics, raseri, sinne

SENSORY PROFILE 2

Wendy Dunn, PhD, OTR, FAOTA

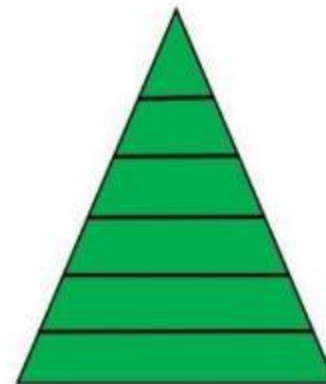
Manualsupplement norsk versjon

STRENGTHS-BASED APPROACH TO ASSESSMENT AND PLANNING

ALWAYS LEARNING PEARSON

IVAS 2019

ET INFORMASJONS- OG KOMMUNIKASJONSVERKTØY
TILPASSET PERSONER MED HØYTFUNGERENDE AUTISME/ASPERGER SYNDROM



Unni Andersen & Ellen Kleven



+ (Tema) -

SJEKKLISTE ved stress

0 = ingen stress
1 = normalt stress
2 = litt stress
3 = ganske mye stress

4 = mye stress
5 = svært mye stress –
nærmer seg
sammenbrudd

	Før	Tilrettelegging/ kommentar	Etter
Tap av kontroll og oversikt			
1 Manglende struktur, kaos			
2 Nye omgivelser			
3 Brudd på rutiner, overraskelser			
4 Uforutsigbar venting, pauser			
5 Bli forhindret i å fullføre			
6 Gjøre feil, mislykkes			
7 Nye oppgaver			
8 For vanskelige oppgaver			
9 For enkle oppgaver			
10 Tidspress, mas			
11 Krav om skjønsmessig vurdering			
12 Flere samtidige oppgaver			
13 Å måtte prioritere eller velge			
14 Å måtte planlegge			
Sosiale vansker og misforståelser			
15 Mange folk			
16 Mye nærhet			
17 Nye folk			
18 Småprat, ustrukturert prat			
19 Fleip, sarkasmer - ironi			
20 Indirekte eller upresis tale			
21 Tvetydigheter, metaforer, analogier			
22 Konflikter, krenkelser - mobbing			
23 Bli korrigerert, få kritikk			
24 Få ros eller påskjønnelse			
Perseptuelle, sensoriske vansker			
25 Lyd			
26 Berøring			
27 Lukt			
28 Lys			
29 Temperatur			
30 Mange samtidige inntrykk			
Annet – Hva?			

(kunnskapsbanken.net)

Sånn vil jeg ha det



Sett kryss om det stemmer

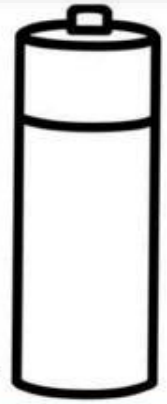
<input type="checkbox"/>	Jeg trenger hjelp av en voksen med å dele oppgavene i flere deler og gjøre en ting om gangen.	
<input type="checkbox"/>	Jeg trenger hjelp til å starte og avslutte det jeg skal gjøre.	
<input type="checkbox"/>	Jeg trenger et varsel litt før jeg må avslutte en aktivitet.	
<input type="checkbox"/>	Jeg trenger variasjon mellom ulike typer oppgaver sånn at jeg ikke kjeder meg.	
<input type="checkbox"/>	Jeg trenger hjelp til å gjøre ferdig oppgaver som jeg synes er kjedelige.	
<input type="checkbox"/>	Jeg liker at læreren sier ifra til meg om jeg jobber bra når jeg jobber selvstendig.	
<input type="checkbox"/>	Jeg vil gjerne få informasjon om for eksempel innleveringer, skjemaer og andre oppgaver på denne måten:	
	•	
	•	
	•	

(statped.no)


Sheffield Children's **NHS**
NHS Foundation Trust

Energy Management

Things that use up my energy



Things that recharge my battery



19



<https://krap.com/skema/energikoppen>

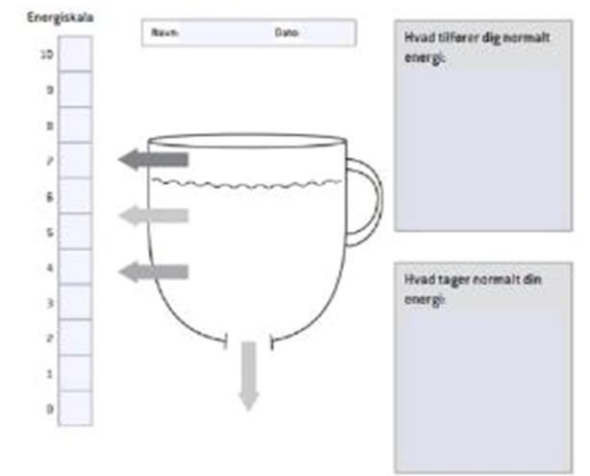
Energikoppen

Blank form with fields for Name and Date, and two text boxes for energy intake and output.

Hvad tilfører dig normalt energi:

Hvad tager normalt din energi:

Blank lines for writing.




Newgladecounseling

Spoon Theory

Spoon Theory is a way of explaining how life can be for some people with autism, ADHD or chronic pain conditions. A spoon is used to represent a unit of energy

The more overwhelming the activity (due to sensory issues, pain, social anxieties, masking etc) the more spoons it will use up.

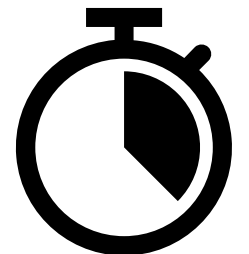
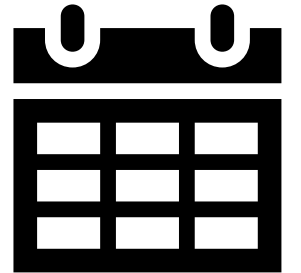
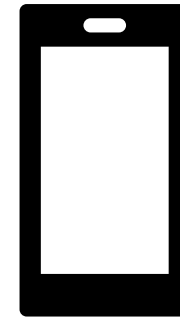
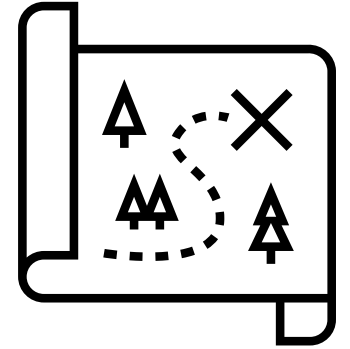


Using up too many spoons may mean you feel overloaded, overwhelmed, or even go into shutdown or burnout.

Hjelpemidler:

- Huskelister, Alarmer
- «Oppskrifter» og rutiner
- Trinnvise forklaringer
- Planer og oversikter
- Visuell støtte (lettere informasjonsopptak og husk)

-> **Forutsigbarhet - mestring – selvstendighet - trygghet**



Hjelpemidler



HandiKalender on the App Store



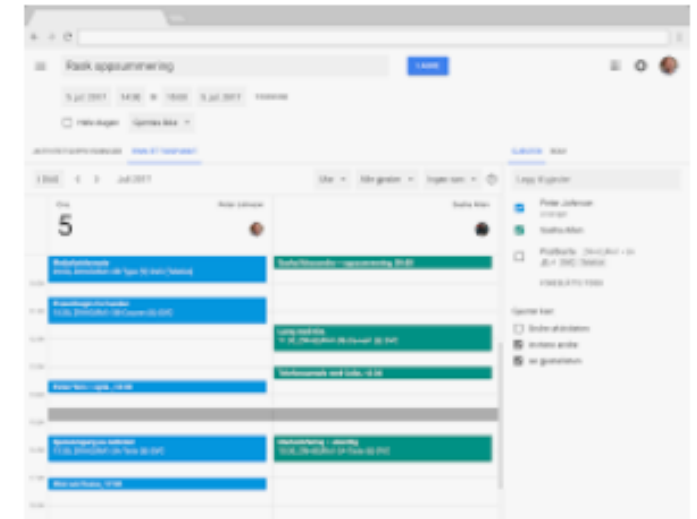
Wunderlist: To-Do List & Tasks on th...
apps.apple.com



MemoAssist™ + Premi...
apps.apple.com



Mobilize Me Strukturverkt...



Google Kalender: nettbaserte kalendere...



https://www.statped.no/autisme/



Sånn vil jeg ha det



Tiimo



KAT-kassen



Mine sirkler - app som sosialt atferdskart



Keep Track Comai



IVAS - informasjons-og kommunikasjonsverktøy



Asperger syndrom: Eksempelhefte



Asperger syndrom: Håndbok



Fra kaos til kontroll med smartklokker



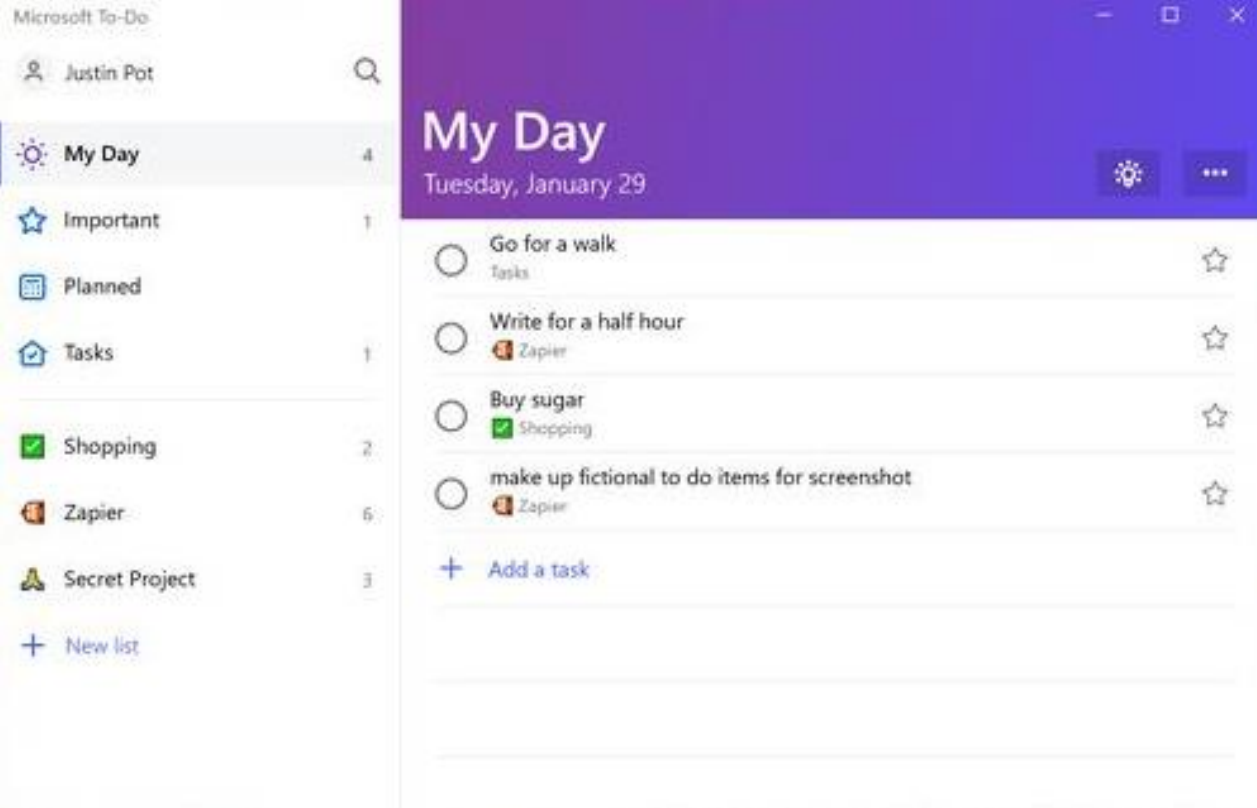
Sosiale historier som metode



Vis Timer



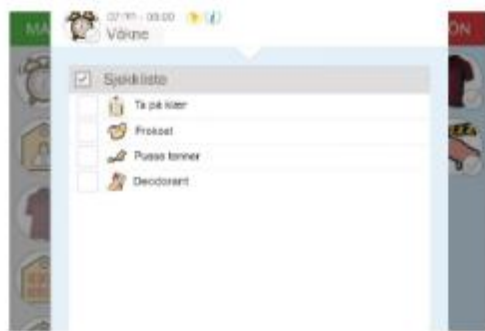
Book Creator temaside



Microsoft



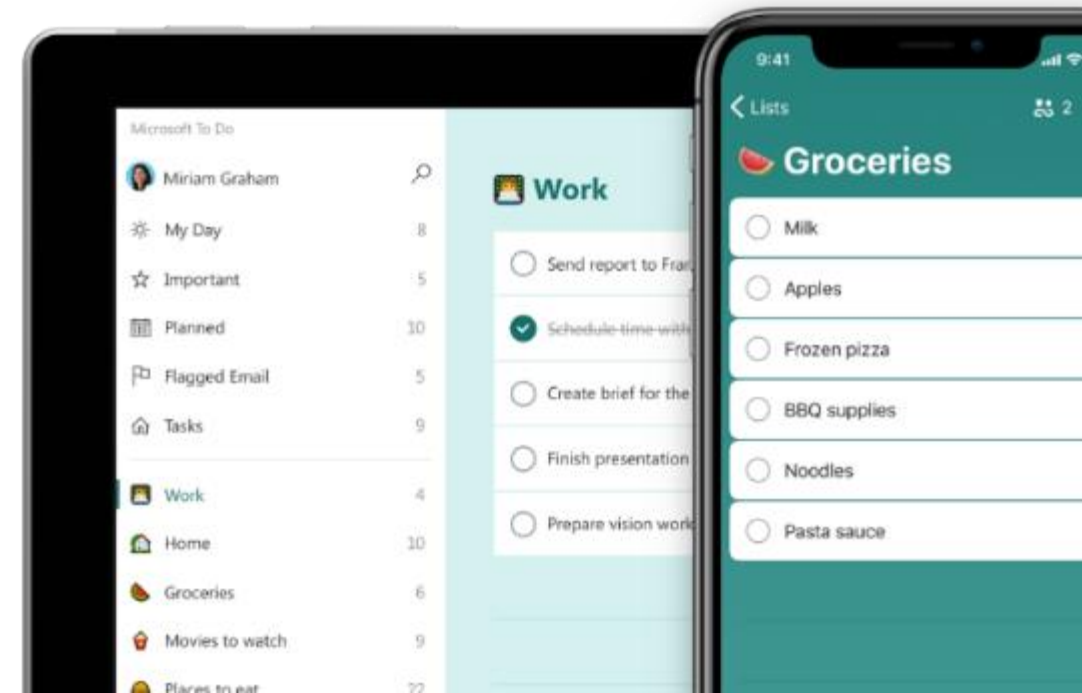
- Microsoft To-Do (gratis)
- Google Calender (gratis)



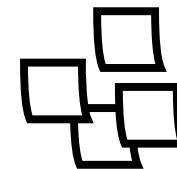
Sjekkliste



Pakklister



Alternativ/Supplerende kommunikasjon (ASK)



- ASK = **A**lternativ og/eller **S**upplerende (støttende) **K**ommunikasjon



- Mye brukt, og svært nyttig for de fleste autister.



- **Manuelle tegn:** håndtegn, tegn-til-tale, tegnspråk, kroppsspråk...



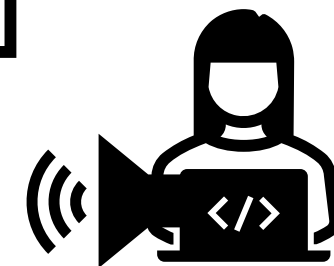
- **Materielle tegn:** kommunikasjonsbøker, armbånd, fotografi, taktile tegn...

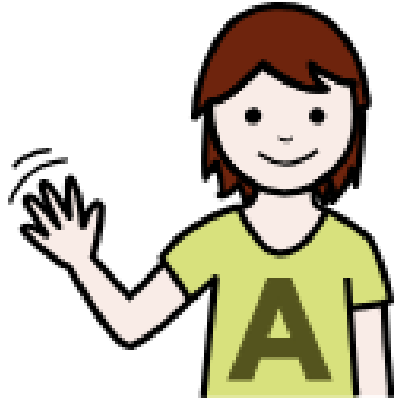
- **Grafiske tegn:** piktogram, ortografisk skrift/skriftbilder (alfabettavler, personlige ordlister...)



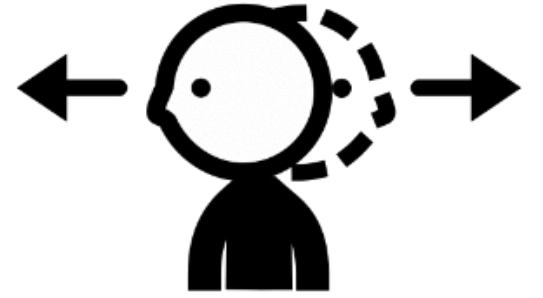
- Avanserte datamaskiner og talemaskiner med talesyntese

- Tematavler, ordkort, kort-svar, armbånd (mitt-signal) etc





ARASAAC



<https://arasaac.org/>

<https://arasaac.org/pictograms/search>

<http://old.arasaac.org/herramientas.php>

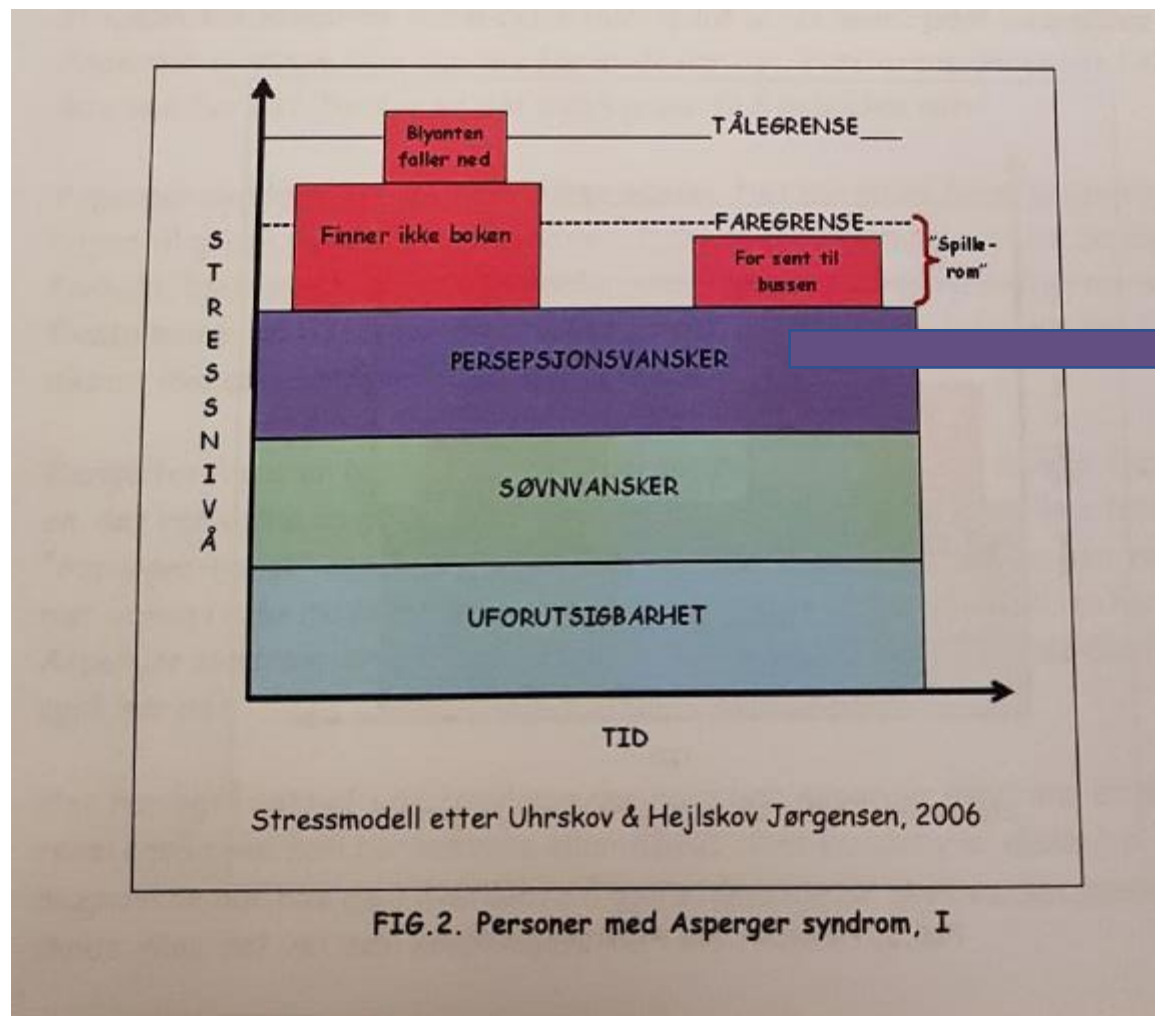


Global Symbols

<https://globalsymbols.com/>

<https://globalsymbols.com/symbolsets/arasaac>

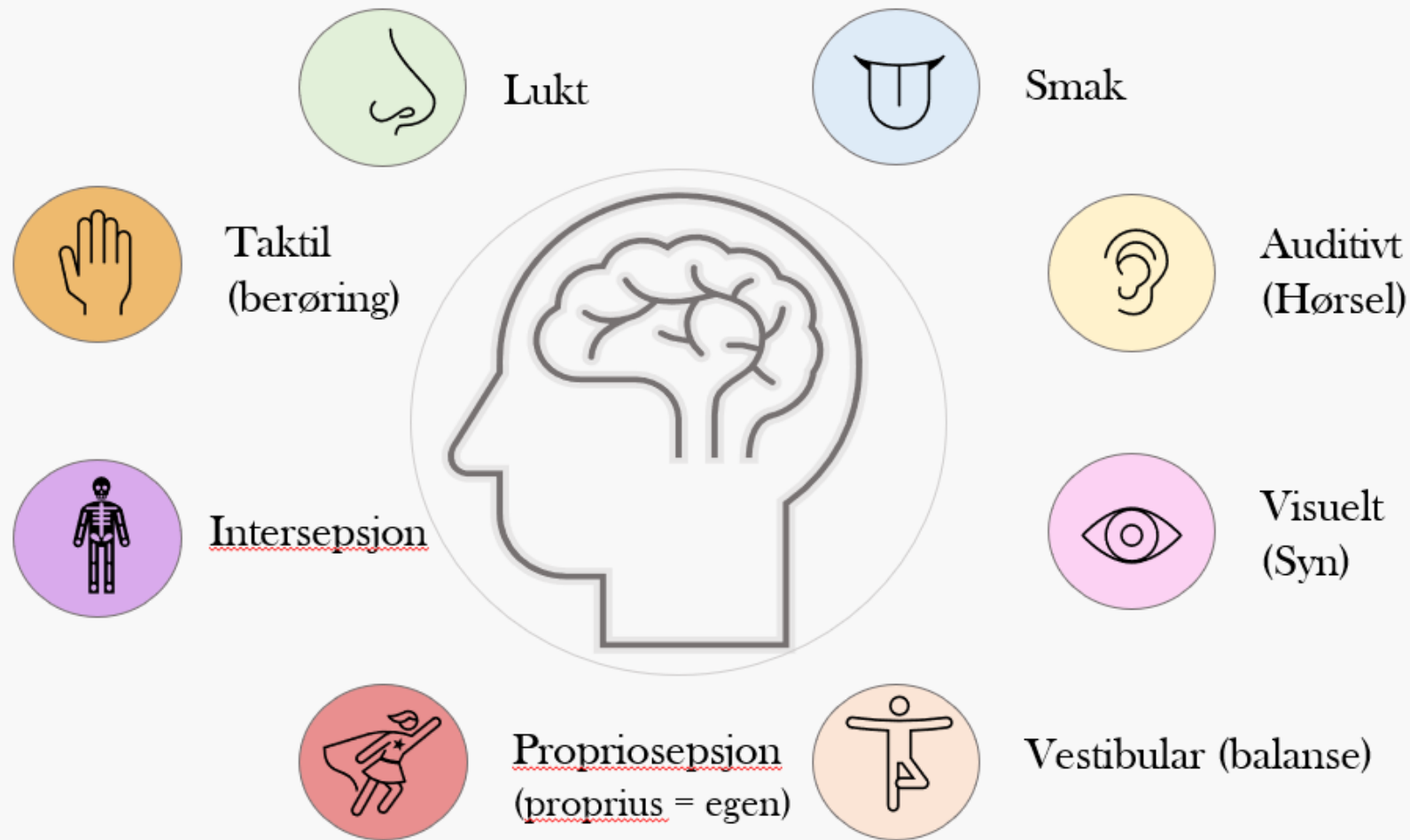
Persepsjon, sanser



I hear things more loudly
I see things more clearly
I smell things more strongly
I feel things you don't
I taste things differently

I have autism

facebook.com/HeartsAndMindsUK

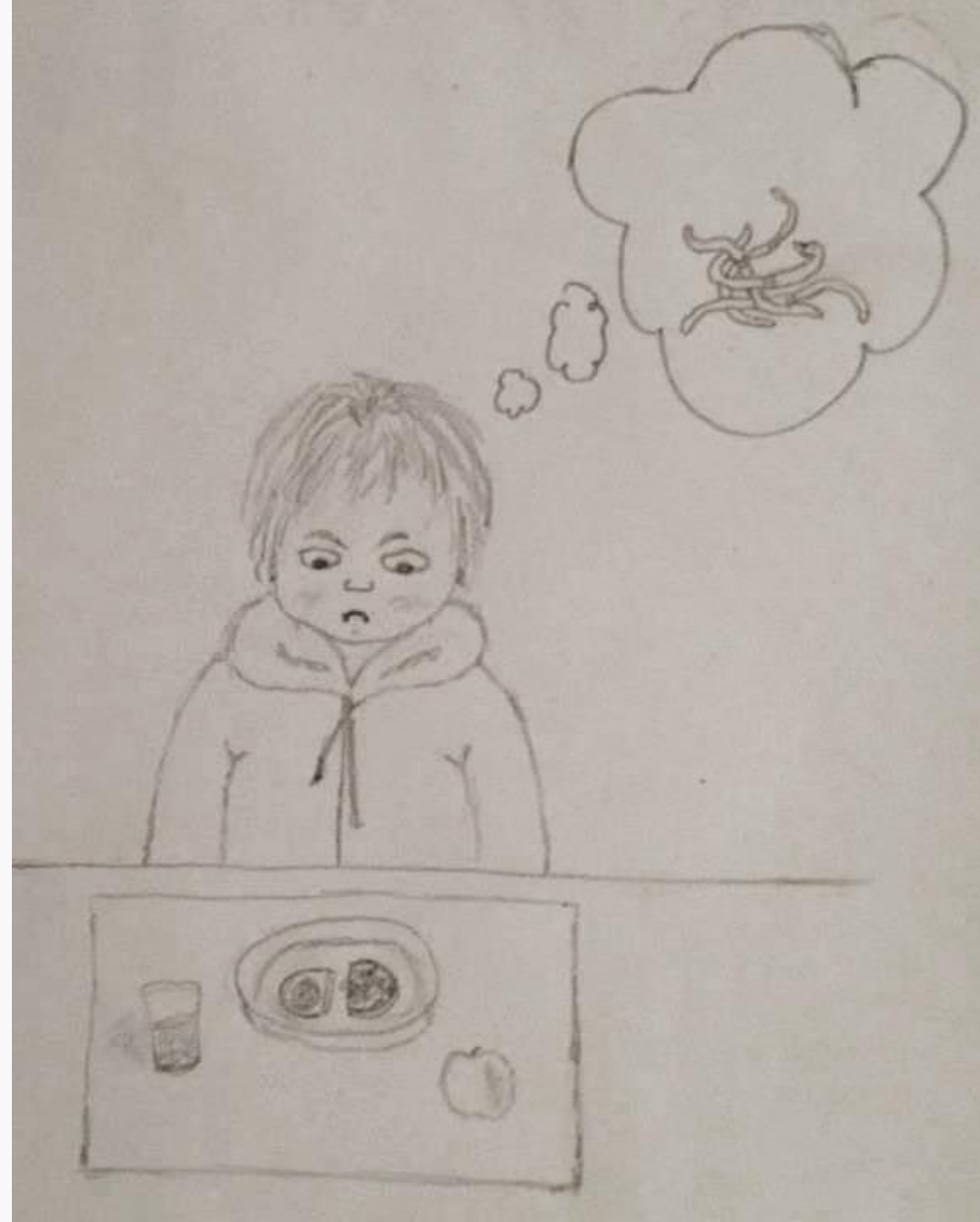


- **Hypersensitivitet** / overfølsomhet / høysensitiv (føler MER enn andre)
- **Hyposensitivitet** / underfølsomhet / nedsatt sanseopplevelse

Lukt, smak og spising

- **Hypersensitive** smakssanser
- **Hyposensitivitet**
- Å blande smaker/mat
- Mat med sterke farger, klumper...
- Bestemte konsistenser (myk mat, gele...)
- Temperatur, utseende...
- Å spise sammen med/foran andre
- Mange har **ARFID**/spiseforstyrrelser

- Spise for seg selv (alene, før/etterpå)
- Ha med egen «trygg» mat
- Ikke blande mat, vær obs ved matbestilling
- Spise jevnt, holde blodsukkeret oppe



Lyd / hørsel / auditiv sans



- Overveldende reaksjon på:
 - **Mye lyd** (kafe, tog, kjøpesenter...)
 - **høye lyder** (brannalarm, fyrverkeri, konsert)
 - **brå lyder** (nysing, bjeffing, rop...)
 - **spesifikke lyder** føles uhåndterbare (smatting, plystring, klokker...)
- Vanskelig å **skille** lyder fra hverandre («ordene krasjer»)
- Vanskelig å **filtrere** bort bakgrunnsstøy – hører alle lyder like godt
- Kan høre lyder ingen andre hører

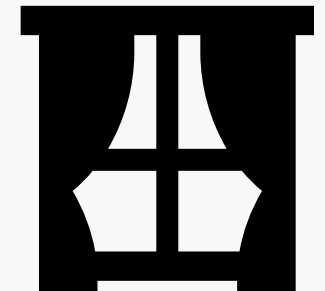
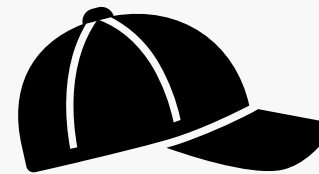


Lys / visuell sans

- Overveldende reaksjon på:
 - Mye lys
 - Skarpt/direkte lys
 - Blinkende lys (disko)
 - Spesielle typer lys (sollys, lysrør, kontorlamper, spotter etc)
 - Mønster, farger, kontraster....



- Solbriller, filterbriller
- Parasoll, paraply
- Dimming, lyspærer med mykere lys
- Persienner, gardiner
- Caps, solhatt, hettegenser

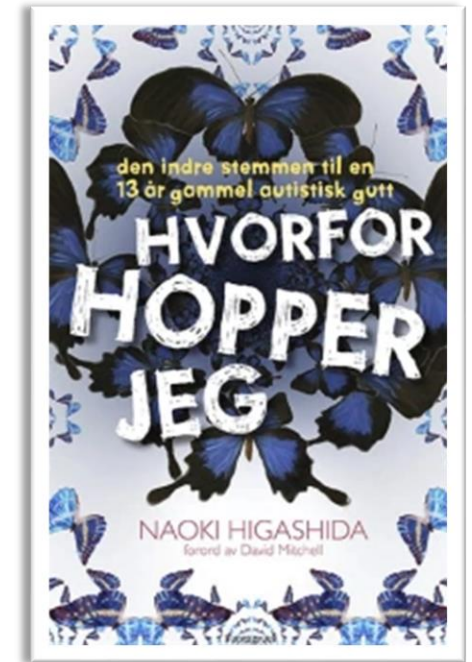


Berørings- eller følelsessansen (taktilsansen)

- **Hyper:** Hjernene kan oppfatte berøringsstimuli mer intenst, t.o.m. *smertefullt*
- Kan gjøre det vanskelig/ubehagelig å
 - klippe håret, klippe negler, smøre (sol)krem
 - Ha på sokker, ren ull, sømmer, merkelapper
 - Dusje, bade
 - Klemme, håndhilse
- Kan klø intenst, svi, tar fokus, skaper irritabilitet, osv
- Uventet berøring kan være skremmende
- **Hypo:**
Kjenner ikke om noe det er for varmt eller for kaldt, HØY smerteterskel,
Stort behov for berøring (bli holdt, dekke kroppen, vektdyne, fikle (fidgets))

Vestibular- / likevektssansen

- Balanse, koordinasjon
- Forteller kroppen om roterende bevegelser (av hodet), bevegelsesretning og – hastighet.
- **Hyper:**
 - Blir lett svimmel og kvalm (blir fort bilsyk, sjøsyk),
 - balanseutfordringer (snubler lett, kan fremstå som klønete, har problemer med å lære å sykle osv)
- **Hypo:**
 - Veldig opptatt av f.eks gyngbevegelser/husking
 - Liker store (voldsomme) bevegelser
 - Vanskelig å sitte stille og konsentrere seg

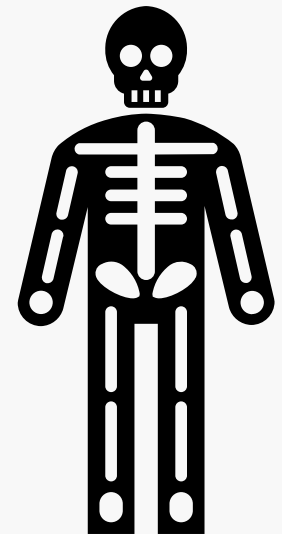


Motorikk

- ***Kan*** ha forsinket motorikk og/eller motoriske vansker.
- Grovmotorikk:
 - Sykle, gå i trapper, løpe, hoppe
 - Kaste/ta imot ball (avstandsbedømmelse krever god grovmotorikk)
 - Unngår fysisk lek
- Finmotorikk:
 - Bruke hendene samtidig (glidelås, kneppe, klippe, knytte sko...)
 - Tegne og skrive, perle, bygge lego...
 - Å bruke ansiktsmimikk (til å uttrykke følelser)

Propriosepsjon og Interosepsjon

- **Propriosepsjon** (dypsensibilitet):
 - Kroppsbeherskelse (body awareness)
 - Kroppens deler i forhold til kroppen, egen styrke
 - «Personal space»
- **Interosepsjon:**
 - Tolke kroppens indre signaler/behov (sult, dotrang...)
 - Sansse egne indre emosjoner (frykt, spenning, nervøsitet...)
 - «lese rommet»

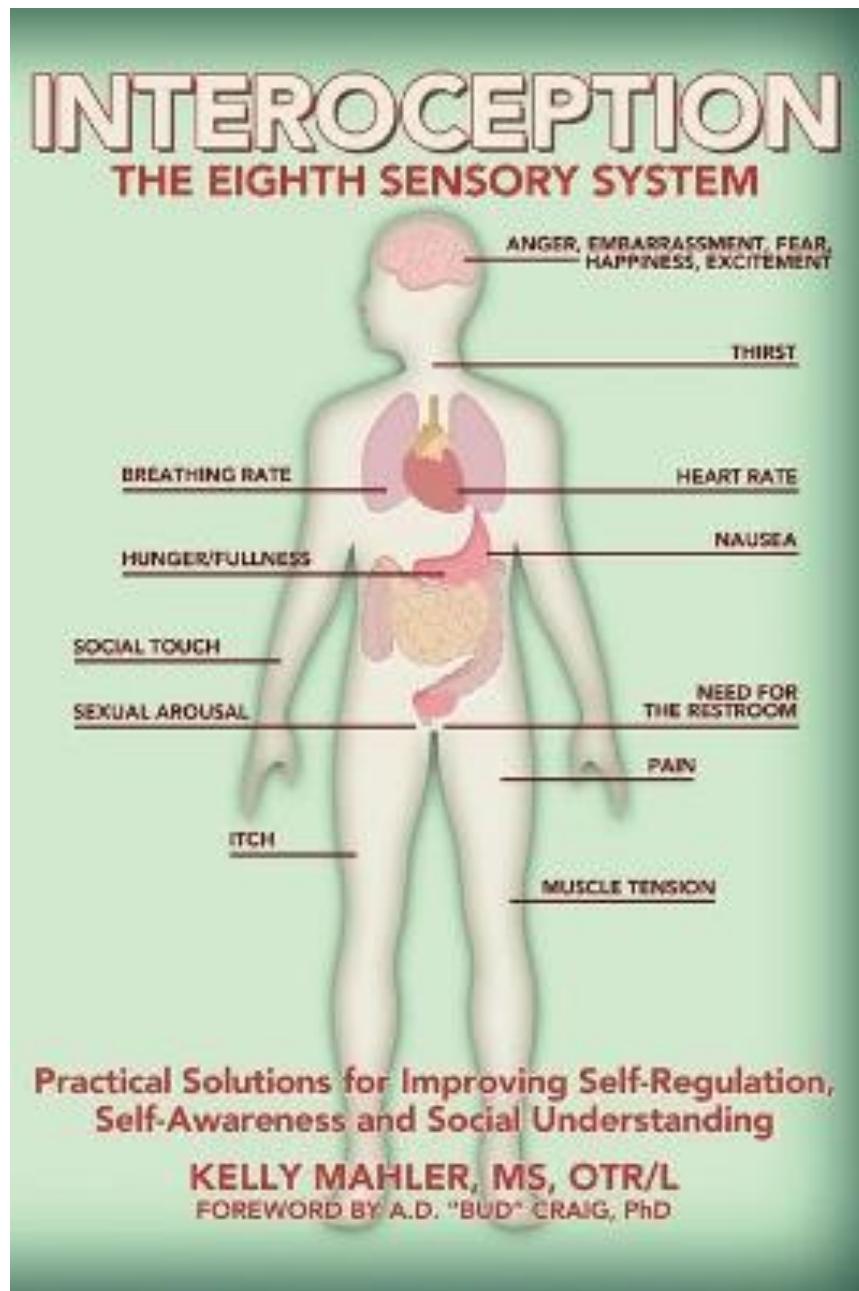


Interosepsjon

- Å være i stand til å tolke og forstå og kjenne igjen signal fra egen kropp

Many people take it for granted, but one of the most important skills we have is being able to understand signals from our body.

How you know if you're hungry, thirsty, tired, etc. are key abilities to live a healthy life. These are skills that those with autism tend to lack.





Can you make it to the end?

160K views • 1 year ago

 The National Autistic Society

Understand autism, the person and what to do. Visit <http://bit.ly/2UuogeG>.

<https://youtu.be/aPknwW8mPAM>



Sensory Overload

385K views • 6 years ago

 Alkurhah

Some people with autism have difficulty processing intense, multiple sensory experiences at once. This animation gives the ...

CC

<https://youtu.be/K2P4Ed6G3gw>

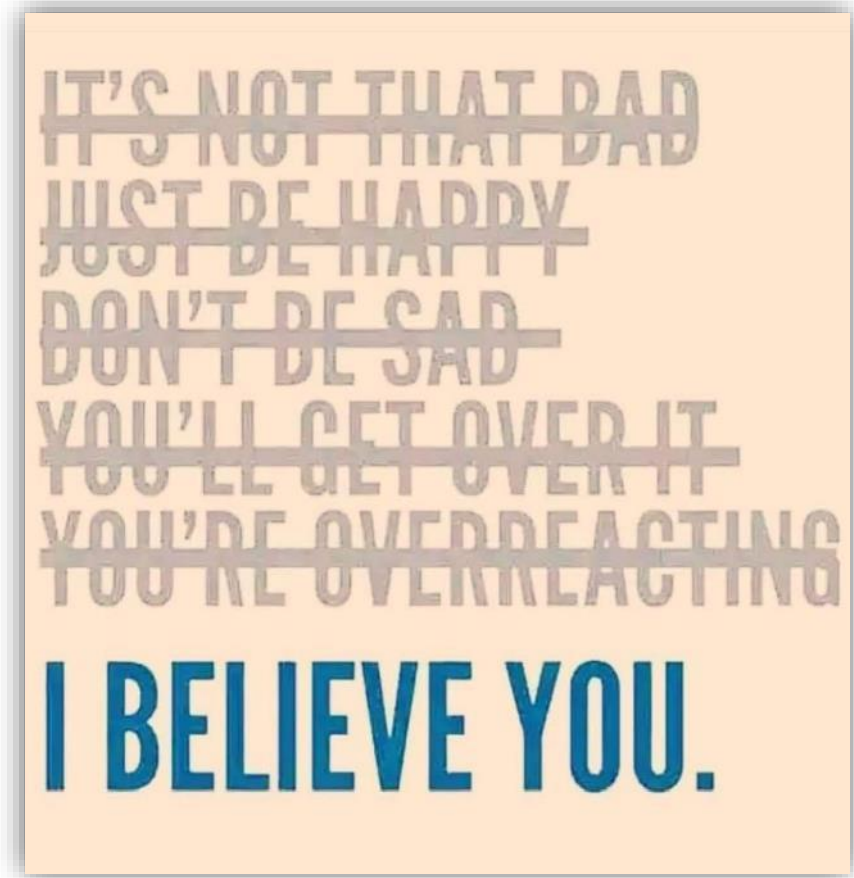
Hvordan hjelpe en hypersensitiv autistisk person:

- Anta at det er sant. Autistiske hjerner oppfatter sanser på en annen måte.
- Oppfordre til å si fra **med en gang**, så det ikke bygger seg opp. Det er OK!
- Unngå for mye folk, køer, ytre stimuli
- Ta pauser (både planlagte – og ved behov)
- Gi alternativer/hjelpemidler/skjermingstiltak
- Ved behov: Fjern personen fra stimulien eller omvendt
- **Gi mulighet til å trekke seg unna og ha en plan B!**



||:Forebygging:||

- Etabler trygghet – det er lov å si ifra!
- Sørg for en god og hensiktsmessig kommunikasjonsform
- Kartlegg stressfaktorer og sensorisk varhet – tilrettelegg!
- Kartlegg signaler for overload (stimming, ticks etc)
- Sørg for forutsigbarhet, gode rutiner – og del informasjonen
- Tilgang på de-eskalerings-metoder (fidget, stimming, stillerom, høreklokker...)
- Alltid tilgang på en nødløsning!



Mittsignal

MitSignal-armbåndet hjælper deg med å kommunisere tydelig og sosialt akseptabelt for omverdenen, enten du er "tilgjengelig" eller "ikke tilgjengelig". Når den grønne siden er utover, betyr det at du er klar for kontakt - når den røde siden er utover, betyr det at du ikke er klar for kontakt. Du snur ganske enkelt armbåndet i henhold til hvilket signal du vil sende.

MitSignals nettsted



Vi har bygd en bro! Nå er tilgangen enklere, det er bedre tilknytning til fastland, trafikken flyter fint, den har gitt store fordeler og forbedret liv...

...det har vært en så stor suksess, at nå fjerner vi støttene!



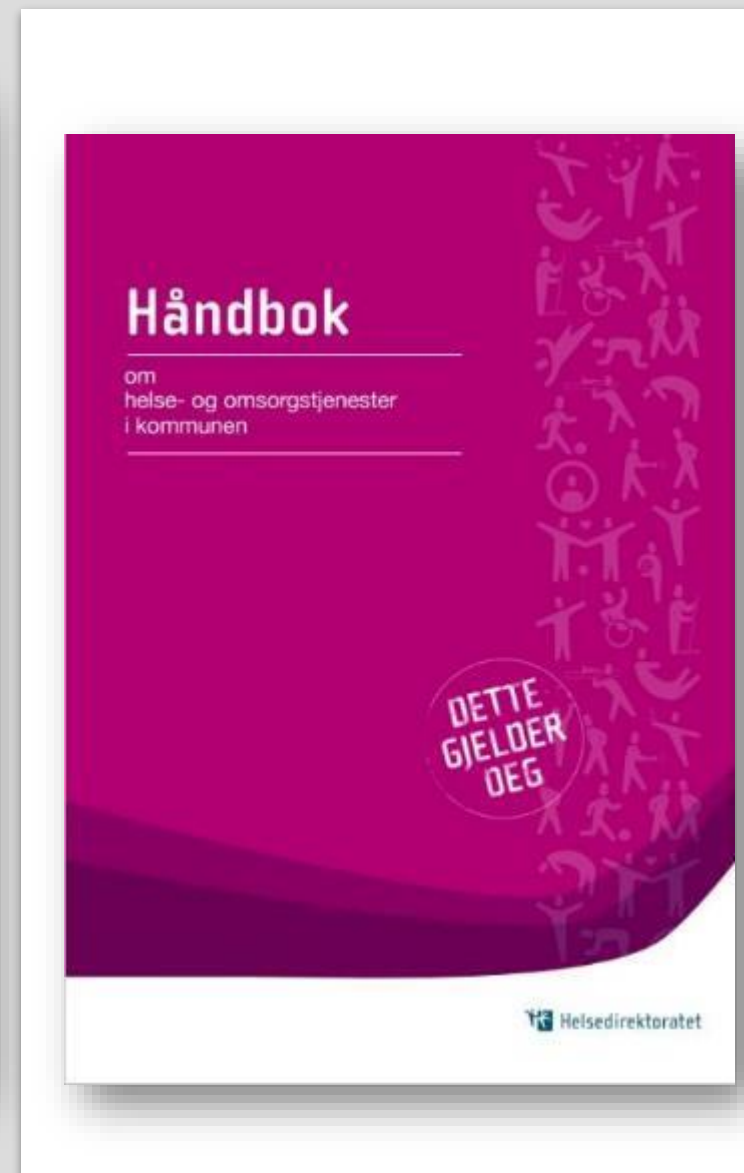
På hvilken måte skal DET hjelpe?!



Kommunale og statlige hjelpetilbud:

- Hjelpetønad | Grunnstønad
- Kommunal koordinator og Ansvarsgruppe
- Individuell plan (IP)
- Individuell opplæringsplan (IOP)
- Tilrettelagte fritidstilbud (Delta, NIF...)
- Tilrettelagt arbeid | veiledning via NAV
- (delvis) uførestønad
- Tekniske hjelpemidler
(hjelpemiddelsentralen)
- Ekstra omsorgsdager
- Avlastning
- Støttekontakt | fritidskontakt
- Ledsagerbevis
- HC-bevis
- TT-kort | skoleskyss
- Kommunal bolig | Tilrettelagt bolig
- Bofellesskap med bemanning
- BPA

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/parorendeveileder>



<https://oslo-universitetssykehus.no/avdelinger/Documents/Rettigheter%20og%20st%C3%B8tteordninger%20barne%20med%20ASF%20april2018.pdf>

Innholdsfortegnelse

Forord	5
1 Hvem er dine viktigste kontakter?	9
2 Hvilke helse- og omsorgstjenester tilbyr kommunene?	13
De nye tjenestene	14
3 Hvilke hovedprinsipper gjelder når kommunen yter tjenester?	45
4 Hva skal du gjøre for å kunne motta tjenester?	49
5 Hvilken kvalitet kan du forvente på tjenestene du mottar?	53
6 Hvilke rettigheter og plikter har du?	57
Taushetsplikt	57
Etterord	63
7 Hvor kan du motta mer informasjon?	65
Offentlige instanser	65
Regionale helseforetak (RHF)	66
Interesseorganisasjoner, råd og utvalg	66
Lover, forskrifter og retningslinjer	68

Hvilke helse- og omsorgstjenester tilbyr kommunene?

Kommunene har en generell plikt til å gi deg informasjon og råd om hvilke tjenester som tilbys. Et av formålene med de kommunale helse- og omsorgstjenestene er å tilrettelegge tjenestene slik at mottakerne blir i stand til å leve et så godt liv som mulig. Tjenestene skal stimulere og bygge opp under menneskers egen evne til å mestre sin hverdag.

Kommunen har ansvar for alle innbyggere, uavhengig av alder og funksjonsnivå og etnisk bakgrunn. Tjenestene som beskrives nedenfor, er generelle og gjelder også for barn og unge. Hvilke tjenester den enkelte får, vil variere. Årsaken er at den enkeltes individuelle behov skal være grunnlaget for tjenestetilbudet. Nedenfor er tjenester og tiltak beskrevet i alfabetisk rekkefølge:

- | | |
|--------------------------------------|---|
| - Allmennlegetjeneste | - Legevakt |
| - Avlastningstiltak | - Matombringing |
| - Botilbud til personer over 18 år | - Miljørettet helsevern |
| - Bolig til personer under 18 år | - Omsorgslønn |
| - Brukerstyrt personlig assistanse | - Parkeringskort |
| - Dagtilbud | - Personlig assistanse (praktisk bistand) |
| - Ergoterapi | - Psykisk helsearbeid |
| - Fastlegeordningen | - Rustiltak |
| - Fysioterapi | - Støttekontakt |
| - Habilitering og rehabilitering | - Svangerskapsomsorg |
| - Helsestasjon og skolehelsetjeneste | - Sykehjemsplass |
| - Hjelpemidler | - Tannhelsetjeneste |
| - Personlig assistanse (Hjemmehjelp) | - Trygghetsalarm |
| - Hjemmesykepleie | - TT-kort |
| - Krisesentre | |
| - Ledsagerbevis | |

Tilrettelagt idrettsleir Hurdal

Tilrettelagt idrettsleir arrangeres for 21. gang i 2023 .

Viken idrettskrets i samarbeid med Norges idrettsforbund og særforbund inviterer for 21. gang utviklingshemmede barn og ungdom med til tilrettelagt idrettsleir med fokus på idrett, aktivitet og mestring.

Representanter fra forskjellige særkretser/ forbund kommer til leiren og tilrettelegger ulike idretter, slik at deltakerne får prøvd disse. Målet er å vise forskjellige idrettstilbud som tilbys i eget nærmiljø. Etter leiren får deltakerne skriftlig informasjon om idrettstilbudene som har vært på leiren, og hvor man kan trene disse i Viken.

Det er totalt plass til 70 deltakere + ledsagere. Idrettskretsen stiller med leirleder og tre aktivtører. Deltakerne har med egne ledsagere. Dette kan være et familiemedlem, støttekontakt/ avlaster/ fritidskontakt o.l. Flere deltakere og ledsagere kommer igjen år etter år, og mange finner en idrett de ønsker å gjøre på fritiden.

Leiren avholdes på Hurdal syn- og mestringscenter, som ligger ved Hurdalsjøen. Senteret har hotellstandard og har fine treningsfasiliteter som gymsal, klatrevegg og svømmebasseng. Senteret er universelt utformet, og har tilgang på enkle hjelpemidler.



FELLESSKAP

- Foreldregruppe, f.eks på BUP
- Facebookgrupper
- Grupper/arrangement i Autismeforeningen, ADHD-Norge, Løvemammaene osv
- Foreldrekurs:
 - «Hva med oss/meg?» - Bufetat <https://www.bufdir.no/familie/tilbud/hvamed/>
 - «Kompetente foreldre» - Ahus/Autismeforeningen
<https://kompetenteforeldre.no/modul/ta-vare-pa-deg-selv-og-se-nye-muligheter/1-introduksjon/>
<https://autismeforeningen.no/arrangementer/oppstart-kompetente-foreldre/>
 - Foreldreprogrammet til Glenne regionale senter for autisme

Kurs for foreldre med barn med spesielle behov

<https://www.bufdir.no/familie/kurs/>

<https://www.bufdir.no/familie/tilbud/hvamed/>

Kva med oss? og Kva med meg? er kurs fra familievernet for foreldre som har barn med funksjonsnedsetting, fysiske eller psykiske vanskar eller kronisk sjukdom.

Kursa går over ei helg, som regel fra fredag til søndag, og er lagt til hyggelege hoteller rundt i landet. Kurset er gratis, og du kan vende deg til familievernkontoret utan tilvising.

Kurset passar dykk som:

- har ein utfordrande kvardag
- vil ha tid til å være kjærestar
- vil ha hjelp til å bli betre på kommunikasjon
- kjenner de har lite tid til kvarandre
- ønskjer verkty til å handtere konflikter
- vil unngå krangling
- vil treffe andre foreldre i same situasjon

Fredag 08. september

Hva med oss? Samlivskurs for foreldre som har barn med nedsatt funksjonsevne
Asker, Holmen Fjordhotell



Fredag 15. september

Hva med oss? – samlivskurs for foreldre som har barn med nedsatt funksjonsevne
Ålesund



Fredag 20. oktober

Hva med oss? Samlivskurs for foreldre til barn med nedsatt funksjonsevne - regionalt kurs
Åsgårdstrand - tilbud til alle i Agder, Buskerud og Vestfold og Telemark



Fredag 20. oktober

Hva med meg? - kurs for aleneforeldre
Trondheim



Fredag 27. oktober

Hva med meg? Kurs for aleneforeldre til barn med nedsatt funksjonsevne
Larvik - et tilbud for alle i Agder, Buskerud og Vestfold og Telemark



Fredag 27. oktober

Hva med oss? Samlivskurs for foreldre som har barn med nedsatt funksjonsevne
Asker, Holmen Fjordhotell



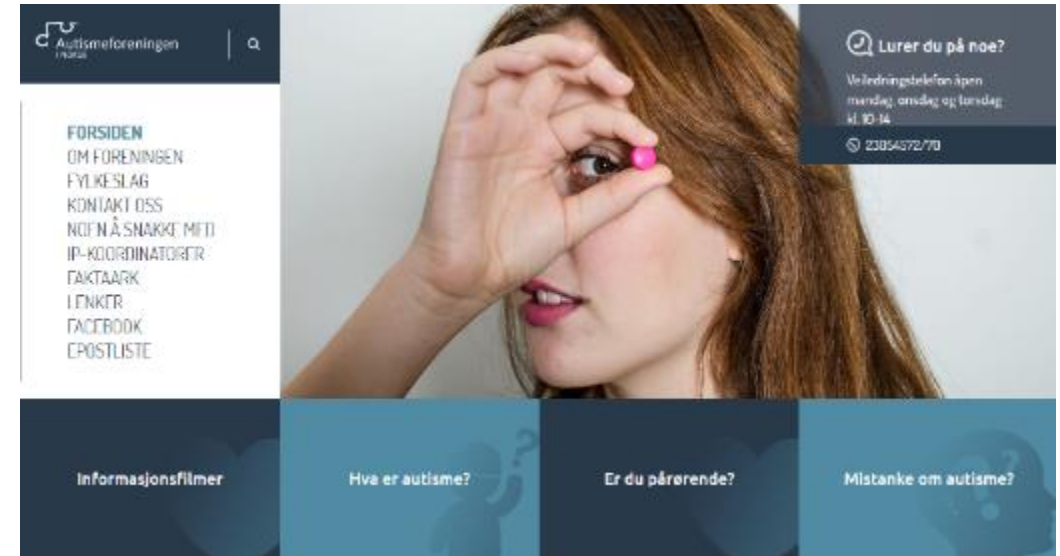
Fredag 03. november

Hva med meg? Kurs for aleneforeldre for barn med nedsatt funksjonsevne
Asker, Holmen Fjordhotell



Autismeforeningen i Norge

- Fagstoff, nyhetsblad
- Informasjon på internett og facebook
- Veilednings- og likepersons-telefon
- Lokalgrupper
- Autismevennlige fellesarrangement



Relatert Hendelser



Søskentreff (Ski)

22. oktober kl. 19:00 - 21:30

Gjentakende Hendelse (Se alle)



Foreldretreff (Ski)

22. oktober kl. 19:30 - 21:30

Gjentakende Hendelse (Se alle)



Emma sansehus (Sandvika)

2. november kl. 14:30 - 17:00

Gjentakende Hendelse (Se alle)



Akershus

Kirsten Bergundhaugen

✉ Send e-post

☎ 48 05 01 78

🌐 Nettside

Hjem – Noen å snakke med

Lokallag

Autismeforeningen i Norge har lokallag i alle landets fylker. Flere lokallag har gått sammen om lokale samtale- og aktivitetsnettverk som skaper samlingspunkter i området med store geografiske avstander. Lokallagene står for store deler av foreningens medlemsrettede aktiviteter. Du finner hjemmesiden til det enkelte lokallag i oversikten nedenfor. Endel av lokallagene har også egne sider på Facebook.

akershus@autismeforeningen.no

MEDLEMSRETTEDE TILTAK

Lokallaget pleier å arrangere foreldretreff og diverse aktiviteter, f.eks. på Emma Sansehus, Høyt og Lavt, kinoer og andre spennende steder. Lokallaget pleier også å arrangere diverse temakvelder og gruppekurs, f.eks. Kompetente foreldre og et flermåneders kurs rettet mot voksne med Asperger. Aktiviteter legges ut i [kalenderen her](#) på nettsiden vår. Vi driver også diverse [facebookgrupper](#).

<https://autismeforeningen.no/akershus/>

<https://autismeforeningen.no/aktiviteter-akershus/>

Aktiviteter Akershus

☐ Kategori:



Søknadsfrist, friluftsløp (15-19 år)

20. mai 2023

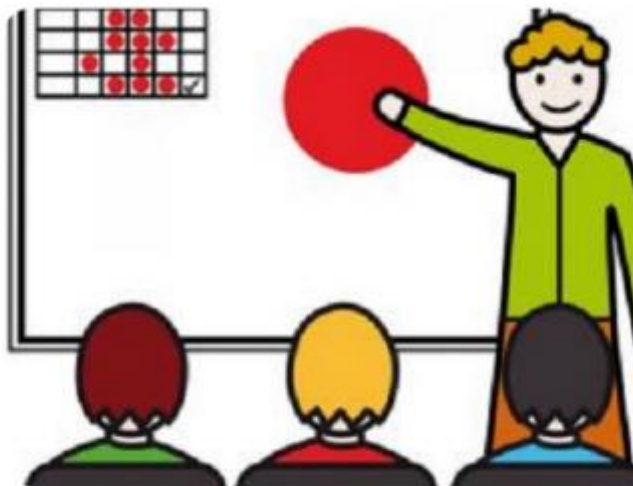


Akershus lokallag

Temakveld for voksne med ASD

24. mai 2023

Spis



3. november 2024

Temamøte om jenter på autismspekteret (Oslo)

Wergelandsveien 1-3, 0167 Oslo

Velkommen til et temamøte om jenter på autismspekteret. Det blir både foredrag og tid til spørsmål og diskusjon. Foredragsholder er Kristine Victoria Magnus. Hun er kurs-, foredragsholder og erfaringskonsulent i Autismeinfo (www.autismeinfo.no).

Temamøtet rettes mot alle interesserte – både personer på autismspekteret og støttepersoner.

Når:

søndag 3. november 2024, kl. 13.00-17.15 (dørene åpner kl. 12.30).

Hvor:

Orgservice/Autismeforeningen i Norge, [Wergelandsveien 1-3](#), 0167 Oslo. Lokalene er rett bak Slottsparken og bare 7 minutters gange fra Nationaltheatret stasjon. Se kartet [her](#).

Pris:

Gratis for lokallagets medlemmer. Enkel servering (ikke et måltid). Gi beskjed om ev. allergier ved påmelding.

Påmelding:

Det er plass til maks 60 deltakere. Førstemann til mølla. Fyll ut påmeldingsskjemaet så snart som mulig, helst innen torsdag 31. oktober. Skjemaet er lagt ut [her](https://forms.gle/zWzxK8ACS5CKWupR6) (<https://forms.gle/zWzxK8ACS5CKWupR6>).

<https://forms.gle/zWzxK8ACS5CKWupR6>

Eksterne kurs (vår 2024)

KURS OM AUTISMESPEKTERET

Dato	Kurs om autismespekteret	Sted	Digitalt?
12.08.24	Ufrivillig skolefravær ved Autismeforeningen	Arendal	Ja
13.08.24	Økt forekomst og behov for tilbud ved Autismeforeningen	Arendal	Ja
14.08.24	Utviklingshemning/autisme og ps		
24.08.24	Autisme og movitasjon		
11.09.24	Autisme for lærere og andre som		
17.09.24+	Autismespekteret og arbeid, inkl.		
20.09.24	Elever med nevroutviklingsforstyr		

KURS RETTET MOT PERSONER MED DIAGNOSE (IKKE ALT PASSER FOR ALLE)

Dato	Kurs for personer med diagnose	Sted
22.08.24	Lansering av nevrodivergente kulturarbeidsforum	Oslo
27.08.24+	Kurs for studenter på autismespekteret	
		Oslo
		Skien

KURS OM ASK OG SPRÅKUTVIKLING

Dato	Kurs om ASK, språkutvikling o.l.	Sted	Digitalt?
22.08.24	Tegn til tale		Ja
10.09.24	Førspåklige ferdigheter	Oslo	Ja
19.09.24	Taktil kommunikasjon	Oslo	
20.09.24	Bravo-konferanse (Bravo er språkutviklende)	Oslo	

Lokallagenes likepersoner

Vår likepersonstjeneste er et av de viktigste tilbudene vi har i Autismeforeningen i Norge (AiN). En likeperson er en person som selv har en diagnose eller er pårørende. Likepersonen gir informasjon og veiledning, slik at den andre kan ta egne valg utfra egen situasjon og virkelighet.

En likeperson er en som selv har erfaring med det du går gjennom. Det vil si at de kanskje selv har barn med ASD, eller det kan også være søsken til personer med autisme. Hvis du trenger noen å snakke med kan ofte en likeperson fra være en god samtalepartner. Likepersonen er ikke fagperson, og gir derfor ikke medisinske eller juridiske råd.

Likepersonene er også tilgjengelig for pårørende, og noen av våre likepersoner er også selv pårørende.


Likepersoner er frivillige, og vi oppfordrer alle som tar kontakt om å respektere dette og ikke tar kontakt utenfor den tiden som er spesifisert på de enkelte lokallagenes likepersonsider.

Likepersonstjenesten utføres på frivillig basis og er gratis. Alle likepersoner har gjennomgått kurs og er pålagt taushetsplikt.



Scann QR-koden
for å komme
til listen over
likepersoner.

➤ autismeforeningen.no/likepersoner/



SoMe
AUTISME INNENFRA
#ActuallyAutistic
(AA)

<https://www.facebook.com/groups/2636691089880957>

Autisme innenfra:

Actually autistic (AA)

#actuallyautistic



<https://www.facebook.com/groups/spoerenautist/>



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



SpektrumFokus v/Pernille Hebsgaard

204 likerklikk • 411 følgere

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61565422262113>

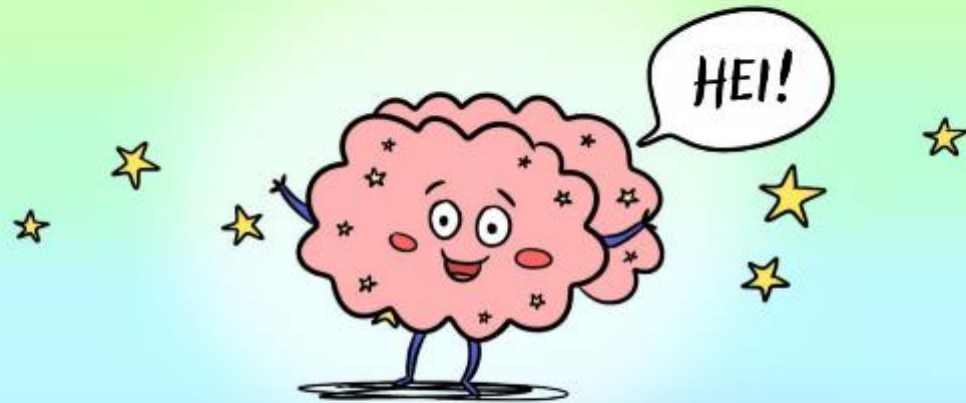
<https://linktr.ee/pernillehj1987>

<https://www.instagram.com/pernillehebsgaard/>

GRATIS RESSOURCER



LA OSS SNAKKE OM HJERNEN DIN



Oversatt av Autismeinfo.no



NeuroWild

83 k liker • 137 k følgere

<https://www.facebook.com/people/NeuroWild/100087870753308/>

<https://www.instagram.com/p/CizhzPjvhhT/>



thespectrumgirl

2,5 k liker · 3,3 k følgere



Liker



Send e-post



<https://linktr.ee/Thespectrumgirl>

<https://www.youtube.com/@TheSpectrumGirl>

<https://www.instagram.com/thespectrumgirl>

Laura Avila's verden Podcast on Spotify



<https://www.lauraavila.no/>

<https://open.spotify.com/show/3We4nNIdcTGziZ3YECgurw>

tv.vg.no › video › befriende-aa-faa-en-diagnose

– Befriende å få en diagnose - VGTV



Charlotte Bergslien ble ikke diagnostisert før sent i 30-årene. Se mer. Se **VGTV** på tv-en din. Bruk Chromecast, Airplay eller VG...

VGTV · 31. mai 2022

<https://tv.vg.no/video/222488/befriende-aa-faa-en-diagnose>



Paul Micallef

Autism From The Inside



<https://www.autismexplained.com.au/>

<https://www.autismfromtheinside.com.au/>

<https://www.youtube.com/channel/UC-FpBZR7DbpvNj5UrFN8qUA>

PAUL MICALLEF
autismfromtheinside

I create video blogs that shine a light on Autism and Aspergers
Thanks for coming on this journey with me

Autism From The Inside

ABONNER

191k abonnenter · 367 videoer

Welcome to Autism From The Inside!!! >

START VIDEOER SPILLELISTER FELLESSKAP

WE LACK EMPATHY?!

9 OUTDATED Myths About Autism You Should STOP Believing Right Now

Autism From The Inside · Sett 18k ganger · for 2

10:37



Fast Facts About Autism For Kids (World Autism Awareness Day)

363,7tusen visninger · 3. apr. 2020

[YouTube](#) › [Autism Explained](#)



Fast Facts About Autism (World Autism Awareness Day)

194,1tusen visninger · 29. mar. 2019

[YouTube](#) › [Autism From The Inside](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=CaRdPYvWt48>

The screenshot shows the BBC Two website interface for the program 'Inside Our Autistic Minds'. At the top, there is a navigation bar with the BBC logo, a user profile icon, a menu icon, and a search icon. Below this, the program title 'TWO Inside Our Autistic Minds' is displayed. A secondary navigation bar contains the options 'Home', 'Episodes', 'Clips', and 'More'. The main content area features a photograph of Chris Packham with his hands clasped in front of him, set against a background of green foliage. Below the photo, a text box provides a description of the program.

TWO Inside Our Autistic Minds

Home Episodes Clips More

Thinking differently. Chris Packham helps autistic people illustrate how their minds work, helping them connect with their friends and family in a new, more authentic way.

[Autisme – fra innsida – NRK TV:](https://tv.nrk.no/serie/autisme-fra-innsida)

<https://tv.nrk.no/serie/autisme-fra-innsida>

<https://www.facebook.com/watch/?v=362431329488037>

The screenshot shows the NRK TV app interface for the series 'Autisme fra innsida'. At the top, there are navigation icons for back, home, and forward. The main visual is a portrait of a young man with a beard, wearing a blue beanie and a blue t-shirt, with his hands on his face. The title 'AUTISME FRA INNSIDA' is overlaid on the image. Below the image, a text box describes the series. At the bottom, there is a 'Begynn å se sesong 1' button with a play icon and a star icon, and a 'Sesong 1' button.

AUTISME FRA INNSIDA

Fire unge voksne får lage hver sin film om sin verden – og sin autisme. Det blir en tankevekkende og gripende reise for alle som er med.

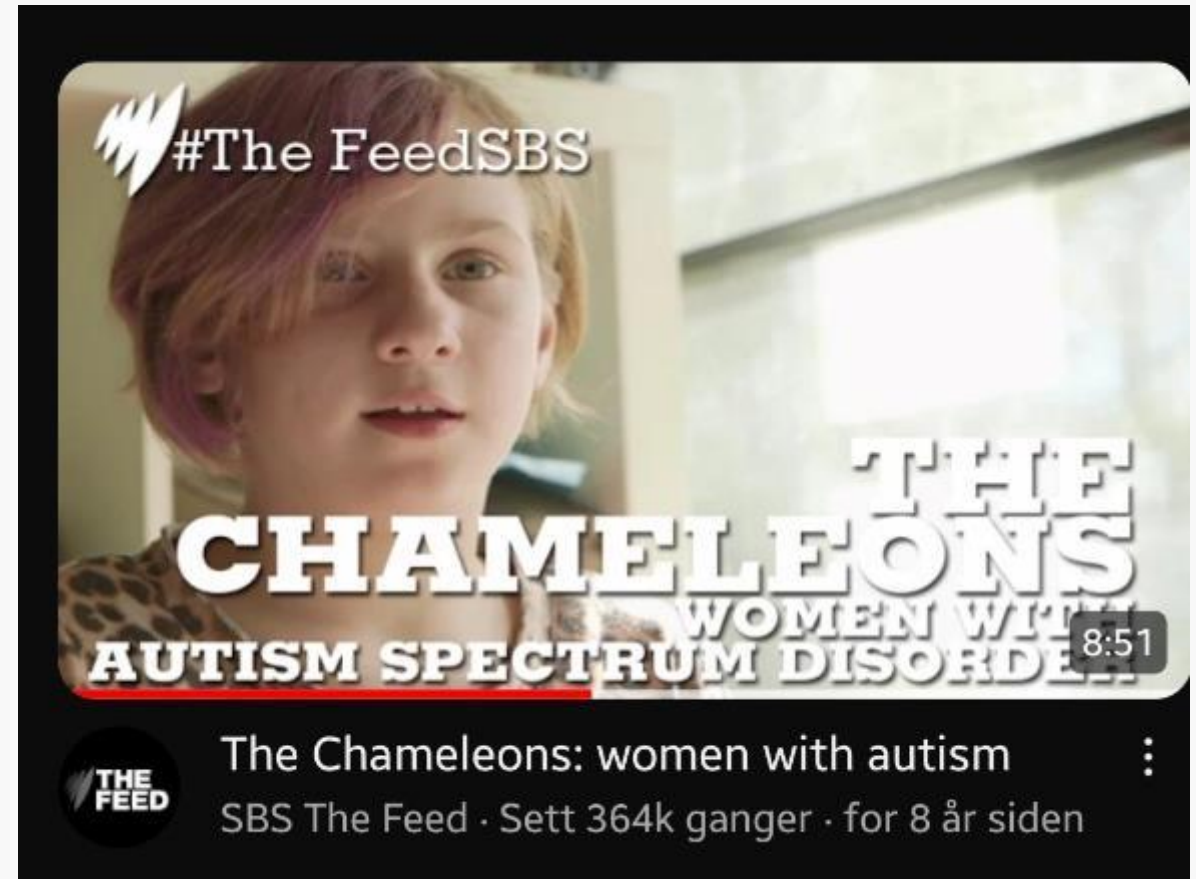
Begynn å se sesong 1
1. Maske og mutisme

Sesong 1

THE CHAMELEONS: WOMEN WITH AUTISM



<https://barbcook.com.au/>



<https://www.youtube.com/watch?v=VJHa9xk16Hw>



«En del av meg døde. En annen del begynte endelig, endelig å leve.»

Dette skriver den svenske forfatteren Lina Liman om å få autismediagnose i voksen alder - en reise hun forteller om i boka «Konsten att fejka arabiska».

Etter å ha slitt hele livet med å være som alle andre, kunne hun endelig være seg selv.

<https://online.flippingbook.com/view/782232654/>



<https://vidensbank.overlevelsesguiden.dk/>

<https://overlevelsesguiden.dk/>



Vidensbanken

AUTISME ADHD ANDET

Nyheder

Vidensbanken er senest opdateret den: 27. september 2023

Følg med i Vidensbankens Facebookgruppe, hvor der postes oplag dagligt. Der er et link til gruppen nederst på siden til venstre.

Velkommen til Vidensbanken

Overlevelsesguiden ønsker med sin vidensbank at etablere et samlingssted for viden om autisme og ADHD samt beslegtede tilstande. Målet er at stille et overskueligt, let tilgængeligt og gratis værktøj til rådighed. Jeg har forsøgt at udforme designet enkelt og brugervenligt uden en masse forstyrrende elementer. Under de tre hovedemner (Autisme, ADHD og Andet) er yderligere undergrupper, som man kan gå på opdagelse i. For langt de fleste emners vedkommende findes der både dansk og udenlandsk information.

Min kontaktfælde er stor, og jeg følger hele tiden med i, hvad der rør sig både i Danmark og i udlandet - og både via litteratur og via mine personlige kontakter. Jeg har blandt andet kontakt til forlag, forfattere, psykiatere, psykologer, skoler, sundhedsplejersker, ergoterapeuter, kommunikationskonsulenter og andre fagfolk samt forskellige aktører i flere lande, herunder USA, England og Australien. Derudover tilbringer jeg en del tid på nettet, hvor jeg søger information via myndigheder, organisationer, andre Aspiere og ADHD'ere, forskellige hjemmesider og sociale medier.

© Copyright 2023 Overlevelsesguiden • Anne Skov Jensen • Mail: anne@overlevelsesguiden.dk • Tlf: 31 32 80 06

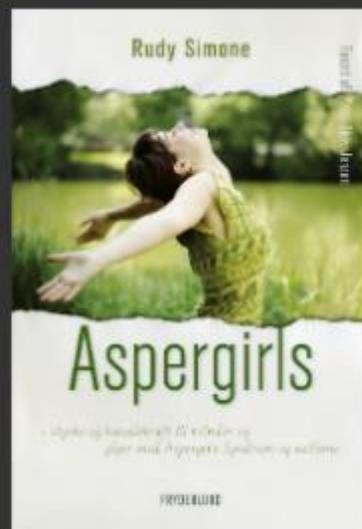
Informationen på denne hjemmeside har ikke til formål at levere professionel rådgivning eller diagnosticering af autisme, ADHD eller andre tilstande. Hvis du har spørgsmål omkring diagnoser eller behandling, skal du kontakte din læge.
Webmaster: Mark Skov Jensen



[Læs mere om bogen her](#)



[Læs mere om bogen her](#)



[Læs mere om bogen her](#)



[Læs mere om bogen her](#)



Desværre udgået fra forlaget



[Læs mere om bogen her](#)



[Læs mere om bogen her](#)



Desværre udgået fra forlaget

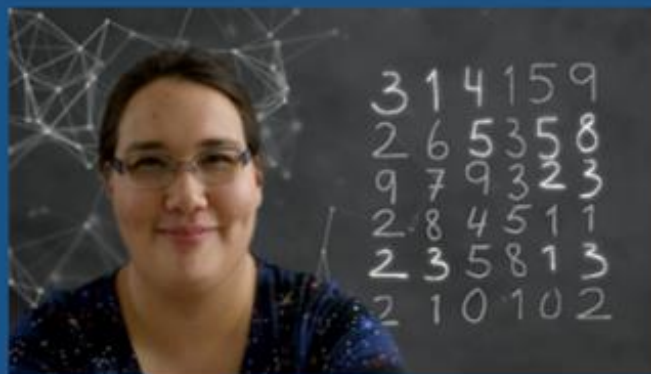


De skjulte talentene

I denne serien fokuserer DR1 Documentary på autistiske menneskers muligheter til å komme inn på arbeidsmarkedet. Vi ser både deres styrker, men også de mer sårbare sidene ved et liv med autisme. De forteller hvordan de ser og opplever verden og den andre såkalte «normalen». DR har laget en temaside om seriene, som inneholder ulike artikler etc. «De skjulte talentene» vant TV-prisen i 2018 for beste faktaserie i 2017.

Se sendingene her

Se temasiden her



Når du er veldig logisk, rasjonell og konkret tenkt, kan det være vanskelig å forstå ordtak og ordtak. I den første sendingen hadde Louise en liste over ordtak. Jeg fikk det fra henne og har nå redigert og lagt til mye mer. Det er ikke uttømmende, men for tiden 500 idiomer. Den kan lastes ned her.

<https://www.strim.no/serie/1017033:vod/De-skjulte-talenter>

Paddy and Christine McGuinness Our Family and Autism

Complete episode:

<https://www.youtube.com/watch?v=lUrqzhNu6h0>

Paddy and Christine McGuinness Our Family and Autism

YouTube · Thom Curley · 4. mars 2023



What is autism masking? | Paddy and Christine McGuinness

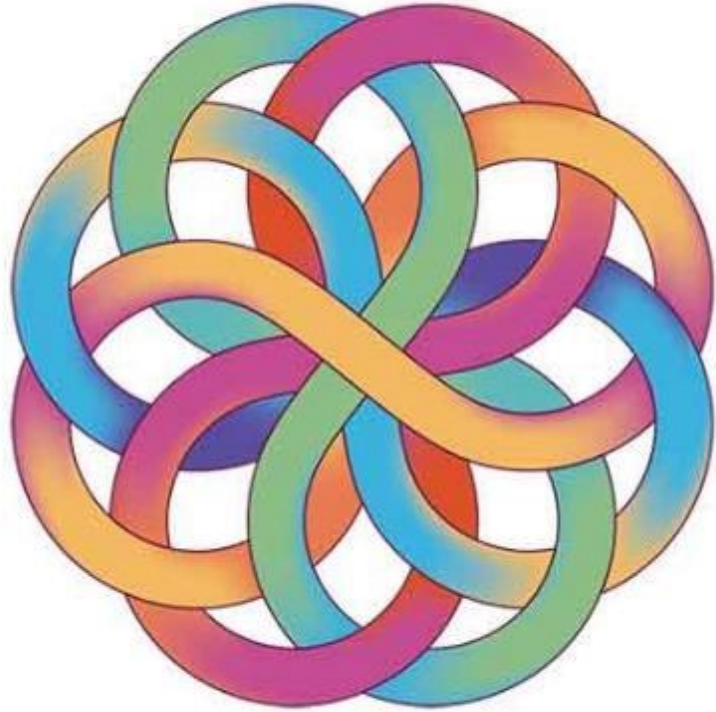


Subscribe and to the BBC <https://bit.ly/BBCYouTubeSub> Watch ...
:OurFamilyandAutism #BBCiPlayer Paddy and Christine McGuinness: O...

YouTube · BBC · 15. des. 2021

Clip on masking:

<https://www.youtube.com/watch?v=8eoJTdXHPDY>



reframing
AUTISM

<https://reframingautism.org.au/>

Saken er produsert og finansiert av Norges Handelshøyskole - Les mer

Strengt nordmenn

Nordmenn stiller svært strenge krav til oppførsel og straffer uønsket atferd. Det viser en kartlegging av sosiale normer er i ulike land.

Norges Handelshøyskole

Kristin Risvand Mo

Sigrid Folkestad

Norge strengest

Landene er plassert i fire grupper. Norge er blant landene med strengest sosiale normer. Her ligger også Pakistan, India, Malaysia og Sør-Korea.

– Norge kommer veldig høyt opp. Det innebærer at vi har svært klare krav til hvordan vi skal opptre i ulike situasjoner. Dermed sanksjonerer nordmenn lettere avvikende atferd enn for eksempel nederlendere, brasilianere eller amerikanere, sier Schei.

I FEEL LIKE PEOPLE ARE ALWAYS TELLING ME THE THINGS I NEED TO DO TO FIT IN WITH OTHER KIDS, BUT NO ONE TELLS THE OTHER KIDS THE THINGS THEY CAN DO TO MAKE ME FEEL LIKE I BELONG.

I CAN MENTEE (AGE 13)



Autistic kids are often told that we need help with our social skills. When I am hanging out with people who understand me, my social skills are actually **quite awesome.**

I CAN MENTEE (13)

@ican_rethinkautism



**Nobody thinks less of the
penguin because it can
not fly. It's simply a
different kind of bird.
Different. Not less.**

-Stuart Duncan





A diagnosis does not commit us to a life of struggle. The struggle comes from unmet needs. Don't worry about the label of Autism, worry about the **unmet needs**.

TAKK
FOR
MEG



AUTISMEINFO.NO