



FAGLIGT FUNDAMENT I SPECIALOMRÅDE AUTISME



INDHOLDSFORTEGNELSE

Forord	3
Faglighed i Specialområde Autisme.....	4
Menneskesyn.....	5
Autismeforståelse	6-9
Faglig tilgang.....	10
Metoder	11-22

FORORD

Specialområde Autismes fornemmeste opgave er at sikre autistiske menneskers udvikling og trivsel. En trivsel som må og skal være selvoplevet.

Vores succes som organisation er derfor helt afhængig af, at de autistiske mennesker, som vi samarbejder med, oplever, at den støtte vi yder er hjælpsom. Den tænkning er på mange måder grundstenen i vores faglige fundament og vores måde at tænke faglighed og specialisering.

Vores faglige fundament består af vores menneskesyn, autismedforståelse, forståelse af komorbiditet, faglige tilgange og metoder. Fundamentet binder Specialområde Autisme sammen på kryds og tværs af lokale målgrupper. Med menneskesynet som det helt afgørende afsæt.

Vi tror ikke på rigide eller standardiserede løsninger, men på en refleksiv metodisk praksis, hvor vi i samarbejde foretager begrundede metodevalg. Det betyder også, at vi altid har plads til nye metoder og til lokale forskelle i valg af metoder. Det er dog ikke alle metoder, der er velkomne hos os. Metoderne skal altid være i overensstemmelse med vores menneskesyn, autismedforståelse og de faglige tilgange, vi benytter.

Vi mener, at vi når længere med de gode spørgsmål end med de skråsikre svar. Jo mere vi ved og jo stærkere vores specialisering er, desto bedre spørgsmål kan vi stille. Vi tror på, at vi bliver klogere af at give plads til tvivlen og insistere på at lytte aktivt til hinandens perspektiver.

Alt for mange autistiske mennesker havner på sidelinjen, udenfor de livsvigtige fællesskaber. Alt for mange autistiske mennesker oplever mistrivsel og lav livskvalitet. Alt for få oplever at blive mødt af accept og forståelse i vores samfund. Hver eneste medarbejder i Specialområde Autisme arbejder hver dag for at ændre dette.

Vi håber, at vores faglige fundament bliver udgangspunkt for udviklende samtaler om, hvordan vi bedst løser vores opgave, så færre efterlades på sidelinjen.

Én ting kan vi love: Vores faglige fundament vil ændre sig. Med nysgerrighed og modet til at erkende fejl, bliver vi klogere. Den nye viden og de nye erkendelser, vi gør os, skal styrke vores fundament. På den måde sikrer vi, at vores specialisering ikke bare består, men hele tiden øges til gavn for autistiske mennesker og for vores samfund.

De bedste hilsner

Vivian Elkjær, Områdechef

Freja Hamalainen Sirdorf, Faglig udviklingschef (Oktober 2020)

FAGLIGHED I SPECIALOMRÅDE AUTISME

I specialområde Autisme er vi inspirerede af psykolog Dorthe Birkmoses forståelse af faglighed.

HVAD ER FAGLIGHED I SPECIALOMRÅDE AUTISME?

I Specialområde Autisme er høj breddefaglighed at kunne:

- ✓ Forstå - vi er oprigtigt nysgerrige og formår at tage udgangspunkt i borgerens perspektiv
- ✓ Rumme – når vi forstår, kan vi rumme. Vi kan ikke beslutte at rumme en borger eller en adfærd, derfor kommer forståelsen først
- ✓ Hjælpe – vi støtter den enkelte på en måde, hvor personen føler sig hjulpet

Udover vores fælles breddefaglighed har vi i Specialområde Autisme forskellige faggrupper, som hver især har dybdefaglighed indenfor f.eks. socialpædagogik, ergoterapi, psykologi, psykiatri, didaktik, sygepleje, ledelse, projektledelse, økonomi, HR mv.

MENNESKESYN

I Specialområde Autisme beskriver vi vores menneskesyn med disse udsagn, der er grundlæggende for den måde, vi samarbejder på.

Værdighed

Alle mennesker er unikke og værdifulde

Det betyder at vi:

- Møder hinanden ligeværdigt og med respekt
- Er oprigtigt nysgerrige og undersøgende på at forstå hinandens perspektiver

Selvbestemmelse

Alle mennesker har ret til at bestemme i eget liv

Det betyder at vi:

- Respekterer hinandens grænser og anerkender hinandens valg
- Lytter oprigtigt til den enkeltes ønsker og behov og forsøger at imødekomme disse

Meningsfuldhed

Alle mennesker gør det, der er meningsfuldt for dem

Det betyder at vi:

- Stræber efter at sætte os i hinandens sted
- Udviser mod til at stille spørgsmål fremfor at tolke – også til emner, der er svære



Ressourcer og udvikling

Alle mennesker har ressourcer og mulighed for udvikling

Det betyder at vi:

- Fokuserer på hinandens ressourcer
- Tror på at alle har potentiale for udvikling
- Er bevidste om at mennesker udvikler sig i samspil med andre mennesker
- Er vedholdende nysgerrige på den enkeltes drømme, ønsker og håb

Samhørighed

Alle mennesker har behov for sociale relationer

Det betyder at vi:

- Gør vores yderste for at alle indgår i betydningsfulde sociale relationer
- Motiverer, støtter og hjælper den enkelte til at tage del i meningsfulde fællesskaber

AUTISMEFORSTÅELSE

Autisme er en medfødt neurobiologisk udviklingsforstyrrelse. I Specialområde Autisme forstår vi autisme som en anderledes måde at være i og opfatte verden på.

Vores forståelse af autisme er vidensbaseret, og vi stræber konstant efter at udfordre vores forståelse ud fra:

- Indefra-perspektiver fra autistiske mennesker
- Erfaringer fra praksis
- Nyeste forskningsviden

Vi er opmærksomme på, at der ikke findes én sandhed om autisme. Autistiske mennesker har nogle fællestræk, som kommer til udtryk på vidt forskellige måder. Derudover er autistiske mennesker lige så forskellige som alle andre. Det stiller krav til, at vi kontinuerligt er nysgerrige på det enkelte menneskes individuelle forudsætninger, ønsker og behov.

I Specialområde Autisme tager vi udgangspunkt i tre kognitive teorier og viden om anderledes sensorisk oplevelse, når vi søger at forstå autisme teoretisk.

Teorierne giver en begyndende forståelse for, hvordan verden ser ud for autistiske mennesker og dermed baggrunden for den adfærd, som er karakteristisk for autisme.

- Teorien om nedsat mentaliseringsevne:

Mentaliseringsevne handler om at forstå og forudsige både egen og andre menneskers adfærd ud fra de bagvedliggende intentioner, tanker, viden og følelser – herunder også at evne at adskille det andet menneskes sind fra sit eget. Ifølge denne teori kan en nedsat mentaliseringsevne forklare nogle af de vanskeligheder autistiske mennesker har ift. f.eks. gensidig social interaktion og kommunikation.

- Teorien om detaljefokuseret bearbejdning:

Detaljefokuseret bearbejdning er en kognitiv stil, hvor man i højere grad bearbejder og fokuserer på detaljer frem for helheder. Ifølge denne teori har mange mennesker med autisme en præference for detaljer og vanskeligt ved at sammensætte detaljerne til helheder.

- Teorien om eksekutive vanskeligheder:

De eksekutive funktioner er en samlet betegnelse for hjernens styringsredskaber – nogle gange kaldet hjernens direktør eller dirigent. De dækker bl.a. over evnen til at planlægge, organisere, impulshæmme, igangsætte/initiere, styre sin opmærksomhed, være fleksibel og ændre strategier i problemløsning. Ifølge denne teori kan eksekutive vanskeligheder forklare nogle af de udfordringer, autistiske mennesker oplever ift. f.eks. at planlægge, udføre og organisere.

- Anderledes sensorisk oplevelse:

Mange mennesker med autisme giver udtryk for en anderledes sensorisk oplevelse. Det kan både være i form af oversensibilitet og undersensibilitet relateret til sanseindtryk. Ifølge denne teori kan den anderledes sensoriske oplevelse forklare dele af den adfærd, der er karakteristisk for autistiske mennesker.

Det er vigtigt at bemærke, at noget der kan give udfordringer i én kontekst, kan være en ressource i en anden. For mennesker med autisme kan det f.eks. være kompetencer til at fokusere på og opfatte detaljer samt en særlig evne til fordybelse og vedholdenhed.

Autistiske mennesker beskrives også som loyale, ærlige og med en kreativ eller original tænkning. Der er en højere forekomst af særlige talenter hos mennesker med autisme end hos den generelle befolkning. Det betyder dog langt fra, at alle autistiske mennesker har et særligt talent.

Indefra-perspektiver fra autistiske mennesker er helt afgørende for at forstå både det enkelte menneske og på et større plan også autisme. Intet menneske kan forstås ud fra teorier, og det er afgørende, at disse ikke står i vejen for en nysgerrig tilgang til det enkelte menneske eller en nuanceret forståelse af sig selv.



”**Det er ikke en sygdom eller et handicap, det er et anderledes liv, du skal leve”.**

Asger Dyrholm, 24 år



ET MØDE MELLEM TO KULTURER?

Historisk har forskningen i autisme centreret sig om at beskrive vanskeligheder hos det autistiske menneske. I de senere år er der kommet større fokus på, hvordan nogle af de vanskeligheder, der opleves af autistiske mennesker, ikke alene er i den autistiske adfærd men også opstår i mødet mellem det autistiske og det "neurotypiske" (ikke-autistiske) menneske – i en slags kulturmøde.

Man kan f.eks. stille spørgsmålene:

- Hvor gode er neurotypiske mennesker til at læse autistiske menneskers sind?
- Hvor gode er neurotypiske mennesker til at forstå og forudsige autistiske mennesker?
- Hvordan bliver autistiske mennesker mødt i samfundet, og hvilken betydning har det for mental trivsel?



”Min OCD blander sig ind i min autisme, måden jeg tager tøj på er både OCD og autisme.”

Malene, 31 år

AUTISME OG KOMORBIDITET

Langt de fleste af de autistiske mennesker, som vi i Specialområde Autisme samarbejder med, har andre diagnoser end autisme. Vores måde at forstå og arbejde med komorbiditet er derfor væsentlig i tilrettelæggelsen af den individuelle indsats og behandling.

Mere end 80 % af autistiske mennesker har én eller flere behandlingskrævende psykiske og/eller fysiske sygdomme. De hyppigst forekommende er angst, AD(H)D, udviklingshæmning, depression, belastningstilstande, OCD, adfærdsforstyrrelser, spiseforstyrrelser, søvnforstyrrelser og epilepsi. Der er også øget risiko for selvskadende adfærd og suicidalitet.

Komorbiditeten kan i nogle tilfælde være en konsekvens af de udfordringer, autismen kan give, men der er også andre årsager til komorbiditet hos mennesker med autisme. Uanset hvilken årsag der kan være til en komorbid tilstand, er der behov for en individuelt tilrettelagt indsats og/eller behandling, hvor vi som professionelle hyppigt undersøger effekten og er i stand til at justere indsatsen, hvis der ikke er positiv effekt.

I nogle tilfælde viser det sig, at den komorbide tilstand kan bedres eller afhjælpes med en autismspecialiseret indsats, men det er vigtigt at vide, at langt fra al komorbiditet kan behandles med en autismspecialiseret indsats. Der vil ofte være behov for en særlig tilrettelagt indsats og behandling målrettet den komorbide tilstand i samarbejde med psykiatrien og/eller somatikken.

HVAD ER EN FAGLIG TILGANG?

En faglig tilgang er en overordnet forståelsesramme med et teoretisk fundament. De faglige tilgange er med til at sætte retning for indsatsen og er grundlæggende for vores samarbejde. Vores faglige tilgange er kendetegnet ved at indeholde et fokus og et mål i sig selv. De faglige tilgange er retningsgivende rammer, som metoderne benyttes ind i.

Empowerment tilgang

Empowerment handler om, at den enkelte bliver i stand til at handle selv, at opnå kontrol/autonomi og mening i eget liv. Empowerment er en tilgang, en proces og et mål i sig selv. I empowerment-tilgangen er myndiggørelse et selvstændigt mål. Det enkelte menneskes perspektiv og stemme inddrages og styrkes som en helt afgørende og grundlæggende del af indsatsen. Det enkelte menneske er ekspert på eget liv. Som medarbejdere kan vi støtte den enkelte via vores autismedefaglighed, men det er ikke os, der sætter retningen.

Det at opleve ejerskab og forståelse af egne ressourcer og muligheder bidrager til at bevare eller genvinde kontrollen over eget liv. Via tilgangen opmuntrer og støtter vi den enkelte til at tale for sig selv, udføre problemløsning og udtrykke følelser og behov.

Ressourceorienteret tilgang

Alle mennesker har ressourcer og potentialer. Med en ressourceorienteret faglig tilgang sætter vi fokus på det enkelte menneskes ressourcer, når vi i samarbejde tilrettelægger og gennemfører indsatser. Vi ser handling og adfærd som et udtryk for borgerens bedste strategi og mestring i øjeblikket, også når handlingen er problematisk for den enkelte eller for omgivelserne.

Anerkendende tilgang

Anerkendelse handler om at blive set som det menneske, man er og at blive taget alvorligt, så man føler sig okay, som den person man er. Anerkendelse er med til at danne grundlag for selvværd og identitet, idet vi bekræfter individets værdi i sig selv. Via en anerkendende tilgang har vi fokus på at sætte os selv i det andet menneskes sted og være nysgerrige på den enkeltes perspektiv.

Anerkendelse foregår i en ligeværdig proces mellem medarbejder og borger. Den anerkendende tilgang er dermed afhængig af, at der er en god relation mellem medarbejder og borger. Som medarbejder viser vi forståelse for og validerer borgerens verdenssyn. Det kan være vedkommendes tanker, følelser, strategier eller ønsker, selv når handlinger eller tanker set udefra kan være uhenigtsmæssige.

Relationel tilgang

Tillidsfulde, autentiske og trygge relationer til medarbejderne er helt afgørende nøgleord i indsatsen. Vi tror på, at dette skaber det bedste grundlag for læring, udvikling og trivsel. Ansvar for relationen ligger hos de professionelle. Relationelle kompetencer er derfor væsentlige, når vi ansætter og uddanner medarbejdere. Den relationelle tilgang betyder, at vi er reflekterede ift. at være både professionelle og personlige, uden at være private i mødet og samarbejdet med borgerne. Vi respekterer, at der er forskel på hvilken kemi og fortrolighed, der er mellem mennesker. I planlægningen af indsatsen søger vi at imødekomme dette i samarbejde med borgerne. Den relationelle tilgang betyder også, at vi bakker op om relationer i borgernes private netværk og yder støtte ift. at skabe og vedligeholde betydningsfulde relationer.

METODER

I de følgende sider præsenterer vi nedenstående metoder:

- Procesmodellen
- Low Arousal
- LA2
- Strukturerede pædagogiske metoder:
 - Skema
 - Instruktion
 - Fysisk organisering
- Kognitive metoder:
 - Strukturerede samtaler
 - Script
 - Dit og mit perspektiv
 - Sociale historier
 - Begrebsdefinition
 - Batterimodellen
 - Den kognitive trafiklys-model
 - Robusthed.dk
- Motiverende samtaler
- Undersøgelsesmetode: Sensory Profile
- Metoder til dataindsamling
- Velfærdsteknologi

Hvad er en metode?

En metode er en måde at arbejde på, som er systematisk, og derfor kan gentages. En metode har et formål og er velbeskrevet. Metoderne bruges ind i en forståelsesramme, nemlig vores faglige tilgange, autisameforståelse og menneskesyn.

Refleksiv metodisk praksis

I Specialområde Autisme arbejder vi med en refleksiv metodisk praksis. Vi benytter ikke alle de beskrevne metoder i samarbejde med alle borgere. Vi foretager begrundede metodevalg og evner at justere indsatsen på baggrund af erfaringer og borgernes forudsætninger i øjeblikket, så den faglige dømmekraft er i højsædet. Vi evner at tage ved lære af de fejl, som vi begår og tør dele disse med hinanden.

Plads til forskellighed, men ikke metodefrihed

Specialområde Autismes brede målgruppe vil og skal afspejle sig i vores metodevalg.

I dette dokument har vi beskrevet de metoder, som vi i høj grad er fælles om, og som samlet set udgør vores metodiske fundament. Der er plads til lokale tilføjelser på metodeniveau, men det er ikke ensbetydende med, at der er metodefrihed. Metoder skal altid være i tråd med vores menneskesyn, autisameforståelse, forståelse af komorbiditet og vores faglige tilgange.

Procesmodellen

Procesmodellen er grundlæggende for den måde vi arbejder metodisk på i Specialområde Autisme. Metoden understøtter den refleksive metodiske praksis.

Procesmodellen hjælper til at tilrettelægge en fokuseret og individuelt tilpasset indsats, som der drages udvikling og læring af. Ved anvendelse af Procesmodellen indsamler medarbejdere og evt. borgere systematisk viden omkring det, der er i fokus i indsatsen. Det bevirker, at egne synsninger reduceres, da indsatsen kommer til at tage udgangspunkt i borgerens forudsætninger, motivation og ressourcer. I alle de tilfælde det er muligt, bør Procesmodellen benyttes direkte i samarbejde med borgeren.

Procesmodellen er en overskuelig metode, der er med til at sikre, at indsatsen bliver fagligt funderet med afsæt i den enkelte borger, at der foretages velreflekterede metodevalg, og at medarbejdernes faglige bevidsthed styrkes.

Procesmodellen er en metode, der undervises i på vores uddannelse Autismepiloten. Det er muligt at få undervisning, rådgivning og vejledning i brugen af metoden fra alle konsulenter i Autismefokus.

PROCESMODELLEN

Specialområde
AUTISME

Forudsætninger

Autisme karakteristika, diagnoser og begavelse:

Teoretiske forklaringsmodeller:

Motivation, ressourcer, livshistorie, erfaringer, medicin m.å.:

Evaluering:

Fokus

Dataindsamling:

Metode og indsats:

Læringsmål:

Hypoteser:

Low Arousal

Low Arousal er en deeskalerende metode med fokus på, hvordan fagprofessionelle gennem egen adfærd kan støtte borgerens trivsel og udvikling af nye strategier i vanskelige situationer. Med Low Arousal er der fokus på at håndtere problemskabende adfærd på en ikke-konfronterende måde.

Med udgangspunkt i Low Arousal ser vi evt. udadreagerende adfærd som en kommunikationsform og en reaktion på at have mistet kontrollen og være havnet i en kaostilstand - og ikke som manglende vilje, dårlig opførsel, provokation eller lignende. Det er medarbejdernes opgave at tilpasse deres kommunikation og krav til det enkelte menneske, så borgeren kan bevare kontrollen og undgå at havne i kaos og konflikter.

Medarbejderne praktiserer Low Arousal ved stille at tilpasse krav, der matcher den enkeltes forudsætninger i øjeblikket. Det betyder, at man med Low Arousal også er i stand til at justere og tilpasse sin kommunikation og aktiviteter efter borgerens ressourcer i den konkrete situation. På den måde hjælpes borgeren til at bevare selvkontrollen. Medarbejderne er derudover opmærksomme på, om mængden af sanseindtryk er tilpas og søger altid at tilrettelægge indsatsen og aktiviteterne efter det enkelte menneskes behov og ønsker. Disse elementer er konfliktforebyggende i praksis.



I konfliktsituationer ser man brugen af Low Arousal ved, at medarbejderne møder borgeren med ro, nærvær og undgår konfliktoptrappende kropssprog (f.eks. spændte muskler, længerevarende øjenkontakt eller at stå direkte over for borgeren), og ved meget udfordrende adfærd holder medarbejderne fysisk afstand og trækker sig ved behov. Fokus er på at hjælpe borgeren til at genvinde ro og kontrol over situationen.

I Specialområde Autisme er det muligt at få undervisning, rådgivning og vejledning i Low Arousal fra udvalgte konsulenter i Autismefokus.

LA2

LA2 er en metodemanual, der har til formål at forebygge trusler, vold og magtanvendelse og at fremme trivsel på botilbud. LA2 er inspireret af Low Arousal - suppleret med borgerinvolverende elementer fra Recovery-tankegangen, Åben Dialog og FIT (Feedback Informed Treatment). LA2 indeholder samtale- og refleksionsredskaber, der har særligt fokus på at forstå borgerens perspektiv.

Med LA2 medtænkes borgeren som erfaringsekspert, og metoden bygger på en tænkning om, at borgerinddragelse og selvbestemmelse er centralt for trivsel, forebyggelse af vold og magtanvendelser samt sikkerhed.

LA2 er en metodemanual, der indeholder redskaberne: trivselsplaner, tryghedsplaner og læringsplaner. Effekterne af brug af LA2 kan være færre konflikter, vold, trusler og magtanvendelser samt en højere trivsel. Effekter kan bl.a. ske ved at borgeren, via de strukturerede samtaler, får mulighed for at lære sit eget perspektiv at kende, at give bud på hvordan de kritiske episoder kan forebygges og håndteres samt hvilken læring, der kan drages. Derudover går effekten via medarbejderne, der med LA2 får et redskab, som hjælper dem til at reflektere over og beskrive hvordan, de bedst støtter borgeren i at forebygge, håndtere og mestre kritiske episoder.



Metodemanualen omsætter nyeste teoretiske og praksisudviklede viden om forebyggelse af trusler, vold og magtanvendelse.

Socialstyrelsen har evalueret brugen af LA2 og beskriver i en erfaringsopsamling, at der samlet set er positive resultater med brugen af metoderne. Det gælder f.eks. ift. systematik, en øget ressourcefokusering i tilgangen til borgerne og en feedback-kultur samt et fælles sprog, der fremmer en reflekteret praksis ift. arbejdet med voldsforebyggelse og reduktion af magtanvendelser.

I Specialområde Autisme er det muligt at få undervisning, rådgivning og sparring i brugen af LA2 fra uddannede konsulenter i Autismefokus og medarbejdere fra praksis.

Strukturerede pædagogiske metoder

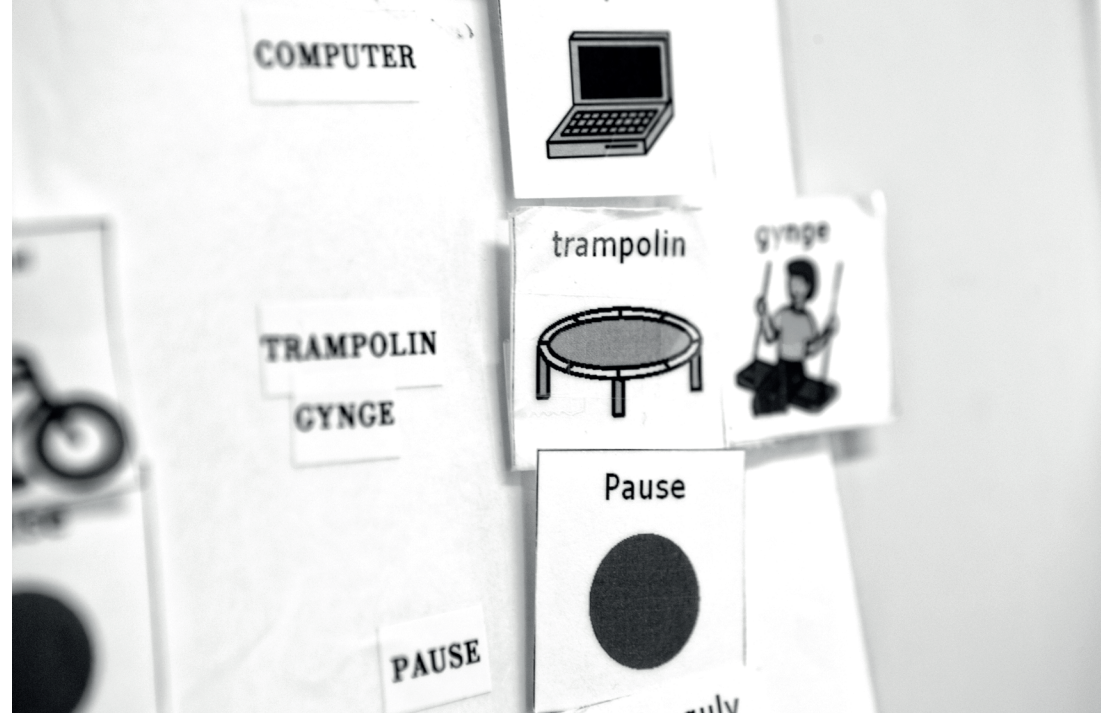
Autistiske mennesker har ofte behov for forudsigelighed og genkendelighed for at trives og udvikle sig. Dette behov kan vi imødekomme ved brug af strukturerede pædagogiske metoder med fokus på at skabe overblik, fleksibilitet og tryghed.

Det overordnede formål med strukturerede pædagogiske metoder er at støtte borgeren i at agere så selvstændigt som muligt, at stressreducere, øge fleksibilitet og dermed frigive energi til udvikling og øget livskvalitet. Med de strukturerede pædagogiske metoder kan vi bl.a. kompensere for de eksekutive vanskeligheder og den detaljefokuserede bearbejdningsstil, som mange autistiske mennesker har.

Det er en vigtig opmærksomhed, at vi via strukturerede pædagogiske metoder træner fleksibilitet. Struktur må aldrig være der "for strukturens skyld", men skal altid have til formål enten at kompensere for nogle vanskeligheder hos den enkelte eller bidrage til udvikling. Borgerens motivation og selvbestemmelse er hele tiden bærende elementer ind i arbejdet med de strukturpædagogiske metoder.

I de følgende afsnit præsenterer vi nedenstående tre strukturerede pædagogiske metoder:

- Skema
- Instruktion
- Fysisk organisering



Skema

Et skema giver overblik over et bestemt tidsintervalls aktiviteter. Et skema skal altid tilpasses borgerens forudsætninger og ønsker, og skal så vidt det er muligt udarbejdes i samarbejde med borgeren. Visuelt kan et skema både være symboler, fotos eller skriftligt.

Målet med at benytte skema som metode er at tydeliggøre, hvad der skal ske, hvor det skal ske, i hvilken rækkefølge det skal ske, og hvad der skal ske bagefter. Skemaet kan også indeholde information om, hvorfor aktiviteten gennemføres og med hvem.

Formålet og den forventede effekt er, at borgeren oplever en forudsigelighed, der giver mulighed for at træne fleksibilitet.



Instruktion

En instruktion er en beskrivelse af, hvordan en aktivitet udføres.

Målet med instruktion er at tydeliggøre, hvad der skal laves, hvor meget, hvor længe, med hvem og hvornår aktiviteten er færdig. Instruktionen giver dermed overblik og viser alle delelementer i en aktivitet. Instruktionen kan også indeholde information om, hvorfor aktiviteten gennemføres.

Formålet og den forventede effekt er, at borgeren oplever at lykkes med at løse opgaver så selvstændigt som muligt.

Fysisk organisering

Fysisk organisering som metode handler om at indrette rum og organisere inventar/materialer.

Målet er at tydeliggøre funktioner, visualisere grænser, skærme for/tilbyde sensoriske stimuli og understøtte socialt samvær.

Formålet og den forventede effekt er, at borgeren kan navigere selvstændigt i de fysiske rammer, og at dette sker med en passende mængde af social og sensorisk stimuli.

Der undervises i strukturerede pædagogiske metoder på Autismepiloten, og det er muligt at få rådgivning og vejledning i metoderne fra konsulenter fra Autismefokus.



Kognitive metoder

De kognitive metoder har fokus på at undersøge tanker, følelser, behov og intentioner og gennem nye erkendelser måske motivere til ny adfærd. Med kognitive metoder kan vi sammen med borgeren sætte personlige mål og arbejde med ændring af tankemønstre, så tænkningen hos den enkelte bliver mere nuanceret og reflekteret.

Mennesker med autisme har ofte kognitive vanskeligheder herunder nedsat mentaliseringsevne, detaljefokuseret bearbejdning og nedsat forestillingsevne. Med de kognitive metoder kan vi kompensere for disse. Derudover kan vi med metoderne arbejde med at øge borgerens evne til at reflektere over egne følelser, tanker og intentioner og dermed støtte borgeren til at forstå og agere selvstændigt f.eks. i sociale sammenhænge.

I de følgende afsnit præsenterer vi nedenstående otte kognitive metoder:

- Strukturerede samtaler
- Script
- Dit og mit perspektiv
- Sociale historier
- Begrebsdefinition
- Batterimodellen
- Den kognitive trafiklys-model
- Robusthed.dk

Der undervises i kognitive metoder på Autismepiloten, og det er muligt at få rådgivning og vejledning i metoderne fra konsulenter fra Autismefokus.

Strukturerede samtaler

En struktureret samtale er en samtaleform med en tydelig visuel struktur.

Målet er at skabe et visuelt stillads omkring samtalen, der understøtter samtaleformål, struktur og indhold, så borgeren i så høj grad som muligt, kan deltage og komme til orde. En struktureret samtale kan både handle om at give information, at opnå information og at udveksle information.

Script

Script er en visuel anvisning på, hvordan man kan agere i en social eller kommunikativ situation. Målet er at tydeliggøre, hvad der kan siges/gøres, hvordan, hvor længe og med hvem i en given situation. Borgeren får hermed større mulighed for at lykkes i sociale og kommunikative sammenhænge.

Dit og mit perspektiv

Dit og mit perspektiv er en struktureret gennemgang af en social hændelse. Det foregår via en struktureret proces, hvor de personer som har været en del af hændelsen, udfolder deres perspektiver og oplevelser på skift. Derefter fremhæves forskelle og ligheder i perspektiverne.

Målet er at være nysgerrig på flere perspektiver af en situation. Både borger og medarbejdere kan via denne metode opnå nye forståelser, der giver anledning til en ny adfærd eller tækning. Metoden kan bidrage til, at medarbejdere og borgere får større forståelse for hinandens måde at forstå samarbejdet og sociale situationer på.



Sociale historier

En social historie er en individuel tilrettelagt vidensdeling, som udfolder andre menneskers perspektiver på en konkret social situation, og derved måske motiverer til nye handlemuligheder og strategier for den enkelte. Målet er at dele viden f.eks. om de uskrevne sociale spilleregler og derved måske motivere til ændring af social adfærd, så borgeren får en oplevelse af at lykkes i sociale sammenhænge eller have opnået større social indsigt/forståelse.

Begrebsdefinition

Begrebsdefinition er en visuel definition af et begreb, der ønskes en fælles forståelse af. Målet er at koordinere forståelse, så man kan arbejde ud fra et fælles fundament. Via metoden deler borger og medarbejder deres forståelser af forskellige begreber, og mindsker dermed risikoen for misforståelser og fejltagelser i samarbejdet.

Batterimodellen

Batterimodellen er en metode både til dataindsamling og til at arbejde kognitivt. Modellen bruges til at kortlægge og give bevidsthed om, hvad der giver og tager energi. Målet er at støtte borgeren i at forvalte energien og give bedre forudsætninger for deltagelse i ønskede aktiviteter.

Den kognitive trafiklys-model

Metoden afdækker borgerens relationer til andre mennesker, f.eks. medarbejderne, og gør det muligt at tilpasse de aktiviteter, som medarbejderne indgår i alt efter graden af tryghed i relationen. Modellen bruges også som afsæt til at udvikle relationer med det formål, at borgeren kan opleve større tryghed i samarbejdet med medarbejderne.



Robusthed.dk

Programmet robusthed.dk består af en række kognitive og ofte visuelle samtale- og refleksionsværktøjer, der kan bruges til at hjælpe borgeren til at udvikle sin evne til at forstå og reflektere over egne og andres følelser og tanker. Målet er, at borgeren udvikler personlige mestringsstrategier til at håndtere og mindske stress og negative tankemønstre og dermed opnå en højere trivsel.

Motiverende samtaler

Den motiverende samtale er en metode, hvor man gennem anvendelsen af konkrete og håndgribelige samtaleværktøjer samt en personcentreret, medfølelse og samarbejdende tilgang kan hjælpe sin målgruppe med at afklare ambivalens og finde den indre motivation til forandring frem samt at forstærke og fastholde motivation. Metoden retter sig mod at skabe en samarbejdende og empatisk relation med respekt for den anden persons autonomi og kan tilpasses forskellige personer, kulturer og arbejdsområder.

Metoden er relevant for borgere, der har talesprog. Den er udviklet til at hjælpe mennesker, der har brug for eller ønske om at ændre en adfærd eller en livsstil, men som samtidig er tilbageholdende eller ambivalente omkring det. Samtalen har til formål at frembringe og styrke personens egen motivation for forandring.

Gennem motiverende samtaler finder man i et samarbejde frem til personens egen indre motivation for forandring og styrker denne, hvilket øger sandsynligheden for, at personen rent faktisk konkret ændrer sin adfærd og holder fast i forandringen.

Metoden bygger på, at man starter med at opbygge en empatisk og samarbejdende relation samtidig med, at man understreger personens autonomi. De fleste oplever gennem motiverende samtaler at føle sig set, hørt og anerkendt.



Metodens effekt er dokumenteret i forskningen, og metoden er anvendt og undersøgt igennem mere end 30 år. Metoden anbefales af både Sundhedsstyrelsen og Socialstyrelsen.

I Specialområde Autisme er det muligt at få supervision, undervisning og rådgivning i brug af metoden fra uddannede konsulenter i Autismefokus.

”Jeg er meget vedholdende: Hvis jeg vil lære noget, så vil jeg lære noget, så skal jeg nok finde ud af hvordan jeg gør. Der er autisme og ADHD en stor force at have”.

Malene, 31 år

Undersøgelsesmetode: Sensory Profile

Sensory Profile er en personlig profil, som giver indsigt i det sensoriske nervesystems måde at bearbejde indtryk fra smag, lugt, syn, hørelse, balance, føle- og berøringssansen, aktivitetsniveau samt bearbejdning af bevægelsesindtryk.

Fokus for udarbejdelse af profilen er at kortlægge personens udfordringer, ressourcer, aktivitetspræferencer og trivsel, så den kan danne ramme for en indsats hvorved personen opnår flere af de stimuli, der opleves rare og færre af de stimuli, som opleves ubehagelige.

Alle mennesker har en sensorisk profil, men det er særligt relevant at anvende undersøgelsesredskabet, når mennesker beskriver eller udviser adfærd, der indikerer at sanseindtryk enten bliver overvældende eller ikke registreres i en grad, som er til gene for borgerens almindelige livsførelse og trivsel. På baggrund af viden fra den sensoriske profil tilrettelægges der i samarbejde mellem borgeren og de professionelle relevante interventioner.



Sensory Profile er et selvevalueringsskema bestående af 60 spørgsmål om hverdagsaktiviteter, ofte udført som semistruktureret interview med behov for uddybende spørgsmål. Sensory Profile er et valideret, standardiseret og struktureret undersøgelsesredskab.

For at købe testen skal man være autoriseret ergoterapeut, fysioterapeut eller psykolog. Det anbefales, at man har deltaget i et kursus i brugen af redskabet og teorierne bag for at kunne tolke og lave relevant intervention.

I Specialområde Autisme har vi både konsulenter i Autismefokus og medarbejdere i praksis, der er uddannede i Sensory Profile.



Metoder til dataindsamling

Nogle af de beskrevne metoder benyttes også som redskab til dataindsamling og bidrager dermed til at kvalificere vores hypoteser. Udover de beskrevne metoder, anvender vi bl.a. disse metoder til dataindsamling:

- Registreringer
- Færdighedsvurdering
- Motivationsundersøgelse
- Ressourceundersøgelse
- Trafiklys - risikovurdering
- Observation

Der undervises i metoder til dataindsamling på Autismepiloten, og det er muligt at få rådgivning og vejledning fra konsulenter i Autismefokus og kvalitetskonsulenter i Specialområde Autisme.

Velfærdsteknologi

I Specialområde Autisme har vi en strategi for velfærdsteknologi. Vi benytter velfærdsteknologiske metoder og redskaber inden for flere områder som f.eks. søvn og døgnrytme, struktur og hverdagsplanlægning samt eksponering.

Det er muligt at få rådgivning og vejledning fra udviklingskonsulenter i Specialområde Autisme.

