

## Refleksionspapir

### Autisme og det gode liv

I forsøget på at komme nærmere det gode liv for personer med autisme, står institutionerne såvel som de pårørende over for en problemstilling: Hvad er det gode liv for personer med autisme?

Det er svært at løse et problem, som vi ikke har tilstrækkelig viden om, og viden på området er ikke kun mangelfuld, den er også svært tilgængelig. Vi har gennem vores projektopgave forsøgt at bidrage til denne viden, og i dette refleksionspapir nævner vi nogle ting som skaber problemer for personer med autisme. Derudover, vil vi nævne hvilke tiltag, der kan skabe en positiv forandring i dagligdagen. I opgaven kan afsnittet om at fremme velvære hos personer med autisme findes på siderne 12-25

Det vigtigste fokuspunkt, og den helt centrale problemstilling er, at **manglende selvbestemmelse** gør livet sværere for personer med autisme. I alle sociale rum, vil det hjælpe personer med autisme, hvis der udbredes større forståelse for, at ikke alle vil det, som neurotypiske vil. Til familiefødselsdagen er der eksempelvis ofte lang tid med *small talk*, hvor det ville være mere autisemesensitivt at indtænke **det fælles tredje**. Dette er en aktivitet som eksempelvis at lave mad, eller et brætspil, imens man snakker.

I institutionerne vil det give mening af have fokus på en tidlig udredning, og ligeledes ville det være kontraproduktivt for forældre som frygter en diagnosticering at undgå denne. Det er vigtigt at kende sig selv, og dette kan en tidlig udredning hjælpe på. I forhold til at lære, hvordan livet med autisme håndteres optimalt, giver det mening at have fokus på **rollemodeller**. Dette kan institutioner give, ved at have nogle tilknyttede med viden om autisme, som kan hjælpe med dagligdagsudfordringerne

Såfremt man oplever problemer med at skabe en positiv forandring, kan **trappestimodellen** være et centralt bidrag. Denne foregår efter princippet om, at man vælger hvad man gerne vil, og derefter gradvist trapper op. Hvis en medarbejder har svært ved at acceptere en ændring i pauserne, fortæller man det i god tid, og ændrer dem derefter gradvist. Dette ville være en stor fordel for personer med autisme.

Opgaven indeholder også en grundig gennemgang af den metode vi har brugt, og hvordan. Såfremt der er problemer, kan vores metodeafsnit bruges som inspiration eller skabelon, til egen indsamling af viden. Hvis nogen inspireres til at gøre noget lignende, ville vi være meget interesseret i at hjælpe!

Vi håber at pointerne kan bruges, og opfordrer alle som modtager dette til, at skrive til os, såfremt der er spørgsmål, kritik, eller en anden form for overvejelser. Vi vil meget gerne blive klogere, og værdsætter derfor ethvert input.

I kan kontakte os på de mails vi har skrevet i sidehovedet.

Tak for jeres opmærksomhed.