



AUTISME

En guide til beskæftigelsesindsats tilpasset borgere med autismespektrum forstyrrelser



VÆKSTHUSETS
KOMPETENCECENTER

Indholdsfortegnelse

Indledning	3
 Mennesker med autisme har brug for forståelse	4
At samarbejde i øjenhøjde.....	4
Hvad er autisme egentligt?	4
At etablere et konstruktivt samarbejde	8
Samtalerne - struktur og retning	9
 Mennesker med autisme har brug for mening	10
Det rette match er afgørende	10
Rette match.....	10
Om særinteresser	11
At opleve mening – stress og belastning mindskes, når der er formål	11
Inklusion på uddannelser.....	13
At vælge rigtigt	13
 Mennesker med autisme har brug for sammenhæng	15
Kommunikation og samarbejde med virksomheder, pårørende og andre professionelle.....	15
Virksomhedskontakten.....	15
Pårørende.....	16
 Mennesker med autisme har brug for støtte og læring	17
De understøttende indsatser og træningsbaner.....	17
Planlægning og mestring af hverdagen	18
Eksempel på skema.....	19

Indledning

"Et menneske med autisme er netop det: Ét menneske med autisme"

I denne guide får du ikke udtømmende beskrivelser eller forklaringer på autisme. I denne guide får du derimod et blik på de mennesker med autisme, vi møder i beskæftigelsesindsatsen. Du får perspektiver på deres oplevelser, udfordringer og de muligheder, I sammen kan gå på opdagelse i for at udvikle og udnytte.

I Væksthuset har vi mange års erfaring og stor viden om mennesker med autismspektrum forstyrrelser (herefter forkortet ASF), og den vil vi i denne tekst give videre. Det er dog væsentligt at understrege, at et menneske med autisme først og fremmest er netop det: ét menneske med autisme. Der findes ingen manualer, ingen opskrifter og ingen metoder, der med sikkerhed virker. Det mest effektive middel i dit arbejde er din nysgerrighed, din åbenhed og lydhørhed overfor hvert enkelt individ og hans/hendes ønsker, drømme og behov. Kombinerer du dette med en tro på arbejdsmarkedets uendelige muligheder, så kommer du langt.

Vi har inddelt denne guide i fire overordnede råd, som samtidig knytter sig til forskellige dele af indsatsen.

1. Mennesker med autisme har brug for forståelse: At samarbejde i øjenhøjde

I dette afsnit får du grundlæggende forståelse for de hensyn, der kan være nødvendige at tage i samarbejdet med mennesker med autisme. Du får tips og tricks til dine møder, breve og de spørgsmål, du kan stille for at blive klogere på jeres samarbejdes retning og muligheder.

2. Mennesker med autisme har brug for mening: Det gode match er afgørende

I dette afsnit får du indblik i den særlige fordybede koncentration, som for mange mennesker med autisme er en stor fordel. Du får tips og tricks til at vende de særlige interesser til jeres fordel og til at skabe tryghed og progression imod arbejdsmarkedet.

3. Mennesker med autisme har brug for sammenhæng: Samarbejdet med virksomheden, pårørende og andre professionelle

I dette afsnit kigger vi på kommunikation med omverdenen, både fra din vinkel som professionel og fra mennesker med autisms vinkel. Du får tips og tricks til et stærkt samarbejde med virksomheden om praktik og jobs, med uddannelsessteder og andre professionelle. Vi kigger også på de pårørende, som kan og bør være en stor ressource for arbejdet.

4. Mennesker med autisme har brug for støtte og læring: De understøttende indsatser og træningsbaner

I dette afsnit giver vi bud på de understøttende indsatser, der har størst effekt og på, hvordan du sikrer helhedssynet på det liv mennesker med autisme lever. Vi peger på, hvordan du kan skabe meningsfulde træningsbaner, der udvider mulighederne i et liv med udfordringer.

Mennesker med autisme har brug for forståelse

At samarbejde i øjenhøjde

"Det er, som om jeg blev født uden manual"

"Jeg tror nogle gange, at alle I andre har fået et manuskript og glemt at udlevere ét til mig"

"Jeg ville så gerne bare kunne være som jer andre, men jeg aner ikke, hvor jeg skal begynde"

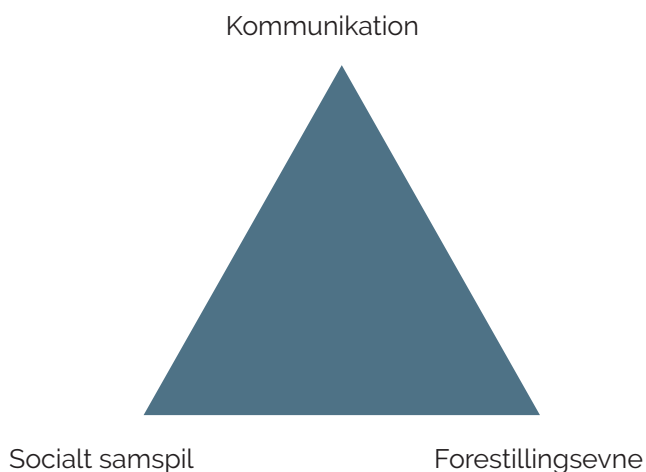
Her er blot nogle af de udsagn, vi hører fra ledige med ASF. Der er stor variation i deres oplevelser og følelser, men for rigtig mange genlyder der en følelse af ikke at passe ind. I beskæftigelsesindsatsen er det vores opgave at skabe adgang til meningsfulde fællesskaber for hver enkelt. Fællesskaber på arbejdspladser og på uddannelser er ofte en billet ud af ensomhed, isolation og fortvivlende hverdage med manglende mening. Derfor skal vi forstå vilkårene hos mennesker med ASF, så vi kan støtte dem i deres udvikling og bevægelse ind i meningsfulde fællesskaber.

For at opnå forståelse og samarbejde kræves en dobbelt bevægelse: Du skal opdage og kende din samarbejdspartner; borgeren. Borgeren skal opdage og forstå dig og de rammer jeres samarbejde skal fungere i. Inden du kan skabe denne dobbelte bevægelse, kan det være værdifuldt at kende til kernen i at leve med autisme.

Hvad er autisme egentligt?

Autisme dækker over et spektrum af udviklingsforstyrrelser, hvor der ses store individuelle forskelle.

De funktionsnedsættelser, der følger med autisme, kan forstås i følgende model:



Kommunikation:

Mennesker med ASF vil typisk bruge mange ressourcer på at aflæse andre.

Socialt samspil:

Mennesker med ASF har ofte brug for støtte til at indgå i sociale sammenhænge.

Forestillingsevne:

Mennesker med ASF forstår verden konkret. De har ofte svært ved at forestille sig situationer eller elementer, de ikke i forvejen kender.

Triaden¹, som ovenstående model kaldes, er en forsimpning, der viser de overordnede træk ved autisme. For hver enkelt menneske med autisme vil der være forskel på, i hvilket omfang et element er påvirket.

Kommunikation

- Forsinket sproglig udvikling.
- Vanskeligheder ved at forstå og bruge billedsprog, metaforer og sarkasme.
- Forskel imellem det der forstås, og det der udtrykkes: der kan være mennesker med autisme, som let forstår, hvad der siges, men som vanskeligt kan udtrykke sig sprogligt. Det kan også forholde sig omvendt, hvor der let forklares og fortælles, men vanskeligt forstås.
- Vanskeligheder ved at forstå, aflæse og tilpasse mimik, gestik og kropssprog. Flere har også vanskeligheder ved at tilpasse øjenkontakt, personlige grænser og er enten overdrevent selvbevidst eller har meget svært ved at orientere sig i samtaltens "spil".

Tips og tricks

- Kommunikér via flere kanaler: skriv sammen, tal sammen og brug billeder/tegninger.
- Hold dig til et emne ad gangen og vær tydelig, når du skifter emne/tema.
- Lav en dagsorden – sæt rammer for samtalen og referér til den, når I skifter emne, eller for at holde samtalen på sporet.
- Vær omhyggelig med at tjekke forståelsen af samtalen, f.eks. spørg: "Hvilket budskab tager du med i dag?"
- Hvis der sker misforståelser. Vær tydelig og eksplicit, sig for eksempel: "Det er en misforståelse – det rigtige er: xx"
- Skriv et referat af jeres samtale og send det – på den måde støtter du både hukommelse, overføring og forståelse.



¹ Triaden er baseret på de diagnostiske kriterier (ICD-10 og DSM-IV) – For mere udtømmende beskrivelse af diagnosen læs for eksempel: Tony Attwood: Aspergers Syndrom og Uta Frith: Autisme: En gâdes afklaring. â de diagnostiske kriterier (ICD-10 og DSM-IV) – For mere udtømmende beskrivelse af diagnosen læs for eksempel: Tony Attwood: Aspergers Syndrom og Uta Frith: Autisme: En gâdes afklaring.

Socialt samspil

- Vanskeligheder ved at aflæse og tolke signaler, kropssprog og mimik.
- Sensitivitet overfor stemninger, konflikter og andres humør.
- Usikre tolkninger af andres signaler betyder usikker tilknytning i venskaber.
- Udtrætning i sociale relationer betyder, at mennesker med ASF ofte vil trække sig og måske signalere nedsat interesse for relationen.
- Stort behov for støtte til at forstå rammerne for en relation, sårbare overfor overinvolvering og fejltolkninger i samarbejdet, f.eks. at tolke en professionel støttepersons oprigtige interesse som venskab.
- Mange dårlige erfaringer i venskaber/relationer og derfor modstand og forbehold.

Tips og tricks

- Vær konkret og tydelig i jeres relation. Fortæl hvorfor du handler, som du gør og forklar, hvorfor du spørger. Gennemsigtighed er et godt redskab.
- Giv støtte til fortolkning af det sociale og hjælp med at nuancere konklusionerne.
- Sig det højt, når der fejltolkes: undersøg sammen hvad der er på spil, f.eks. ring til den relation, der er usikkerhed eller konflikt i forhold til.
- Brug din egen relation som eksempel og træningsbane. Lav små rollespil og scenarier.
- Forbered på en tydeligt eksplicit måde: f.eks. nedskriv, sætninger der kan starte en samtale og øv dem.
- Hjælp med overskuelige sociale sammenhænge: for hver deltager i en aktivitet, jo højere kompleksitet og dermed øget udtrætning og øget risiko for fejltolkninger.
- Lav sikre træningsbaner: f.eks. samarbejde med konkrete medarbejdere/kollegaer på praktikpladsen om small-talk-træning.
- Opsøg interessebaserede fællesskaber, hvor der opstår positive interaktioner og forbindelser på baggrund af fælles oplevelser og konkrete aktiviteter.



Forestillingsevne

- Mennesker med autisme har i forskelligt omfang udfordringer med at skabe indre mentale billeder af fremtid, af ukendte scenarier og dermed vanskeligt ved at konsekvensberegne
- Vanskeligheder ved at forestille sig fremtiden og beregne begivenheders forløb og konsekvenser, hvilket medfører en udpræget usikkerhed, der kan komme til udtryk som angst og undgåelsesadfærd
- Disse vanskeligheder medfører en udpræget tendens til at søge kendte aktiviteter, samtaleemner, steder og personer
- Den ensartede adfærd, som dette afføder, kaldes også stereotype adfærdsmønstre eller særinteresser

Tips og tricks

- Alle rytmer, rutiner og faste strukturer støtter mennesker med autisme, ved at give ro og forudsigelighed.
- Mennesker med autisme kan og vil ofte gerne opleve nye ting og udfordre sig selv, men har i højere grad end andre brug for forberedelse, sikkerhedsnet og guidning.
- Nye opgaver, steder, mennesker og aktiviteter kræver tilvænning, og det er ofte nødvendigt med flere gentagelser, før der opnås rutine og forudsigelighed.
- Det er en fordel at indlære regler, ritualer og standarder, som kan give tryghed i uforudsigelige sammenhænge.
- Det er en fordel at benytte forskellige hjælpemidler til at skabe overblik: kalender, påmindelser, synlige ure, lister og visuelle tabeller, der skaber orden i opgaver, aktiviteter og strukturer.
- Lad de særlige interesser og trygge emner, som der er stor viden om, være styrende for aktiviteter og opgaver i det omfang, det lader sig gøre.



At etablere et konstruktivt samarbejde

Når du tager kontakt til en borger, du ved har autisme, vil det være en stor fordel at overveje de udfordringer, vedkommende kan have med at forudse og planlægge. Derfor gør du dig selv og borgeren en stor tjeneste ved at forberede den første kontakt.

- Lav en dagsorden for mødet.
- Sæt tydelige rammer for tiden til mødet og forklar, hvordan mødet begynder og slutter.
- Skab gennemsigtighed om borgerens mulighed for støtte og hjælp i forløbet.
- Vis dine forventninger tydeligt.

Eksempel

Kære Mikkel,

Du har søgt uddannelseshjælp, og derfor skal vi to samarbejde om din vej til job eller uddannelse. Det er min opgave at forklare dig om systemets regler og muligheder. Jeg har også til opgave at lytte til dine ønsker og behov, så vi sammen kan lægge en plan, der bringer dig i job eller uddannelse.

Du skal til møde på jobcentret, og på dette første møde skal du svare på en hel del spørgsmål og have information om det system, du nu er del af. Du er velkommen til at tage en pårørende eller anden støtteperson med til mødet.

Vi mødes kl. 10, og jeg henter dig i venteområdet, herefter går vi sammen på mit kontor, hvor vi holder møde i ca. 45 minutter. Efter mødet skal du ikke mere på jobcentret denne dag.

Dagsorden for mødet:

- Introduktion til uddannelseshjælp og reglerne
- Viden om Mikkel
 - Om din hverdag nu
 - Om dit behov for hjælp til at søge job/uddannelse
 - Om dine ønsker til hverdagen
- Plan: hvad skal der ske inden næste møde

Jeg forbereder mig ved at læse notatet fra din visitationssamtale og rapporten fra din mentor. Jeg foreslår, at du forbereder dig ved at skrive nogle noter til dagsordenen og eventuelle spørgsmål til mig ned og se denne film, om det at være på uddannelseshjælp. [\[link\]](#)

Jeg glæder mig til at møde dig,

Mvh Hanne.

Samtalerne - struktur og retning

Når du har indledt jeres samarbejde og skal afholde samtaler, er det vigtigt at være opmærksom på kommunikation og struktur.

Tips til indsatsen

- Du skal sørge for struktur, mening og retning i samtalerne.
- Følg gerne en ensartet ramme i hver samtale.
- Brug en dagsorden og vær tydelig, når I afviger.
- Lov ikke mere end du kan holde. Mennesker med autisme har (grundet deres udfordringer med at forstå andres intentioner, følelser og tanker) ikke mulighed for at skelne imellem høflige løgne, hensigtserklæringer og løfter. Du skal derfor være konkret og direkte, når du laver aftaler.

En skuffelse på vej...



Mennesker med autisme stresses let. Det gør de, fordi deres evne til at forudsige forløb er påvirket, men også fordi de ofte har vanskeligt ved at aflæse andres signaler, forventninger og intentioner. Din opgave er derfor at reducere stress og skabe klarhed. Hvis mennesker med autisme nøjagtigt ved, hvad de kan forvente, og hvad der forventes af dem, så har de optimale rammer. Derfor:

1. Forklar ændringer og afvigelser: vær konkret og eksplicit
F.eks. "Dit møde i dag er blevet aflyst, det er på grund af sygdom. Du skal ikke selv gøre noget, du bliver kontaktet, når X er rask, og I aftaler en ny tid".
2. Ventetid og usikkerhed: det er et vilkår, at der sker ændringer, at vi ikke har indflydelse på afgørelser, og at de nogle gange går imod vores ønsker. Disse forhold kræver støtte for de fleste, men i særlig grad for mennesker med ASF. Sørg for at orientere løbende, vær forberedt på afslag og hav en plan B klar.

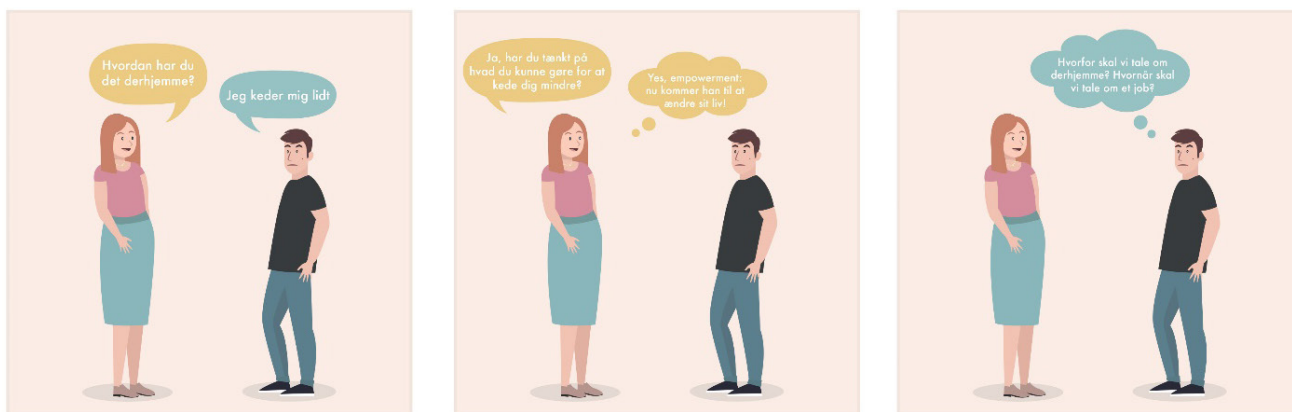
Mennesker med autisme har brug for mening

Det rette match er afgørende

Beskæftigelsesindsatsen skal være virksomheds- og/eller uddannelsesrettet. I alle samtaler, aktiviteter og indsatser bør arbejdsmarkedet indgå. Uanset om vi har mål om afklaring, uddannelse eller job, er det relevant, at indsatsen og samtalerne retter sig imod arbejdsmarkedet. I det følgende gennemgår vi forskellige elementer i den virksomhedsrettede indsats og kigger på den igennem den ledige med autismes øjne.

En vigtig huskeregel, når du møder mennesker med autisme, er: jo tættere på konkrete virksomheder og jobfunktioner du kan komme, jo bedre. Helt fysisk forstået!

Mennesker med autisme tænker konkret



Rette match

Det er altid en vigtig del af vores beskæftigelsesfaglighed at skabe gode match mellem den individuelle ledige og arbejdsmarkedet. Når vi taler om autismeområdet, har dette en særlig betydning. Ofte vil mennesker med autisme have vanskeligheder ved at formulere tydelige jobmål og uddannelsesønsker. Det er svært, fordi forestillingsevnen er en central del af at planlægge sin fremtid. Det er derfor din opgave, at understøtte den ledige i at skabe indre mentale billeder af sin fremtid og finde rette match.

Tips til indsatsen

- Virksomheds- og uddannelsesbesøg: besøg nogle meget forskellige steder og skriv +/- lister over de forskellige steder. Du vil ofte opleve, at samtalen glider lettere, når I har et konkret udgangspunkt for samtalen.
- Formulér de spørgsmål, I kan stille for at hjælpe borgeren til at opnå tryghed.
- Lyt til særlige interesser og undersøg i dybden, hvorfor noget er særligt interessant.

Eksempel

Michael har infantil autisme. Han har hele livet interesseret sig meget for forskellige køretøjer, fly og både. Han bryder sig ikke om at tage offentlig transport, men bruger dagligt lang tid på at sidde på bestemte bænke i byen og observere den offentlige transport.

Som led i afklaring af Michaels ønsker til et job arrangeres virksomhedsbesøg hos Metroselskabet og hos en busmekaniker.

På turen viser det sig, at Michael bliver meget forvirret over mekanikerens beskidte værksted og de mange adskilte dele. På Metroselskabet fatter Michael stor interesse for deres struktur for cykelparkering. Michael og rundviseren taler længe om udnyttelse af kubikmeter til cykelparkeringen. Observationen skaber åbning for muligheder i lageropgaver.

Der arrangeres endnu et virksomhedsbesøg hos en stor webshop med plukke-lager. Michael fortæller begejstret efter besøget om den fine orden, der hersker på lageret. Der arrangeres en praktik, hvor Michael starter med at plukke til web-ordrer. Herefter udvides der med opgaver med kvalitetskontrol i lageret, hvor Michael tjekker statuslister. Michael har brug for en fast kontaktperson, og han holder sin middagspause forskudt fra de øvrige medarbejdere, men han arbejder koncentreret og møder stabilt.

Michael viser sig at blive en meget værdifuld medarbejder for arbejdspladsen. Michael savner ikke de mange timer på sin bænk, og hans interesse for transportmidler er afløst af en stor interesse for sin nye arbejdsplads og deres varer.

Om særinteresser

En særinteresse er ofte først og fremmest udtryk for den autistiske hjernes behov for forudsigelighed, ro og orden. Det skaber meget ro at studere samme emne, da man i processen ofte møder genkendelige mønstre, hvilket virker beroligende. Vi kan bruge de særlige interesser som springbræt i beskæftigelsesindsatsen, men det kræver, at vi undersøger interesserne nysgerrigt, at vi lytter åbent og længe til fortællinger om computerspil, musik eller bestemte tegneserier for at finde frem til, hvilke mønstre der viser sig. Ofte kan disse overføres til et relevant jobmål, som kan skabe retning og mening for den ledige.

At opleve mening – stress og belastning mindskes, når der er formål

Mennesker med autisme har ofte et meget svingende funktionsniveau. Det kan måske undre, at Olivia, som har afbrudt studie af uddannelser og kun sporadisk deltager i samarbejdet med jobcentret, i weekenden kan deltage i store koncerter og endda medvirke til at arrangere og planlægge events omkring hendes særlige interesse for elektronisk musik.

Denne tilsyneladende usammenhængende adfærd kan bedst forklares ved, at Olivia har en vis mængde af mulig stressende aktivitet, og i den masse af stress-udløsere indgår busture, møder, undervisning og koncerter. Når Olivia bruger tid og energi på sin særinteresse; elektronisk musik, så reduceres hendes stress. Bustur til koncert og jobcenter er lige krævende for Olivia, men ved ankomsten til jobcentret fortsætter belastningen, uforudsigeligheden og usikkerheden. Ved koncerten afløses den belastende bustur af en orden, som Olivia finder i musikken. Sanserne beroliges, når de møder genkendelighed, og det opleves derfor nydelsesfuldt.

At møde Olivia i sin interesse og undersøge sammen med hende, hvordan interessen kan blive brændstof for uddannelse og job, vil bidrage til at skabe sammenhæng og mening i Olivias liv. Måske kan mødet med Olivia flyttes og foregå tættere på hendes trygge sfære i musikmiljøet, måske kan I sammen lytte til musik ved et mødes begyndelse?

Hvis det er svært at finde frem til ønskede jobs eller praktikker, kan virksomhedsbesøg være et godt værktøj. Vælg virksomheder/uddannelser ud og sørg for at samle grundigt op på observationer og erfaringer.

Eksempel

Jakob har fortalt, at han har det godt i disse sammenhænge:

- På køreture, eksempelvis til grænsen efter slik, eller en gang hvor han og mor har bragt takkekort ud efter konfirmation.
- Foran skærmen: begrænset og forudsigelig kommunikation, tydeligt formål og høj grad af kontrol.
- Have-service opgaver: at køre på græs-traktor og køre på genbrugspladsen.

Planlæg virksomhedsbesøg, der ind tænder elementer af disse sammenhænge. På og efter virksomhedsbesøgene er din opgave at stille spørgsmål til detaljer, ikke helheden. Du skal spørge:

- Hvad synes du om, at de har uniform på?
- Hvad tænker du om deres arbejdstider?
- Hvad tror du vil være sjovt i sådan et job?
- Hvad tror du ville være svært i sådan et job?

Sørg for at spørge grundigt ind på besøgene, især om de praktiske detaljer i jobbet. Når du har indsamlet information fra erfaringer og nye observationer, skal du og borger sammen lave en konklusion.

Når bedst mulige match er opnået, hvor der primært tages udgangspunkt i interesser, så er næste skridt at understøtte forløbet med god kommunikation og de rette understøttende indsatser.



Inklusion på uddannelser

For unge med autisme er der stor forskel på ønsker og muligheder for uddannelse. Der dukker i disse år flere og flere tilbud op på ungdomsuddannelser, erhvervsuddannelser og andre steder, hvor undervisningen tilrettelægges med særlige hensyn til unge med ASF. Disse tilbud er i mange sammenhænge rigtig gode for de unge, men der er også unge, som foretrækker et såkaldt normalt tilbud, men trods det har brug for støtte og særlig opmærksomhed i overgangen til uddannelse. Herunder vil vi kort give pejlinger for, hvordan du kan tilrettelægge forløb frem imod og i overgangen til uddannelse.

At vælge rigtigt

Ligesom den virksomhedsrettede indsats er rette match afgørende. For ledige med ASF er der særligt brug for at kigge på flere hjørner af motivationen. Ofte vil unge med ASF have svært ved at afgrænse deres uddannelsesønsker og vil ofte have vanskeligt ved at overskue en lang uddannelsesplan med mange "kedelige" moduler, fag og emner, som af andre er besluttet som væsentlige for at kunne videreudanne sig til netop det, den enkelte ønsker. Din opgave i planlægningen af uddannelse er at hjælpe den unge med en grundig forberedelse.



Tips til indsatsen

- Tjek op på forskellige veje til samme mål.
- Brug gerne visuelt understøttende plus/minus lister i processen (UG.dk er et godt værktøj).
- Det er vigtigt at være konkret og tage udgangspunkt i den unges egne værdier i valget.
- Brug praktik, brobygning og uddannelsesbesøg for at skabe konkrete billeder af mulighederne hos den unge.

For mennesker med autisme er det ofte et vilkår, at de i løbet af deres liv vil have udfordringer i varierende grad afhængigt af kontekst og støttemuligheder. Derfor er valget af uddannelse ikke kun afhængigt af drømme og interesser, men også faglige og personlige kompetencer. Skab plads til begge perspektiver i samtalen. En høj faglig motivation og oplevet meningsfuldhed kan sikre brændstof til at overkomme svært udfordrende kontekster, men formål, plan og støttemuligheder skal være tydelig.

De indsigter, I sammen opbygger om udfordringer, meningen og sammenhængen, skal kommunikeres klart og tydeligt til de næste støttepersoner. Hjælp den unge til at formulere sine behov til SPS-vejleder, lærer og kammerater. Når vi giver borgeren ansvar for sine behov og kompetencer, giver vi ham/hende nøglen til at lykkes på lang sigt.

Inspiration til samtalen

1. Hvad forventer jeg af hverdagen på uddannelse:
 - Hvilke fag kan jeg godt lide?
 - Hvilke emner og fag vil blive svært at fastholde koncentration på?
 - Hvordan lærer jeg bedst?
 - Hvordan vil jeg fungere i gruppearbejde?
2. Hvilke uddannelser leder mig videre i min plan henimod arbejdsmarkedet?
 - Er der flere muligheder for at uddanne sig indenfor min interesse?
 - Hvilke muligheder findes?
 - Er der mulighed for noget særligt tilrettelagt, individuelt, fjernstudie m.v.?
 - Har jeg andre interesser, der skal undersøges?
3. Hvilken støtte har jeg brug for i en hverdag på uddannelse?
 - Derhjemme
 - Transport
 - Lektier/projekter
 - Gruppearbejde? (Kan man eventuelt fritages)
 - Eksamen?
 - I praktik som led i uddannelsen?



Mennesker med autisme har brug for sammenhæng

Kommunikation og samarbejde med virksomheder, pårørende og andre professionelle

Ledige med autisme har brug for et ekstra fokus på kommunikation. Både den direkte kommunikation, men også kommunikation med samarbejdspartnere, der er del af en sammenhængende indsats.

Det er afgørende at inddrage mennesker med autisme i kommunikationsopgaven. Gennemsigtighed og tydelige rollefordelinger hjælper alle med overblik. Hjælp også mennesker med autisme, til at skabe egne fortællinger og måder at kommunikere om vanskeligheder på. Ved at give ansvar og inddrage, giver du også nøglen til fremtidig selvstændighed.

Virksomhedskontakten

Det er som altid afgørende med en kontinuerlig og konstruktiv kontakt til de virksomheder, vi samarbejder med. For ledige med udfordringer indenfor autisme er det meget forskelligt, i hvilket omfang de selv kan håndtere kommunikation og daglig dialog med arbejdsgiveren. Ofte vil det være vanskeligt i starten og senere være mere trygt og dermed lettere. Som professionel er det din opgave at lave klare rammer for samarbejdet og hjælpe den ledige med at prioritere, hvilke emner arbejdsgiveren skal involveres i.



Tips til indsatsen

- Udarbejd sammen med den ledige en "guide" til min leder/kollega.
- Forklar fra starten på en konkret og eksemplificeret måde om de vanskeligheder, der kan opstå.
- Vær tydelig omkring din egen rolle og ansvar i forhold til forløbet.
- Vær ærlig, hvis mødestabilitet kan være udfordrende, så tal på forhånd om konsekvenser og lav aftaler om, hvordan eventuelle udfordringer vil blive håndteret.
- Udvis tiltro til forløbet – tror du ikke på succes så lav tilpasninger eller opsøg et bedre match.

Eksempel

Ditte har Aspergers syndrom og oplever ofte angst. Ditte har i en længere periode drømt om at tage en uddannelse og være som alle andre. Hun har prøvet mange ting, men mister ofte pusten, når hun oplever at få meget fravær pga. angstsymptomer.

Ditte og beskæftigelseskonsulenten har planlagt en praktik i Matas. Ditte håber på studiejob, når hun inden længe starter på en 3 årig HF. I samtalen med butikslederen er det aftalt, at Ditte på det første personalemøde får lov at præsentere sig selv. Ditte forbereder, med konsulentens hjælp, præsentationen grundigt. Ditte opdager i processen, hvordan hun på mange måder også har fordele af sin autisme. I præsentationen lægger Ditte vægt på:

- Jeg er god til at holde orden og fastholde fokus.
- Jeg er meget omsorgsfuld og vil meget nødtigt svigte jer.
- Jeg synes, skønhedspleje og kemi er meget interessant.
- Jeg har brug for jeres støtte til:
 - At hilse på mig, når jeg kommer – jeg bliver bange for at være udenfor, hvis jeg ikke bliver hilst på. Jeg kan godt have svært ved selv at hilse først og starte en samtale.
 - At hjælpe mig, hvis en kunde er utilfreds.
 - At hjælpe mig ud bagved, hvis jeg skulle få angst i butikken (I kan se det ved, at jeg sveder meget og måske ryster på hænderne)

Kollegaerne i Matas klappede af Ditte, flere af dem krammede hende, og et par stykker bad spontant om hjælp til forskellige ting. Efterfølgende sagde lederen, at Dittes åbenhed og mod havde betydet et langt bedre arbejdsmiljø og mindsket fravær. Hun oplever, at der nu blev talt om det svære og var plads til de "u-perfekte" følelser på jobbet. Ditte føler sig forstået i Matas og nyder det frirum, hun har sammen med kollegaerne.

Pårørende

Ofte har unge ledige med ASF, forældre og andre pårørende, som vigtige støttepersoner og talerør. Disse personer er for dig essentielle samarbejdspartnere.

Pårørende er, i modsætning til dig som professionel, følelsesmæssigt involveret, og de vil derfor ofte medtage forbehold, usikkerhed og ængstelighed i rummet. Det afgørende for godt samarbejde er, at din forståelse for din borger også gælder de(n) pårørende. Særligt når unge med autisme skal støttes i deres vej, er alliancen med pårørende afgørende. Da mennesker med autisme, som tidligere nævnt, kan have vanskeligt ved at vurdere, hvilken information der er relevant i hvilke sammenhænge, kan en kontakt til pårørende være vigtig for din forståelse af den unge. Spørg og vær nysgerrig på de pårørendes perspektiv – det kan hjælpe til at udfolde muligheder.

Mennesker med autisme har brug for støtte og læring

De understøttende indsatser og træningsbaner

At sætte mål og lægge planer, der handler om fremtiden, forudsætter evner til at forestille sig fremtiden. Vi forestiller os forskellige scenarier, tænker på vores ønsker og drømme. Vi ved i processen, at vi kan tilegne os nye kompetencer og færdigheder, som måske er nødvendige for at opnå målene. Denne forestillingsevne er påvirket hos de fleste mennesker med autisme, ligesom flere oplever konkrete indlæringsvanskeligheder. Dette har stor betydning for vores muligheder for at planlægge sammen med mennesker med ASF. Der er brug for en udviklende tilgang, vi skal skabe træningsbaner. Det er til det formål afgørende at skille udfordringer op i to kategorier:

1. Blivende udfordringer, der kræver compensation
2. Midlertidige udfordringer, der kan overkommes med rette træning og struktur

Hvilken type af udfordringer, der findes i de to kategorier, er helt individuelt og kræver særskilt undersøgelse og/eller udredning.

Eksempel - praktik i økonomiafdelingen på større virksomhed

Line har Aspergers syndrom. Hun har udviklet angstlignende tilstande, som hun bedst dæmper med forskellige tvangshandlinger. Line er meget sansepåvirket, og hendes angst blusser op, når hendes sanser overbelastes. Line er begyndt på en ny arbejdsplads, hvor hun er i praktik med mål om løntilskud.

1. Blivende udfordringer:

Line bruger mørke briller, der beskytter hende mod kraftige farver, lys og refleksioner. Ligeledes har Line lyddæmpende hovedtelefoner, som reducerer støj. Line har permanent brug for lyd- og lysfrie pauser – hun bruger white noise i sine hovedtelefoner og lukker øjnene i 5 minutter.

2. Midlertidige udfordringer:

Line har de første dage mange tvangshandlinger (håndvask, gennemgang af mobilbilleder og til tider hiver hun i hår/hud – kaldet *stimming*²). Line er placeret for sig selv og har kun kontakt til én kollega den første uge. Hun går ikke med til pauser, men holder sine pauser alene. Efter 4 uger har Line lært sine opgaver at kende, hun er blevet tryk ved 2 kollegaer og har kun få minutter om dagen brug for sine tvangshandlinger. Line bruger sine hjælpemidler og pauser til at berolige sig, hvis angsten blusser op. Hun arbejder målrettet på at kunne deltage i pauser og er allerede deltagende observatør på afdelingens ugentlige teammøde.

Kommentar til casen:

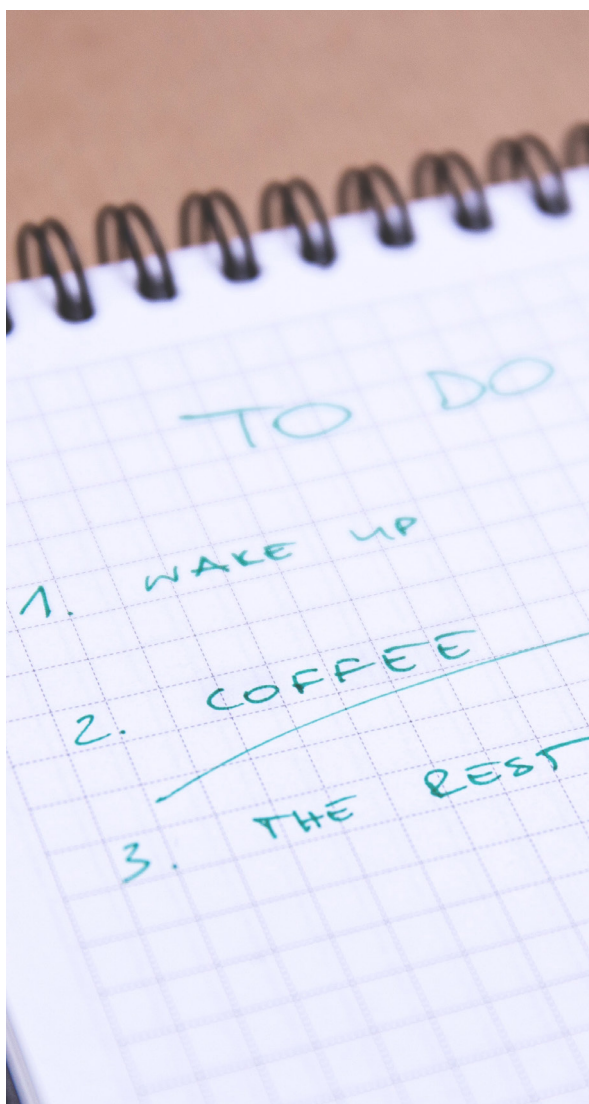
Det er afgørende i kommunikationen med arbejdspladsen, at Lines udfordringer deles op. Det vil være vanskeligt for en virksomhed, baseret på de første ængstelige dage, at vurdere Lines potentiale som medarbejder. Line har brug for tid og opbakning for at opnå tryghed og fortrolighed nok til at vise sine kundskaber og deltagelse i opgaveløsningen.

² Læs evt. mere om *stimming* i Louise Egelund Jensens bog: Så få dig dog et (godt) liv – om stress og autisme.

Der er store forskelle på, hvor omfattende en støtte der er nødvendig for mennesker med autisme. Nogle har kun udfordringer ved overgange og i opstartsfasen, andre har brug for hjælpemidler og støtte til dagligdagen helt permanent. Det er afgørende, at du møder støttebehovene konkret og med forståelse. Ligesom vi ikke beder blinde mennesker gå ud i verden uden blindestok eller førerhund, bør vi også acceptere mennesker med autismes forskelligartede behov og skabe plads til dem. Første skridt til inklusion er, at du selv i samarbejdet med borgere med autisme anerkender både muligheder og behov.

Planlægning og mestring af hverdagen

For at kunne varetage et job, en uddannelse eller en praktik, er det nødvendigt at have et vist overskud i sin hverdag. Det er nødvendigt at kunne varetage sine basale behov som søvn, mad og hygiejne. Det er også nødvendigt at kunne transportere sig til arbejdspladsen eller uddannelsesstedet. Vi har, som professionelle, ofte tendens til at planlægge indsatsen, så hverdagen mestres, før vi igangsætter virksomhedsrettet indsats. Væksthuset anbefaler generelt, men særligt i forhold til autisme, at tænke i parallelle indsatser. Det er afgørende at have meningsfulde grunde til at kunne transportere sig og ligeså meningsfulde grunde til at tage bad. Et møde på jobcenteret er ikke nødvendigvis tilstrækkeligt meningsfuldt. Måske er den helt rette virksomhedsplacerede træning den faktor, som bryder årelang isolation, motiverer til at arbejde med personlig hygiejne og døgnrytme.



Tips til indsatsen

- Lav overblik over støtte- og hjælpebehov. Er der brug for hjælp til indkøb, madplaner eller rengøring?
- Gennemgå hverdagens opgaver og undersøg nysgerrigt, hvad der er vigtigt, og hvad der ikke er. Måske kan den ledige være skamfuld over problemer med at indkøbe nyt tøj eller gå til frisør. Vær fordomsfri og tilbyd din hjælp/støtte.
- Hjælp den ledige med vaner og rutiner, der understøtter målet om overskud og energi til jobbet.
- Vær opmærksom ved skiftende arbejdstider: det kan være ekstra krævende at have forskellige rytmer, forskellige dage.
- Hjælp med at skabe balance: undersøg hvordan den ledige henter energi og overskud – er det gåture, musik eller computerspil? Hjælp med at planlægge og prioritere aktiviteter.

En fast og rutinepræget struktur er et godt værktøj.

Praktik for Line i økonomiafdeling:

- Sikre opgaver: rejsebilag, bilagskontrol og fakturering (Jeg sender til Lone, som laver stikprøver inden, der sendes ud).
- Nye opgaver: salgssupport, ugerapport (Lone gennemgår opgaven med mig, inden jeg afleverer til sælger/leder).
- Træningspunkter: selv bede Lone om tjek, når jeg bliver usikker.

Tips:

- Sørg for at fastholde ca. 50-70% af skemaet til næste uge. Der kan laves ændringer og tilføjelser, men genkendeligheden er vigtig.
- Sørg for at fastholde pauser i skemaet, lad dem ikke være "efter behov".
- Vær tydelig i muligheden for support på opgaver.
- Sæt tid af til oprydning, afslutning af dagen/ugen.
- Slut og start dagen med samme rutine hver dag.

Husk at når du tilrettelægger indsatsen for mennesker, du møder (med og uden autisme), at de oftest ved allermest om, hvordan det er at være netop, som de er. Spørg og brug din nysgerrighed, den er det vigtigste redskab til forståelse, respekt og mening.

Eksempel på skema

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
8.00-10.00 Gennemgang af bilag til fakturering	Fakturering		Salgssupport Udregning – sendes til sælger	Fakturering
10.00 Pause alene	Pause alene		Pause alene	Pause alene
10.30 – 12.00 Fakturering	Fakturering		Team møde	Ugerapport fakturaer
12.00 Frokost	12.00 Frokost		12.00 Frokost	12.00 Frokost
Rejsebilag bogføres	Salgs-support udregning (Lone kan hjælpe)		Fakturering	Ugerapport fakturaer
14.00 Opgavestatus med Lone	Salgs-support udregning (Lone kan hjælpe)		Fakturering	God weekend oprydning + farvel
15.00 Fri	15.00 Fri		15.00 Fri	15.00 Fri

Følg Væksthusets Kompetencecenter på LinkedIn og
bliv opdateret på nyheder om faglige tiltag og udvikling.

Hold øje med vores kursuskatalog på:
vaeksthusets-kompetencecenter.dk

