

## Autism, ADHD och närliggande funktionsskillnader

*Kort om svårigheterna;*

Bristande kognitiva förmågor inom perception, *central koherens*<sup>1</sup>, *theory of mind*<sup>2</sup> och brister med de exekutiva funktionerna leder bland annat till *sammanhangsnärsynthet/-blindhet*.

Därför blir social information och kommunikation svår att uppfatta som i sin tur leder till att det blir svårt att svara adekvat i ömsesidig kommunikation. Om man bara uppfattar detaljer i ett sammanhang svarar man på dem. Du som samtalsledare måste anpassa och kompensera för dessa svårigheter genom bland annat;

- Hjälp klienten att se sina styrkor, se två sidor av en svårighet (aggressiv – spontan). Klienter med många misslyckanden bakom sig – lyssna aktivt, uppmärksamma ”undantag” från problemet, placera styrkan i ett sammanhang där konsekvenserna har varit positiva, inget hopp
- Var en sammanhangsförklarare så att klienten får en förståelse hur en förändring kan leda till en förbättring. Jämför KASAM; begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet (Antonovsky)

När föreställningsförmågan är nedsatt kan det vara svårt att motivera sig, man har svårt att ”se förändringen med tanken”, en sammanhagskarta behövs där man kan se;

- nuläge
- hur det har sett ut tidigare
- hur det kan se ut i framtiden
- för- och nackdelar med förändringen
- fördelarna i en större kontext

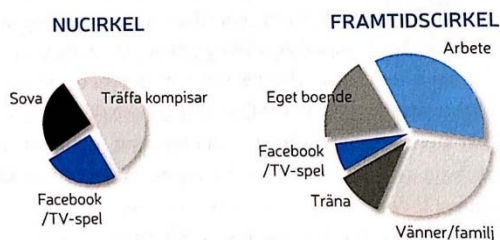
---

<sup>1</sup> Förmåga att förstå och tolka sammanhang, samband och helhet

<sup>2</sup> Förmåga att kunna avläsa andra människors tankar, känslor och avsikter och förstå hur man själv uppfattas av andra

Att tänka på:

- Vissa klienter lyssnar bättre när de inte har ögonkontakt eller om de ägnar sig åt en annan aktivitet samtidigt ex spela spel på mobilen el tugga tuggummi
- Vissa klienter har svårt med beröring och ljud (klocka som tickar)
- Undvik metaforer, ironi och fraser som kan tolkas bokstavligt (kasta ett öga på)
- Minska pratet, dela upp i mindre delar
- Använd meny/Agenda
- Använd klientens egna ord och uttryck
- Ritprata. Omvandla abstrakta formuleringar till bilder och visualiserande samtal.
- När du bekräftar var konkret och beskrivande eller rita upp. Vid bekräftelse av känslor använd bilder, KAT-kittet<sup>3</sup>, el andra visuella tekniker och skalor
- Fler slutna frågor (ibland flervalss med ord, skalor eller bilder) än öppna.
- Hellre enkla reflektioner än komplexa. Om det är svårt med reflektioner använd sammanfattningar.
- Skicka med reflektionsfrågor som hemuppgift (klienten kan behöva processtid)
- Vid användning av program/manual med olika delar kan de presenteras i en meny/agenda (vid individuell el gruppbehandling). Rita eller skriv i ringarna. Använd post-it-lappar. Sen görs en förändring-agenda
- Informera i dialog – använd tydliggörande pedagogik. Sammanfatta och skriv mer el spela in
- Dela upp förändringsarbetet i små steg, gå sakta fram, inte flera förändringar parallellt
- Fokusera på konkreta kortsiktiga mål som klienten kan kolla ihop vardagen med och undvik abstrakta långsiktiga. Att börja med något litet och konkret kan stärka känslan att man är på väg (målbetende) (spela tennis en gång i veckan hellre än vara mer aktiv)
- Använd ”förlåt-metoden” om du gått för fort fram
- Rita nu-cirkel och framtids-cirkel



<sup>3</sup> KAT-kitt (Kognitiv Affektiv Träning). Kommunikativt och kognitivt stöd i samtal om tankar och känslor. KAT-kitt finns som app. Läs mer på <http://cat-kit.com>

Annat som kan vara hjälpsamt:

- Använd visuellt stöd; ex papper och penna, dator, whiteboard, använd skalor, gör en agenda om innehåll och tidsramar (tinglas), konkret språk, undvik att sitta mitt emot klienten, ta ofta pauser, sammanfatta ofta, rita sammanhangskartor (och eller beteendeanalyser, SBK (Situation, Beteende och Konsekvens)), ha talarkort, samtalspinne, samtasinrama (påminn om fokus)
- Skicka sms om tider, vägbeskrivning
- Minimera intrycken i rummet (egna strategier för klienten kan vara huvtröja, keps, glasögon)
- Gör en ”att göra-lista” och ”hur göra-lista
- KAT-kitt (känsloord, skalor, beteendepalett, tidslinjer m.m)
- Samtalsmatta (som skala med bilder att flytta)
- Sociala berättelser (kort berättelse som beskriver en situation och påföljande sociala reaktioner)
- Sociala manus/meny (vad man kan säga/göra i en social situation, jmf sociala färdigheter)

Fritt ur;

Ortiz, L. och Sjölund, A. (2015). *Motiverande samtal vid autism och adhd*. Natur & Kultur, Stockholm.