



# Autismenetværk Esbjerg Kommune





## Selvforståelse

### Fundament

For at lykkes med mestring, skal du kende dig selv og din egen autisme. Et godt fundament for mestring består af viden om autisme og indsigt i egen autisme.

### Accept

Man har brug for accept af diagnosen og tro på, at man kan ændre ting og lykkes med mestring.

### Mestring

Strategier

Systemer

Rutiner



## Eksekutive funktioner

- At få en idé...
- At planlægge idéens udførelse...
- At udføre planen i målrettede handlinger, med hensyntagen til egne behov og situationens krav...
- At vurdere udførelsen undervejs og til sidst og herunder foretage eventuelle justeringer...

(Anne Vibeke Fleischer og Käte From, "Eksekutive funktioner hos børn og unge.")



## Mentalisering

- At kunne sætte sig ind i et andet menneskes tanker, følelser og intentioner...
- Al mentalisering foregår i en kontekst...
- Kognitiv empati: At kunne sætte sig ind i andres følelser og have forståelse herfor...
- Affektiv empati: At kunne blive smittet af andres følelser. Man kan mærke den andens følelser...

## Anderledes helhedsforståelse

- At se og forstå omverdenen i dens detaljer i større omfang end dens helhed
- At kommunikationen forstås konkret
- Svært ved at læse imellem linjerne i kommunikationen





## Anderledes sensorisk oplevelse

- Udfordringer med sensorisk input
- Lyde, dufte, skarp lys, smage, irriterende tøj
- Udfordrer almindelige hverdags gøremål



## Kontekst blindhed

- Absolutte sandheder
- Det kan være svært at få nye perspektiver og inputs fra andre
- Kan være fastlåst i nogle tankegange og perspektiver
- Kan blive irriteret på andre, hvis de agerer anderledes end den absolutte sandhed