

Alla personer inom autismspektrumet är olika, därför talar man om ett spektrum. Man kan säga att om du har träffat en person inom autismspektrumet, har du endast träffat en person inom autismspektrumet. En del kan leva mycket självständigt medan andra kan behöva ett stort stöd genom hela livet. Mellan dessa ytterligheter finns ännu en stor grupp övriga personer inom autismspektrumet

Med rätt stöd kan man utnyttja de resurser personer inom autismspektrumet har. Genom att öka kunskaperna om autism kan man påverka människors attityder samt ge personer inom autismspektrumet större möjligheter att vara delaktiga i samhället.

#### KONTAKTUPPGIFTER TILL AUTISM- OCH ASPERGERFÖRBUNDET:

[www.autismiliitto.fi](http://www.autismiliitto.fi) | [www.facebook.com/Autismiliitto](https://www.facebook.com/Autismiliitto) | Twitter: @autismiliitto



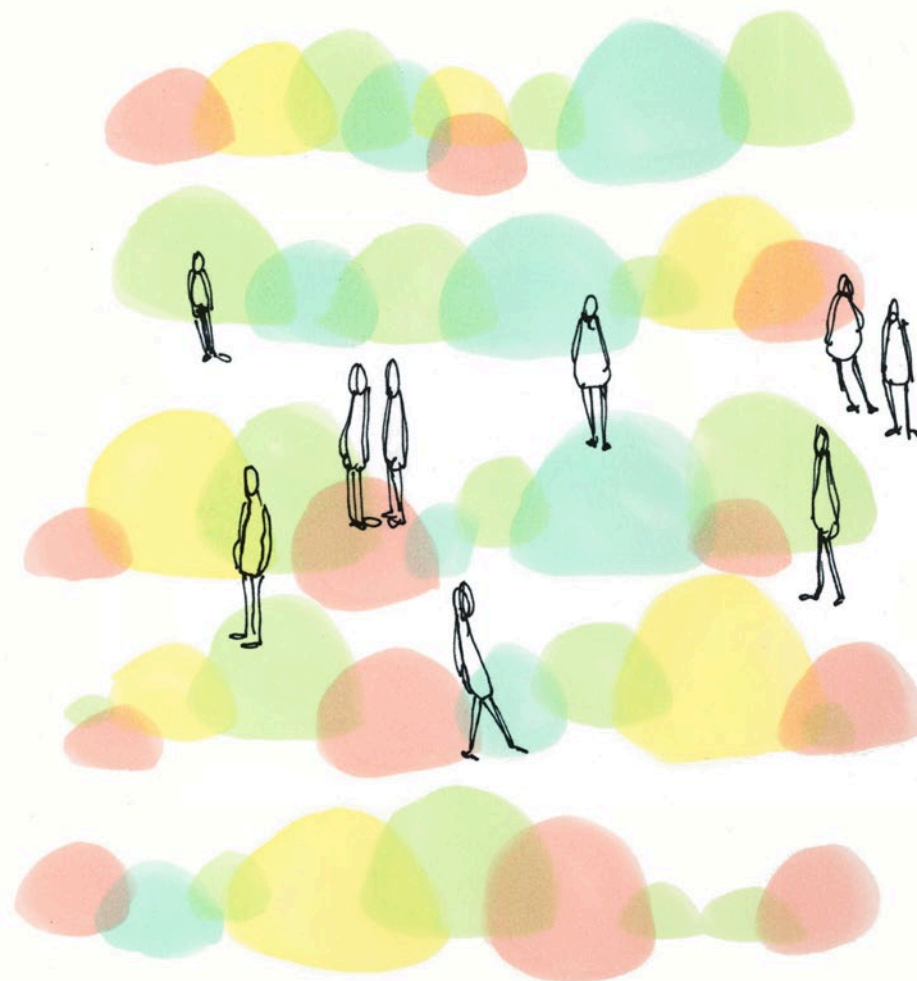
**AUTISMI-  
JA ASPERGERLIITTO**



# VAD DÅ FÖR AUTISMSPEKTRUM?

Du har kanske hört talas om autism och Aspergers syndrom. Dessa är de kändaste diagnoserna som omfattas av autismspektrumet.

År 2018 förenas olika diagnoser inom autismspektrumet och den nya diagnosbeteckningen kommer att heta "autismspektrumstörning".



# HUR MÄRKS EN AUTISMSPEKTRUMSTÖRNING?

## SOCIAL SAMSPEL

En person inom autismspektrumet kan ha svårt att uttrycka sina känslor och förstå andras känslor. Personen kan ha svårt att tolka andras människors ansiktsuttryck och kroppsspråk.

**Hur tar du personen i beaktande:** Beskriv och sätt ord på ansiktsuttryck, kroppsspråk och känslor. Lär dig förstå vilka särdrag en person inom autismspektrumet har vad gäller växelverkan, till exempel svårighet att ta ögonkontakt.

## KOMMUNIKATION

En person inom autismspektrumet kan ha olika grader av svårigheter att förstå och använda talat språk. Vissa personer inom autismspektrumet använder metoder som stöder och ersätter tal, till exempel bilder, tecken och skriven text, då han eller hon kommunicerar.

**Hur tar du personen i beaktande:** Prata lugnt, exakt och tydligt. Underskatta dock inte din samtalspartner. Undvik slang, sarkasm, metaforer och ironi.

## SINNEN

Många personer inom autismspektrumet uppvisar särdrag vad gäller att reglera sina sinnen, de kan till exempel vara över- och underkänsliga för ljud, ljus, beröring, lukter, smaker och färger.

**Hur tar du personen i beaktande:** Minska belastningen av personens sinnen till exempel genom att reglera ljus och ljud. Undvik att använda starka parfymer. Var medveten om att en person inom autismspektrumet kan använda till exempel hörlurar eller solglasögon för sinnesreglering.

## STRESSKÄNSLIGHET

Hos en person inom autismspektrumet blir nervsystemet lätt överbelastat. Personen kan bli överbelastad av bland annat livliga miljöer, omväxlande och oklara situationer samt socialt umgänge.

**Hur tar du personen i beaktande:** Ge personen tillgång till ett lugnt utrymme eller en plats med lugn och ro där han eller hon kan minska belastningen av sinnen.

## STYRKOR

Autismspektrumet förknippas också med många styrkor och resurser. En person med en diagnos inom autismspektrumet kan till exempel vara mycket bra på att urskilja detaljer, ha en bra känsla för vad som är rätt och ibland också en särskild begåvning.

En autismspektrumstörning eller autismspektrumtillstånd (AST) påverkar hur en person interagerar med andra samt hur personen förnimmer och upplever världen runt omkring sig.

Enligt undersökningar har cirka **1 %** av befolkningen en störning i autismspektrumet.

