

Susanne Jessen, Kalmar, handledare och utbildare kring autismspektrumtillstånd. Arbetar även med utbildning inom bemötande & professionellt förhållningssätt

- Livskvalitet i ett livsperspektiv. Att hitta meningsfullheten i vardagen.





Livskvalitet i ett livsperspektiv

November 2010

Susanne jessen
s.jessen@tele2.se



Vad är livskvalitet ?

Bli respekterad för den jag är

En egen bostad - ett hem

Att få ett arbete som jag trivs med

En bra fritid

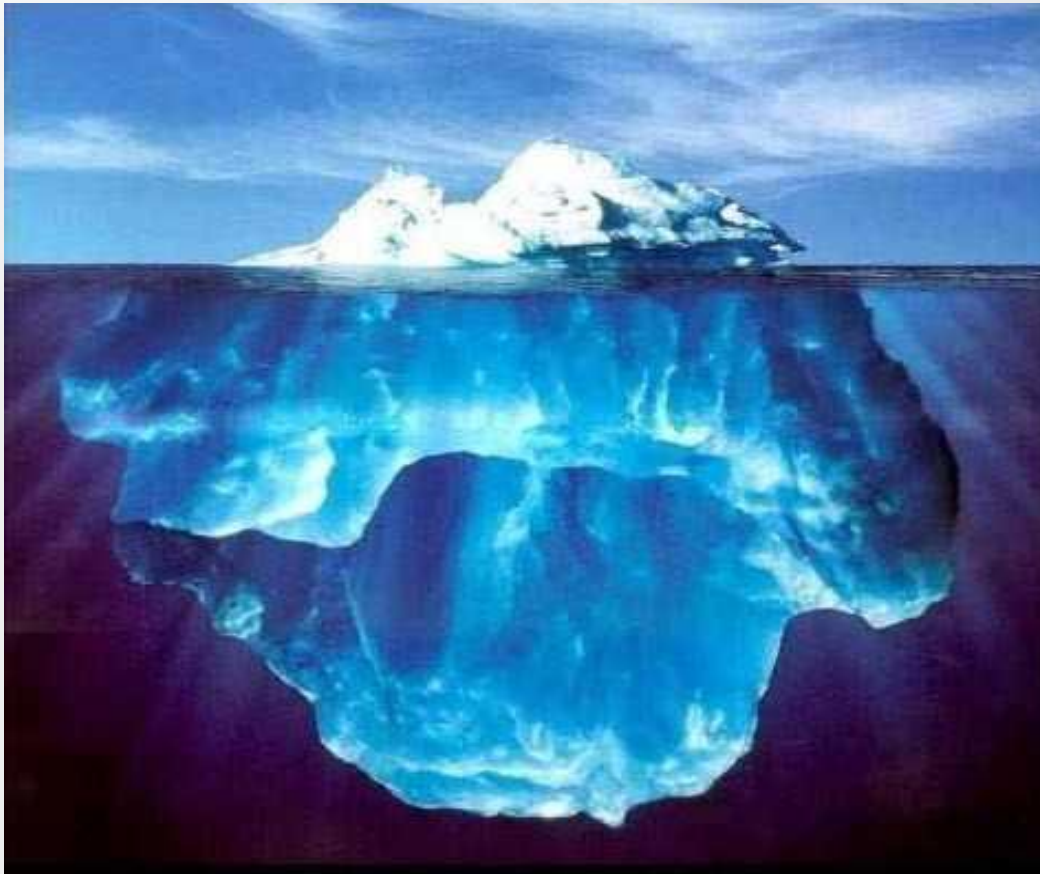
Få må bra fysiskt och psykiskt

Bra relationer och vänner



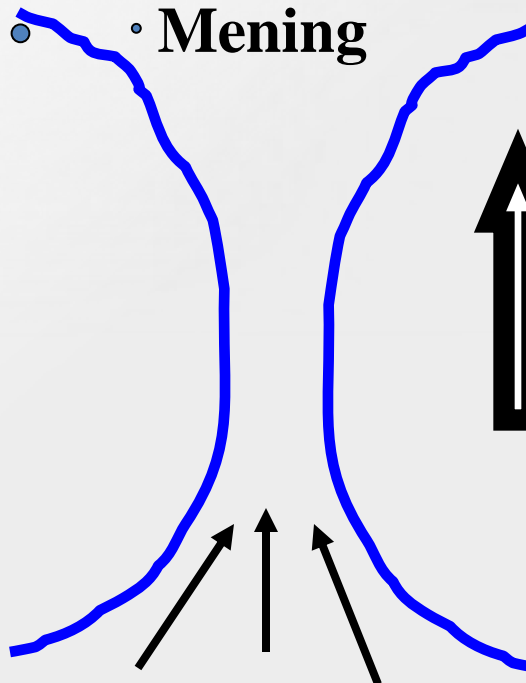
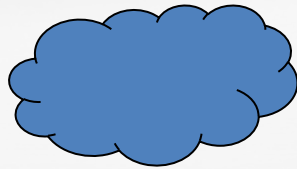
Isberget:

Dom underliggande liggande orsakerna



Att se/förstå
utifrån ett
sammanhang
kräver:

"Hjärnan som en flaska"



Information kommer in via
våra sinnen = Perception.

Hjärnan selekterar – väljer ut
det viktigaste, användbara.

Uppifrån
och ner.

Lukt, syn, hörsel, känsel,
smak = intryck, stimulans.

Var ska jag sitta?

- Hur gör jag för att veta?



Funktionsnedsättningen blir ett funktionshinder i samhället därför att

- Många situationer kräver socialt samspel
- Mycket i samhället bygger på kommunikation
- Ett otal sinnesintryck
- Kö - samhället
- Avståndsbedömning i trafiken, var sitta i bussen, ska jag gå höger eller vänster om mötande person
- Svårigheter med socialt samspel
- Begränsning kommunikation
- Svårt att sortera sinnes intryck
- Vänta problem
- Bedömningssvårigheter
- Svårigheter med generalisering



Stress, kopplat till autism

Stressande miljöer

- Affärer/varuhus
- Matsalar, restauranger, måltider
- **Stressande perioder/tidpunkter**
 - Skollov
 - Semestertider
 - Traditioner/högtider
 - Förändringar i livet

Stressande? Varför?

- Har jag presenterat uppgiften "rätt"?
- Var den positivt presenterad?
- Vilka missförstånd kan ha förekommit?
- Finns det frågor som ej blivit ställda?
- Är det rätt nivå på kravet?
- Finns det valfrihet?



Bedömning/kartläggning – Vad?

- **Intressen/motivation**
- **Begåvning – utvecklingsnivå – Förutsättningar**
- **Sinnesintryck – perception**
- **Motorik**
- **Hur koppla av?**
- **Hur lär han/hon?**
- **Behov – önskemål, drömmar nu och i framtiden**



Självständighet?

Förhållningssätt i naturlig situation.

- Titta – vänta.
- Förhåll dig bakom.
- Ge ej förklaringar och beskrivningar i förväg.
- En tillåtande miljö: "Låt personen lyckas"
- Rätta inte till om inte personen begär hjälp.
- Hänvisa till det visuella hjälpmedlet.
- Anpassa i efterhand. "Ett misslyckande är mitt misslyckande".
- Utgå från personens strategier/färdighet
- Våga prova.



Viktigt att tänka på och ta hänsyn till.

- Funktionalitet? - Vilket syfte?
- Meningsfullt? - Motiverande?
- Ger det status? - För vem?
- Är det intressant?- Vad är vinsten?
- Bör prioriteras? - Varför?
- Är det lätt? - Är det kul?



Användbart/meningsfullt?

Är aktiviteten/uppgiften funktionell utifrån personens perspektiv?

- Ger det makt över sitt eget liv – Kontroll?
- Är det användbart för personen?
- Ökar det status/popularitet?

Positiv stimulans

- Finns nyfikenhet på aktiviteten/uppgiften?
- Finns koppling till intresse?
- Är det Lätt?



Vad innebär fritid?

- Möjlighet till rekreation/avkoppling
- Att kunna välja själv.
- Mindre organiserad eller styrd tid.
- Något att se fram emot och njuta av
- Att ha Kul
- Att planera nödvändiga vardagssysslor
- Att utföra nödvändiga vardagssysslor.

Bredda/Motivera – Att ge förutsättningar för egna val.

- Tydligt innehåll - Tydlig början/slut
- Vetskap om vad som förväntas.
- Meningsfullt innehåll – länkat till deras önskan.
- Fyller en funktion – Svar på varför?



Varje människas rätt att.....

- leva i ett begripligt sammanhang
- få lagom anpassade krav
- ha möjlighet att påverka sin situation
- bli bemött med respekt
- att ha kontroll över sitt eget liv

Problemskapande beteende?



Tänkvärt!

**Dom människor som
uppför sig,
kan det.**

