

Nannynu! kunskapsbank – Om Aspergers syndrom

Denna kunskapsbank om Aspergers syndrom är till för våra barnvakter och kunder som vill ha mer information. Samtlig information är skrivna av experter på området, hämtade från olika webbplatser (se längst ned). Kunskapsnivån är på en grundläggande nivå. För mer djupgående kunskap rekommenderar vi våra barnvakter att ta kontakt med sin kontaktperson eller söka vidare i annan litteratur.

Film av Göteborgs universitet – Att ha Aspergers syndrom

<https://youtu.be/GCFIy8Z8uc0>

Bakgrund

Aspergers syndrom är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som påverkar hjärnans sätt att hantera information. Om man har Aspergers syndrom märks det framför allt på hur man samspelar och kommunicerar med andra människor. Om man har Aspergers syndrom tolkar man ofta tankar och känslor på ett annorlunda sätt än de flesta andra. Man har problem med att avläsa sociala signaler och kroppsspråk och kanske tolkar det som sägs i ett samtal på ett konkret och bokstavligt sätt.

Aspergers syndrom är en funktionsnedsättning som påverkar hjärnans sätt att hantera information. I vardagen märks det framför allt på hur man samspelar och kommunicerar med andra människor. Aspergers syndrom är en form av autism. Autismspektrumtillstånd används som samlingsnamn för olika typer av autism med varierande svårighetsgrad. De vanligaste formerna förutom Aspergers syndrom är autistiskt syndrom och autismliknande tillstånd. Aspergers syndrom innebär att man har en lindrigare form av autism än vid autistiskt syndrom och begåvningen är normal eller hög, till skillnad från vid autistiskt syndrom då man ofta även har en utvecklingsstörning. Det är vanligt att flera så kallade neuropsykiatriska funktionsnedsättningar överlappar varandra, man kan till exempel samtidigt ha Aspergers syndrom och ADHD.

Aspergers syndrom är förmodligen medfött eller uppstår i början av livet som en följd av skador eller genetiska faktorer som gör att vissa delar i hjärnan fungerar på ett annorlunda sätt. Det kan dock dröja upp till fyraårsåldern eller ännu längre innan man märker av funktionshindret. Psykosociala faktorer i barndomen orsakar inte Aspergers syndrom. Studier pekar på att minst fyra av 1 000 barn i grundskolan har Aspergers syndrom. Tillståndet är sannolikt vanligare hos pojkar än hos flickor.

Socialt samspel

Om man har Aspergers syndrom har man begränsningar i förmågan till ömsesidigt socialt samspel med andra. Det kan visa sig i att man tycker att det är svårt att umgås med andra, att tolka andras ansiktsuttryck och kroppsspråk. Signaler som visar att en person vill avsluta samtalet är inte alltid tillräckligt tydliga om man har Aspergers syndrom. Istället kan man

fortsätta att prata om det som man själv är intresserad av utan att uppfatta att den andre inte vill lyssna längre. Vissa talar mycket formellt och stelt. Ibland kan det låta entonigt, ibland kan man prata alltför tystlåtet och vid andra tillfällen mer högljutt än vad situationen kräver. Ofta har man svårt att själv använda sig av sociala signaler som till exempel ögonkontakt, ansiktsuttryck, kroppsspråk och gester.

Man kan ha ett mycket stort ordförråd, samtidigt som man inte helt förstår ordens djupare innebörd. Ibland kan man missuppfatta skämt, ordvändningar och bildspråk eftersom man tolkar det som sägs bokstavligt och konkret. Ett uttryck som "hon klippte av mig när jag talade" kan därför låta skrämmande eller obegripligt. På frågan "Kan du öppna fönstret?", svarar man kanske "Ja" utan att öppna fönstret, eftersom man inte förstår att frågan indirekt innehåller en uppmaning om att öppna fönstret.

Kommunikation

Om man har Aspergers syndrom kan man vara bra på att lära in fakta, men ha svårare för att förstå andras tankar och upplevelser. Man kanske inte ser sammanhanget och den övergripande meningen i till exempel en text, utan tar istället in detaljer och lär sig texten utantill utan att förstå själva innebörden. Många är raka i sin kommunikation och säger precis vad de tycker vilket andra kan uppfatta som ohyfsat eller okänsligt. Oftast har man inte för avsikt att såra, men har svårt att föreställa sig att en annan person kan bli sårad av att man säger sanningen. Man kan också ha svårt med det sociala småprat som förväntas i olika sammanhang.

Mönster av beteende och intresse

Det kan vara svårt att välja mellan olika alternativ eftersom man inte kan föreställa sig vad valen kan innebära. Det kan i sin tur göra att man har svårt att fatta beslut i vardagliga situationer. Eftersom man inte kan föreställa sig olika alternativa scenarion tycker man ofta illa om förändringar. Oförutsedda händelser, som till exempel en trafikstockning eller tågförsening, kan göra att man blir extra orolig och stressad. Man föredrar fasta rutiner i vardagen och går kanske exakt samma väg till arbetet eller skolan varje dag. Det andra kan uppskatta, som presenter och överraskningar, kan uppfattas som mer stressande än roligt.

Barn med Aspergers syndrom leker sällan fantasilekar eller rollekar med sina kamrater, även om de kan ha en egen väl utvecklad fantasivärld. Så kallade specialintressen förekommer ofta, vilket innebär att ett eller flera intressen utövas så intensivt att de blir till hinder för andra, mer vardagliga aktiviteter. Exempel på specialintressen är matematik, historia eller datakunskap. Många tycker också om att samla på fakta om t ex tidtabeller, hästar, resultatlistor, såpoperor eller seriefigurer. Dessa intressen kan hålla i sig under mycket lång tid men även avlösas av nya intressen och flera intressen kan vara aktuella samtidigt.

Kraven på social anpassningsförmåga ökar med stigande ålder vilket medför att en del svårigheter blir mer iögonfallande då. Andra svårigheter minskar när man blir äldre. Att ha AS innebär inte bara problem. I en del avseenden kan personer med Asperger fungera bättre än vanliga människor. En del har en ovanlig tankeskärpa, klarsynthet och envishet och har därmed blivit mycket framgångsrika inom sina områden.

Mat och andra symptomområden

Det är vanligt att barn med Aspergers syndrom eller autism får problem med maten eller ätandet. Det är bra att försöka ta reda på orsakerna bakom och hitta tillvägagångssätt som fungerar för både barnet och föräldrarna.

Problem med maten eller själva ätandet hos barn kan vara en "fas" som går över eller blir mindre uttalad efter en tid. Om det inte gör det, är det viktigt att ta reda på orsakerna. Det är också viktigt att barnet får genomgå en medicinsk undersökning, eftersom problemen kan ha andra orsaker än de autistiska symtomen. Det kan till exempel bero på motoriska problem som gör det svårt att tugga eller svälja, eller andra problem i munhåla och svalg. När barnet vägrar viss mat kan det i enskilda fall handla om allergiska reaktioner. Det, liksom annan överkänslighet, bör man utreda, om inte annat därför att det minskar oron och kan bidra till att omgivningen kan hantera svårigheterna på ett mer avspänt sätt. Samtidigt finns det en risk att själva experimenterandet med kosten, för att kontrollera eventuell överkänslighet, kan leda till att barnet utvecklar ännu större selektivitet, det vill säga bara äter vissa saker.

Bakgrund; Mat och andra symptomområden; Noggranna strategier

Eftersom svårigheterna med mat är väl kända bland barn med autismspektrumtillstånd, däribland Aspergers syndrom, väljer många föräldrar att redan från början introducera varje nyhet enligt noggrant uppgjorda strategier. Förändringar i smak och konsistens görs mycket försiktigt och i små steg. Ytterst små portioner av det nya kan till exempel alltid åtföljas av en liten portion favoritmat. "Först litet köttbulle, sen en tugga ris" för den femåring som enbart kunde tänka sig att äta ris, morgon, middag, kväll. Eller efter varje tugga av det nya kan barnet få ta en klunk att dricka. Tillvägagångssätten måste upprätthållas under lång tid, eftersom det tar mycket längre tid för barn med autism att vänja sig vid nyheter än för andra barn.

Det är lättare för ett barn att svara "Nej" och "Jag vill inte ha" om barnet inte kan föreställa sig hur det nya smakar, eller inte hunnit bli van vid den nya smaken. Ett "ja" kan innebära obehag, så det är tryggare att ta det säkra före det osäkra och svara "nej" om någon frågar om man vill ha. För en förälder eller annan vuxen är det alltså bättre att säga "Nu ska du få smaka...", än att fråga "Vill du smaka...?". Mat kan vara vapen. Om barnet skriker mycket, och om man dessutom har känsliga grannar, finns det risk att man låter barnet ta kommandot. Ett exempel är en liten flicka som alltid ville ha pannkakor och bara nygräddade sådana. Om hon var vaken och skrek på natten var mamman tvungen att stiga upp och grädda pannkakor för att få henne lugn. Att varsamt men bestämt återta makten i en sådan situation kan vara mycket svårt, men nödvändigt.

För lite äldre barn kan man använda sociala berättelser om det roliga, vanliga och nyttiga i att äta olika slags mat. Dessa berättelser bör utarbetas utifrån det individuella fallet tillsammans med barnet och familjen. Det gäller att försöka göra det lustfyllt att erövra nya färdigheter. Man kanske tillsammans kan göra listor på maträtter, där man vartefter kan pricka av vad som prövats och godkänts. Eller man kan utgå från kostcirkeln där man prickar in på tallriken hur mycket av de olika sorterna man fått med. Kanske barnet kan delta i matlagningen och möjligen vartefter ta över vissa sysslor, så att mat blir något positivt laddat som ger barnet tillfälle att visa självständighet och ta ansvar.

Lärande & hantering av problemskapande beteende

Det kan ta tid att lära in nya saker. Ofta kan man inte generalisera, det vill säga man kan inte använda sådant man lärt sig i nya situationer eller med nya personer. Ett barn kan till exempel lära sig att klä på sig själv hemma med sina föräldrar, men kan kanske inte att göra samma sak i andra miljöer med andra människor.

Informationen ovan är hämtad från följande sidor

1177 Vårdguiden. (01 februari 2013). Hämtad 11 februari 2015
från: <http://www.1177.se/Stockholm/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Aspergers-syndrom/>

Autismforum, Stockholms läns landsting. (28 november 2011). Hämtad 11 februari 2015
från: http://www.autismforum.se/gn/opencms/web/AF/Vad_ar_autism/problem_med_mat_och_atande/strategier_vid_svarigheter_kring_mat_och_atande/

Hjärnfonden. Hämtad 11 februari 2015 från: http://www.hjarnfonden.se/diagnoser/aspergers-syndrom_24?gclid=CInQvcnlySMCFcXhcgodYJAAAA

(C)Nannyn.se