

*“Autisma er meira rund,
enn vit ganga og halda”*



Tórfrið Arnfríðardóttir Danielsen, sálarfrøðingur
Nina Mikkelsen, sálarfrøðingur



sernám

NÁMSFRØDILIG OG SÁLARFRØDILIG
RÁÐGEVING

Upprunin

- “Autisma” var fyrst nýtt í 1911 av sálarlæknanum Eugen Bleuer til at lýsa ein tilstand, sum sást hjá fólki við skizofreni
 - Kemur úr griska orðinum “auto” ið merkir “í mær sjálvum”
- Í 1940unum varð autisma nýtt til at lýsa børn, ið m.a. ikki vóru sosialt søkjandi, og høvdu stóra mótstøðu ímóti broytingum (Leo Kanner, Hans Asperger)
- Í 1950/1960unum fekk hugtakið “The Refrigerator Mother” fótafesti millum fakfólk
- Í 1979 orðaði bretska sálarlæknin Lorna Wing 3 kjarnueyðkenni við autismu

1911

1920

1930

1940

1950

1960

1970

1979

1990

2000



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

Triadan

3 kjarnueyðkenni við autismu sambært Lornu Wing:

Mátin man higartil hefur diagnostiserað autismu byggir á hesa fatan:

Avmarkaði áhugamál og repetitiv atferðarmynstur (herundir avmarkaði ímyndingarevni)

Avbjóðingar við sosialum samskifti

Avbjóðingar við sosialum samspælið



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

International Classification of Diseases (ICD)

- Diagnosumanualin hjá WHO (World Health Organization)
 - Verður nýtt innan bæði somatik og psykiatri í Europa
- Tey seinnu árin er man farin frá ICD-10 (tvs. 10. útgávu av diagnosumanualini) til ICD-11 (11. útgáva)
 - Tað merkir m.a. at diagnosur vera dagførdar við støði í nýggjastu vitan og gransking
- Tað hevur týdning fyri, hvussu vit skilja autismu



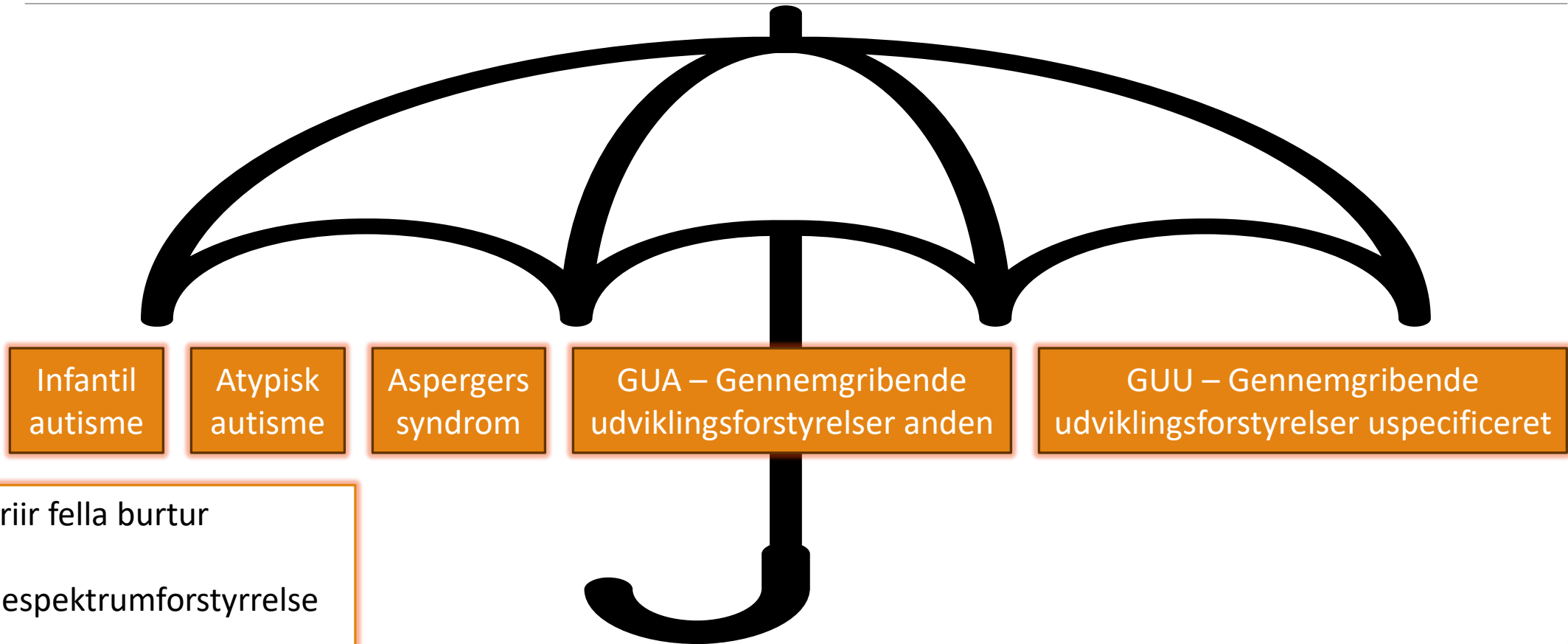
Frá kategori til spektrum

- Triadan fer frá 3 til 2 bein:

Avmarkaði áhugamál og repetitív atferðarmynstur
(herundir avmarkaði ímyndingarevni)

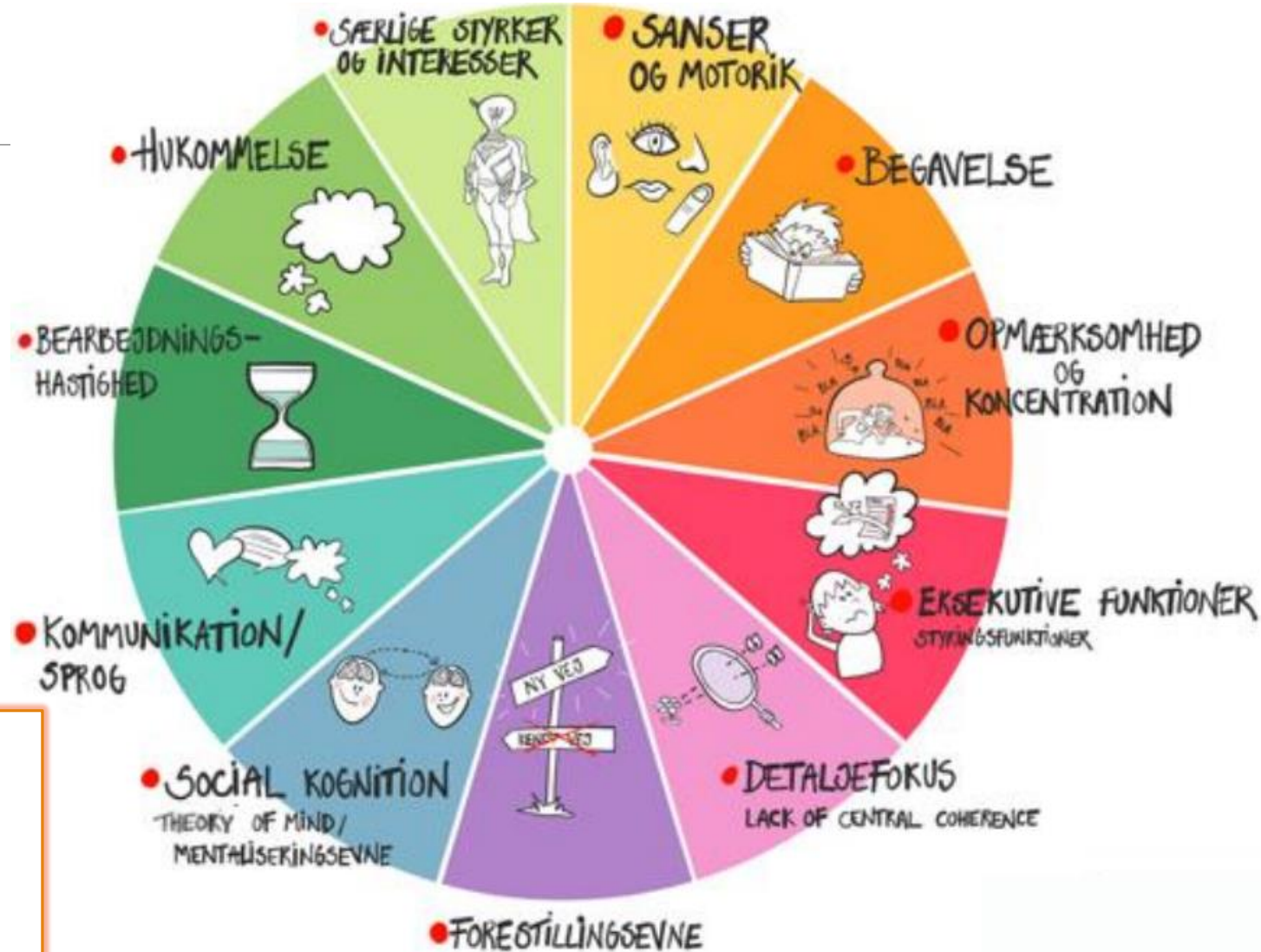
Avbjóðingar við sosialum samspæli og
socialum samskifti

Frá kategori til spektrum



- Kategoriir fella burtur
- Autismespektrumforstyrrelse
- Let, moderat, svær

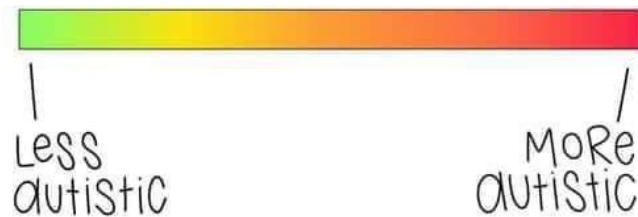
Frá kategori til spektrum



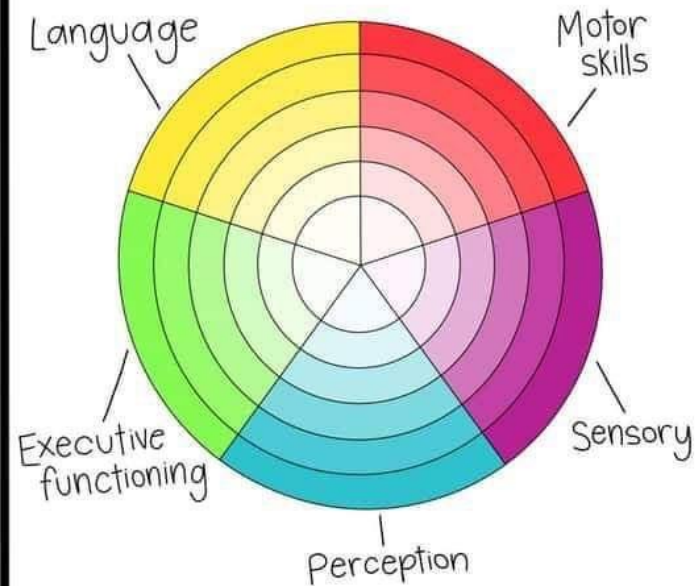
- Kategoriir fella burtur
- Autismespektrumforstyrrelse
- Let, moderat, svær

Frá kategori til spektrum

What People THINK
the autism spectrum
looks like:



What it can
actually
look like:



sernám

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG
RÁÐGEVING

Frá kategori til spektrum

- Tað er framvegis so, at autisma verður sædd at byrja tíðliga í menningini
 - Í ICD-11 viðurkennir man tó, at eyðkennini hjá summum fyrst gerast sjónlig seinni í barndóminum, ungdómslívinum ella uppaftur seinni í lívinum
 - Tá (sosialu) krøvini > fortreytirnar hjá tí einkulta
- Autisma verður framvegis sædd sum lívslang – men útrykk og avbjóðingar kunnu variera
 - Aldur ella menningarstig
 - Intellektuellar ella másligar førleikar
 - Aðrar avbjóðingar hjá tí einkulta
 - Umhvørvið rundan um barnið

*Autisma og
útrykk eru
dynamisk*



sernám

NÁMSFRØÐILIG OG SÁLARFRØÐILIG
RÁÐGEVING

Myndin broytist

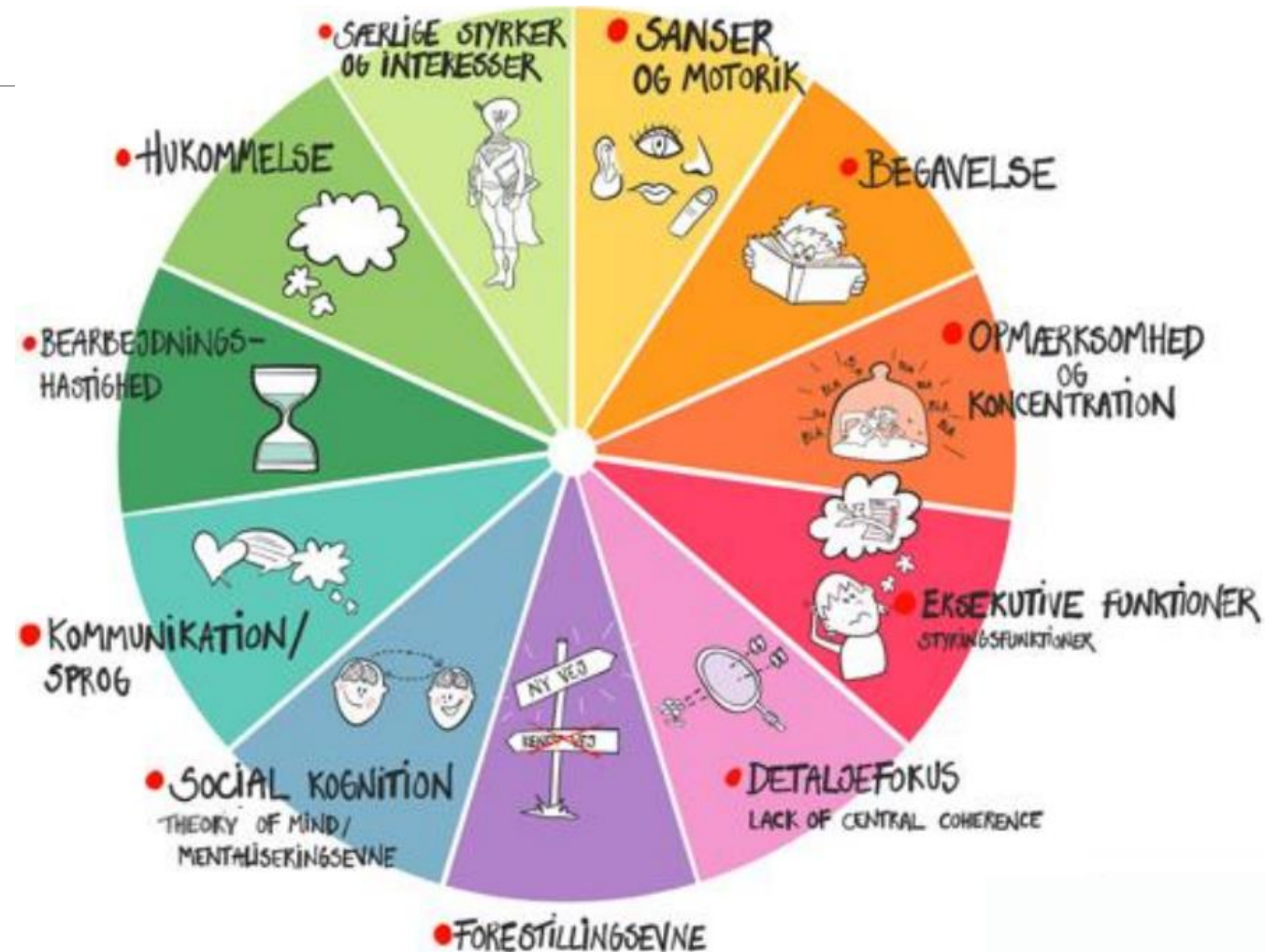
Altjóða brekrættindasáttmálin hjá ST:

”Der er tale om et handicap, når en langvarig fysisk, psykisk, intellektuel eller sansemæssig funktionsnedsættelse spiller sammen med barrierer i personens omgivelser og hindrer vedkommende i fuldt eller delvist at deltage i samfundslivet på lige fod med andre.”

- Handicaphugtakið broytist, tá samfelagið broytist

- Nýggj rák í mun til autismu
 - Neurodiversitet
 - Neurotypisk // Neurodivergent
 - Felagsskapir og sterkar røddir á t.d. sosialum miðlum seta dóm á kjakið um autismu
 - Sjónarmið “innanífrá”
 - Kjak um orð, hugtøk og definitiónir
 - Størri fokus á ymiskleika – at vera øðrvísi heldur enn at vera skeivur

Autismuhjólið

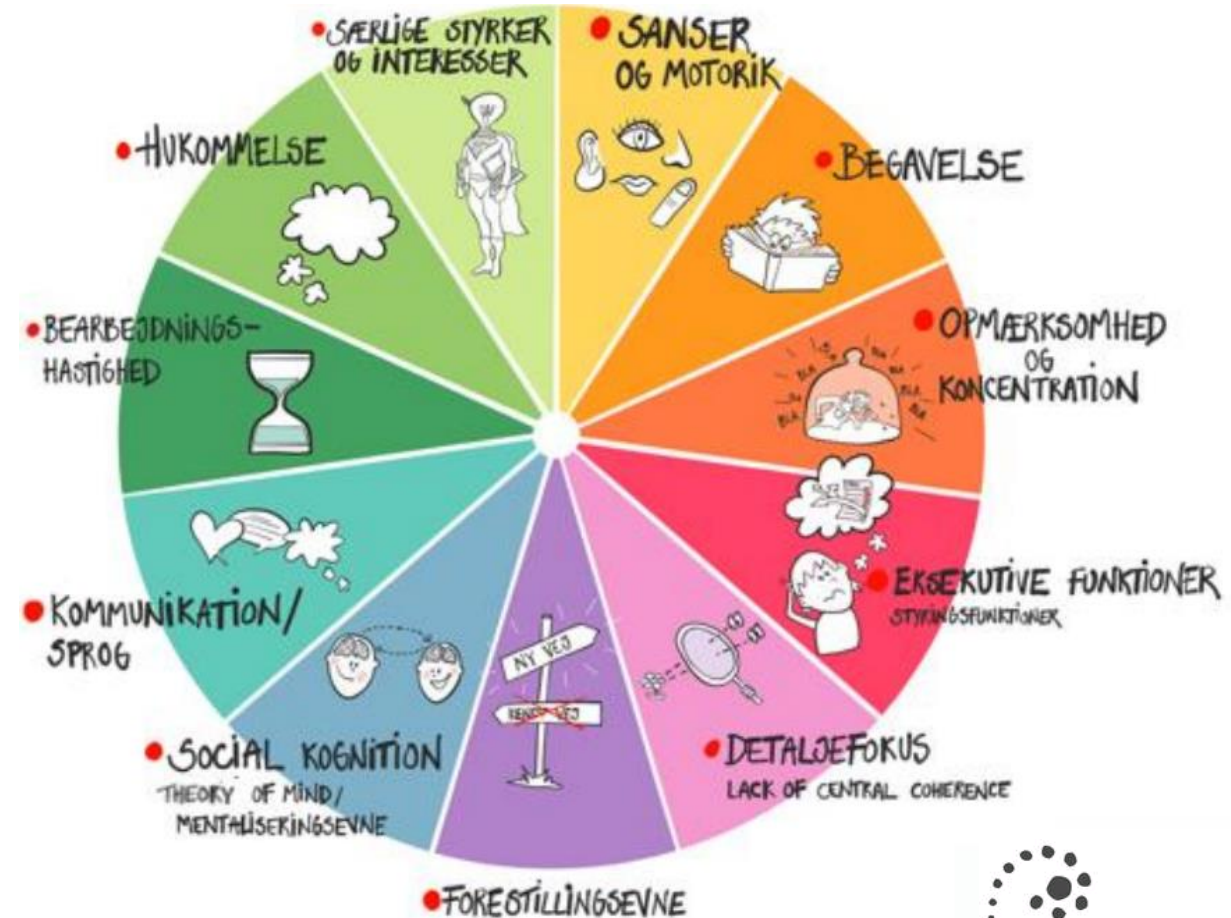


sernám

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG
RÁÐGEVING

Autismuhjólið

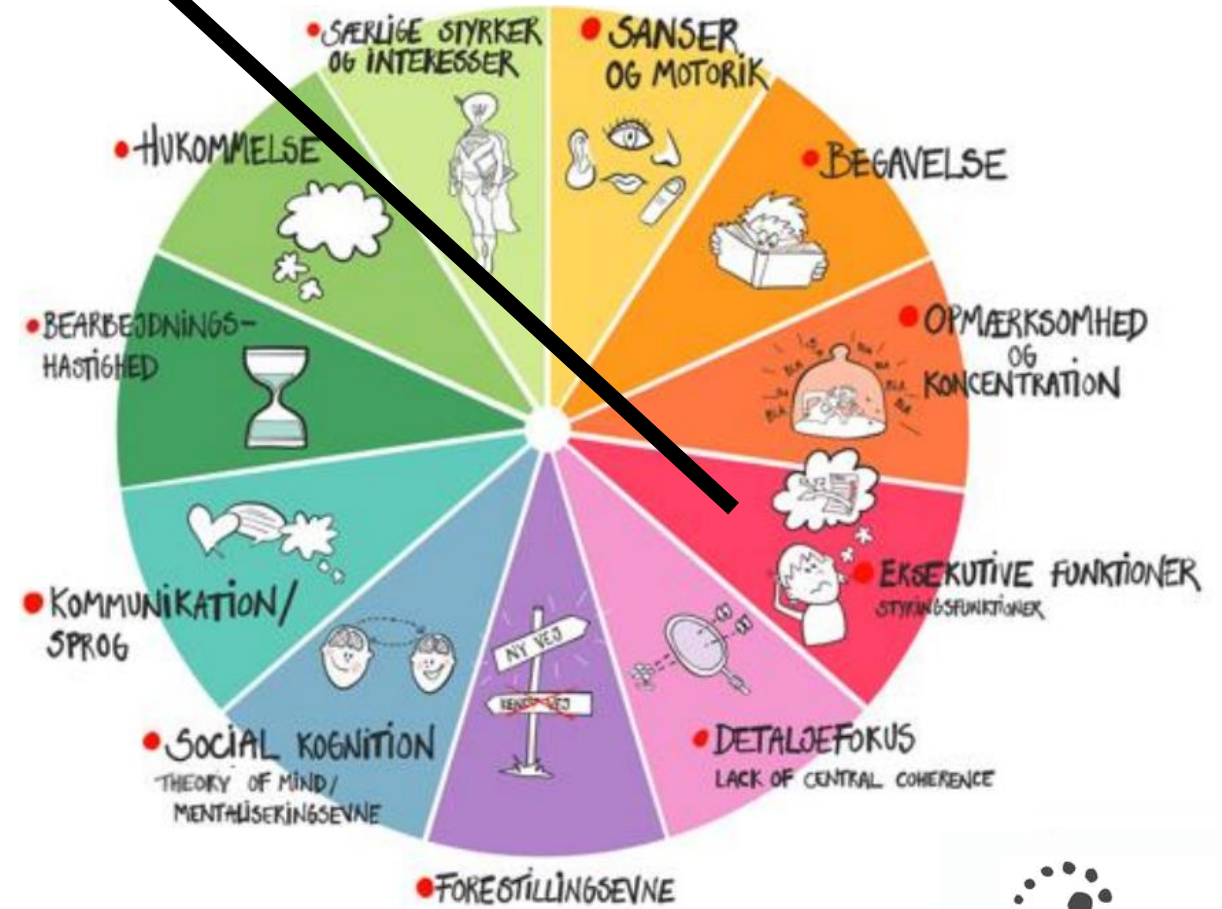
- Ein annar máti at skilja autismu uppá (enn t.d. "høgt" ella "lágt" funktiónsstöði)
- Autisma er samansett og kemur ymiskt til sjóndar
- Styrkir og avbjóðingar innan ymisk øki
- Náa ikki runt í øllum hjólinum, men fara at tríva í nøkur øki



sernám

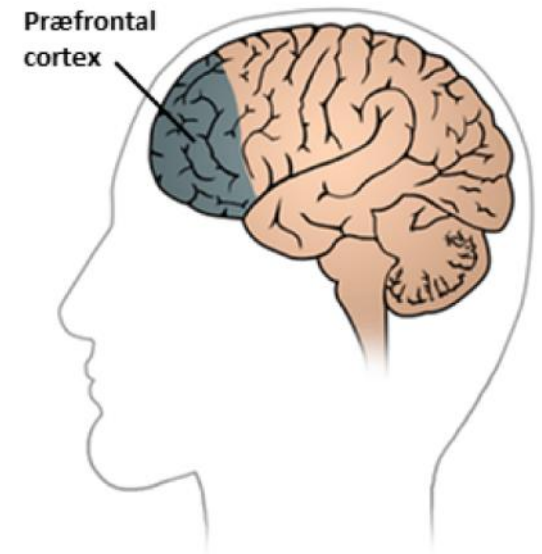
NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

Eksekutivar funktiónir



Eksekutivar funktiúnir

- Eksekutivu funktiúnirnar er eitt felagsheiti fyri tær prosessir, ið hjálpa okkum at planleggja, taka støðu til ymiskt, darva impulsum o.m.a.
- Kunnu eisini kallast stýringsførleikar
- Vit nýta m.a. eksekutivu funktiúnir til at:
 - Fara í gongd við eitthvørt
 - Loysa uppgávur
 - Leggja til rættis
 - Eftirmeta/monitorera egið arbeiði
 - Gera tillagingar í ætlanum
 - Impulsdarvan
 - Og meir...



Eksekutivar funktiórnir

- Eksekutivar funktiórnir er ikki tað sama sum intelligensur
- Eksekutivar funktiórnir eru førleikarnir at gagnnýta og stýra okkara kognitivu funktiónum
 - Mál
 - Læringaevni og minni
 - Uppmerksemi
 - Perceptión (uppfatan/sansing)
 - Árvakni (vágenhed/arousal)
- Eksekutivar funktiórnir er dirigenturin, kognitivu førleikarnar eru tónleikarnir



Eksekutivar funktiónir

- Eksekutiv dysfunktión kann koma til sjóndar uppá ymiskar mátar. Millum annað kann man hava avbjóðingar við:
 - At skapa hugmyndir (at ímynda sær okkurt heilt nýtt, ella at ímynda sær at okkurt kent kann vera øðrvísi enn tað er)
 - Leggja eina hóskaði ætlan til rættis fyri at røkka ynska endamálinum
 - At halda fast í endamálinum og ætlanini (órógvast av innara ella uttara stimuli)
 - Halda fokus á og deila uppmerksemi millum øll stigini í einari ætlan, og samstundis spáa um avleiðingarnar
 - Og gongur tað ikki sum væntað, krevur tað fleksibilitet at gera tillagingar, broyta ætlan vm. Tað kann vera sera torført!
- Eksekutivu funktiónirnar ávirkast av strongd og kenslum

Eksekutivar funktiúnir – hvussu hjálpa vit so?

- Stór variatón í eksekutivum avbjóðingum hjá børnum við autismu.
Er t.d. ávirkað av:
 - Menningartarn ella førleikar innan normaløki?
 - Faklig innlæring og teknisk problemløsing ella initiativ og emotionellan fleksibilitet?
 - ADHD afturat autismu?
 - Og ikki minst – hvussu við umhvørvinum?
- Mugu vera forvitin – hvar er tað, barnið stríðist?



STILLADSERING / AFSTILLADSERING



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

Eksekutivar funktiónir – hvussu hjálpa vit so?

Gera eina ætlan saman við barninum:

- Hjálpa við at planleggja (í sekvensum)

1. Fyrst...
2. Og so...
3. Og so...
4. Til endans...

1.



2.



3.



sernám

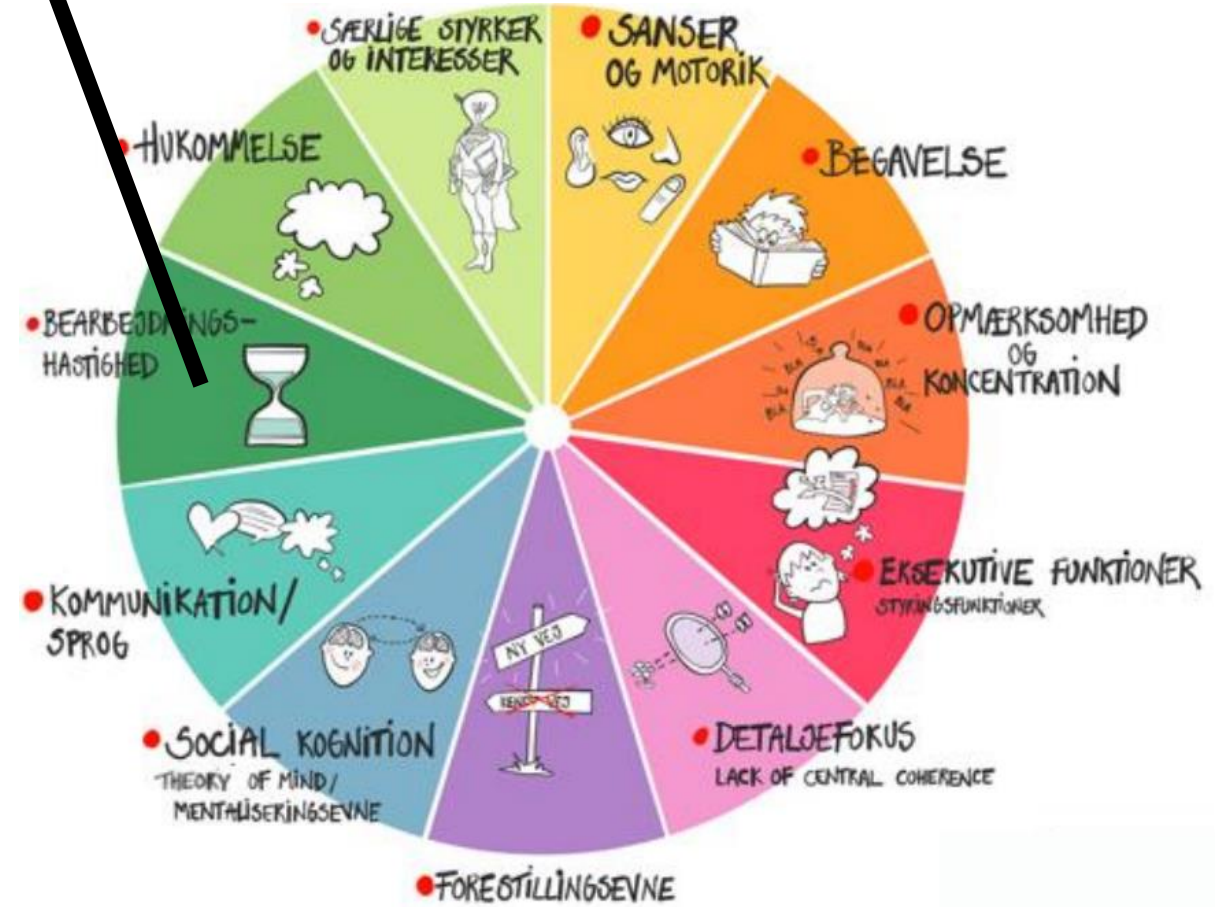
NÁMSFRØÐILIG OG SÁLARFRØÐILIG
RÁÐGEVING

Eksekutivar funktiúnir – hvussu hjálpa vit so?

- Planleggja aftureftir



Bearbejdningshastighed



Bearbejdningshastighed

- Sigur nakað um, hvussu flótandi heilin móttukur, viðger og responderar uppá informatión.
“Arbeiðsskjótleiki”
- At hava niðursettan arbeiðsskjótleika kann m.a. merkja:
 - At tað tekur longri tíð at svara ella loysa uppgávur
 - At man ikki fær øll boðini við
 - At samrøðan fer víðari, áðrenn man fær givið sítt íkast
 - At tað krevur meira orku at fylgja undirvísing, og teimum krøvum sum eru í skúlanum

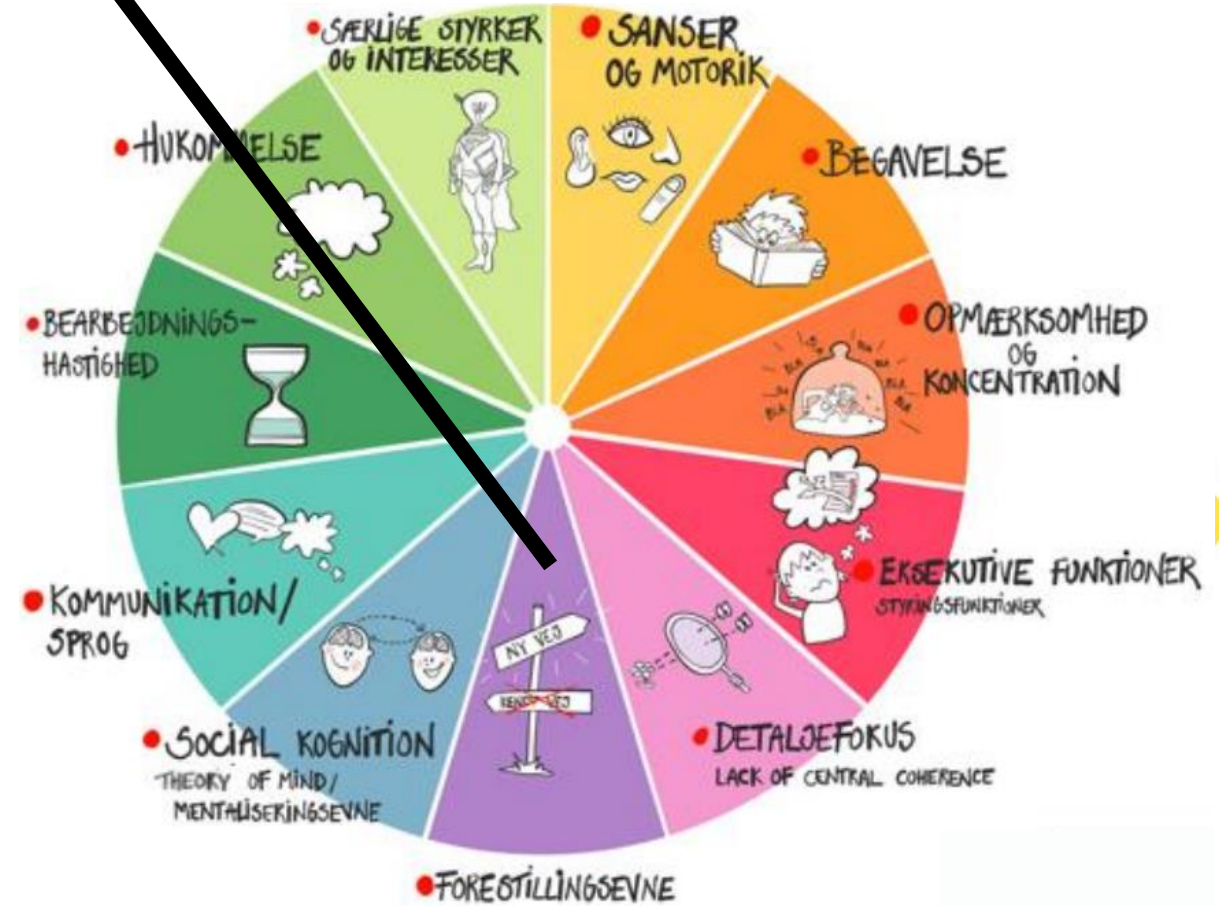


Niðursettan arbeiðsskjótleika – hvussu stuðla vit?

- **Umráðandi:** Niðursettur skjótleiki \neq niðursettur førleiki
(*Processing speed vs. processing ability*)
- Gott at minnst til:
 - Eini boð/ein spurning í senn
 - Tryggja, at barnið hevur skilt boðini
 - Ver greið í samskiptinum
 - Visuel amboð ella tjeclistar
 - Hugsa um skift í uppgávum: Jú meira ókent, jú størri krøv vera sett til arbeiðsskjótleika
 - Góðar rutinur kunnu fyribygja, at tað verður neyðugt at skunda sær ov nógv



Ímyndingarevni



Ímyndingarevni

- Ímyndingarevnini eru evni til at skapa hugmyndir og “innara myndir” av heiminum
- Hjá fólki við autismu eru ímyndingarevnini ofta ófullfíggaði – ikki fráverandi
- Vit nýta m.a. ímyndingarevni tá ið vit:
 - skulu okkurt nýtt
 - skulu leggja ætlanir ella loysa trupulleikar
 - samskifta og eru í samspæl við onnur
 - vm.



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

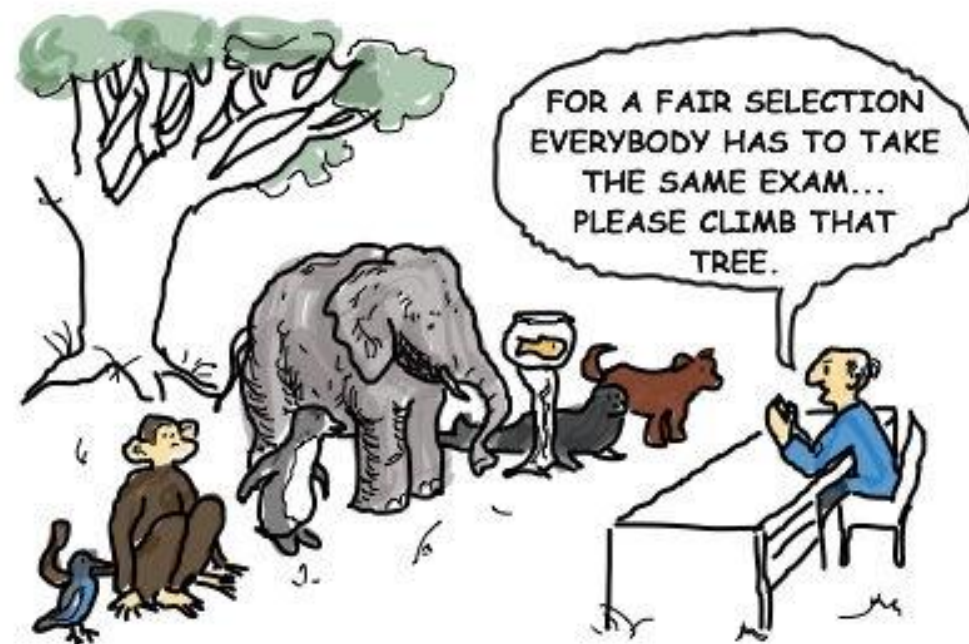
Ímyndingarevni

- Avbjóðingar við ímyndan kunnu koma til sjóndar uppá nógvar mátar:
 - Sosialt samspæl
 - Torført at tulka hvat onnur vænta av sær
 - Óbehag/óttá fyri broytingum
- **Hvat kunnu vit hugsa um?**
 - Fyrireiking (hvat hevur barnið tørv á at vita fyri at hetta verður ein góð uppliving? “Tey 10 H’ini”)
 - Stimbra forvitni og tilvit hjá barninum um onnur – í einari tryggari relatió, uttan “belæring”
 - Beinleiðis samskipti uttan ógreiða talu ella at balla tingini inn
 - Gera okkum ómak at skilja børnini
 - – sum ofta eru von at vera misskilt
 - Hvat liggur aftanfyri tað, sum **vit** ikki skilja?



Autisma – eitt dynamískt handicap

- Mátin vit skilja eitthvørt, hefur týdning fyri hvussu vit handla
- Normar, væntanir og normalitetshugtak
- Dynamískt handicap: “*Det relationelle handicapbegreb*”
 - Hugsa meira “runt” um autismu
 - Autismuhjólíð
 - Umhvørvið rundan um barnið
 - Góðtaka ymiskleikar – heldur enn at fjala ella beina burtur



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING





- *VANDIN FYRI STRONGD OG BELASTNINGI*

V/ TÓRFRÍÐ ARNFRÍÐARDÓTTIR DANIELSEN OG NINU MIKKELSEN, SÁLARFRØÐINGAR



sernám

NÁMSFRØDILIG OG SÁLARFRØDILIG
RÁÐGEVING

HVAT ER STRONGD?



Strongd er eitt hugtak, ið lýsir fysiskar og mentalar reaktiónir av at vera í **ójavnvág** í styttri ella longri tíðarskeið.

Strongd stendst av einum **samspæli millum individ og umhvørvi**: tær innaru ressursurnar og orkan standa ikki í mót við uttaru ella innaru krøvini.

Talan er um ein **hormonellan ójavnvág**, við ov nógvum útløystum stresshormonum - yvir ov langa tíð.

SLØG AV STRONGD

- **Akutt strongd:** ein bráðliga íkomin stöð, t.d. næstan yvirkoyrdur, næstan ov sein til flogfari, mist konfirmatiónspengarnar vekk o.s.fr.

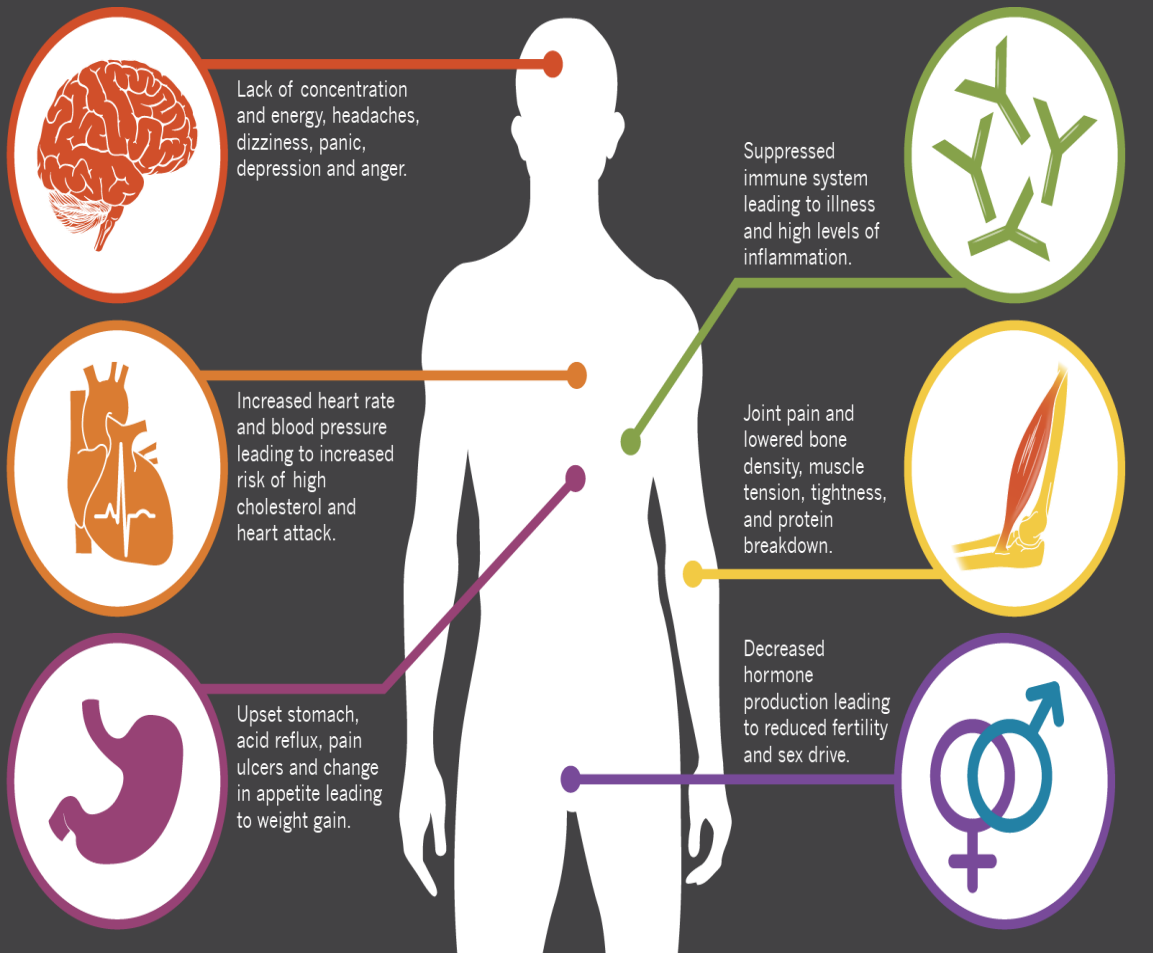
SLØG AV STRONGD

- **Akutt strongd:** ein bráðliga íkomin stöð, t.d. næstan yvirkoyrdur, næstan ov sein til flogfari, mist konfirmatiónspengarnar vekki o.s.fr.
- **Kronisk strongd:** longrivarandi belastningur í skúla/arbeiði ella í einari truplari relatiónum ella felagsskapi.

SLØG AV STRONGD

- **Akutt strongd:** ein bráðliga íkomin stöð, t.d. næstan yvirkoyrdur, næstan ov sein til flogfari, mist konfirmatiónspengarnar vekk o.s.fr.
- **Kronisk strongd:** longrivarandi belastningur í skúla/arbeiði ella í einari truplari relatiún ella felagsskapi.
- **Trauma strongd:** kríggj, ógvusligar hendingar (harðskapur, misnýtsla o.s.fr.)

EFFECTS OF STRESS ON THE BODY



STRONGDARTEKIN

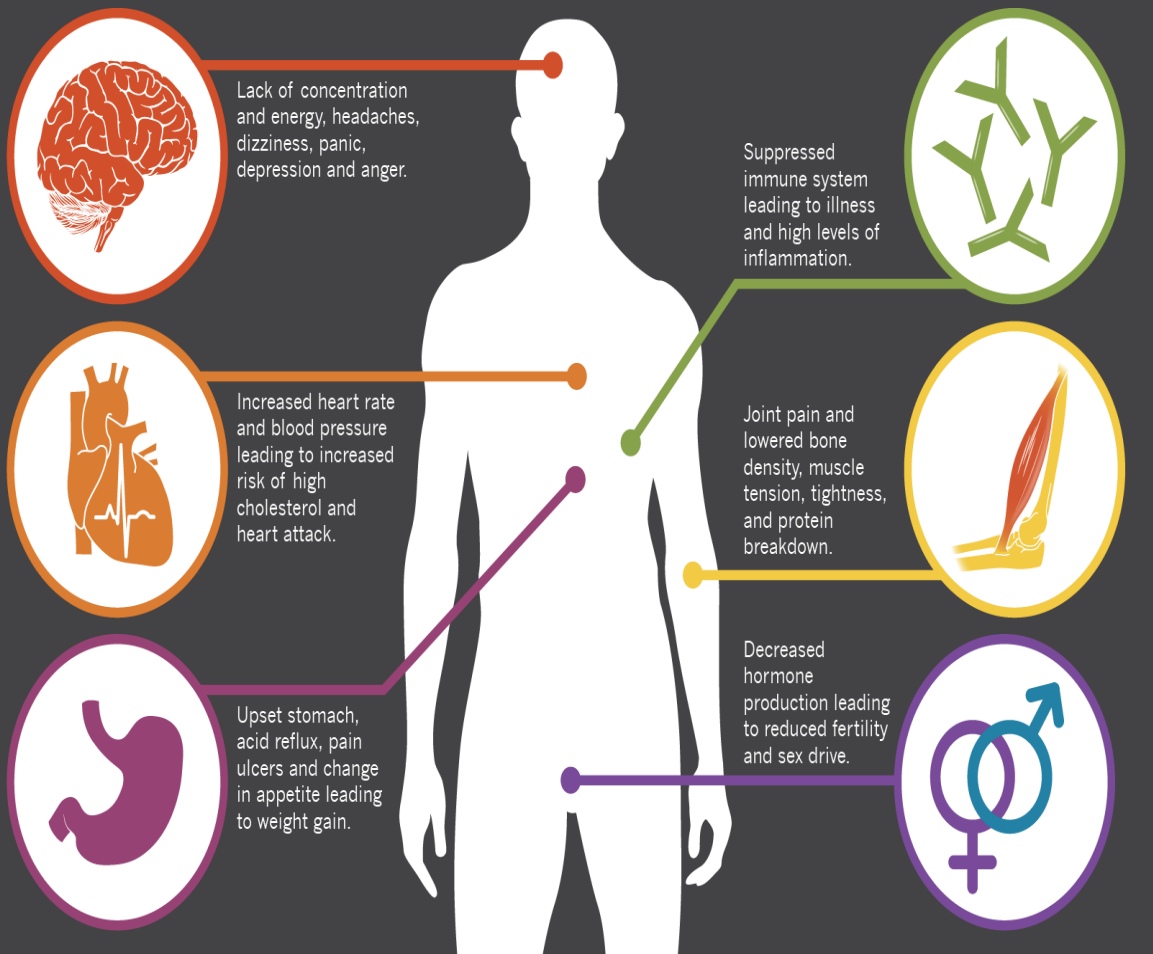
- **Fysisk symptomir:** hjartabankan, svimbul, trýst í bringuni, troyttleiki, lág orka, sitran í kroppinum, pína, magatrupulleikar, svövnórógv, broyttur matarlystur, uppblussan av ovurviðkvæmi og kroniskum sjúkum, óktur sensitivitur yvirfyri sansainntrykkum.



sernám

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG
RÁÐGEVING

EFFECTS OF STRESS ON THE BODY



STRONGDARTEKIN

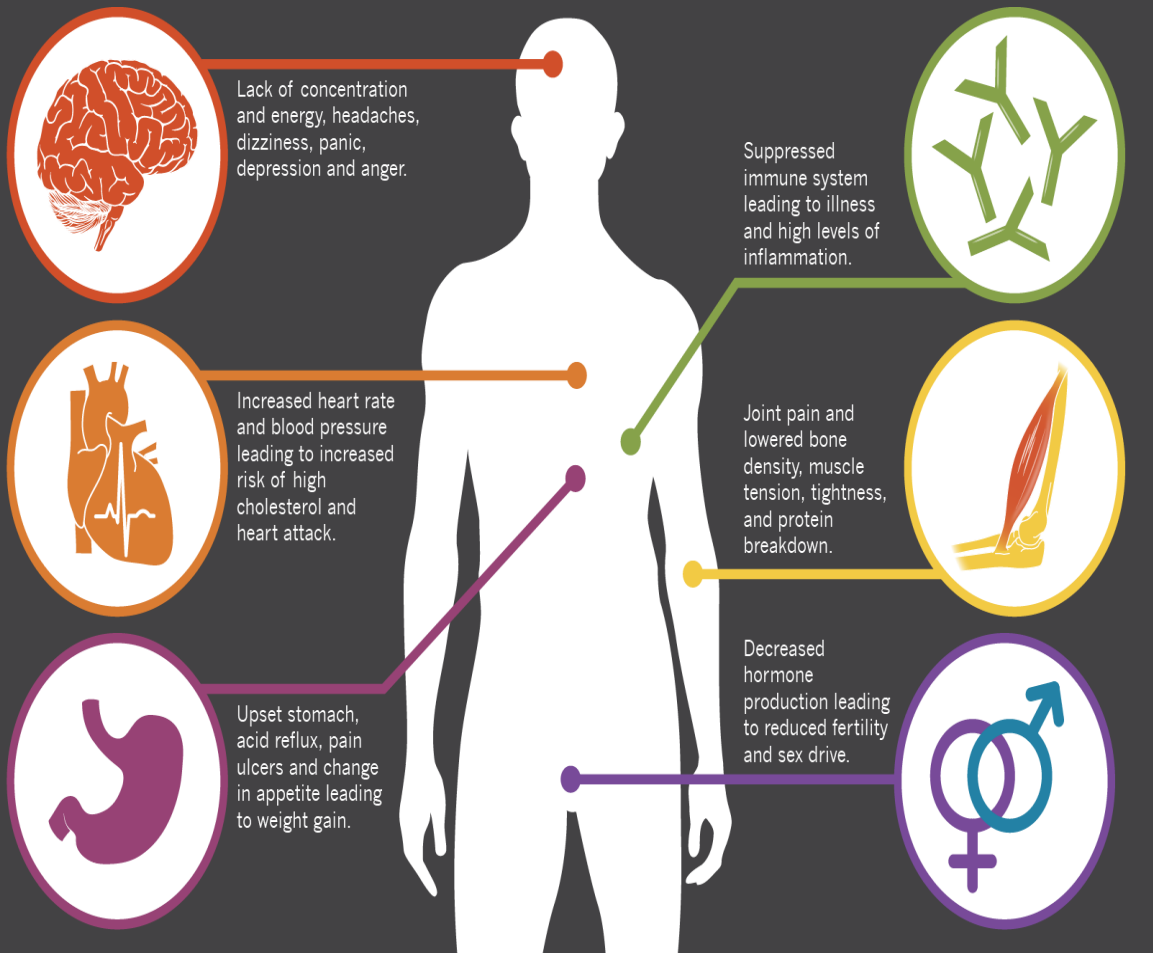
- **Fysisk symptomir:** hjartabankan, svimbul, trýst í bringuni, troyttleiki, lág orka, sitran í kroppinum, pína, magatrúpulleikar, svövnórógv, broyttur matarlystur, uppblussan av ovurviðkvæmi og kroniskum sjúkum, óktur sensitivitur yvirfyri sansainntrykkum.
- **Kemisk symptomir:** adrenalin (kamphormoni) útloysir ilt og sukur til musklarnar, økir pulsina og útvíðkar bronkiarnar. Kortisol ger, at serliga feitt verða útloyst í blóði og gevur meiri orku.



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

EFFECTS OF STRESS ON THE BODY



STRONGDARTEKIN

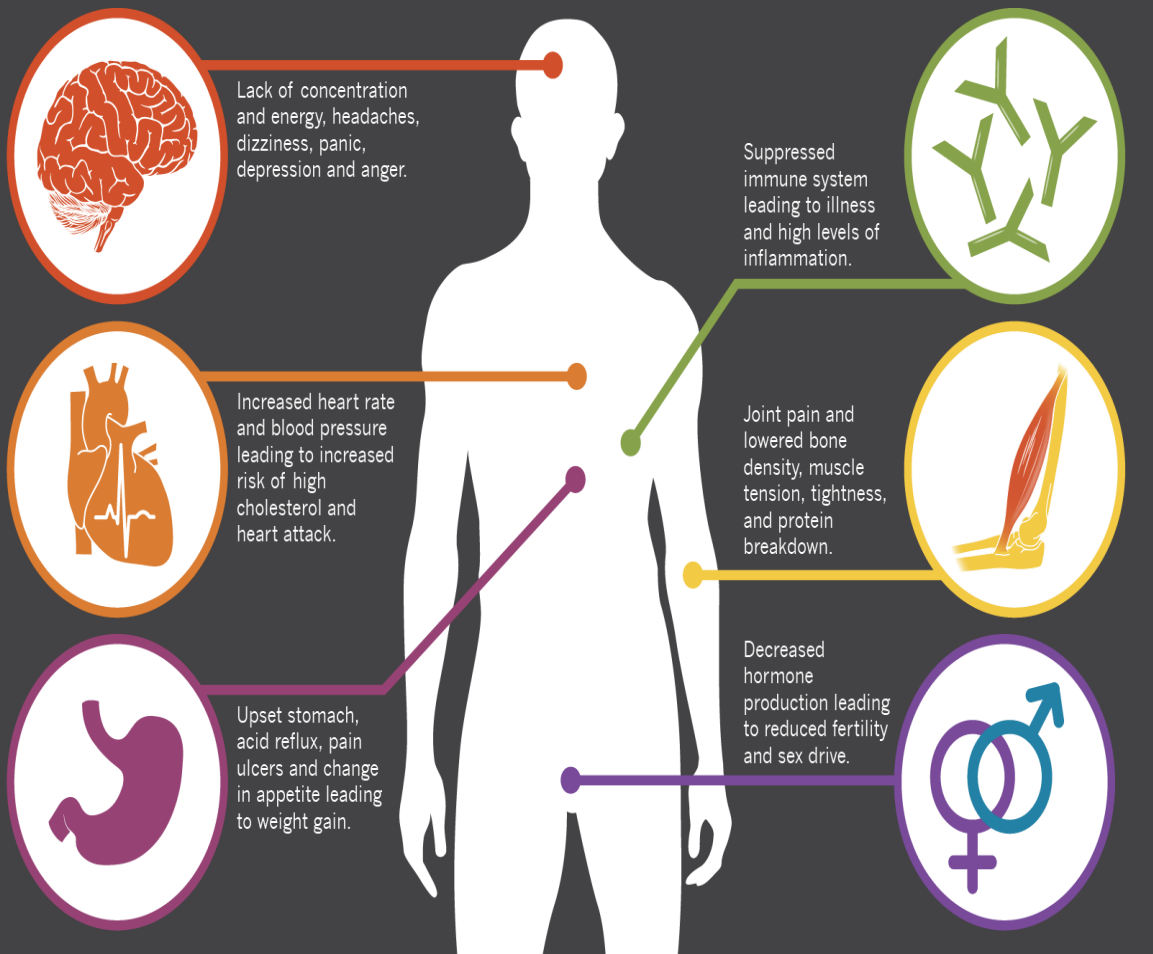
- **Fysisk symptomir:** hjartabankan, svimbul, trýst í bringuni, troyttleiki, lág orka, sitran í kroppinum, pína, magatrúpulleikar, svövnórógv, broyttur matarlystur, uppblussan av ovurviðkvæmi og kroniskum sjúkum, óktur sensitivitur yvirfyri sansainntrykkum.
- **Kemisk symptomir:** adrenalin (kamphormoni) útloysir ilt og sukur til musklarnar, økir pulsina og útvíðkar bronkiarnar. Kortisol ger, at serliga feitt verða útloyst í blóði og gevur meiri orku.
- **Psykisk symptomir (kenslulig og kognitiv):** minnistrupulleikar, hugsavningstrupulleikar, økt irritatióin og taka ting nær, vreiði, ængstelighed, stúranartendensur, mótloysi og lágt sjálvsvirði.



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

EFFECTS OF STRESS ON THE BODY



STRONGDARTEKIN

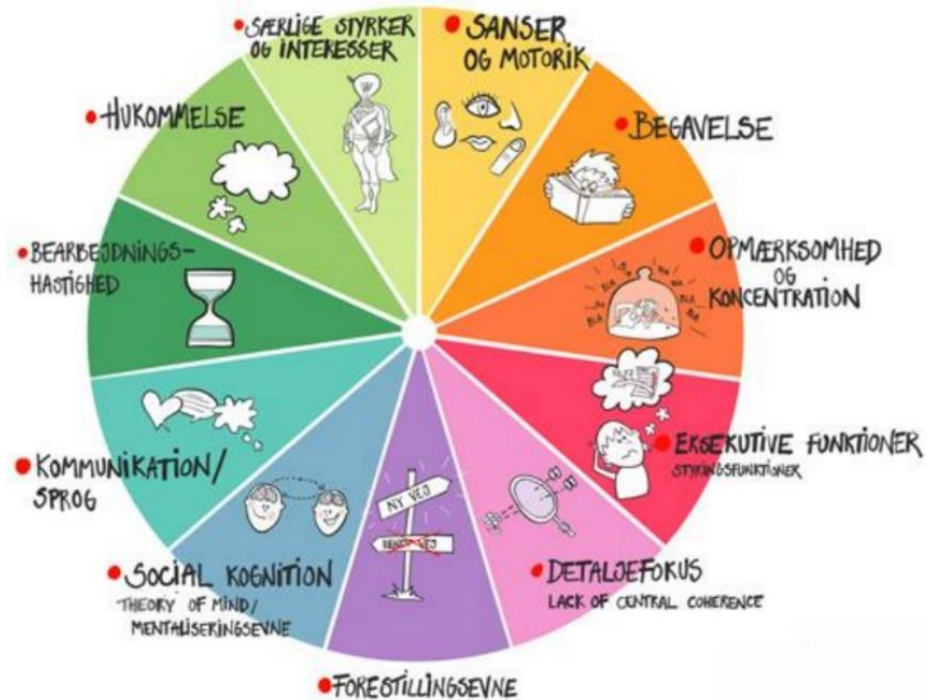
- **Fysisk symptomir:** hjartabankan, svimbul, trýst í bringuni, troyttleiki, lág orka, sitran í kroppinum, pína, magatrupulleikar, svövnórógv, broyttur matarlystur, uppblussan av ovurviðkvæmi og kroniskum sjúkum, øktur sensitivitur yvirfyri sansainntrykkum.
- **Kemisk symptomir:** adrenalin (kamphormoni) útloysir ilt og sukur til musklarnar, økir pulsina og útvíðkar bronkiarnar. Kortisol ger, at serliga feitt verða útloyst í blóði og gevur meiri orku.
- **Psykisk symptomir (kenslulig og kognitiv):** minnistrupulleikar, hugsavningstrupulleikar, økt irritatión og taka ting nær, vreiði, ængestelighed, stúranartendensur, mótloysi og lágt sjálvsvirði.
- **Atferðar symptomir:** Passivitetur, manglandi motivatión og initiativ, trekkja seg sosialt, isolatión, eta meiri ósunt (søtt/salt), ringt við at klára vanligu planleggingina og gerandiskrøvini, skúlaaftran ella sjúkramelding frá arbeiðinum.



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

STRONGD – DYNAMISKT SAMSPÆL MILLUM HJÓLIÐ OG HVØRJI “KRØV” UMHVØRVIÐ SETUR



- Autisma = störrí sárbari fyri strongd
- Brúka nógvá orku uppá at “passa inn” í tað **neurotypisku verðina.**
- Havi störrí tøv á strukturi, týðiligheit og meining, enn hvat vanligi gerandisdagurin bjóðar teimum.
- Tey brúka tí fleiri ressursur uppá at tulka og tillaga seg sosialt, og at mæta krøvunum, ið umhvørvið setur.
- Tey stríðast bæði inni í sær sjálvum og í dynamikkinum millum seg sjálvan og umhvørvið.

VANLIGAR STRONGDARELVANDI UMSTÖÐUR FYRI TEY VIÐ AUTISMU/TEIMUM NEURODIVERGENTU

- Nýggj ting ella broytingar – bæði í umhvørvi, ætlanum og stöðum
- Ófullfíggjaðar detaljur í planlegging og fyrireikan
- Sosialar stöður við nýggjum ella nógvum fólki
- Óforútsigiligheit í atburði hjá øðrum
- Ov nógvar ella ov fáar informatiónir
- Krøv um at taka eitt val/avgerð skjótt ella út frá einum ov lítið informeraðum grundarlagi
- Ov skjót skift í aktivitetum ella vantandi möguleiki fyri at fullføra ein aktivitet
- Sansa-overload
- Maskering – at lata sum um...
- [Autisme øger risikoen for stress | Psykologer i Danmark](#)

AUTISTIC BURNOUT



sernám

NÁMSFRØDILIG OG SÁLARFRØDILIG
RÁÐGEVING

AUTISTIC BURNOUT — EIN LÝSING

- *Det er en tilstand, hvor personen oplever en følelse af **total udmattelse og mental udtømmning**. Tilstanden kan opstå, når personen har været udsat for en langvarig og intensiv påvirkning af omgivelserne, som kan være både fysisk og psykisk belastende.*

AUTISTIC BURNOUT — EIN LÝSING

- *Det er en tilstand, hvor personen oplever en følelse af **total udmattelse og mental udtømmning**. Tilstanden kan opstå, når personen har været udsat for en langvarig og intensiv påvirkning af omgivelserne, som kan være både fysisk og psykisk belastende.*
- *Autistisk udbrændthed kan vise sig på forskellige måder. Nogle personer kan opleve en følelse af total afmatning og mangel på energi, mens andre kan opleve en følelse af at miste kontrollen over deres følelsesliv og deres evne til at tænke klart. Det kan også vise sig som en følelse af at være fanget i en tilstand af konstant stress og angst.*

AUTISTIC BURNOUT — EIN LÝSING

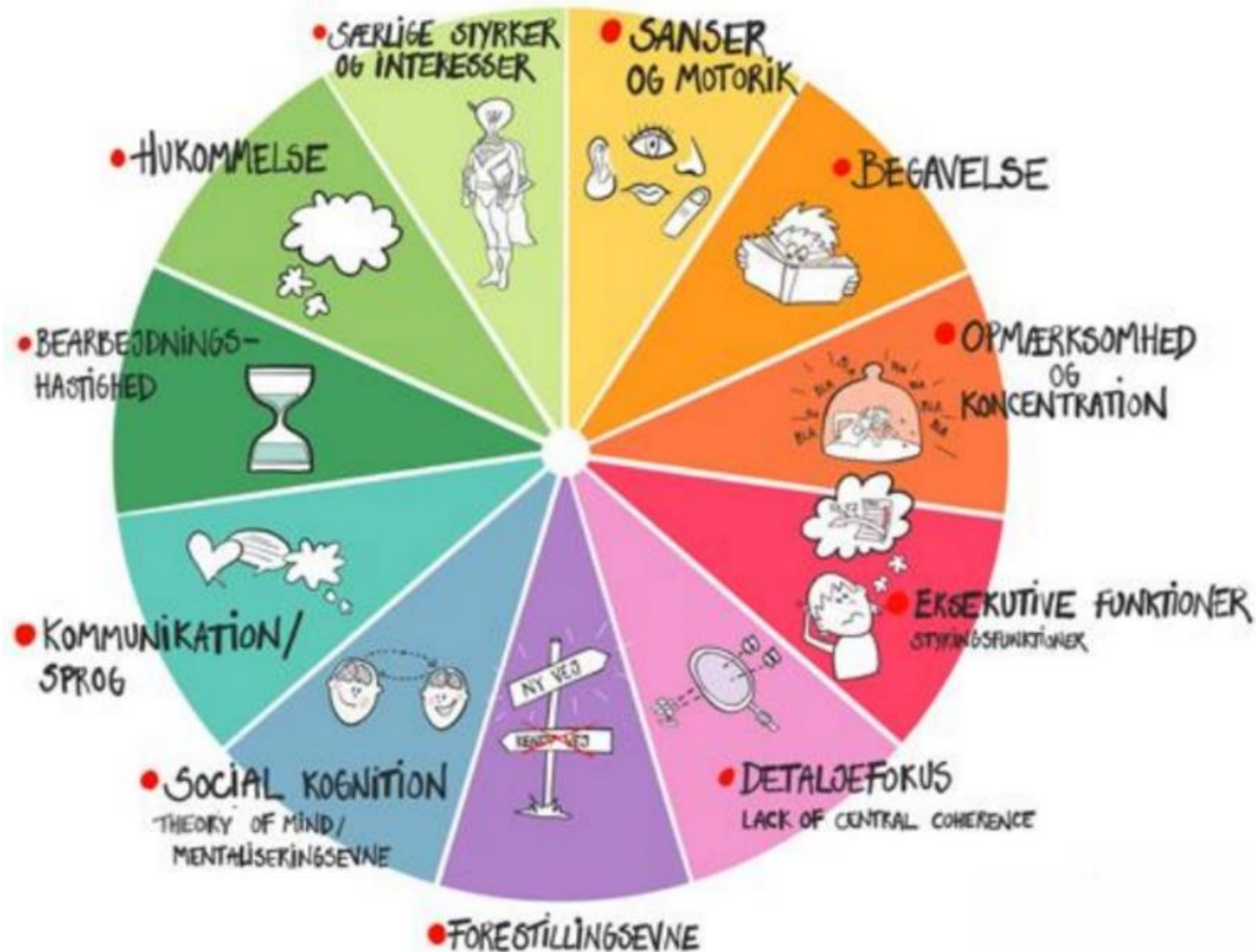
- *Det er en tilstand, hvor personen oplever en følelse af **total udmattelse og mental udtømning**. Tilstanden kan opstå, når personen har været udsat for en langvarig og intensiv påvirkning af omgivelserne, som kan være både fysisk og psykisk belastende.*
- *Autistisk udbændthed kan vise sig på forskellige måder. Nogle personer kan opleve en følelse af total afmatning og mangel på energi, mens andre kan opleve en følelse af at miste kontrollen over deres følelsesliv og deres evne til at tænke klart. Det kan også vise sig som en følelse af at være fanget i en tilstand af konstant stress og angst.*
- *Autistisk udbændthed er ikke det samme som almindelig stress eller træthed, fordi det er en særlig type udbændthed, som opleves af personer på autismespektret. Det skyldes ofte det vedvarende krav om at maskere eller skjule deres autistiske træk, hvilket kan være udmattende og overvældende.*
- <https://www.psykologskanderborg.dk/autistisk-udbraendthed-aarsager-og-behandling/>



sernám

NÁMSFRØDILIG OG SÁLARFRØDILIG
RÁÐGEVING

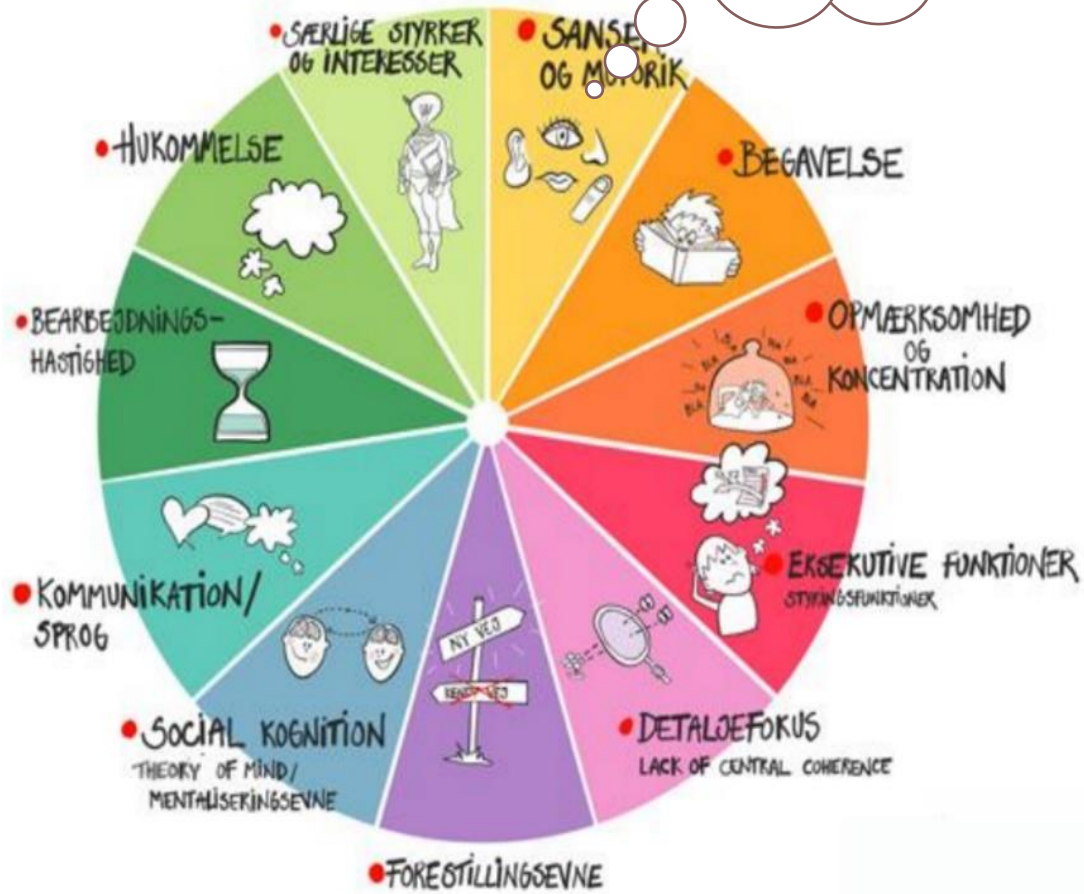
STRONGD – DYNAMISKT SAMSPÆL MILLUM HJÓLIÐ OG HVØRJI KRØV UMHVØRVIÐ SETUR



sernám

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG
RÁÐGEVING

Tað larmar og
luktar og er ov
ljóst inni.
Stólarnir eru
harðir.



Tað gongur ov skjótt – klári og skunda mæi líka nógv sum hini.

Tað larmar og luktar og er ov ljóst inni. Stólarnir eru harðir.



Tað gongur ov skjótt – klári og skunda mæð líka nógv sum hini

Tað larmar og luktar og er ov ljóst inni. Stólarnir eru harðir.



Man skal skifta allatíð og vera í so nógvum í senm. Hví gera tað vit ikki bara í gjár?

Tað gongur ov skjótt – klári og skunda mér líka nógv sum hini.

Tað larmar og luktar og er ov ljóst inni. Stólarnir eru harðir.



Man skal skifta allatíð og vera í so nógvum í senn. Hví kunnu vit ikki bara gera vit tað sama sum í gjár?

Tey biðja meg velja hvat eg vil og hvat eg haldi, men eg veit ikki.

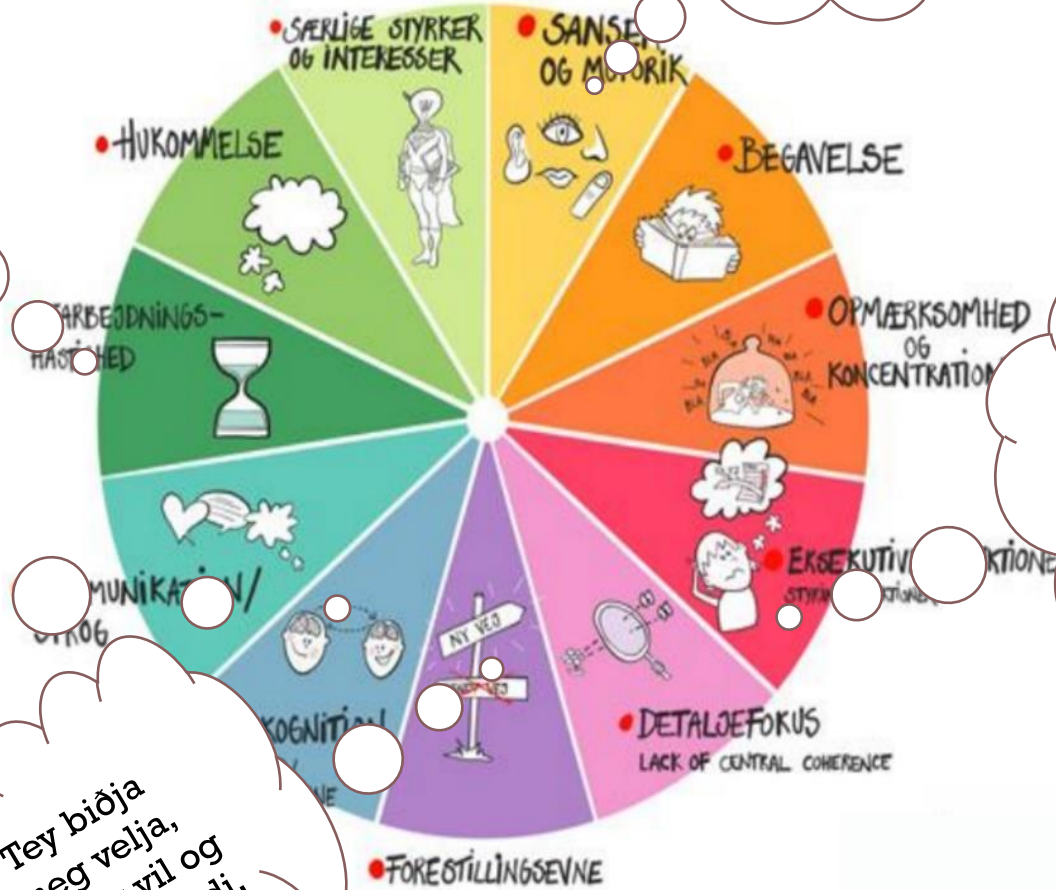
Tað gongur ov skjótt – klári ikki at fylgja við og skunda mær líka nógv sum hini.

Tey siga so nógv, sum eg ikki skilji – og flenna bara knappliga. Eg royni at passa inn, men føli meg byttan...!

Tey biðja meg velja, hvat eg vil og hvat eg haldi, men eg veit ikki.

Tað larmar og luktar og er ov ljóst inni. Stólarnir eru harðir.

Man skal skifta allatið og vera í so nógvum í senn. Hví kunnu vit ikki bara gera tað sama sum í gjár?



Autistisk útbreiddheit

Tað gongur ov skjótt – klári ikki at fylgja við og skunda mær líka nógv sum hini.

Tað larmar og luktar og er ov ljóst inni. Stólarnir eru harðir.

Tey siga tað er bara ein og ein, sum eg ikki skilji – og fledda bara knappliga. Eg royni at vera passa inn, men eg føli meg byttan....

Tey biðja meg velja, hvat eg vil og hvat eg haldi, men eg veit ikki.



Mað skilja bara geru vit ikki sama sum í gjár? Mað skilja bara geru vit ikki sama sum í gjár?

TÁ TAÐ RIGGAR 😊

▪ Eg brúki
oyrabúffar og
kann vera í
hettu inni.
Sleppi í lítla
rúmi, tá tað
larmar ella
luktar ov illa.



sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

TÁ TAÐ RIGGAR 😊

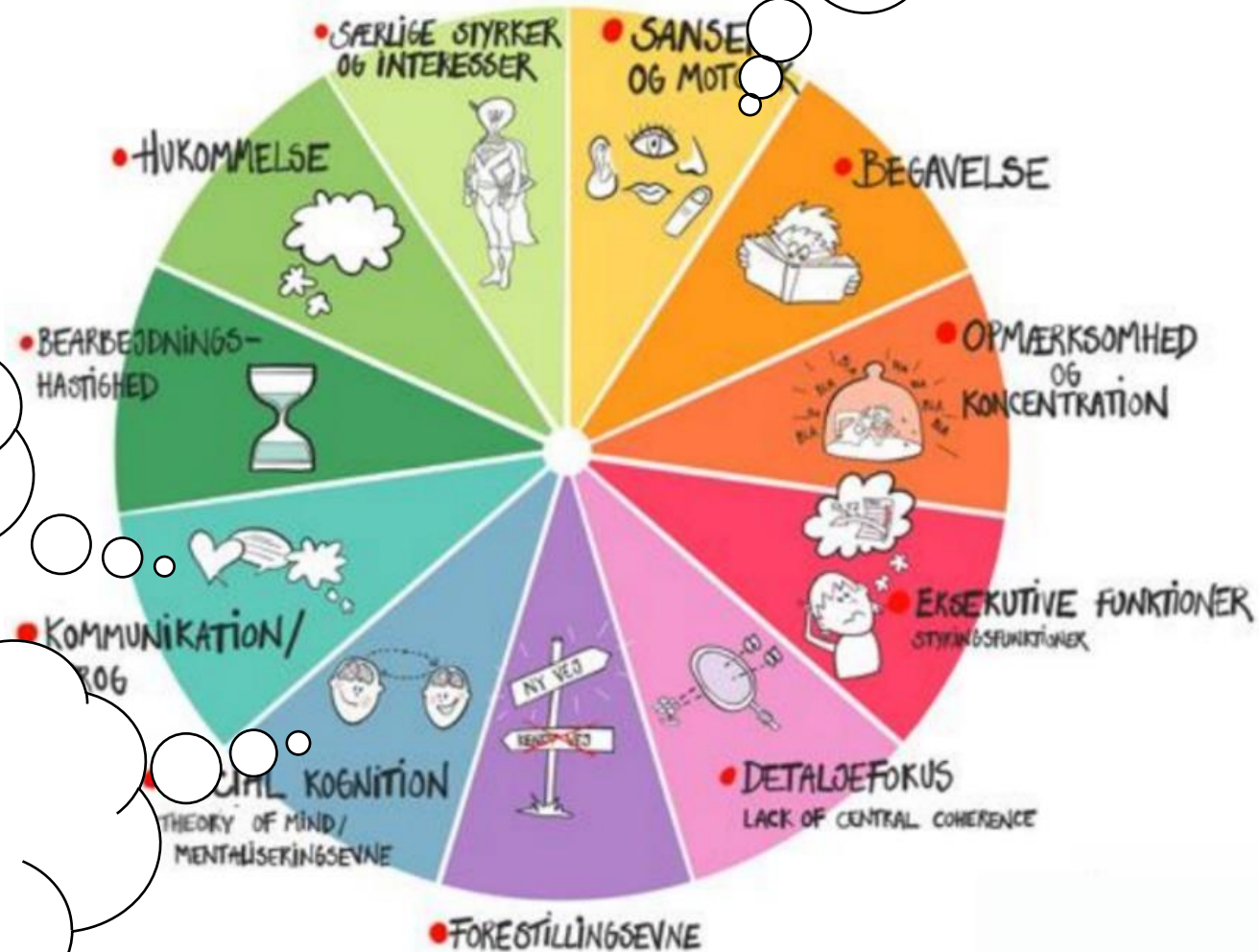
▪ Eg brúki
oyrabúffar og
kann vera í
hettu inni.
Sleppi í lítla
rúmi, tá tað
larmar ella
luktar ov illa.



Tá eg ikki veit hvussu
eg skal siga tað á
føroyskum, sigi eg tað
bara á enskum. Ongin
rættar uppá meg.
Heldur ikki um eg
bendi skeivt.

TÁ TAÐ RIGGAR 😊

▪ Eg brúki
oyrabúffar og
kann vera í
hettu inni.
Sleppi í lítla
rúmi, tá tað
larmar ella
luktar ov illa.



Tá eg ikki veit hvussu eg skal siga tað á føroyskum, sigi eg tað bara á enskum. Ongin rættar uppá meg. Heldur ikki um eg bendi skeivt.

Um mínir vinir ikki eru í skúla, ella eg eri móð(ur), sleppi eg at vera inni í fríkortinum og tekna. Ella kemur garðvakturin yvir og hjálpir mær í fríkortinum.

TÁ TAÐ RIGGAR ☺

Eg tími væl í skúla, tí eg sleppi at tekna og gera origami, tá eg vil. Lærarin heldur eg dugi væl...eisini koreanskt.

Eg brúki oyrabúffar og kann vera í hettu inni. Sleppi í lítla rúmi, tá tað larmar ella luktar ov illa.



Tá eg ikki veit hvussu eg skal siga tað á føroyskum, sigi eg tað bara á enskum. Ongin rættar uppá meg. Heldur ikki um eg bendi skeivt.

Um mínir vinir ikki eru í skúla, ella er eri móð(ur), sleppi eg at vera inni í fríkorterinum og tekna. Ella kemur garðvakturin yvir og hjálpir mær í fríkorterinum.



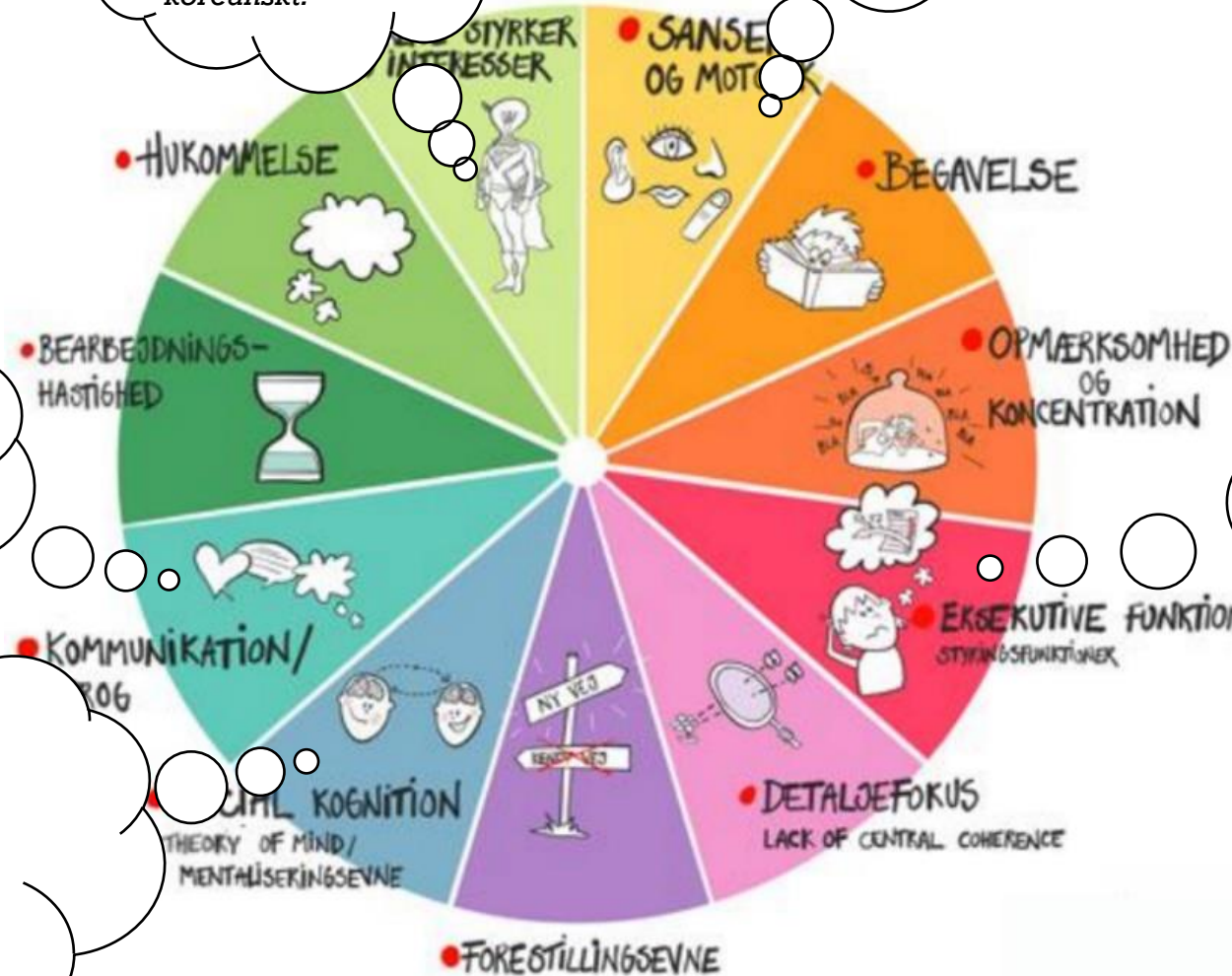
sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

TÁ TAÐ RIGGAR ☺

Eg tími væl í skúla, tí eg sleppi at tekna og gera origami, tá eg vil. Lærarin heldur eg dugi væl....eisini koreanskt.

Eg brúki oyrabúffar og kann vera í hettu inni. Sleppi í lítla rúmi, tá tað larmar ella luktar ov illa.



Tá eg ikki veit hvussu eg skal siga tað á føroyskum, sigi eg tað bara á enskum. Ongin rættar uppá meg. Heldur ikki um eg bendi skeivt.

Um mínir vinir ikki eru í skúla, ella er eri móð(ur), sleppi eg at vera inni í fríkorterinum og tekna. Ella kemur garðvakturin yvir og hjálpir mær í fríkorterinum.

Eg havi eina lista yvir dagin og tíman á mínum borðið. Lærarin pettar eisini altíð sundur tað eg skal gera, so eg ikki fáí overload og blívi forvirrað(ur).

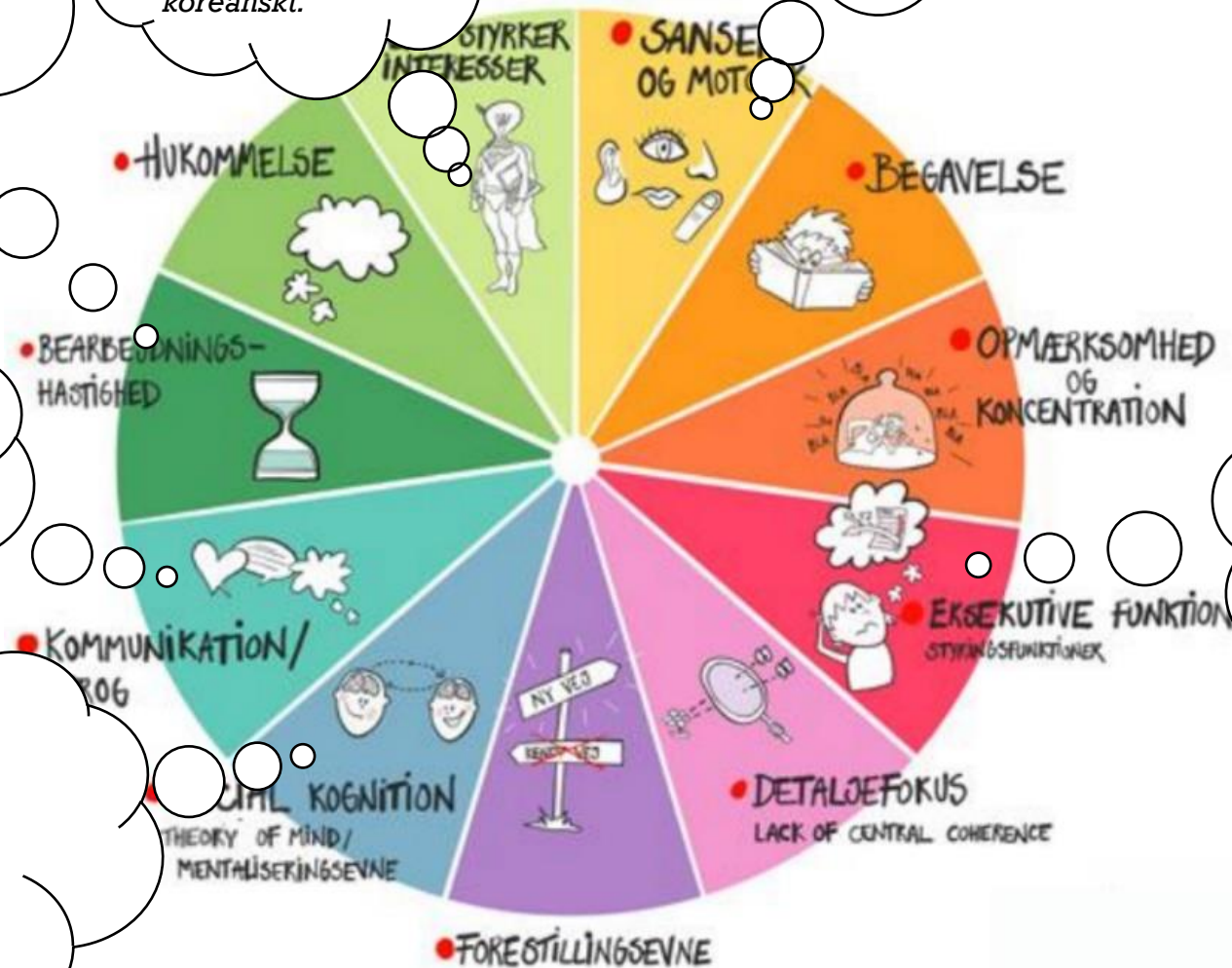
Tað er gott at tann vaksni tímur at bíða, til eg eri liðugur við uppgávuna ella at lata meg í regnklæðir. Eisini veit hann, at eg helst vil síðst út úr stovuni.

Eg tími væl í skúla, tí eg sleppi at tekna og gera origami, tá eg vil. Lærarin heldur eg dugi væl...eisini koreanskt.

Eg brúki oyraþúffar og kann vera í hettu inni. Sleppi í líttla rúmi, tá tað larmar ella luktar ov illa.

Tá eg ikki veit hvussu eg skal siga tað á føroyskum, sigi eg tað bara á enskum. Ongin rættar uppá meg. Heldur ikki um eg bendi skeivt.

Um mínir vinir ikki eru í skúla, ella er eri móð(ur), sleppi eg at vera inni í fríkortinum og tekna. Ella kemur garðvakturin yvir og hjálpir mær í fríkortinum.



Eg havi eina lista yvir dagin og tíman á mínum borðið. Lærarin pettar eisini altíð sundur tað eg skal gera, so eg ikki fáí overload og blívi forvirrað(ur).



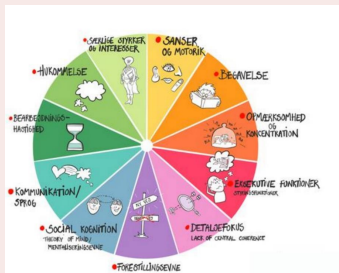
sernám

NÁMSFRØDLIG OG SÁLARFRØDLIG
RÁÐGEVING

Autisma

Vantandi fyrilit fyrri grundleggjandi trupulleikum í autismuni og mangul uppá:

- Struktur
- Forútsigligheit
- Genkendelighed
- Visualisering
- Meining og motivatión
- Sansakompensering og aktivering



Strongd

Strongd kann viðføra:

- Forvirring
- Órógv
- Nervøsitet
- Rigiditet
- Minnistrupulleikar
- Trupulleikar við yvirliti, yvirskot og hugi
- Ávirkan á svøvni/døgnrútmu
- Broyttur matarlystur
- Kropslig pína

Belastning

Longrivarandi strongd kann viðføra:

- Angist
- Depressiún
- Isolatiún
- Aftran frá skúla, útbúgving og arbeiði
- Sjálvskaða
- Misbuk
- Kroniska pínu
- Psykosu
- Sjálmorðstankar ella royndir

Autisma

Vantandi fyrilit fyrri grundleggjandi trupulleikum í autismuni og mangul uppá:

- Struktur
- Forútsigiligheit
- Genkendelighed
- Visualisering
- Meaning og motivati6n
- Sansakompensering og aktivering



Strongd

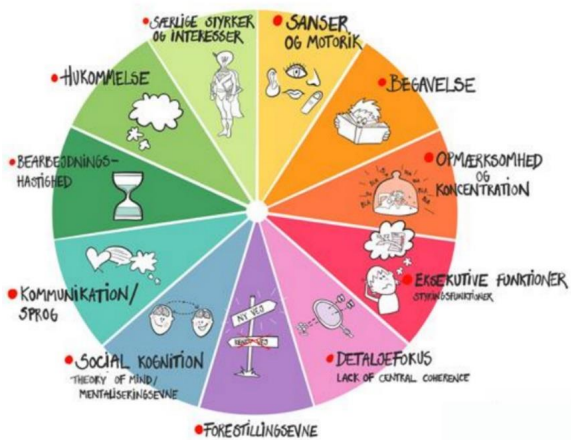
Strongd kann viðf6ra:

- Forvirring
- Órógv
- Nerv6sitetur
- Rigiditetur
- Minnistrupulleikar
- Trupulleikar við yvirliti, yvirskot og hugi
- Ávirkan á sv6vni/d6gnrútmu
- Broyttur matarlystur
- Kroplig pína

Belastning

Longrivarandi strongd kann viðf6ra:

- Angist
- Depressi6n
- Isolati6n
- Aftran frá skúla, útbúgving og arbeiði
- Sjálvskaða
- Misbuk
- Kroniska pínu
- Psykosu
- Sjálmorðstankar ella royndir



FYRIBYRGJAN OG VIÐGERÐ

■ Fyribyrgjan – sunna (autismuvinarliga) lívsförslu

- Javnvág ímillum styrkir og avbjóðingar
- Hyggja eftir hjólinum, og evt. saman við persóninum avdekkja, hvat skal justerast/økjast/minkast.
- Brúka styrkir, førleikar og áhugan hjá persóninum, og skapa *flow-stoður* og *avskerman* hvønn dag.
- Visellur strukturur og meining.
- Sansakompensering/aktivering
- Góðtak/virð verumátan – og teirra marksetan

■ Viðgerð

- Viðhvørt neyðugt við terapeutiskari og/ella medisinskari viðgerð av m.a. angst og depressiún.
- Viðhvørt neyðugt við sjúkramelding sum neyðloysn, men við fóstum rammum.
- *Tó er týðningarmikið ikki bert at symptombehandla, men at hyggja eftir, hvussu vit hjálpa teimum við eini sunnari lívsförslu, so tøy ikki venda aftur til somu strongdar-elvandi viðurskiftir.*