

Autism

Vad är autism?

Autism har flera namn och kan kallas autism i barndomen, Asperger, atypisk autism eller autismspektrumtillstånd, som förkortas ASD eller AST. Här beskriver vi hur det kan vara att ha autism. Det är inte konstigt om du inte tycker att allt stämmer in på dig. Kanske känner du bara igen dig i några saker. En del saker kommer du kanske ihåg att du gjorde när du var yngre.

Att ha autism kan handla om att du:

- kanske hellre är för dig själv än med andra människor
- vill ha kompisar, men har svårt att veta hur du ska göra för att bli kompis med någon
- kan ha svårt att veta hur länge du ska prata, och att känna av när det är dags för den andra att prata
- ibland säger eller gör saker som andra tycker är konstiga eller inte passar, för att du inte riktigt förstått vad som var okej
- ibland missförstår vad andra pratar om, tänker eller känner
- kan tycka att det är jobbigt att ta ögonkontakt med andra
- kan ha svårt att visa vad du tänker och känner eftersom du inte använder ansiktsuttryck, gester eller tonfall så mycket.

Det kan också innebära att du:

- har intressen som du vill hålla på med eller prata om väldigt mycket
- gör samma aktivitet eller uppgift om och om igen på ett sätt som de flesta andra inte gör
- blir mer irriterad eller arg än andra när saker inte är som de brukar, till exempel när någon inte håller sig till regler, eller när saker som har bestämts ändras
- vill ha saker på ett visst sätt eller i en viss ordning, och blir irriterad eller arg om du inte får det
- gör en del rörelser med fingrarna, händerna, armarna eller kroppen utan att du tänker på det
- pratar och använder ord på ett sätt som låter vuxet eller ovanligt för andra
- upplever att ljud, ljus, lukter, mat eller vissa kläder är mer obehagliga än vad de flesta andra skulle tycka
- tycker om att titta, lyssna eller känna på vissa saker mer än andra.

FORTSÄTTNING PÅ NÄSTA SIDA



När du har fått en diagnos och diskuterat vårdplanen tillsammans med patientansvarig behandlare eller läkare kan du börja din **behandling**.

Andra svårigheter samtidigt

Många som har autism har också andra svårigheter, men det är olika från person till person. En del kan ha svårt att uttrycka sig och förstå ord, några kan ha svårt att förstå och lära sig saker, medan andra kan ha till exempel adhd. En del kan känna sig deprimerade eller ha ångest. Vissa personer kanske också har styrkor, som att kunna se detaljer eller att vara bra på matte, pussel eller musik.

Autism i kombination med andra svårigheter och styrkor ser alltså olika ut hos olika personer. Någon kan ha en väldigt svår situation medan en annan inte har det. Det gör att två ungdomar kan behöva helt olika stöd och hjälp i vardagen trots att båda har autism.

Vad beror det på?

Autism beror på att hjärnan har en annan utveckling än vad som är vanligt. Det gör att du får ett annat sätt att tänka, känna och vara på än de flesta andra i din ålder. Du märker av det mer eller mindre. I vissa situationer kanske du upplever att du är precis som andra, medan du i andra situationer kan känna dig väldigt olik andra.

En vanlig orsak är ärftlighet. Därför är det vanligt att flera i en familj eller släkt har liknande svårigheter.

Behandling

Det finns ingen medicin eller annan behandling som gör att autismen försvinner. Däremot kan du få hjälp och stöd från habiliteringen och från BUP, beroende på vilka svårigheter du har. Det finns också grupper där du kan få träffa andra barn och ungdomar med autism, och där ni kan ge varandra stöd och även träna på socialt samspel.

Stödet från andra spelar stor roll för hur du upplever din situation. Därför är kunskaper om autism viktiga för din familj och dina lärare för att de ska kunna hjälpa dig på bästa sätt. Det är också viktigt att du får hjälp med att undersöka och förstå vilket stöd eller vilken miljö just du behöver för att kunna göra olika uppgifter och aktiviteter på ett bra sätt.

Vad kan du göra själv?

Prata med dina föräldrar eller en vuxen som du litar på om du har frågor eller inte mår bra.

Om du vill träffa andra i din situation finns det flera möjligheter till det, till exempel genom Autism- och Aspergerförbundet.

Vill du veta mer?

- Autismforum (autismforum.se)
- Autism- och Aspergerförbundet (autism.se)
- Autism- och Aspergerföreningen Stockholm (autism.se/stockholm)
- Ung och asperger (ungochasperger.se)
- "Varför skulle jag skämmas över min Asperger?" på Youtube