



# Att göra studiensituationen tillgänglig för vuxna med autismspektrumtillstånd

SCHEMA				
MÅN	TIS	ONS	TO	FRE



### **Utgivna skrifter i denna serie:**

Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med funktionsnedsättning. Övergripande information. Best. nr: 00262

Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med adhd. Best. nr: 00144

Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med autismspektrumtillstånd. Best. nr: 00272

Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med lindrig utvecklingsstörning. Best. nr: 00438

Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med läs- och skrivsvårigheter/dyslexi. Best. nr: 00360

Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med psykisk ohälsa. Best. nr: 00332

Vid förfrågan kan skrifterna tas fram i alternativa format som till exempel e-bok, punktskrift eller lättläst.

### **Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med autismspektrumtillstånd**

© Specialpedagogiska skolmyndigheten

Ansvarig på SPSM: Aya Stehager

Redaktör och text: Annika Wallin, Blira Konsult AB

Grafisk form: Liljedal Communication AB

Illustration: Liljedal Communication AB

Tryck: Lenanders Grafiska AB, Kalmar 2018

ISBN: 978-91-28-00786-3, tryckt

978-91-28-00787-0, pdf

Best.nr: 00272

Den här publikationen kan du ladda ner i pdf-format i

Specialpedagogiska skolmyndighetens webbutik: [www.spsm.se/webbutik](http://www.spsm.se/webbutik)

Vill du ha publikationen i alternativa format beställer du det från [order@spsm.se](mailto:order@spsm.se)

Tack till Annica Nilsson på Riksförbundet Attention, Astrid Lindstrand på Socialstyrelsen, Mats Jansson på Autism- och Aspergerförbundet och Svenny Kopp på Göteborgs universitet som har lämnat synpunkter på texterna. Ett särskilt tack till Thomas Boy och Julia Lindblom på Molkoms folkhögskola, Tendai Runesson på Vuxenutbildningen Gotland och "Vendela" som har delat med sig av sina erfarenheter.

---

# Förord

För att kunna erbjuda alla studerande goda villkor för lärande behöver lärare och andra medarbetare kunskap. Den här skriften bidrar med information om pedagogiskt stöd till studerande med autismspektrumtillstånd. Skriften ger också exempel från vuxenutbildningar genom att en speciallärare, en handledare och två studerande berättar om sina erfarenheter.

Som titeln anger handlar det om stöd i studiesituationen. På senare tid har ordet ”studiesituation” kommit att ersättas av ”lärmiljö”. Eftersom skriften ingår i en serie som producerats under flera år ligger titeln fast men vi använder främst ordet lärmiljö i texterna. I enlighet med Skolverket menar vi att lärmiljöer är alla de miljöer som den studerande möter i sin utbildning. Lärmiljön omfattar alltså lektioner och raster men även annat som till exempel studiebesök.

*Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med autismspektrumtillstånd* gavs ut första gången 2008 och har omarbetats och uppdaterats ett par gånger sedan dess. Texterna

i denna version har tagits fram i samarbete med sakkunniga inom myndigheten och med hjälp av en referensgrupp med representanter för Riksförbundet Attention, Autism- och Aspergerförbundet, Göteborgs universitet och Socialstyrelsen.

Den här skriften vänder sig till anordnare av utbildning för vuxna, skolledare, lärare, studie- och yrkesvägledare, politiker och andra som ska utforma en tillgänglig lärmiljö. Förhoppningen är att fler vuxna med autismspektrumtillstånd ska kunna studera och utbilda sig utifrån sina intressen och förutsättningar.

Skriften ingår i ett webbaserat studiepaket som det går att läsa om på sidan 25.

November 2016

*Kenneth Drougge*  
Chef Statsbidragsavdelningen  
Specialpedagogiska skolmyndigheten



---

# Innehåll

Krav på tillgänglighet gäller alla vuxenutbildningar.....	6
Om autismspektrumtillstånd.....	7
Kartläggning av stödbehov.....	10
Exempel på pedagogiskt stöd.....	11
Underlag för samtal om pedagogiskt stöd.....	14
<b>Intervjuer</b>	
Verkstaden erbjuder individuellt stöd.....	16
Vendela behöver ha gott om tid.....	18
Struktur, flexibilitet och visuellt stöd.....	20
I en lugn miljö blir Julia lugn.....	22
Förslag på läsning.....	24
Studiepaket vuxen.....	25

# Krav på tillgänglighet gäller alla vuxenutbildningar

Genom studier kan människor utvecklas, få nya kunskaper och stärka sin identitet i samspel med andra. Utbildning ger individen makt och frihet att göra egna livsval och ökar möjligheten att delta i demokratiska processer och samhällsliv. Studier är också en viktig förutsättning för att få arbete och lön.

## Tillgänglighet är en rättighet

Att utbilda sig som vuxen kan handla om att komplettera tidigare utbildning, fördjupa intressen eller att lära sig ett nytt yrke. De här möjligheterna ska alla medborgare i Sverige ha. Utbildningsanordnare har skyldighet att göra sina utbildningar tillgängliga för personer med funktionsnedsättning, alltså för bland andra personer med autismspektrumtillstånd. Sverige har också åtagit sig att följa FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. I artikel 24 står det att konventionsstaterna ska säkerställa att personer med funktionsnedsättning får tillgång till vuxenutbildning och livslångt lärande utan diskriminering och på lika villkor som andra. I detta syfte ska konventionsstaterna säkerställa att personer med funktionsnedsättning erbjuds ändamålsenlig anpassning. I Sverige garanteras de mänskliga rättigheterna framför allt genom grundlagarna. Där framgår att alla människor ska ges möjlighet till delaktighet och jämlikhet i samhället och att det allmänna ska motverka diskriminering som sker på grund av till exempel funktionsnedsättning.

## Bristande tillgänglighet är diskriminering

Bristande tillgänglighet räknas som diskriminering enligt diskrimineringslagen. Med bristande tillgänglighet menas att en person med en funktionsnedsättning missgynnas, genom att skäliga åtgärder för tillgänglighet inte har vidtagits för att personen ska få jämförbar situation med personer utan funktionsnedsättning. Diskrimineringslagen förbjuder diskriminering inom utbildningsverksamhet. Alla utbildningsanordnare, även privata, omfattas av krav på aktiva åtgärder för att förebygga och motverka diskriminering.

# Om autismspektrumtillstånd

Om en studerande ska uppleva sin studietid som positiv måste han eller hon bli bemött med respekt och förståelse. Den som har kunskap om funktionsnedsättningar och deras konsekvenser har lättare att ge ett sådant bemötande. Skolledning, lärare och stödpersoner behöver fördjupade teoretiska kunskaper om olika funktionsnedsättningar. Även studiekamrater, personal i matsalen, kaféet, biblioteket och vaktmästeriet kan behöva information. Om en studerande vill hålla sin diagnos hemlig går det ändå att prata om att alla har olika behov och förutsättningar.

## Autism har många namn

Tidigare försökte forskare avgränsa och särskilja olika autistiska tillstånd från varandra. Det gav upphov till en rad specifika diagnoser som Aspergers syndrom, atypisk autism, autismliknande tillstånd och autistiskt syndrom. Det har emellertid visat sig omöjligt att dra skarpa gränser mellan diagnoserna. Många forskare och läkare talar därför om autism som ett spektrum av olika tillstånd som ryms under samlingsnamnet autismspektrumtillstånd. Personal i vuxenutbildning kommer således att träffa studerande med olika diagnoser inom autismspektrumet eftersom autism i dagsläget har många olika namn.

Gemensamt för alla med autism är att hjärnan arbetar på ett annat sätt än hos majoriteten av befolkningen. Det påverkar hur personen tänker, upplever och kommunicerar. Alla personer med autism har, i olika grad, svårigheter med ömsesidigt socialt samspel, ömsesidig kommunikation och föreställningsförmåga. Autism kommer också till uttryck på olika sätt i personens beteenden, aktiviteter och intressen.

## Utredning av autism

Det är ofta läkare och psykologer med specialkunskaper i neuropsykiatri som gör utredningar vid misstanke om autism. Ibland deltar även andra yrkesgrupper i utredningsarbetet, som arbetsterapeut eller kurator. Utredningen omfattar en medicinsk undersökning och psykologiska test. Personen och nära anhöriga får också svara på frågor i intervjuer och formulär. Vid diagnostisering av vuxna gäller frågorna även situationen under barndomen. För att kunna ställa en autismspektrumdiagnos måste ett antal kriterier vara uppfyllda. En diagnos är emellertid inget facit för hur en person är eller vad han eller hon behöver för stöd. Personer med autismspektrumtillstånd är mycket olika sinsemellan och funktionsnedsättningen kan ta sig olika uttryck beroende på situation. Hur det fungerar i studierna beror bland annat på hur läraren genomför undervisningen. En studerande kan till exempel ha svårt att prestera bra på fria uppgifter men kan klara sig utmärkt när uppgifterna är strukturerade och avgränsade.

## Planering och flexibilitet

Vid autismspektrumtillstånd är hjärnans exekutiva funktioner ofta påverkade. Exekutiva funktioner är ett paraplybegrepp för flera kognitiva processer (aktiviteter i hjärnan) som är betydelsefulla för reglering av tankar, känslor och beteenden. Det är alltså de som avgör hur väl en person kan styra sig själv. Man kan säga att de exekutiva funktionerna fungerar som hjärnans ”dirigent”. Dessa funktioner kan kategoriseras på olika sätt men de som oftast nämns är

- uppmärksamhet
- impuls kontroll
- planering och organisering
- mental flexibilitet
- att initiera och genomföra aktiviteter
- arbetsminne

För personer med autismspektrumtillstånd är det framför allt förmågan till flexibilitet och planering som är påverkad.

Ibland räknas också automatisering som en exekutiv funktion. Automatisering är förmågan att göra saker automatiskt utan att aktivt behöva tänka på dem. Många personer med autismspektrumtillstånd har svårt att automatisera och kan därför behöva lägga stor tankeenergi på enkla aktiviteter som att borsta tänderna eller gå i trappor.

### Ojämn begåvningsprofil

Begåvningsprofilen hos personer med autismspektrumtillstånd är ofta ojämn. Personen kan ha starka och välfungerande sidor samtidigt som han eller hon har stora svårigheter inom andra områden. Därmed finns risk för överkrav inom vissa områden och samtidigt kan missriktad hänsyn innebära för låga krav inom andra. Därför är det viktigt att läraren vill lära känna varje studerande och är öppen för att arbeta på olika nivåer i olika ämnen.

### Socialt samspel

En del personer med autismspektrumtillstånd säger sig sakna socialt driv och kan verka avskärmade. Andra är mycket känsliga och empatiska samtalspartners. Vissa är utåtriktade och har lätt att uttrycka sig (vilket inte betyder att personen per automatik har lätt att ta in information). Några pratar formellt och pedantiskt. De flesta uppskattar social samvaro i någon form men upplever ofta att umgänge med andra människor tar mycket energi. Bristande förmåga att tolka ansikts-

uttryck, tonfall, kroppsspråk och att föreställa sig vad andra tänker, kan göra kommunikationen energikrävande. Det är också vanligt med oförmåga att förstå oskrivna sociala regler – som till exempel när det är dags att släppa in andra i samtalet, att prata lagom mycket och att veta vad som passar sig att säga eller göra i en viss situation.

En del personer med autismspektrumtillstånd undviker ögonkontakt och låter bli att svara på tilltal, men det behöver inte betyda att personen är ointresserad eller inte lyssnar. Istället kan det handla om att han eller hon behöver använda all sin energi för att processa den information som ges och inte orkar ha ögonkontakt. Lärare och andra kan ställa direkta frågor till personen för att ta reda på om han eller hon är delaktig i samtalet.

### Skiftande språkförståelse

En del personer med autismspektrumtillstånd har en språklig begåvning med ett stort ordförråd, intresse för ordlekar och avancerat bruk av visuella metaforer. Andra kan tolka språket bokstavligt och ha svårt att begripa sig på abstrakta uttryck, ordvitsar, ironi eller ord som har dubbla betydelser som till exempel ”klippa” och ”fil”. Vissa säger att de tänker i bilder snarare än i ord.

### Detaljfokuserad tankestil

Många personer med autismspektrumtillstånd är mycket bra på att se och minnas detaljer som andra kanske förbiser. Det kan vara en styrka som bidrar till nya perspektiv och framgångsrik problemlösning. Samtidigt kan detta detaljfokuserade sätt att bearbeta information bli ett hinder när man ska se sammanhang, helheter och generalisera. En del upplever att ”allting ändras” när en detalj – till exempel en tid på schemat – förändras.



### Gott minne

Det är vanligt att personer med autismspektrumtillstånd har bra minne inom områden som de tycker är intressanta. En del kan vara som ”levande uppslagsböcker” och ha stora kunskaper i ett eller flera ämnen. Många upplever att det är svårt att komma ihåg sådant som känns tråkigt eller meningslöst.

### Tidsuppfattning och orienteringsförmåga

Det är vanligt att personer med autismspektrumtillstånd har vag tidsuppfattning och därmed kommer för sent eller för tidigt. En del har svårt att avgöra hur lång tid en sak kommer att ta och vet inte när de ska ta sig från plats A till B för att hinna i tid. Funktionsnedsättningen kan även innebära en nedsatt förmåga att orientera sig och att hitta i nya och okända miljöer.

### Svaga och starka sinnesintryck

Personer med autismspektrumtillstånd bearbetar sinnesintryck på ett annat sätt än majoriteten av befolkningen. De flesta har någon form av överkänslighet eller nedsatt känslighet för sinnesintryck som ljud, ljus, doft, smak, färg och beröring. För personer med överkänslighet kan fläktar som surrar, lysrörslampor (de flimrar), lukter eller färger som upplevs påträngande stjäl energi. En del kan också ha svårt för vissa maträtter på grund av konsistens, lukt, smak eller att maten är blandad. Andra har svårt för tyger och klädesplagg som skapar obehag när de berör huden.

### Motorik och balans

Vissa personer med autismspektrumtillstånd berättar att de upplever det som att signalerna från hjärnan till kroppen är lite fördröjda. Det kan leda till svårigheter med motorik och balans.

### Energitjuvar

För en person med autismspektrumtillstånd kan varje dag vara mycket energikrävande. Att umgås och försöka begripa sig på socialt samspel kan ta

kraft. Påträngande sinnesintryck är tröttnande och när automatiseringen brister kräver också varje handling uppmärksamhet. För en person med autismspektrumtillstånd skulle det till exempel kunna vara oerhört ansträngande att bädda sängen, eftersom inget går automatiskt, och då väljer kanske han eller hon att bädda enbart under helgen. Det handlar inte om lathet utan om att personen behöver hushålla med den energi som han eller hon har. Även det detaljfokuserade tankesättet tar kraft. Många är dessutom mycket noggranna, ihärdiga och kan bli uppslukade av en arbetsuppgift så till den grad att de glömmer att ta pauser och därför blir uttrötta. Det är också vanligt med sömnsvårigheter. Sammantaget gör detta att många med autismspektrumtillstånd behöver mycket tid för vila och återhämtning.

### Tillsammans med andra diagnoser

Det är vanligt att en person med autismspektrumtillstånd även har andra medicinska, utvecklingsrelaterade eller psykiatriska diagnoser. Läs mer om stödinsatser vid adhd, utvecklingsstörning och psykisk ohälsa i andra skrifter i serien. Du kan beställa dem kostnadsfritt i Specialpedagogiska skolmyndighetens butik: [www.spsm.se/webbutik](http://www.spsm.se/webbutik).



# Kartläggning av stödbehov

Många utbildningar för vuxna gör kartläggningar av den studerandes ämneskunskaper. Sådana kartläggningar berättar vilken nivå den studerande ligger på i ett ämne och kan ge underlag för individuella studieplaner. Därutöver är det viktigt att ta reda på vilket pedagogiskt stöd som den studerande kan behöva för att nå målen för studierna. För att få veta det behöver utbildningsanordnaren göra en annan typ av kartläggning. Den kan ta utgångspunkt i erfarenheter från tidigare skol- och utbildningssituationer. Den studerande får då berätta hur det har varit att läsa, skriva, räkna, komma ihåg, komma i tid och om den sociala samvaron med kamrater och lärare. Vissa har en tydlig bild av vad de behöver för stöd. Andra saknar kunskap om vilka stöd som finns och i så fall får någon från utbildningen informera. Använd gärna underlaget för samtal om pedagogiskt stöd som finns på sidan 15. Den studerande måste vara delaktig i besluten om stödinsatser och få möjlighet att utvärdera insatserna efter hand. Eftersom situationen kan förändras behöver dialogen om hur stödet fungerar pågå kontinuerligt.

### Tydlig ansvarsfördelning

Det är viktigt att jobba systematiskt och det har visat sig framgångsrikt att *en* person, inte flera, ansvarar för kartläggning och uppföljning av stöd. Då blir ansvarsfördelningen tydlig för alla och den studerande slipper ha flera olika kontakter. En vanlig fråga är vem som ska ha detta ansvar. Eftersom situationen ser olika ut hos olika utbildningsanordnare finns inget givet svar. Kartläggningarna kan genomföras av en studie- och yrkesvägledare, en lärare, en stödperson eller av en speciallärare eller specialpedagog om det finns.

Den studerande får bättre förutsättningar om lärare och annan personal har kunskap om hans eller hennes behov av stöd. Därför är det en stor fördel om de medarbetare som möter den studerande får ta del av kartläggningen. Det är emellertid viktigt att den studerande får godkänna vilka som ska få information om honom eller henne.

### Förbereda och genomföra möten

Samtal om stödinsatser måste ske på den studerandes villkor. Många uppskattar skriftlig information inför mötet, om vad som ska hända, hur lång tid mötet ska pågå och hur man tar sig dit (resväg). Det kan också vara bra att fråga den studerande om han eller hon vill träffa en person åt gången eller flera samtidigt. Ta reda på om den studerande vill ha med sig en stödperson och om han eller hon behöver veta hur lokalerna ser ut. Fråga om den studerande vill bli påmind om mötet och i så fall hur.

När alla är på plats är det bra att klargöra varför ni har mötet och vad ni vill uppnå. Bestäm gemensamt vad som är viktigast att hinna med. Den studerande kan behöva stöd i att punkta ned de frågor som han eller hon vill prata om. Redan inledningsvis kan ni boka tid för fler möten om ni inte hinner eller orkar med allt på en gång. Ge sedan information i mindre portioner och ta en sak i taget. Våga fråga och lyssna på svaren. En del kan uppleva sådan stress under möten att de glömmer vad som sagts. Därför är det viktigt att någon skriver upp, eller spelar in, det som sägs så att den studerande kan få med sig minnesanteckningar hem. Som avslutning kan det vara bra att återberätta tillsammans så att det blir klart att alla har uppfattat mötet på samma sätt.

# Exempel på pedagogiskt stöd

Pedagogiskt stöd handlar om att förbättra förutsättningarna för lärande och öka den studerandes självständighet. Den bästa informationen om vad en person behöver stöd med får man i samtal med honom eller henne.

## Planeringsstöd

Många personer med autismspektrumtillstånd har svårt att prestera om det blir plötsliga förändringar i lärmiljön. Övriga tar mycket energi och skapar stress. Därför kan läraren bidra med genomtänkta rutiner och vara noga med att berätta vad som ska hända under lektionen, dagen och veckan. Många behöver denna information på papper eller digitalt för att kunna titta flera gånger. Det kan också vara bra att dela ut en översiktlig terminsplanering så att de studerande kan se utbildningsinnehållet i sin helhet, hur långt man har kommit och hur mycket som är kvar. Därutöver kan de studerande behöva individuellt planeringsstöd för att hantera egenstudier: Vilken dag måste uppgiften påbörjas? Hur ska arbetet fördelas över flera dagar? När ska uppgiften vara klar?

## Tids- och minnesstöd

Att sätta ut klockslag på veckoschemat underlättar för dem som har svårt att hålla reda på tider. En del studerande har också nytta av tidshjälpmiddel som räknar ned och visuellt visar hur mycket tid det är kvar av lektionen eller rasten. För andra kan sådant skapa stress. Några behöver kognitivt stöd under hela dagen för att hålla reda på var de ska vara, när de ska vara där, vad de ska ha med sig och vad de ska göra. Det kan vara en lärare eller stödperson som ger sådana påminnelser. Ett annat alternativ är att

den studerande har sitt kognitiva stöd i form av teknikstöd. I dagsläget finns kalendrar och larm i de flesta mobiltelefoner. Sms-påminnelser eller andra liknande tjänster kan ibland synkroniseras med planeringsverktyg som finns på internet.

## Strukturstöd

Många studerande behöver stöd för att skapa struktur i studierna. Läraren kan ge sådant stöd genom att förklara exakt vad som ska göras. Genom att konsekvent presentera uppgifter utifrån följande didaktiska grundfrågor skapar läraren förutsägbarhet och sammanhang:

- Vad ska den studerande lära sig?
- Hur mycket ska den studerande lära sig? Vilka sidor ska läsas? Hur många sidor ska uppsatsen bestå av?
- När och hur länge ska den studerande lära sig?
- Med vem ska den studerande lära sig? Enskilt arbete eller med vilka i grupp?
- Var ska den studerande lära sig?
- Genom vad ska den studerande lära sig. Vilket material?
- Varför ska den studerande lära sig? Vad är syftet med uppgiften? Vad är målet med uppgiften och studierna i stort?

## Visualisering

Det är vanligt att studerande med autismspektrumtillstånd har lättare att ta in visuell information (till exempel text och bild) än auditiv (hörd) information. Därför kan det vara bra att komplettera med skriftliga instruktioner. Andra sätt att visualisera innehåll är att ritprata genom att rita streckgubbar, tidslinjer eller grafer, använda bilder, föremål, tankekartor och filmer. Syftet med

visualiseringen är att undanröja missförstånd, skapa förutsättningar för ökad förståelse och presentera innehållet på ett strukturerat sätt.

### **Språkbruk**

Läraren kan skapa en tillgänglig lärmiljö genom att använda ett rakt och konkret språk. Att uppmana någon att ”hitta en lagom nivå på studierna” är oprecist. Det är bättre att säga vad den studerande måste göra. För en person som tolkar språket bokstavligt kan det vara förvirrande att få instruktionen att ”hoppa över ett kapitel i boken”. Det är också otydligt att säga att ”ni ska snart ha prov”. Det är bättre att säga när provet ska äga rum.

### **Anteckningsstöd**

För en del studerande kan det vara svårt att lyssna på en lektion och samtidigt välja ut vad som är väsentligt att anteckna. En lösning kan vara att låta en eller flera kurskamrater vara anteckningsstöd. Den studerande kan också få tillåtelse att spela in lektionsinnehåll på sin mobiltelefon eller pekplatta och att fotografera anteckningar.

### **Avskärma sinnesintryck**

Om den studerande är känslig för vissa sinnesintryck får man försöka undvika eller utestänga det som ger dessa intryck. Att använda keps inomhus kan vara ett sätt att skärma av ljus. Hörlurar med eller utan musik kan utestänga störande ljud.

### **Möjlighet till vila och extra tid**

Det är vanligt att studerande med autismspektrumtillstånd behöver tillgång till en bestämd plats dit han eller hon kan gå för återhämtning och vila. En del kan också behöva längre tid för att komma igång med uppgifter, tolka budskap i resonerande eller abstrakta texter och för att processa tankar och komma på vad man ska svara. Det är därför

viktigt att läraren erbjuder extra tid på lektioner, prov och i samtal. Förlängd studietid kan vara nödvändigt ibland.

### **Arbeta i grupp**

För många blir det lättare att samarbeta om ämnet och uppgiften är bestämda, avgränsade och rollerna i gruppen uttalade. En del personer med autismspektrumtillstånd föredrar att studera i grupp för att ha några att resonera och byta tankar med. Det kan vara svårt med egenstudier som kräver att man ska komma igång och genomföra arbetet på egen hand. För andra är grupparbeten så tröttande att det kan vara bättre att samarbeta med *en* annan studerande eller enskilt.

### **Stödperson**

En stödperson kallas ibland mentor eller kontaktperson. En lärare eller annan person på utbildningen kan ta den rollen. För många personer med autismspektrumtillstånd kan det vara avgörande att ha tillgång till en stödperson som kan hjälpa till att programmera påminnelser i mobiltelefonen, ge väckningshjälp, stötta vid planering och prioritering bland uppgifter, följa med vid möten och förklara sociala situationer.

Många studerande vet mycket väl att rutiner, scheman, kom-i-håg-listor och välorganiserade datormappar underlättar studierna men kan ha svårt att upprätta dessa på egen hand. Det kan också vara mycket energikrävande att sätta igång med något nytt. Då kan stödpersonen finnas till hands och stötta igångsättandet vid övergången till en ny aktivitet.

Den studerande kan även behöva stöd för att lära sig hitta i lokalerna. För att kunna ge ett bra stöd måste stödpersonen vara en intresserad medmänniska och ha relevanta kunskaper om autismspektrumtillstånd.

### Livet utöver studierna

Som lärare är det bra att ha förståelse för att livet utanför studierna också tar mycket kraft. Det är vanligt att personer med autismspektrumtillstånd har svårt att hålla ”många bollar i luften”. När vardagens krav på planering, och hantering av kontakter, blir övermäktiga kan det leda till stress och utmattning. Problem med överfokusering kan göra att man ”fastnar” i aktiviteter och till exempel kan ha svårt att städa ”lagom”, att avbryta aktiviteter och att komma i säng i tid.

”Jag är mentor åt en kvinna med Asbergers syndrom. För ett tag sedan fick jag ett samtal från henne då hon undrade över den här situationen: 'Igår kom jag med samma tåg som min lärare. När hon fick syn på mig ropade hon mitt namn och sprang ikapp mig. Sedan gick vi tillsammans till skolan. Varför gjorde hon det? Vad ville hon?'. Jag förklarade att läraren nog tycker att du är trevlig och bara ville umgås en stund. Det var inte alls självklart för den här kvinnan.”

Birgitta Andersson,  
specialpedagog.

### Stöd ur ett interkulturellt perspektiv

Drygt 1,7 miljoner, eller 16 procent, av Sveriges befolkning är födda utomlands. De flesta som invandrar till Sverige anländer i vuxen ålder. Många söker till utbildningar för att lära sig svenska och komplettera tidigare studier. Enligt Skolverket har nio av tio studerande på grundvux (kommunal vuxenutbildning på grundläggande nivå) utländsk bakgrund. Andelen utlandsfödda ökar även inom högre utbildning och på yrkesförberedande utbildningar. Anordnare av vuxenutbildning möter således studerande från hela världen i sina klassrum och undervisningssalar. Därför behöver lärare och andra medarbetare ha ett interkulturellt perspektiv. Ett sådant perspektiv handlar om självreflektion och medvetenhet om sina egna föreställningar, förutfattade meningar, kunskaper och vanor. Perspektivet bygger också på intresse för andras erfarenheter. Ett interkulturellt perspektiv är oerhört viktigt för att kunna ge flerspråkiga studerande pedagogiskt stöd på ett fungerande sätt. Om flerspråkiga studerande riskerar att inte nå målen för sina studier kan det uppstå många frågor. Vad beror svårigheterna på? Bristande studieteknik, en mödosam andraspråksinläring, ovana vid det svenska skolsystemet eller beror de på en funktionsnedsättning? Handlar det om autismspektrumtillstånd? I dialog med den studerande, och genom att prova sig fram och utvärdera stödinsatser, går det att hitta lösningar. Läs mer om stöd ur ett interkulturellt perspektiv i den övergripande skriften i serien: *Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med funktionsnedsättning*.



## Underlag för samtal om pedagogiskt stöd

Beskrivningar av funktionsnedsättningar och diagnoser tar ofta fasta på begränsningar. I mötet med den studerande är det viktigare att prata om det som fungerar och utgå från förmågor och styrkor. Ett sätt kan vara att prata om när det fungerar som bäst. Eftersom personer med autismspektrumtillstånd kan vara mycket olika sinsemellan måste man ta reda på vilket stöd som passar den enskilda personen. För att få igång ett sådant samtal kan listan här intill vara till hjälp. Den ska inte användas som en enkät som den studerande fyller i och sedan lämnar in. Istället ska varje påstående diskuteras – är det här något som stämmer för dig? Ibland kan det vara motsatsen eller något annat som gäller. Om det blir många kryss i listan kan man göra en prioritetsordning över de viktigaste punkterna.

### Mina önskemål

- Lärare och personal ska få information om autismspektrumtillstånd.
- En stödperson. Jag vill ha skriftlig information om hur och när jag kan kontakta den här personen.
- Planeringsstöd, helst på bestämda tider. Stöd för att veta när jag ska studera och hur länge.
- Strukturstöd, helst på bestämda tider. Stöd för att veta hur jag ska göra uppgiften, med vem och vad jag ska göra om jag inte hinner allt.
- Stöd för att komma igång med och avsluta uppgifter.
- Tids- och minneshjälpmedel i appar eller scheman på papper.
- Väckningshjälp på morgnarna.
- Påminnelser kontinuerligt under dagen om var jag ska vara, vad jag ska ha med mig och vad jag ska göra.
- Anteckningsstöd på lektioner och möten.
- Både muntlig och skriftlig information.
- Tydliga instruktioner. Säg vad ni menar på ett rakt sätt.
- Kontrollera att jag verkligen har uppfattat det ni har sagt.
- Information i god tid om vad som ska hända. Det är jobbigt för mig om det händer något oväntat.
- Undervisning på så få ställen som möjligt.
- Tillgång till ett lugnt rum om jag blir stressad eller övertrött.
- Tillgång till enskild arbetsplats.
- Tydliga skyltar och gärna foton på personalen utanför deras rum.
- I möjligaste mån undvika salar med fläktar, störande ljud eller flimrande starka lysrör.
- Öronproppar eller hörlurar för att slippa ljud.
- Keps för att avskärma ljus.
- Koncentrationsstöd. Jag kan koncentrera mig bättre om jag får göra något med händerna medan jag lyssnar.
- Hjälp att hitta sysselsättning på raster och lektionsfri tid.
- Uppdaterad information på utbildningens webbplats och lärplattformar.

Annat som är viktigt för mig:

---

---

Mitt namn: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

E-postadress: \_\_\_\_\_

Detta material får lämnas ut till:

---

---

*Underlaget är fritt att kopiera.*

## Verkstaden erbjuder individuellt stöd

Vuxenutbildningen på Gotland har en verksamhet som heter Verkstaden. Där arbetar specialläraren Tendai Runesson med att ge individuellt stöd till studerande. Flera av dem som kommer till Verkstaden har autismspektrumtillstånd.

Den kommunala vuxenutbildningen på Gotland har cirka 800 elever. De läser kurser på grundläggande nivå, gymnasial nivå eller svenska för invandrare. De flesta studerar på distans.

– I många år har vi haft en öppen verksamhet som heter Studieteket. Där kan våra studerande sitta och plugga med tillgång till en lärare. Men det finns många som behöver mer individuellt stöd och därför har vi också Verkstaden. Den startade i liten skala år 2013, säger Tendai.

Målsättningen med Verkstaden är att öka tillgången till stöd, förbättra måluppfyllelsen och bidra till färre avhopp. Resultatet har varit gott och idag arbetar Tendai och ytterligare två personer där. De har öppet måndag till torsdag mellan klockan 8.00 och 16.30 och på fredagar till klockan 15.30. Varje vecka besöker cirka 40 individer Verkstaden.

– Vi har ett rum med plats för sex studerande så alla som kommer hit måste boka tid. De flesta är här en till tre timmar i veckan. Sedan studerar de självständigt någon annanstans.

Rummet är anpassat för att ge studiero. Möblerna har neutrala färger och väggarna är vita utan utsmyckning. Det finns också en skrivtavla och en anslagstavla med information.

– Ingen av våra studerande har klagat över att

det är kallt eller tråkigt. Det är skönt att miljön är lugn. Vi har också tillgång till ett enskilt rum och ett vilorum för dem som behöver det.

### Kartlägger stödbehoven

Det finns inget krav på diagnos för att få stöd i Verkstaden men den studerande måste ha specifika svårigheter med till exempel läsning, skrivande, koncentration, motivation eller planering.

– När en studerande kommer till oss börjar vi med att boka in tre möten för att kartlägga hans eller hennes stödbehov. Då frågar vi om tidigare skolgång och om det finns någon utredning. Ibland går vi igenom skolalster tillsammans för att få veta vad han eller hon tycker fungerar bra och vad som är svårt.

### Planerings- och strukturstöd

Flera av dem som besöker Verkstaden har autismspektrumtillstånd och vill ha stöd med planering, struktur och studieteknik.

– De flesta behöver en dagsplanering: Vad ska jag läsa idag? Vad ska jag anteckna? Vad gör jag först? Vad gör jag sedan? En del vill planera för hela veckan. Någon enstaka vill ha en planering ur ett ännu längre perspektiv.



Det är vanligt att studerande med autismspektrumtillstånd även vill ha stöd för att förstå texter och uppgifter.

– Vi märker direkt när en lärare har råkat skriva en luddig formulering. Ta till exempel uppgiften att ”ge några exempel på vad som kännetecknar en professionell hälsopedagog”. För många av våra studerande uppstår osäkert om hur många ”några” är. Och vad innebär professionell egentligen? Vad gör en hälsopedagog?

Att beskriva samband och att generalisera är andra uppgifter som kan vara svåra för studerande med autismspektrumtillstånd.

– Idag hade jag handledning med en kvinna som hade läst en text om några individer med en gemensam erfarenhet. Uppgiften var sedan att skriva om individernas situation utifrån ett samhällsperspektiv. Vi hade ett långt samtal för att reda ut vilken information som kunde generaliseras och gälla för en hel grupp i samhället.

Det är en utmaning att formulera tydliga frågor. Därför är Tendai och hennes kollegor gärna bollplank åt lärarna.

– När undervisningen sker i klassrum kan vi följa med ut och observera. Sedan ger vi förslag på hur läraren kan presentera uppgifter och ge den studerande individuellt stöd.

### **Ser behov av mer socialt stöd**

Arbetsättet i Verkstaden har visat sig framgångsrikt och har bidragit till att Tendai och hennes kollegor har fått upp ögonen för vilka ytterligare insatser som skulle behövas.

– Vi har sett hur viktigt det är att ta hänsyn till den studerandes hela livssituation. Det finns till exempel de som behöver väckningshjälp på morgonen. Några har problem med kraven från CSN. De hinner inte prestera i den takt som CSN kräver.

Tendai och de andra som arbetar i Verkstaden är uppbokade med handledning, så det skulle behövas ytterligare en person som är tillgänglig under hela dagen.

– Studerande med autismspektrumtillstånd kan känna osäkerhet kring sociala situationer och flera av dem som studerar här har ångest. Om det händer något jobbigt behöver de någon att vända sig till genast! Därför har vi sökt pengar för att kunna anställa en socialpedagog. Vi behöver en person som finns här och som kan hjälpa de studerande med sådant som egentligen inte rör undervisningen men som påverkar möjligheten att kunna studera.

## Vendela behöver ha gott om tid

Vendela är 22 år och studerar på distans på komvux. Hon upplever fördelar med den studieformen men skulle behöva mer strukturstöd och saknar den sociala samvaron.

Under hela sin skoltid har Vendela gått i små klasser med max nio elever. Det har varit en bra lösning eftersom hon behöver extra mycket tid, tycker att det är jobbigt med stora folksamlingar och har svårt för aktiviteter i grupp.

– När flera personer pratar huller om buller har jag svårt att ta till mig det som sägs, säger Vendela.

I de små klasserna hade de andra eleverna till exempel adhd eller autism men Vendela identifierade sig aldrig med de diagnoserna. Därför blev hon mycket överraskad när hon som 18-åring fick diagnosen atypisk autism.

– Jag står liksom med fötterna i två läger. Jag känner mig ofta alldeles vanlig och uppfattas också så av många, men ibland kan jag fungera annorlunda.

### Blir blockerad av stress

För Vendela är det framför allt kravfulla och stressiga situationer som ställer till det.

– Om jag måste prestera snabbt kan det ta stopp. Då drar jag ned ridån och slutar lyssna, svara och stirrar bara rakt fram. Mina vänner tycker att det är lite obehagligt när det händer. De säger att jag ser ut som en staty.

Inuti Vendela är det ganska behagligt bakom den neddragna ridån. Medan världen utanför är jättejobbig skapar hon en stund av lugn.

– Många lärare har frågat mig ”Vad var det som hände på lektionen Vendela?”. För mig är det ett sätt att fly men jag kan inte riktigt förklara det.

### Behöver ta en sak i taget

Vendela studerar nu sitt andra år på komvux. Hon läser kurser på distans hos en privat utförare som är upphandlad av Stockholm stad. Egentligen hade hon hellre praktiserat men hittade ingen fungerande praktikplats. För henne blev studierna ett sätt att komma ur sysslolösheten.

– Jag har klarat av två kurser i skrivande och i

psykologi. Den här terminen läser jag matte som är mitt värsta ämne.

Vendela fick diagnoserna dyslexi i årskurs nio och grav dyskalkyli i gymnasiet och beskriver det som att matematik inte vill fastna i hennes huvud.

– När jag stänger matteboken så raderas kunskapen. Flera av mina lärare har blivit förvånade över att jag har glömt precis allt dagen efter. För mig kan det vara helt borta – som om vi aldrig hade gjort det!

Det fungera bäst för Vendela när hon får ta en sak i taget och har tillgång till lathundar.

– Jag har alltid haft svårt för huvudräkning och kan inte lära mig multiplikationstabellen. Jag behöver också en mattebok som tar upp ett räknesätt i taget och sedan prov på bara den biten. Annars drunknar jag i alla olika moment.

### Prov utan klockor och tidspress

När det är prov får distanseleverna på komvux komma till en sal och legitimera sig. Det är för att säkerställa att det är rätt person som skriver provet. Vendela har alltid haft en speciell fiende vid prov – nämligen tiden. Därför har hon tagit kontakt med Studieteamet på Komvuxcentrum i Stockholm. De ger extra stöd till elever med funktionsnedsättning och har beviljat henne längre skrivtid och hon får också sitta enskilt i ett eget rum.

– Bara vetskapen om att jag har två timmar på mig istället för en underlättar. Jag klarar det ofta på vanlig tid men slipper känslan av stress.

Det får inte finnas några klockor inom syn- eller hörhåll om Vendela ska kunna prestera bra.

– Jag hör varje tick och stirrar på den där visaren som rör sig. Den stjäl hela min uppmärksamhet. Om någon ställer en klocka framför mig slutar jag att fungera.

### Lugnare att studera hemma

Att studera på distans innebär både för- och nackdelar för Vendela. En av fördelarna är att

hon kan plugga hemma och slipper bli distraherad.

– Jag har svårt att komma igång med uppgifter och blir störd när andra elever kommer för sent. Då kan det ta upp till 30 minuter för mig att starta om.

Hemma är hon också i en miljö som passar henne. Hon trivs när det är ljust och välstädat utan störande sinnesintryck.

– Jag har alltid varit lite pedantisk. Alla mina lärare har uppmärksammat att jag behöver ordning. Jag försöker också undvika vissa dofter och färger. Söta parfymer kan göra mig snurrig i huvudet och om någon till exempel har en orange tröja kan det påverka mig. Orange är den värsta färgen för mig. Den är så påträngande att jag kan bli illamående.

### Saknar social samvaro och struktur

Nackdelarna med distansstudier är ensamheten och bristen på struktur.

– Jag hade förväntat mig mer kontakt med lärarna. Jag behöver fasta tider för avstämningar och skulle vilja ha det flera gånger varje vecka.

Vendela upplever också att lärarna har svårt att förstå henne trots att hon har mejlat och berättat om sina diagnoser och sina behov. Hon saknar även det sociala sammanhang som hon hade förut genom skolan.

– Jag har ganska få vänner. Jag umgås helst med en person i taget och det tar tid för mig att våga lita på andra människor. Tidigare träffade jag mina klasskompisar varje dag och lärde känna dem väl.

Just nu är drömmen att få komma in på en daglig verksamhet men köerna är långa.

– Helst skulle jag vilja måla och skriva för då känner jag mig stark.

*Vendela heter egentligen någonting annat.*

## Struktur, flexibilitet och visuellt stöd

På Molkoms folkhögskola i Värmland finns A-kursen. Den vänder sig till unga vuxna med autismspektrumtillstånd utan utvecklingsstörning. Thomas Boy är handledare och instruktör för deltagarna och följer med dem på samtliga lektioner.

A-kursen är en ettårig utbildning som ger praktiska, teoretiska och sociala kunskaper. Syftet med kursen är att ge deltagarna ökad livskvalitet, personlig utveckling och ökad kännedom om sin funktionsnedsättning. Kursen bygger på internatboende och det främjar den sociala utvecklingen i gruppen.

– Vi tar in nio eller tio deltagare per läsår. I en så liten grupp blir det lugnare och varje deltagare kan få mer tid av läraren. Det är också lättare att orka vara social med nio kurskamrater än med 25 som det kan vara i en stor klass, säger Thomas.

### Miljön främjar ordning och social interaktion

Deltagarna på A-kursen har en egen sal. I den äger all teoretisk undervisning rum. Möbleringen är genomtänkt och ska stötta samvaro. I salen har varje deltagare en egen plats, ett ställe att lägga sitt material på och en egen pekplatta. Allt är uppmärkt med namn.

– Det gör att deltagarna får kontroll över sina saker och kan vara trygga med att ingen annan är där och petar.

Så här i början av höstterminen är väggarna i salen fortfarande kala men under året kommer deltagarna att sätta upp sina alster för att visualisera vad de har åstadkommit.

– Vi använder den bakre väggen till det. Därmed sitter deltagarna med ryggen åt alla bilder, foton och texter som annars skulle kunna stjåla deras uppmärksamhet.

### Stöd för koncentrationen

Många personer med autismspektrumtillstånd har god blick för detaljer.

– Anta att läraren har fått en prick på hakan. Det skulle säkert flera av våra deltagare se direkt och börja fundera på vad det kan vara eller hur den kom dit.

För många är det också svårt med ögonkontakt. Därför är det tillåtet för deltagarna att till exempel virka eller rita under genomgångar.

– Många koncentrerar sig bättre om de får ha något för händerna och om de slipper titta på lärarens ansikte. Att en person ritar betyder absolut inte att han eller hon har slutat lyssna. Tvärtom, det kan vara det som gör det möjligt för den här personen att höra vad läraren säger.

### Utgår från deltagarnas styrkor

De som söker till A-kursen får skriva ett personligt ansökningsbrev och komma på prova-på-dagar på folkhögskolan. Det gör att Thomas och hans kollegor har en ganska god bild av deltagarna, och deras stödbehov, när terminen drar igång.

– Efter ett par veckor träffar jag varje deltagare för att prata om hans eller hennes individuella mål med utbildningen. I det samtalet utgår vi från drömmar, intressen och styrkor.

Deltagarnas mål kan se väldigt olika ut. Någon kan ha målet att lära sig att laga mat, en annan vill

bli mer social och en tredje vill söka till en högskoleutbildning. Tillsammans med deltagaren bryter Thomas sedan ned varje mål i konkreta delmål. De utvärderar varje vecka och delmålen revideras kontinuerligt under läsåret.

### **Ger visuellt stöd till verbal information**

För de flesta med autismspektrumtillstånd är struktur A och O. Därför har deltagarna rast samma tid varje dag och Thomas brukar ge instruktioner utifrån frågorna vad, var, när, hur, med vem och varför. Han och lärarna kompletterar också verbal information med visuellt stöd.

– I den här gruppen räcker det inte att säga saker. Därför skriver vi instruktionerna på tavlan, stryker uppgifterna när de är klara och visar ofta filmsnuttar. Jag ritpratar gärna med deltagarna när jag ger handledning. Till exempel kan jag rita en tidslinje där jag markerar ”nu” och när vi behöver sätta igång med olika uppgifter. Ibland gör jag streckgubbar med pratbubblor för att få igång en dialog om vad deltagaren kan göra om en person säger en viss sak. Staplar och kurvor kan också vara ett sätt att öka tydligheten i samtalet.

Ett annat sätt att visualisera är att ta med fysiska föremål. Om vardagsekonomin handlar om priser kan läraren ge exempel med riktiga pengar och när idrottsläraren berättar om basket kan han eller hon hålla i en basketboll.

### **Beredskap för plan B**

Thomas har själv flera gånger gått i fällan att underskatta konsekvenserna av funktionsnedsättningen och därmed överskatta deltagarnas förmågor.

– Det handlar om att de flesta har en ojämn begåvningsprofil. En person kan till exempel vara skicklig i matematik och verka välfungerande generellt men sedan visar det sig att han eller hon har jättesvårt att diska en vanlig tallrik.

Utöver den ojämnna begåvningsprofilen har de flesta en varierande dagsform.

– Det kan vara frustrerande när det låser sig för en deltagare som klarade precis samma uppgift igår! Den första tanken kan vara att deltagaren jäklas. Nästa tanke kan vara att man har misslyckats som pedagog – vad gör jag för fel? Men sådana tankar måste man frigöra sig ifrån. Jag har inte gjort fel. Deltagaren jäklas absolut inte men han eller hon har kanske sovit noll och inget. Istället för att försöka igen – och låta deltagaren misslyckas – får man ta till plan B, backa och göra något enklare den gången. Det gäller att hela tiden känna av situationen.

## I en lugn miljö blir Julia lugn

Julia Lindblom är 20 år och läser första terminen på A-kursen på Molkoms folkhögskola. Hon är nöjd med det stöd hon får och samlar på sig kunskap och strategier för framtiden.

Julias mål med utbildningen är att få kunskaper för att kunna flytta hemifrån. Bara att bo på folkhögskolans internat har varit en omställning och ett steg i rätt riktning.

Ämnena på A-kursen är utformade för att ge värdefulla kunskaper i vuxenlivet. Deltagarna studerar samhällskunskap, livskunskap, beteende, hälsa och vardagsekonomi.

– Vi har också flera praktiska ämnen och dem uppskattar jag allra mest. Det beror på att jag har lättare att jobba med kroppen än att sitta stilla och försöka hålla koncentrationen. Hemkunskap och idrott är mina favoritämnen.

Julia har även ett annat mål med utbildningen och det är att lära sig mer om sin funktionsned-sättning.

– Jag fick diagnosen högfungerade autism när jag var fyra år. Här får jag träffa andra i samma situation och jag får lära mig mer om vad diagnoserna innebär.

### **Musik, dämpat ljus och pauser underlättar**

Julia värdesätter den sociala samvaron på Molkoms folkhögskola.

– Det är roligt att lära känna de andra och få nya vänner. Jag blir visserligen trött av att umgås men det är helt klart värt det.

Just trötthet är något som Julia drabbas av ganska ofta. Tröttheten kan komma fort men för det mesta klarar hon ändå av att genomföra alla uppgifter på lektionerna.

– Jag kämpar på men om det blir alltför mycket går jag ut ur klassrummet en stund. Då tar jag lite frisk luft eller sitter ned och vilar.

Ljus, och framför allt ljud, i klassrummet påverkar Julia. Därför använder hon gärna hörlurar med musik på de teoretiska lektionerna.

– Jag behöver musiken för att stänga ute andra ljud som stör. Jag lyssnar på allt möjligt, utom jazz.

Helst ska rummet också ha ett behagligt och lite dämpat ljus. Väldigt skarpt ljus upplever hon som obehagligt.

### **Uppskattar studier i mindre grupp**

I grundskolan gick Julia i en vanlig klass men det fungerade ganska dåligt. Hon saknade tillräckligt stöd och hade svårt att följa undervisningen.

– När jag inte fick hjälp direkt blev jag okoncentrerad och kom bort från ämnet. Då började jag rita eller dagdrömma istället.

Därför sökte hon sig till ett gymnasium som erbjöd studier i en liten grupp tillsammans med andra elever med autismspektrumtillstånd.

– Vi var bara sju stycken i den klassen. Det var

väldigt skönt när jag fick börja där. Den största skillnaden mot högstadiet var att jag fick mycket mer hjälp av lärarna. Dessutom var det lugnare. Det blir mindre ljud och rörelse i en liten grupp.

### **Brist på kontroll kan ge ångest**

En del personer med autismspektrumtillstånd behöver stöd för att hålla ordning på tiden. På det området har Julia inga problem. Däremot behöver hon mycket stöd med struktur och förklaringar.

– Jag vill ha skrivna instruktioner men har svårt att förstå långa texter. Förklaringar måste vara strategiska så att jag förstår vad jag ska göra och hur. Jag behöver också få en instruktion i taget så att jag kan beta av uppgiften bit för bit.

Övriga situationer är något som kan ställa till det ordentligt för henne.

– För mig kan till exempel en brandövning vara en plåga. Jag har så himla lätt för att bli stressad. I värsta fall kan jag få panik och då glömmer jag bort vad jag skulle göra.

I sådana situationer brukar Julia söka upp en lärare eller kurskamrat för att bli lugnad och få hjälp att hantera situationen.

– Men jag kan må dåligt även av mindre händelser. Jag kan tappa bort något, känna att jag inte har kontroll och då triggas ångesten igång. När den

väl har slagit till behöver jag ta medicin för att bli lugn annars kan jag inte studera den dagen.

För Julia är det viktigt att läraren har kunskap om att hennes dagsform varierar.

– Det händer inte så ofta men om jag mår dåligt, och inte kan koncentrera mig, så behöver jag göra en annan uppgift istället. Då är det viktigt att läraren är förstående.

### **Återhämtning i stallet**

Julia kan ofta snabbt känna om en person gillar henne eller inte, och är bra på att avgöra om personkemin fungerar. Hon blir också lätt påverkad av andras känslor.

– Om en person blir arg så blir jag osäker. Då drar jag mig undan och försöker undvika den personen tills han eller hon blir på bra humör igen.

Om Julia själv är stressad eller på dåligt humör hjälper det alltid att åka till stallet. Hon har ett stort hästintresse.

– Jag älskar stallmiljön. Där blir jag lugn direkt för hästar är lugna djur.

Julia trivs med sin situation i livet just nu och skulle gärna fortsätta studera på Molkoms folkhögskola när A-kursen är klar.

– Jag funderar på att söka till Allmän kurs nästa år. Vad som händer sedan får vi se.

## Förslag på läsning

Gerland, G. (2010). *Arbeta med autismspektrumtillstånd: hantverket och den professionella rollen*. Pavus Utbildning.

Gerland, G. (2011). *Hjälpmedelsboken. Psykiska funktionsnedsättningar. För människor med ADHD, Aspergers syndrom, OCD och psykosjukdomar, deras anhöriga och personal*. Pavus Utbildning.

Gillberg, C. (2011). *Barn, ungdomar och vuxna med Asperger syndrom – normala, geniala, nördar?* Studentlitteratur.

Kopp, S. (2010). *Girls with social and/or attention impairments*. University of Gothenburg: Institute of Neuroscience and Physiology Child and Adolescent Psychiatry.

Lorentz, D. (2010). *Ungdomar med Aspergers syndrom: att mötas i samtal*. Gothia.

Sjölund, A. & Bejerot, S. (2009). *Boendestödsboken*. Autism- och Aspergerförbundet.

Specialpedagogiska skolmyndigheten. (2012). *Möjligheter till högre studier – för studenter med psykisk eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, En guide*. Specialpedagogiska skolmyndigheten.

Specialpedagogiska skolmyndigheten och Stockholms universitet (2013). *Mentorshandboken – för mentorer som stödjer studenter i högre utbildning*. Specialpedagogiska skolmyndigheten och Stockholms universitet.

Ortiz, L & Sjölund, A. (2015). *Motiverande samtal vid autism och ADHD*. Natur & kultur.

Tilli, P. (2015). *Att vara vuxen med Aspergers syndrom – om identitet, relationer och vardagen*. Gothia.

Mer litteratur finns i Autism- och Aspergerförbundets webbutik <http://shop.autism.se/> och i Riksföreningen Attentions webbutik [webbutik: http://attention.se/butik](http://attention.se/butik)

Checklistan på sidan 15 är gjord med inspiration från Autismforums material *Stöd vid möten*. [http://www.autism.se/RFA/uploads/nedladdningsbara%20filer/Hela\\_materialet.pdf](http://www.autism.se/RFA/uploads/nedladdningsbara%20filer/Hela_materialet.pdf) Hämtad 161116.



# Studiepaket vuxen

Den här skriften ingår i ett webbaserat studiepaket som Specialpedagogiska skolmyndigheten har tagit fram. Arbetslag och andra personalgrupper ska kunna använda studiepaketet för gemensam fortbildning.

## Fortbildningen är uppdelad i två steg

Först ska alla i personalgruppen läsa skriften och reflektera kring den, se ett par filmer och göra en kort skrivuppgift på egen hand. Sedan ska gruppen träffas för att reflektera och byta erfarenheter med varandra. Till träffen finns en film som kompletterar den här skriften och visar exempel på hur man inom utbildning för vuxna kan skapa en tillgänglig lärmiljö.

## Förberedelser

För att kunna genomföra fortbildningen behöver någon ta rollen som kursansvarig. Upplägget bygger också på att någon eller några av de medverkande är samtalsledare. Det är viktigt att fortbildningen är förankrad hos rektor eller chef. Instruktioner och tips till kursansvarig, samtalsledare, rektor och deltagare finns att läsa i studiepaketet.

## Fördjupning

I studiepaketet finns förslag på ytterligare fördjupning i form av filmer och skrifter, samt länkar till intresseorganisationer och andra aktörer. Vill du veta mer? Allt material är kostnadsfritt och finns på [www.spsm.se/studiepaket-vuxen](http://www.spsm.se/studiepaket-vuxen)









## En likvärdig utbildning för alla

Hos Specialpedagogiska skolmyndigheten får du stöd när du skapar lärmiljöer som är utvecklande och tillgängliga för alla. Vi erbjuder specialpedagogiskt stöd till skolor och förskolor i hela landet, svarar på frågor och erbjuder kurser och konferenser. Vi driver också åtta specialsolor, fördelar statsbidrag och utvecklar läromedel. Välkommen till Sveriges största kunskapsbank inom specialpedagogik.

## Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med autismspektrumtillstånd

För att kunna erbjuda alla studerande goda villkor för lärande krävs kunskap. Den här skriften bidrar med information om pedagogiskt stöd till vuxna med autismspektrumtillstånd. Skriften ger också exempel från vuxenutbildningar genom att en speciallärare, en handledare och två studerande berättar om sina erfarenheter.

Skriften ingår i en serie. På [www.spsm.se/studiepaket-vuxen](http://www.spsm.se/studiepaket-vuxen) finns ett studiepaket för alla som möter vuxenstuderande i sitt arbete. Arbetslag och personalgrupper kan använda det för gemensam fortbildning. Till varje skrift finns filmer, skrivuppgifter och reflektionsfrågor samt tips på fördjupning och länkar.

Skriften vänder sig till anordnare av utbildning för vuxna, skolledare, lärare, studie- och yrkesvägledare, politiker och andra som är intresserade av att utforma en tillgänglig studiesituation. Förhoppningen är att materialet ska bidra till att fler vuxna med autismspektrumtillstånd ska kunna studera och utbilda sig utifrån sina intressen och förutsättningar.

ISBN 978-91-28-00786-3, tryckt  
978-91-28-00787-0, pdf

Best.nr 00272