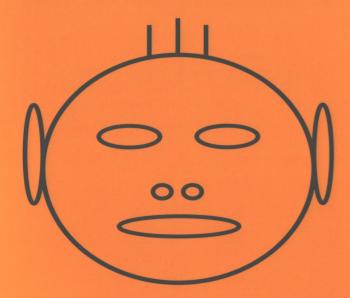
Asperger-sensorik

Autismtillstånd / Aspergers syndrom & sinnesintrycksöverbelastningshantering



Torbjörn Andersson
Andet utbildning och förlag

Alla som sysslar med autismtillstånd bör läsa boken!

Sinnena ger människor information från omgivningen. Processen är mycket viktig, avancerad och värdefull.

Mådniskor med Aspergers syndrom och andra autismtillstånd behandlar sinnesintryck annorlunda. Deras skärpta sinnen är till fördel när de kan uppleva positiva intryck starkare och kan njuta av sådant som andra inte uppfattar.

Problem finns också, som överbelastning och uttröttning. Många har svårt att automatiskt filtrera bort störande ljud. Det gör att de samlade intrycken ofta blir överväldigande. Ljud, ljus, känsel, lukt eller smak kan upplevas för starkt.

Syftet är att öka medvetenheten om hur individer med autismtillstånd bearbetar sinnesintryck annorlunda och att ge dem verktyg för att trivas med sina hjärnor och sina liv. Kunskaperna är till nytta i många vardagssituationer.

Fokus är på vuxna och ungdomar, och inte på små barn. Jag arbetar med Aspergers syndrom / högfungerande autism, men det mesta i boken gäller oavsett IQ. Även ni utan autismtillstånd kommer känna igen er bitvis, och kan bli mer medvetna om hur sinnesintryck påverkar er.

Boken är en utvidgad tredje upplaga med lite nytt namn.

Andet utbildning och förlag är ett aspergaredrivet företag.

ISBN 978-91-982088-3-2

Innehållsförteckning

Inledning

1.	Sensorik vid autismtillstånd	. 10
2.	Hörsel-problem	. 20
3.	Hörsel-hantering	. 30
4.	Syn	. 40
5.	Visuell perception på högre nivå	. 50
6.	Känsel på huden	. 60
7.	Lukt, smak och ätande	. 70
8.	Kroppens inre	. 80
9.	Situationer och miljöer	. 90
10.	Grundläggande hantering	100
11.	Kvalificerad hantering	110
12.	Positiv perception	120
13.	Att lära sensorik-hantering	130
14.	Biologin bakom människors sinnen	140
15.	Boktips	150
16.	Internet-tips	160
17.	Vetenskapliga artiklar	170
18.	Insiktsverktyg	180
Enge	elsk-svensk ordlista	190

andet.se 3

1. Sensorik vid autismtillstånd

Här ges sammanhang för sinnena vid autismtillstånd. Faktorers samspel kring sensorikproblem förklaras och en enkel modell SHY ges. Medvetande och insikt behövs för framgångsrik hantering.

Autismtillstånd och sinnesintryck

Människors sinnen och tankar levererar information till hjärnan, oftast i samverkan. Processen kan skapa överbelastning, vilket är mycket typiskt vid autismtillstånd.

I stort sett alla med autismtillstånd har problem med sinnesintryck. Många upplever att det är bland deras värsta problem. Därför är det anmärkningsvärt att sinnesintryck inte har funnits med i kriterier. Orsaken är säkert att "experter" som inte själva är aspergare hellre beskrivit utåt synliga symtom, medan sensorik syns bäst inifrån.

Det är främst processer med reglering och filtrering av sinnesintryck som särskiljer dem med autismtillstånd. Processerna tar mer energi. Skillnaderna är mindre i fråga om slutresultatet, vad de hör och ser.

Problemen är ofta sådana som finns i större delen av befolkningen, i lägre eller högre grad. Det är bara att de med autismtillstånd har problemen i väldigt hög grad.

Ofta måste personer med autismtillstånd vistas och fungera i miljöer som ger massiv sensorisk överbelastning. När något inte händer så är de beredda på att det snart skall göra det, vilket innebär stress. Det här kostar naturligtvis energi.