

Aspergers syndrom

En kort sammanfattning baserad på olika artiklar hämtade på Internet

Aspergers syndrom (AS) är en neurologisk avvikelse, d v s hjärnan är annorlunda konstruerad än hos den genetiska/neurologiska majoriteten. Tillståndet är inte automatiskt handikappande. Hur stora besvär funktionshindret medför är beroende bl. a av den totala livssituationen och omgivningens möjlighet till anpassning. AS ett neuropsykiatriskt funktionshinder, inte en psykisk sjukdom. Men personer med AS är extra sårbara.

Aspergers syndrom tillhör gruppen ”autismspektrumstörningar”. Orsakerna är ofta ärftliga, att någon i den närmaste familjen eller släkten har liknande symtom. 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.

Personer med Aspergers syndrom har stora svårigheter att förstå avsikten bakom andra människors beteenden och de uppfattar många situationer på ett annorlunda sätt. Många framstår som oerhört envisa, med liten förmåga att anpassa sig till rutinförändringar. De har svårt att följa andra människors initiativ och visar ett uttalat motstånd mot förändringar. Gemensamt för människor med Aspergers syndrom är svårigheten att rikta uppmärksamheten mot andra människor, en förmåga som är viktig för att kunna delta i det sociala samspelet. 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.

Barn med Aspergers syndrom skiljer sig i allmänhet inte utseendemässigt från andra, vilket gör att omgivningen inte förväntar sig att de ska ha ett annorlunda beteende. De blir därför ofta missförstådda och kan uppfattas som ohyfsade eller ouppfostrade.

Men 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. "Vanliga" människors okunskap och intolerans är ofta ett större problem än den neurologiska avvikelsen i sig. Många har blivit mobbade.

De problem som personer med AS har rör ofta relationer till vanliga människor. Socialt umgänge är för många en belastning. Andra typiska drag är specialintressen, annorlunda språkhantering och svårigheter med snabba förändringar. Vanliga människor blir ofta frustrerade över att någon med Aspergers förstått något de sagt som fakta fast det inte var meningen eller missat innebörden eftersom de tolkat det sagda bokstavligen.

Symptombild och behov av hjälp varierar från individ till individ. Situationen ser också olika ut i olika åldrar. När det gäller de mindre barnen kan föräldrar och förskolepersonal ofta ge ett tillräckligt stöd. I grundskolan är det vanligt att svårigheterna ökar. För många är problemen som allra störst i tonåren. De vuxna som hittat sin egen nisch i tillvaron lever ofta ett gott liv utan alltför stora besvär.

Även om AS inte går att bota, finns det mycket stora möjligheter till utveckling. Detta kan ske genom att personen lär sig hur han själv fungerar, utvecklar problemlösningsstrategier, bygger upp en bra social omgivning utan onödiga störningsmoment, effektiviserar sitt arbete och finner egna alternativa vägar mot sina mål.

När det gäller personligt stöd finns det inga standardrecept som fungerar för alla, men följande tre nyckelord kan ge omgivningen vägledning:

1. *Kunskap*

Alla som berörs behöver kunskap om de vanligaste symptomen och vad man kan göra för att underlätta i skola, arbete och vardagsliv. Kunskap hjälper en att förstå hur AS- personer tänker och hur varje individs möjligheter, svårigheter och behov av stöd ser ut.

2. *Anpassning*

Anpassa kravnivån - undvik stress. Se till att personen får möjlighet att lyckas. De flesta med Aspergers syndrom har svårt att själva be om hjälp. Lär dig uttrycka positiva och tydliga budskap. Undvik kritik och tjat.

3. *Respekt*

Visa individens respekt. Ingen är ett handikapp. Vi är alla först och främst individer med en egen unik personlighet.

Personer med Aspergers syndrom har en begåvning, som antingen ligger inom normalvariationen, alltifrån en svagare begåvning till en begåvningsnivå i övre delen av detta intervall, eller en begåvning över normalintervallet. Datamiljonären Bill Gates visar många av de vanliga dragen. Albert Einstein och Leonardo DaVinci är andra som ofta nämns i sammanhanget.

Barn med Aspergers syndrom har stora brister när det gäller förmåga att förstå hur andra tänker. De har ofta en påtaglig brist på social inlevelseförmåga och sunt förnuft och kan ha svårt att förstå och använda sig av underförstådda sociala umgängesregler. Till exempel kan de kommentera folks utseende utan att bekymra sig över den andra personens reaktion.

Det är vanligt med motoriska problem i form av svårigheter att samordna rörelser, vilket kan ge problem med lagsporter och i gymnastiken. En del barn tycker mycket om kroppskontakt och kan vara mycket beroende av sina närmaste.

Många har svårt att koncentrera sig, ibland kombinerat med överaktivitet och impulsivitet. Hos andra kan koncentrationssvårigheterna vara kombinerade med en nedsatt aktivitetsnivå och en långsamhet eller passivitet. Många har en avvikande reaktion på sinnesintryck, ljudkänslighet eller ökad hudkänslighet. Svårigheterna vid Aspergers syndrom ger hos en del barn problem med att självständigt sköta hygien, klädsel och andra vardagliga aktiviteter.

Under skolåren är det på rasterna som den begränsade sociala förmågan märks tydligast. Ofta drar barn med Aspergers syndrom sig undan de andra barnen. De går gärna omkring för sig själva enligt ett invariant mönster, försöker vara inomhus eller tillsammans med någon vuxen. En del barn med Aspergers syndrom blir tyvärr mobbade eftersom de är så annorlunda. Särskilt tydligt blir det om de har lätt för att tappa behärskningen och få vredesutbrott. I vissa fall är personer med Aspergers syndrom mycket känsliga för att själva få kritik. De kan ha en misstänksam inställning och tar då lätt åt sig av kommentarer de får.

Behandlingen bygger på information till föräldrar, lärare och till andra som behöver denna kunskap för att på bästa sätt stödja och möta barnets behov. För barnet är anpassade krav och pedagogiska insatser viktiga. Med insatser som dessa från låg ålder lär sig många barn att med tiden fungera väl och kan leva ett förhållandevis självständigt liv som vuxna.

I tonåren blir många med Aspergers syndrom medvetna om att de har svårt att förstå andra människor. De kan då bli osäkra och dra sig undan socialt umgänge. Andra hittar andra lösningar, som att lära sig utantill hur man ska bete sig i vissa sociala sammanhang. Det blir

på så sätt lättare att umgås med andra, även om man kan upplevas som stel och fyrkantig i det sociala umgänget. Svårigheterna för personer med Aspergers syndrom kommer att finnas kvar mer eller mindre hela livet, speciellt med obekanta människor eller i nya situationer.

Barn med Aspergers syndrom kan redan i förskoleåldern imponera på omgivningen med stora faktakunskaper inom ett eller några få områden. Det kan röra sig om till exempel språk, musik, dinosaurier, datateknik eller rena tabellkunskaper. Barnen delar oftast inte sitt speciella intresse med någon annan i familjen eller med någon kompis. Men det är vanligt att barnet kräver att andra människor ska lyssna till långa, många gånger monologartade utläggningar om sitt intresse, oberoende av om andra är intresserade eller om situationen är lämplig. Barnet är ofta inte intresserat av andras kommentarer eller av att diskutera sitt intresse. Behovet av specialintressen består oftast livet ut. Men ämnet för intresset kan växla. En del ungdomar med Aspergers syndrom söker sig till föreningar där de kan träffa andra med samma intresse. I vissa fall leder specialintresset till en yrkeskarriär.

Under skoltiden kan förmågan att lära sig fakta ha både för- och nackdelar. Barn med Aspergers syndrom har ofta en "veta bäst-attityd" och rättar gärna sina klasskamrater och även läraren. Det kan leda till att barnet blir illa omtyckt.

Personer med Aspergers syndrom brukar tidigt utveckla behov av rutiner. Till skillnad från hos normalt utvecklade barn ökar behovet av rutiner med åren. Det kan handla om rutiner vid sänggåendet, eller krav på att sitta på speciella platser i bilen eller runt matbordet. Om en rutin bryts kan resultatet bli ett raseriutbrott. När barnet når tonåren kan rutinerna ha brett ut sig över hela tillvaron. Då kan minsta förändring i vardagsrutinerna bli mycket jobbig.

De flesta barn och ungdomar med Aspergers syndrom har svårigheter när det gäller mat och ätande. Det är vanligt att barnet bara accepterar ett fåtal maträtter. Ett annat problem för många är skötseln av den personliga hygienien, som ibland också ökar med åldern. Tonåringar i den här gruppen har ofta ingen känsla för hur ofta man bör duscha eller byta kläder.

Personer med Aspergers syndrom kan ha ett stort ordförråd men kan ändå ha mycket svårt att kommunicera på ett funktionellt sätt. Ofta har de svårt att förstå att ett ord kan ha flera betydelser. De kan också ha svårt att uppfatta skillnader i betydelse som beror på i vilket sammanhang ordet används eller med vilket tonfall det uttalas. Vad som sägs tolkas alltid mycket bokstavligt. Det gör att ironi, ordvitsar och metaforer blir obegripliga. Med tiden kan personer med Aspergers syndrom lära sig många av kommunikationens koder, men de kommer alltid att ha vissa svårigheter när det gäller att kommunicera på ett flexibelt och funktionellt sätt.

Normalt kommunicerar människor med mer än bara ord. Mimik, satsmelodi, ögonkontakt och gester förstärker och förtydligar det som sägs. Personer med Aspergers syndrom har ofta problem inom alla dessa områden. Det gör att mycket av det underliggande budskapet i ett samtal går dem förbi. De kan inte "läsa mellan raderna".

En del personer med Aspergers syndrom har också tics. Det är ofrivilliga, snabba och plötsliga muskelryckningar i ansiktet eller i kroppen. Det kan också röra sig om hela rörelsemönster, till exempel att snurra runt, gå ner på huk och liknande. Ibland är ticsen vokala, i form av harklingar, hostningar eller ord.

De första intrycken en medelsvensson får av någon med Asperger är förvirrande - de har imponerande kunskaper, men står samtidigt helt handfallna inför saker som man ser som en självklarhet. Om mycket och snårig information förvirrar och frustrerar en vanlig människa, blir det minst dubbelt så jobbigt när man har Aspergers - inte sällan är tårarna nära när man

för femte gången försökt få mikrovågsugnen eller videon att göra som man vill och misslyckats. Alla val utan ordentligt underlag blir svåra val, även vad gäller triviala saker, och att ha ont om tid gör saken ännu värre. Tidsuppfattningen kännetecknas över lag av att man drar ut på saker som är jobbiga till förmån för annat och sällan beräknar tidsåtgång korrekt - saker får ta den tid de tar. Tar de mer tid än man har så får annat vänta.

Kaoset som livet ställer till med försöker man hantera genom att skaffa sig fixa vanor som sällan är det bästa eller snabbaste sättet att uppnå något, men de fungerar och kan därför ofta hänga med resten av livet. Personer med Asperger är ofta mycket dåliga på att improvisera. De flesta med Asperger kan lära sig kommunikationens regler och att förutsäga vad de flesta förväntar sig av en, men deras villkor är annorlunda. De som inte är livrädda för att göra bort sig inför andra pratar gärna, men framför allt om sådant som intresserar dem eller för att be om en tjänst.

Asperger syndrom gör en inte oemottaglig för yttre influenser, snarare tvärtom. När man hittat något man tycker är intressant fastnar man ofta för det och blir helt besatt i veckor eller år, för att sedan prompt tröttna och byta till något annat. Människor i ens omgivning blir ofta utleda på att man spelar samma musik hela dagarna eller ens närmast outsinliga entusiasm för ens favoritämne. Man stämplas lätt som nörd och därför undviker man att prata med andra utan anledning för att slippa pinsam tystnad. Kallprat är en konst de flesta faktiskt klarar, men inte är benägna att initiera förrän de känt in sin omgivning och även då är det ganska sällsynt.

Människor med Asperger har fått ett viktigt hjälpmedel i och med Internet, där de lätt kan finna vänner, nya intressen och uppskattning utan att behöva bekymra sig för att behöva läsa andra människors kroppsspråk och att bli missförstådda för sitt eget.

Asperger syndrom är inte en sjukdom eller ens ett handikapp så mycket som en uppsättning personlighetsdrag och går därför inte bota. Däremot kan man med hjälp träna upp sig i de områden man brister i. De med Asperger syndrom som har lyckats i livet och känner självtillit ser ofta sin personlighet som en tillgång - man ger sig inte förrän något är precis som man vill ha det, har ofta okonventionella idéer, är principfast och är smart nog att lära sig nya metoder med lätthet. Man är även oemottaglig för subliminala budskap i reklam och subtilt manipulativa människor. Dock är man samtidigt känslig för livets stötar och utvecklar lätt fobier och tvångshandlingar, samt måste trugas för att orka lära sig saker som inte ligger innanför ens snäva intressesfär. Därför är det viktigt att man har någon man litar på som man kan prata med men också rådfråga om praktiska problem, t.ex. vilken inställning tvättmaskinen ska ha för vilken sorts tvätt.

Det är mycket sällsynt att någon med Asperger syndrom blir aggressiv och våldsam mot andra människor, och absolut inte mot främlingar.