



Sansernes samspil – eller mangel på samme

Autisme Personale Træf
Torsdag d. 21. september 2023

1



Trine og Kirsten



2



Præsentation af H

- H's start på livet
- H's sanseudfordringer
- H's angst
- H's skæve kognitive profil
- H's skoletilbud eller mangel på samme

3



H's profil passer til Sputniks beskrivelse af et barn m/PDA

- Har en autisme- og angst-diagnose og ofte komplekse diagnosebilleder.
- Har brug for utraditionelle læringsmiljøer.
- Har en skolehistorik, hvor de er blevet overvældet af de krav, de er mødt med.
- Har en historik af at være blevet misforstået og opfattet som manipulerende eller dårligt opdraget.
- En del har en skolevægringshistorik gennem flere år i kombination med PDA.
- Finder tryghed i de nære voksne mere end i skemaer, strukturer og rammer.
- En del børn med PDA fremstår ved første øjekast upåfaldende, fordi de i højere grad orienterer sig socialt end andre børn på autismspektret.
- Har ofte en rigid oplevelse af, hvad det vil sige at gå i skole, og oplever ikke mening ved at lære noget.
- Ofte detaljeorienterede i en grad, så en lille nuance kan betyde, at helheden bliver afvist.

SputnikSkolens
Beskrivelse af PDA

4



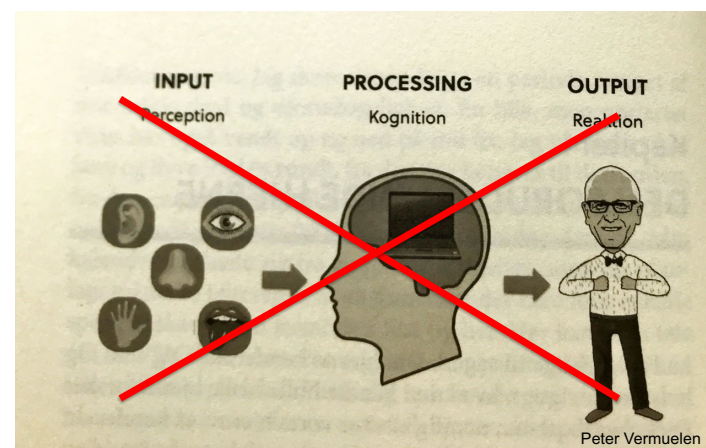
H's hjerne

- I H's hjerne fungerer det meste anderledes end hos de fleste andres hjerner
- Fødselstraumer, dobbelt exceptionel (skæv kognitiv profil), sensoriske udfordringer, angst, kravundvigelse, tvangshandlinger (OCD symptomer) m.m.

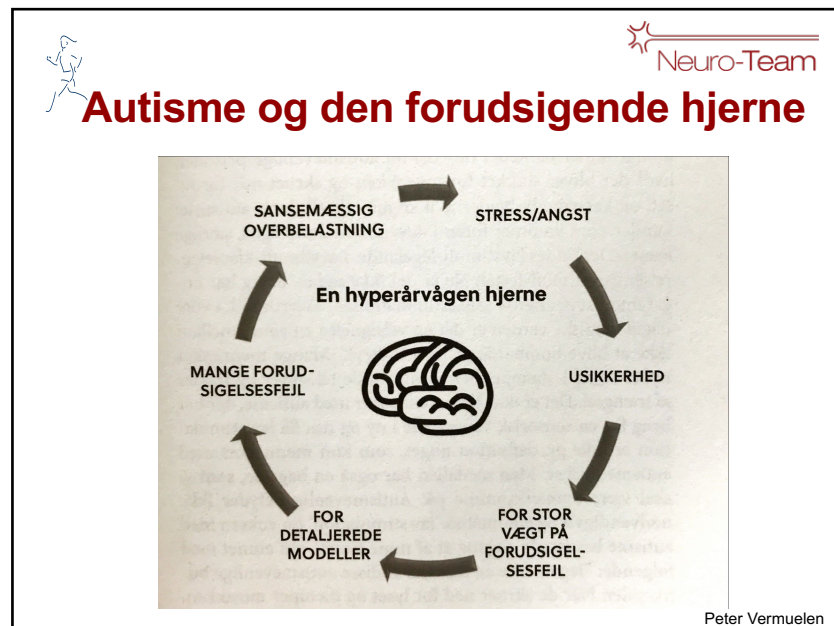
5



Autisme og den forudsigende hjerne



6



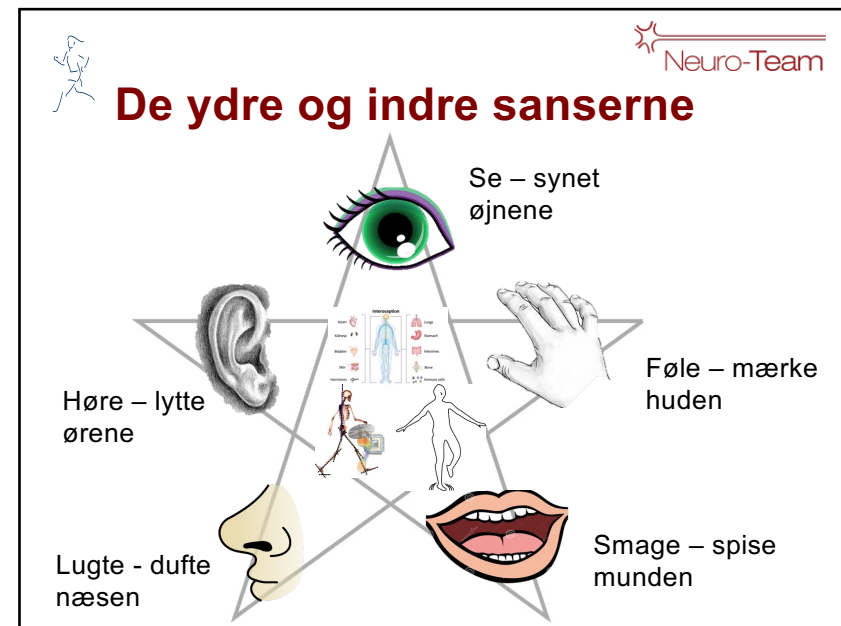
7

-  **Sanseperception**
- Perception er
 - **opfattelse** af det, jeg sanser med mine ydre og indre sanser
 - **tolkning** af de sansesignaler jeg modtager
 - hvad er det, jeg sanser?
 - hvor kommer sansepåvirkningerne fra?
 - hvor kraftig er påvirkningerne?
 - hvornår begynder de og hvornår holder de op?
 - sammenligning med min forudsigelse
 - **forståelse** af sansesignalerne – hvad betyder det, jeg sanser? hvordan stemmer det overens med min forudsigelse? Godt – tjek. Forkert – lagre en ny viden/forudsigelse

8



9



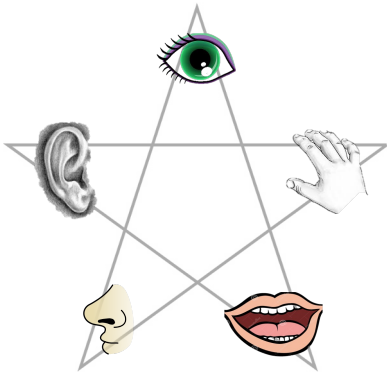
10





De ydre sanserne

Exteroception:
Hvordan oplever jeg
omverden?
Min opmærksomhed
på *omverden*



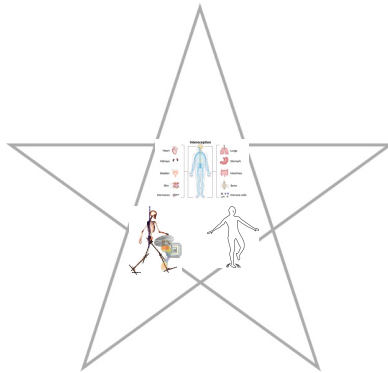
11



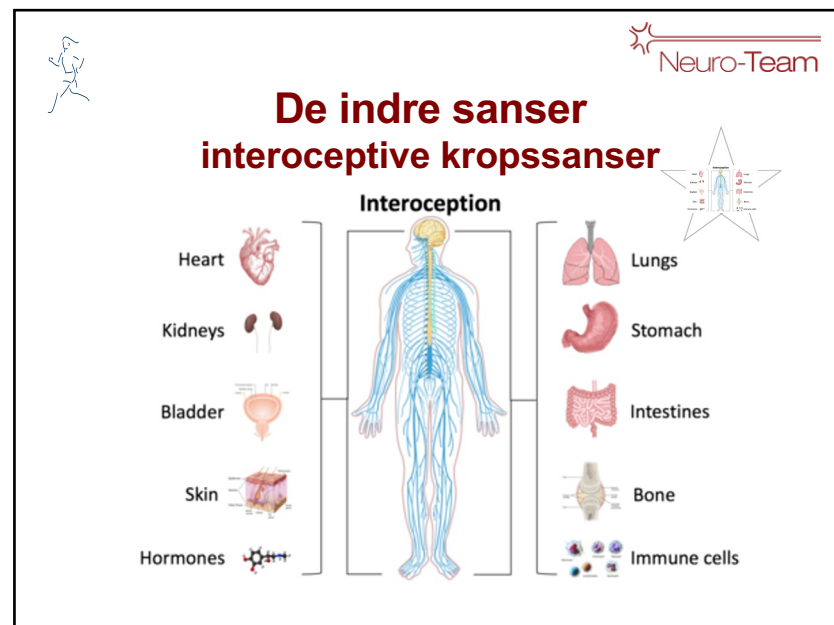


De indre sanserne

Interoception:
Hvordan oplever jeg min
krop? Min opmærksomhed
på *kroppen* (i forhold til
omverden i samarbejde
med den proprioceptive,
vestibulare, interceptive
og den taktile sans:
kropsopfattelse,
bevægelse, rum/retning,
orientering)



12



13

The diagram shows a central human figure with a blue nervous system. To the right, a star-shaped icon with a human figure inside is positioned. The Neuro-Team logo is in the top right corner.

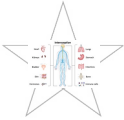
De interoceptive sanser

- Receptorer findes i hele vores krop, bl.a. hjerte, blære, mave, andre organer, kønsdele, muskler, knogler og hud
- Styrer de indre organer – gør at vi kan mærke sult, tørst, mæthed, ubehag, kløe, seksuel opstemthed, udmattethed, smerte, toiletrang, temperatur m.m.

14



De interoceptive sanser



- Det interoceptive sansesystem giver informationer om forbindelser mellem kroppen og følelserne

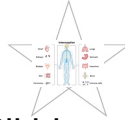
Interoceptiv opmærksomhed

- Det er vigtigt at bemærke kroppens signaler for at kunne forbinde kropssignaler med en eller flere følelser og handle derefter
- Gør os i stand til at svare på spørgsmålet; "Hvordan har du det?"

15



De interoceptive sanser



De interoceptive sanser hjælper os til bl.a. at føle disse emotioner:

• Glæde	- Frygt
• Forventning	- Jalousi
• Angst	- Irritation
• Frustration	- Kedsomhed
• Ro/beroligelse	- Ked af det
• Nervøsitet	- Afslappet
• Engagement	- Distraktion

16



De interoceptive sanser

De interoceptive sanser som helhed hjælper os med at omsætte det, vi opfatter til en emotion/følelse og handling

- Tunge øjenlåg, sløv muskulatur og en tåget hjerne → træt
- Gåsehud, rystende krop/kulderystelser og spændte muskler → kulde
- Hurtig puls, hjertebanken, sommerfugle i maven, rystende hænder → nervøs

17



De interoceptive sanser

De interoceptive sanser hjælper os derefter med at omsætte det, vi opfatter til noget forståeligt, som vi kan handle på

- Træthed → sørge for at gå i seng – få sovet
- Kulde → tage mere tøj på, finde et varmere sted at være
- Nervøsitet → søge væk fra den utrygge situation – søge tryk hos andre

18



Fra opfattelse af
et sanseinput til
tolkning og derfra
til handling

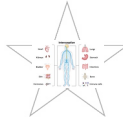
Hvad gør jeg nu?



19



De interoceptive sanser



Hvad betyder interoceptive udfordringer:

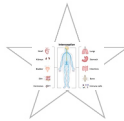
- Personen;
 - opdager ikke at han/hun bliver overloadet med sanseinput, før det er for sent
 - har brug for hjælp til at falde til ro igen, hvis han/hun er i affekt
 - har måske lært flere mestringsstrategier, men kan ikke finde ud af, hvornår og hvordan de skal bruges
 - kan blive virkelig vred, uden at vide hvorfor



20



De interoceptive sanser



Hvad betyder interoceptive udfordringer:

- Personen
 - kan glemme at spise eller overspise, fordi han/hun ikke mærker sult/mæthed
 - kan ikke mærke, at han/hun skal på toilettet, før det næsten er for sent
 - har en usædvanlig høj eller lav smertetærskel – temperatur tærskel
 - kan ikke mærke træthed eller et behov for at sove

21



Hvordan hjælper vi H med sine udfordringer



- **Energiforvaltning**
- Sanseudfordringer
- Koalaen
- Så frø, vande og høste
- 'Danse omkring krav'

22





Antal af skeer



23





Hvordan hjælper vi H med sine udfordringer



- Energiforvaltning
- **Sanseudfordringer**
- Koalaen
- Så frø, vande og høste
- 'Danse omkring krav'

24



Sensorisk 'diæt' (generelt)

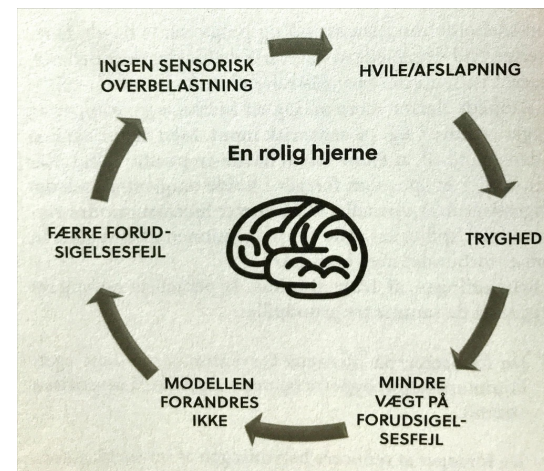
Arbejde på at skrue ned for det (alarmerende) sympatiske nervesystem og skrue op for det beroligende parasympatiske nervesystem

- Forberedelse og overblik
- Være i zonen for nærmeste udvikling = kravtilpasset miljø
- Kende sine udveje (exit)
- Forstå hvad der trigger angsten/uroen → strategier til at håndtere uroen her og nu
- Begræns sensoriske udfordringer

25



Autisme og den forudsigende hjerne



26



Beroligelse af nervesystemet

Velvære- kærligheds- eller krammehormonet oxytocin:

- Dannes i hypothalamus og lagres i hypofysens baglap.
- Udskilles i blodet
- Transporteres rundt til resten af kroppen



27



Beroligelse af nervesystemet

- Huden er menneskets største organ
- Når huden berøres fx ved massage, berøring af en arm, holden i hånd, et kram eller anden berøring frigives velværehormoner



28





Hvordan hjælper vi H med sine udfordringer



- Energiforvaltning
- Sanseudfordringer
- **Koalaen**
- Så frø, vande og høste
- 'Danse omkring krav'

29





Koalaen



30



31



Hvordan hjælper vi H med sine udfordringer



- Energiforvaltning
- Sanseudfordringer
- Koalaen
- **Så frø, vande og høste**
- **'Danse omkring krav'**

32



Så frø, vande og høste

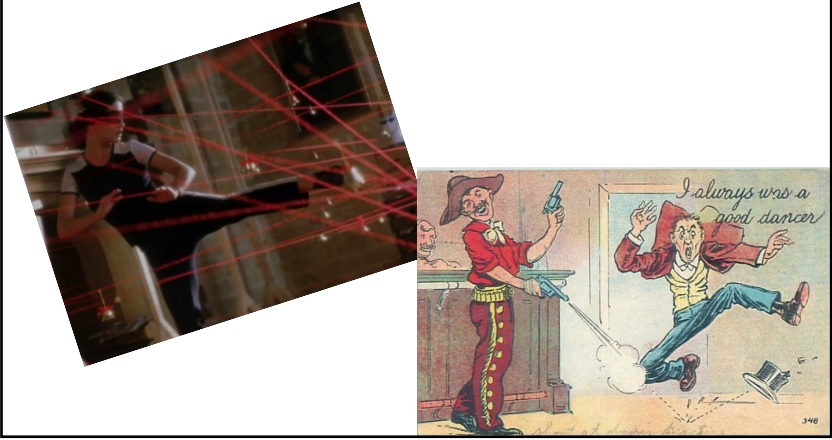


- Plant en tanke/idé
- Vente – vand den –
vente – vente
- Pleje planten
- Høste (måske)

33



Danse omkring krav



34



Husk!



**Vi gør det alle, så
godt vi kan, hvis vi
kan!!!**

35