

ARBEJDSARK TIL BOGEN 'MIT BARN HAR AUTISME'

De følgende sider er arbejdsark, der er udarbejdet for at hjælpe dig med at tale med dit barn om autismediagnosen og også med at få videreformidlet oplysninger om dit barn til lærere og omsorgspersoner. Der vil være eksempler på, hvordan et udfyldt arbejdsark vil se ud, så du kan lade dig inspirere.



ER VI ENS ELLER FORSKELLIGE?

Tænk på en ven eller et familiemedlem,
som står dig nær.

Hvad har du lagt mærke til I har til fælles?
Hvordan er I forskellige fra hinanden?

Brug boksene nedenunder til at skrive en liste
over, hvor der er lighedspunkter mellem eller
forskelle på dig og din ven/dit familiemedlem.

Hvad har jeg til fælles med

_____?

Hvordan er vi ens?

Hvordan er vi forskellige?

Hvorfor er det godt at ligne andre?

Hvorfor er det godt at være forskellige?

ER VI ENS ELLER FORSKELLIGE?

Tænk på en ven eller et familiemedlem,
som står dig nær.

Hvad har du lagt mærke til I har til fælles?
Hvordan er I forskellige fra hinanden?

Brug boksene nedenunder til at skrive en liste
over, hvordan der er lighedspunkter mellem eller
forskelle på dig og din ven/dit familiemedlem.

Hvad har jeg til fælles med Thomas?

Hvordan er vi ens?

Vi har brunt hår

Vi elsker at spise
påfølschokolade

Vi går på den samme
skole

Vi har begge to en
søster

Vi spiller fodbold

Vi elsker at spille
computerspil

Hvordan er vi forskellige?

Thomas har blå øjne,
mine er grønne

Jeg har autisme

Jeg er højere end
Thomas

Jeg elsker tog, det gør
Thomas ikke

Thomas går til karate



Hvorfor er det godt at ligne andre?

Der er ting, vi kan lide at gøre sammen og snakke om.

Hvorfor er det godt at være forskellige?

Vi kan komme med forskellige ideer til, hvad vi skal lege.

HVAD ER MINE FORCER OG UDFORDRINGER?

Når vi tænker på vores evner, har vi alle sammen noget, vi er gode til (forcer), og ting, som vi behøver hjælp til (udfordringer). I nedenstående bokse kan du skrive en liste over nogle af de ting, du er god til, og nogle af de ting, du behøver hjælp til.

Ting, som jeg
er god til

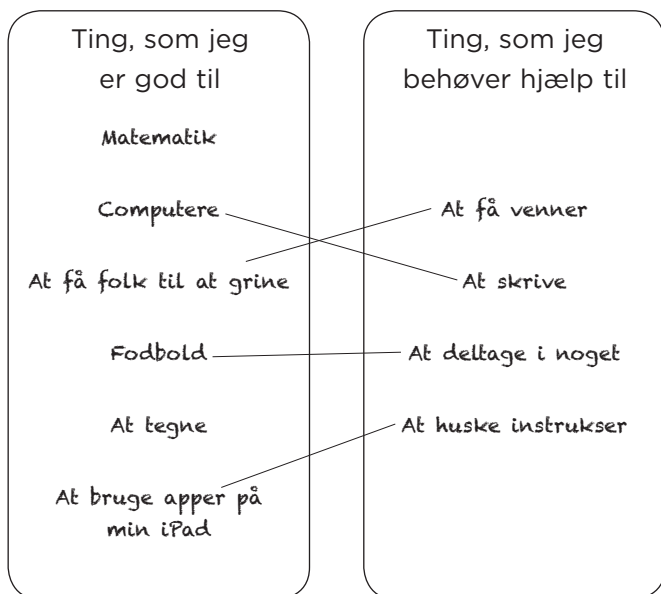
Ting, som jeg
behøver hjælp til

Tænk efterfølgende over, hvordan du kan bruge de ting, du er god til, som en løftestang for de ting, du behøver hjælp til. Træk en streg mellem de forcer og udfordringer, som kan gå i spænd sammen.



HVAD ER MINE FORCER OG UDFORDRINGER?

Når vi tænker på vores evner, har vi alle sammen noget, vi er gode til (forcer), og ting, som vi behøver hjælp til (udfordringer). I nedenstående bokse kan du skrive en liste over nogle af de ting, du er god til, og nogle af de ting, du behøver hjælp til.



Tænk efterfølgende over, hvordan du kan bruge de ting, du er god til, som en løftestang for de ting, du behøver hjælp til. Træk en streg mellem de forcer og udfordringer, som kan gå i spænd sammen.

HVAD ER MINE EGENSKABER?

Der er mange forskellige egenskaber, der tilsammen opsummerer den person, du er. Autisme eller Aspergers er kun en af dem. På nedenstående side kan du skrive dit navn i toppen og derefter tilføje alle dine ingredienser eller egenskaber rundt om tegningen.





HVAD ER MINE EGENSKABER?

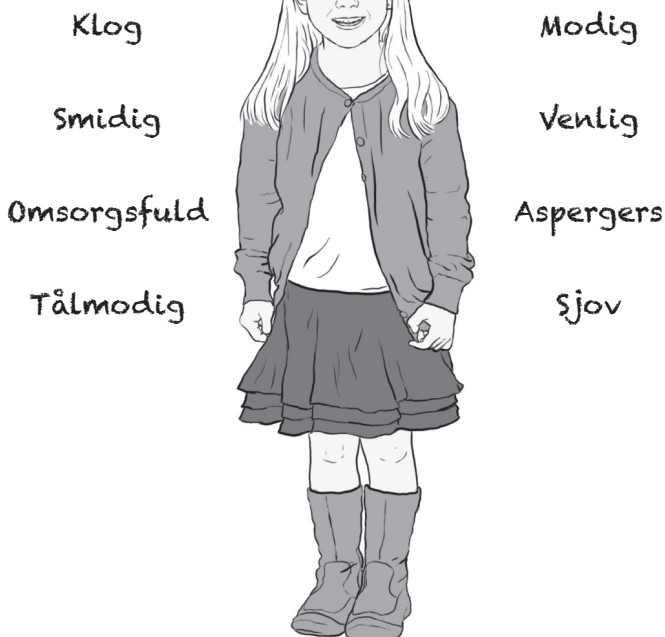
Der er mange forskellige egenskaber, der tilsammen opsummerer den person, du er. Autisme eller Aspergers er kun en af dem. På nedenstående side kan du skrive dit navn i toppen og derefter tilføje alle dine ingredienser eller egenskaber rundt om tegningen.



HVAD ER MINE EGENSKABER?

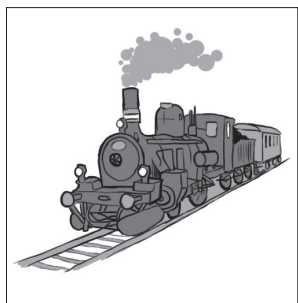
Der er mange forskellige egenskaber, der tilsammen opsummerer den person, du er. Autisme eller Aspergers er kun en af dem. På nedenstående side kan du skrive dit navn i toppen og derefter tilføje alle dine egenskaber rundt om tegningen.

Sophie





HVORDAN KAN AUTISME SAMMENLIGNES MED EN DAMPMASKINE?



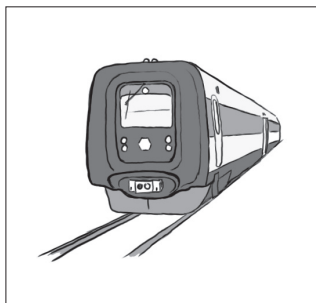
Dampmaskiner og dieselmaskiner er begge nyttige og motorstærke tog, men de arbejder lidt forskelligt. De har begge noget, de er gode til, og ting, der er en smule sværere for dem.

Dampmaskiner behøver træ og vand som brændsel til deres motor, mens dieselmaskiner har brug for diesel for at køre.

En dampmaskine er bedst egnet til at flytte togvogne, mens dieselmaskiner er bedst egnede til at flytte tung last.

Når en dampmaskine skal flytte last, skal den måske arbejde lidt hårdere, men den kan stadig færdiggøre opgaven.

Hvis du har autisme, betyder det, at din hjerne arbejder anderledes end hos de børn, som ikke har autisme.





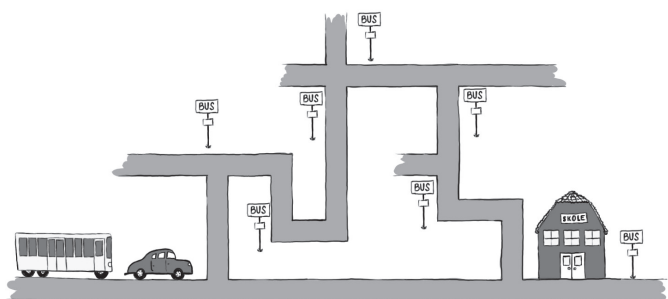
Måske må du somme tider – ganske som dampmaskinen – arbejde hårdere end andre børn for at få færdiggjort en opgave, men du kan stadig gøre det, hvis du prøver.

At have autisme betyder, at du er anderledes, men anderledes er hverken godt eller skidt, det er bare anderledes.



HJÆLP BILEN OG BUSSEN MED AT NÅ FREM TIL SKOLEN

Lad bilen køre den korteste rute til skolen. Brug en blå blyant til at markere vejen. Marker så den rute, som bussen kører til skolen, med en rød blyant, mens du sikrer dig, at bussen passerer samtlige stoppesteder på vejen.

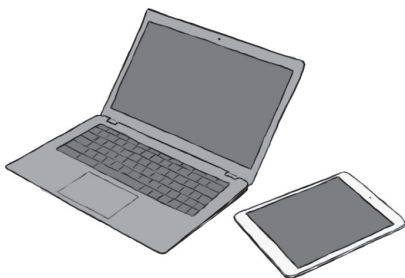


Både bilen og bussen vil få børnene frem til skolen, men bussen bruger længere tid på det, simpelthen fordi den foretager mange stop på vejen.

Ganske som bussen tager længere tid end bilen om at nå frem til skolen, skal børn med autisme somme tider bruge længere tid på opgaver end andre børn, fordi deres hjerne arbejder på en anden måde.

At du bruger længere tid, betyder ikke, at du ikke kan udføre en opgave, det betyder blot, at du gør det på en anden måde.

BÆRBAR KONTRA TABLET - ER DEN ENE BEDRE END DEN ANDEN, ELLER ER DE BLOT FORSKELLIGE?



En laptop/bærbar og en tablet har hver især et styresystem, som får dem til at arbejde effektivt, men de er i stand til at fuldføre hovedparten af de samme funktioner.

På nedenstående linjer kan du skrive så mange ligheder mellem en laptop og en tablet, som du kan komme i tanke om.

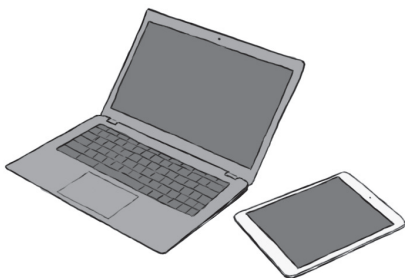
Ganske som det forholder sig med en laptop og en tablet, kan mennesker med autisme have et styresystem, som er en smule anderledes, nemlig deres hjerne.



Selv om en autists hjerne arbejder en smule anderledes, kan autister udføre de samme opgaver, som andre mennesker kan.

At være autist gør ikke en person hverken mere eller mindre dygtig end andre, det gør bare personen anderledes.

BÆRBAR KONTRA TABLET - ER DEN ENE BEDRE END DEN ANDEN, ELLER ER DE BLOT FORSKELLIGE?



En laptop/bærbar og en tablet har hver især et styresystem, som får dem til at arbejde effektivt, men de er i stand til at fuldføre hovedparten af de samme funktioner.

På nedenstående linjer kan du skrive så mange ligheder mellem en laptop og en tablet, som du kan komme i tanke om.

Du kan tage dem med dig overalt.

De har brug for strøm for at fungere.

Du kan spille computerspil på dem. Du kan skrive historier på dem.

Ganske som det forholder sig med en laptop og en tablet, kan mennesker med autisme have et styresystem, som er en smule anderledes, nemlig deres hjerne.



Selv om en autists hjerne arbejder en smule anderledes, kan autister udføre de samme opgaver, som andre mennesker kan.

At være autist gør ikke en person hverken mere eller mindre dygtig end andre, det gør bare personen anderledes.



ALT OM MIG

Mit navn er _____.

Jeg har autisme.



De vigtigste ting, der er at sige om mig, er:

Jeg er god til:

Jeg kan godt lide:

Jeg kan ikke lide:



Jeg behøver hjælp til:

Du kan hjælpe mig ved at:

Ting, der kan gøre mig oprevet, er:

Når jeg bliver oprevet, vil jeg:

Du kan hjælpe mig ved at:

ALT OM MIG

Mit navn er Sophie.

Jeg har autisme.



De vigtigste ting, der er at sige om mig, er:

Jeg er meget socialt anlagt, og det er vigtigt, at jeg føler mig på bølgelængde med mine jævnaldrende.
Somme tider kan jeg misforstå de sociale spilleregler og kan blive ekstremt sensitiv.

Jeg er god til:

Jeg har en meget livlig og detaljeret forestillingsevne.
Jeg har en fin og stærk sangstemme. Jeg har en fantastisk hukommelse og er god til at parodiere andre.

Jeg kan godt lide:

Musik, sang, dans, at fortælle historier, skuespil.
The Wiggles, Peppa Pig og mange musicals: Annie, Troldmanden fra Oz, Willy Wonka osv.

Jeg kan ikke lide:

Mareridt! Jeg bliver så optaget af det, der sker i min drøm, at jeg har svært ved at adskille fantasi fra virkeligheden.



Jeg behøver hjælp til:

At tolke andres hensigt. At forstå de tanker og følelser, der rører sig i andre. At styre mine egne (forvirrede) følelser og at tolke andres.

Du kan hjælpe mig ved at:

At forklare mig de sociale regler. Når jeg virker forvirret eller misforstår en situation, kan du på en blid måde fortælle mig, hvad der sker.

Ting, der kan gøre mig oprevet, er:

Jeg er meget sensibel over for folks humørsvingninger, især hvis de bliver vrede. Også somme tider over for latter, hvis jeg tror, det er mig, vedkommende ler ad.

Når jeg bliver oprevet, vil jeg:

Jeg vil ofte vise min angst eller vrede ved at bruge upassende sprog og toneleje. Jeg kan hænge fast i en gentagelses-cyklus. Jeg kan løbe væk og gemme mig eller prøve at flygte - især hvis jeg føler mig meget truet og bange.

Du kan hjælpe mig ved at:

Give mig en 'tryghedszone' - et stille, kendt, privat sted, som jeg kan trække mig tilbage til, især hvis jeg bliver meget oprevet. Du kan også stryge mig forsigtigt over ryggen eller kilde mig blidt.



ALT OM MIG

Mit navn er _____.

Jeg har autisme.

De vigtigste ting, der er at sige om mig, er:

Jeg er god til:

Jeg kan godt lide:

Jeg kan ikke lide:

Jeg behøver hjælp til:

Du kan hjælpe mig ved at:

Ting, der kan gøre mig oprevet, er:

Når jeg bliver oprevet, vil jeg:

Du kan hjælpe mig ved at:

ALT OM MIG

Mit navn er Tom

Jeg har autisme.



De vigtigste ting, der er at sige om mig, er:

Jeg har en fin humor, og jeg kan virkelig godt lide at hjælpe andre. Somme tider kan det være svært for mig at opføre mig på en god måde, men jeg anstrenger mig meget for at blive bedre til det.

Jeg er god til:

Matematik, fodbold, at bruge computeren, at få folk til at le.

Jeg kan godt lide:

Sport, dinosaurer, matematik, Minecraft.

Jeg kan ikke lide:

Høje lyde, at folk sidder for tæt på mig, at skrive, sørgelig musik.

Jeg behøver hjælp til:

- At tolke mine venners tanker og følelser, især på legepladsen.
- At skrive historier.

Du kan hjælpe mig ved at:

- Forklare mig, hvad der sker i sociale sammenhænge, når der opstår en situation.
- Gennemgå nogle ideer med mig, før jeg begynder at skrive.

Ting, der kan gøre mig oprevet, er:

- Ændringer i mine rutiner.
- Når jeg ikke forstår, hvad det er, jeg skal.
- Store menneskemængder og høje lyde.
- Hvis folk ikke følger reglerne.

Når jeg bliver oprevet, vil jeg:

- Jeg vil hæve stemmen og råbe.
- Løbe omkring i lokalet.
- Lange ud efter folk, som står tæt på mig.
- Ødelægge mit arbejde.

Du kan hjælpe mig ved at:

- Føre mig hen til et stille sted, som jeg kan trække mig tilbage til, så jeg kan falde lidt til ro.