



Tillgänglig lärmiljö för vuxna med autism

Utgivna skrifter i denna serie:

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med funktionsnedsättning – övergripande information. Artikelnummer: 01032

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med adhd. Artikelnummer: 01034

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med autism. Artikelnummer: 01036

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med dyslexi och eller läs- och skrivsvårigheter. Artikelnummer: 01038

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med psykisk ohälsa. Artikelnummer: 01040

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

Den här skriften gavs ut första gången 2008 med titeln *Att göra studiesituationen tillgänglig för vuxna med autismspektrumtillstånd*. Den har omarbetats och uppdaterats några gånger sedan dess. Texterna har tagits fram med hjälp av sakkunniga inom och utanför Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM, och representanter för berörda intresseorganisationer har lämnat synpunkter, men SPSM står som ensam ansvarig för innehållet.

Citaten i skriften kommer ifrån intervjuer med vuxenstuderande med autism.

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med autism

© 2023, Specialpedagogiska skolmyndigheten

Ansvarig på Specialpedagogiska skolmyndigheten (SPSM): Aya Stehager

Manusarbete: Anette Wiklund, Eva-Lisa Andersson, Aya Stehager

Omslagsillustration: Familjen STHLM AB

Formgivning och illustrationer: SPSM

ISBN: 978-91-28-01036-8

Artikelnummer: 01036

Publikationen kan hämtas som pdf-dokument på
Specialpedagogiska skolmyndighetens webbplats www.spsm.se

Innehåll

Förord	4
Studiepaket vuxen	5
Kravet på tillgänglighet gäller alla utbildningar	6
Om autism	7
Kartläggning av stödbehov	10
Exempel på pedagogiskt stöd	12
Underlag för samtal om pedagogiskt stöd	15
Individuellt stöd utifrån behov	17
Forskningsutblick	19
Vill du veta mer?	21

Förord

För att kunna erbjuda alla studerande goda villkor för lärande krävs kunskap. Den här skriften bidrar med information om pedagogiskt stöd till studerande med autism. Skriften ger också exempel ifrån en stödverksamhet på en vuxenutbildning som berättar om sina erfarenheter.

Som titeln anger handlar det om att göra lärmiljöerna tillgängliga för de studerande. Begreppet lärmiljö står för alla de miljöer som den studerande möter i sin utbildning: lektioner, raster, arbetsplatsförlagt lärande (apl), praktik, studiebesök och andra inslag.

Den här skriften ingår i Studiepaketet vuxen, se sidan 5. Skriften *Tillgänglig lärmiljö för vuxna med funktionsnedsättning – övergripande information* utgör grunden i studiepaketet. Den tar upp basen i arbetet för en likvärdig utbildning: tillgänglighet, delaktighet, inkludering och ett interkultu-

rellt perspektiv. Det är bra att ta del av den innan eller samtidigt som man läser den här skriften. De andra skrifterna i serien beskriver specifika stödinsatser för vuxenstuderande med adhd, dyslexi och eller läs- och skrivsvårigheter, psykisk ohälsa och intellektuell funktionsnedsättning.

Den här skriften vänder sig till anordnare av utbildning för vuxna, skolledare, lärare, studie- och yrkesvägledare, förtroendevalda och andra som ska utforma en tillgänglig lärmiljö. Skriften kan också vara relevant för vuxenstuderande och mentorer. Förhoppningen är att fler vuxna med autism får möjlighet att studera och utbilda sig utifrån sina intressen och förutsättningar.

Anna Sjölander

Chef Fortbildningsenheten

Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM

Studiepaket vuxen

Studiepaket vuxen är ett webbaserat studiepaket med filmer och reflektionsuppgifter som kompletterar skrifterna i den här serien. Allt material finns på www.spsm.se/studiepaket-vuxen.

Studiepaket vuxen är framtaget för kollegialt lärande i arbetslag och personalgrupper men det går också att använda materialet på egen hand. Upplägget bygges på två steg:

- Först ska var och en läsa den aktuella skriften, titta på filmerna och skriva ned sina reflektioner utifrån frågeställningarna på webbplatsen.

- Därefter träffas ni i grupp för att dela med er av era reflektioner och erfarenheter. Till träffen finns en film som visar exempel på hur man kan skapa tillgängliga lärmiljöer i vuxenutbildningen.

I studiepaketet finns rekommendationer för planering och genomförande. Det finns också förslag på fördjupning och länkar till intresseorganisationer och andra aktörer

Specialpedagogiska skolmyndighetens stöd

Du är välkommen att ta kontakt med oss på Specialpedagogiska skolmyndigheten när du vill utveckla lärmiljöer som är tillgängliga för alla. Vi erbjuder specialpedagogiskt stöd till vuxenutbildningen, svarar på frågor och erbjuder kompetensutveckling.

Vår myndighet är en samarbetspartner som bidrar med kunskap och kompetens till skolverksamheter i hela landet.

Utgångspunkten är att alla vuxenstuderande ska få en lärmiljö som ger bästa möjliga förutsättningar för lärande, oavsett funktionsförmåga. Vår specialpedagogiska rådgivning sker i en dialog där du får konsultativt stöd i att utveckla kunskap och kompetens när det gäller exempelvis lärmiljön eller det pedagogiska arbetet. Läs mer och skicka in ansökan på <https://www.spsm.se/stod/>

”Lärarna på högstadiet tog inte hänsyn till mina behov. De förstod inte. Alla skulle göra likadant och de suckade när jag inte klarade av det.”

Kravet på tillgänglighet gäller alla utbildningar

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.

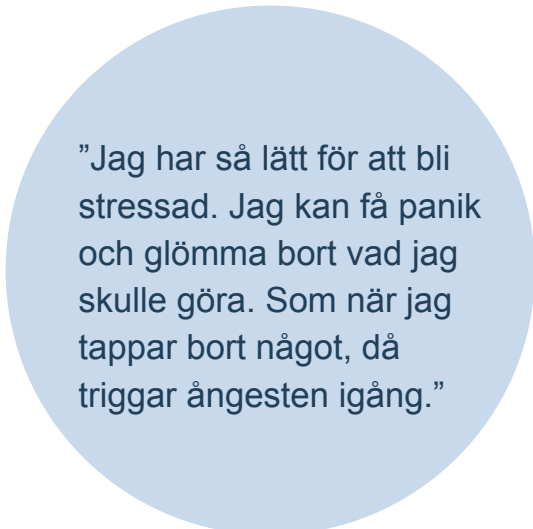
Tillgänglighet är en rättighet

Att utbilda sig som vuxen kan handla om att komplettera tidigare utbildning, fördjupa intressen eller att lära sig ett nytt yrke. Utbildningsanordnare har skyldighet att göra sina utbildningar tillgängliga för personer med funktionsnedsättning, alltså bland annat personer med autism. 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.



”Jag har så lätt för att bli stressad. Jag kan få panik och glömma bort vad jag skulle göra. Som när jag tappar bort något, då triggas ångesten igång.”

Om autism

Autism är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. Tidigare försökte forskare avgränsa och särskilja olika autistiska tillstånd ifrån varandra. Det gav upphov till en rad specifika diagnoser som Aspergers syndrom, atypisk autism, autismliknande tillstånd och autistiskt syndrom. Men det har visat sig vara omöjligt att dra skarpa gränser mellan diagnoserna. Många forskare och läkare talar därför om autism som ett spektrum. Därför används ofta ordet autismspektrumtillstånd, som förkortas till AST eller ASD efter den engelska benämningen.

Gemensamt för alla med autism är att hjärnan fungerar 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.

Varje studerande behöver bli bemött med respekt och förståelse. Den som har kunskap om funktionsnedsättningar och dess konsekvenser kan ha lättare att ge ett gott bemötande. Skolledning, lärare och stödpersoner behöver därför ha fördjupade kunskaper om autism. Även annan personal och studiekamrater kan behöva få information. Det går att prata om att alla har olika behov och förutsättningar, även om den studerande inte vill berätta öppet om sin situation.

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 arbetsterapeuter eller kuratorer. 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. En diagnos kan ges när ett antal diagnoskriterier är uppfyllda. En diagnos är aldrig ett facit för hur någon är eller för vilket stöd som personen behöver. Alla personer med autism är olika 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.

De nationella riktlinjerna för vård och stöd vid adhd och autism poängterar att en stödjande omgivning och tidiga insatser kan minska svårigheterna. Rätt insatser kan förebygga allvarliga konsekvenser av adhd och autism, till exempel depression, skolfrånvaro, alkohol- och narkotikaproblem och fysiska sjukdomar. Därför är det viktigt att ge insatser så snart som möjligt vid misstänkt adhd, autism eller andra neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (Socialstyrelsen, 2022).

Exekutiva funktioner

Vid autism är hjärnans exekutiva funktioner ofta påverkade. Exekutiva funktioner är ett paraplybegrepp för flera kognitiva processer eller 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. Ibland beskriver man det som att de exekutiva funktionerna fungerar som hjärnans dirigent.

Dessa funktioner kan kategoriseras på olika sätt men de som oftast nämns är

- uppmärksamhet
- impulskontroll
- planering och organisering
- mental flexibilitet
- arbetsminne
- förmågan att initiera och genomföra aktiviteter.

Planering och flexibilitet

För personer med autism 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 har svårt att automatisera och kan därför behöva lägga mycket energi på enkla aktiviteter som att borsta tänderna eller gå i trappor.

Ojämn begåvningsprofil

Personer med autism har ofta ojämn begåvningsprofil. Det betyder att en person har starka och välfungerande sidor samtidigt som det kan finnas stora svårigheter inom andra områden. Det kan leda till att lärare ställer för höga krav inom vissa områden och samtidigt för låga krav inom andra. Lärare behöver utgå ifrån den studerandes behov av stöd och ge rätt förutsättningar för lärande genom ledning och stimulans.


Socialt samspel

En del personer med autism säger sig sakna social initiativkraft och de 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 på ett

formellt sätt. De flesta uppskattar social samvaro i någon form men upplever ofta att umgänge med andra människor tar mycket energi. Bristande förmåga att tolka ansiktsuttryck, tonfall, kroppsspråk och att föreställa sig vad andra tänker, kan göra kommunikationen energikrävande. Det är också vanligt att personer med autism har svårare att förstå oskrivna sociala regler, som att veta när det är dags att släppa in andra i samtalet eller veta vad som passar att säga eller göra i en viss situation. En del personer 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 de behöver använda all sin energi för att processa den information som ges och inte orkar ha ögonkontakt. Lärare och annan skolpersonal kan ställa direkta frågor för att ta reda på om eleven är delaktig i samtalet.

Skiftande språkförståelse

En del personer med autism har en språklig begåvning med ett stort ordförråd, intresse för ordlekar och avancerat bruk av metaforer. Andra kan tolka språket bokstavligt och ha svårt att förstå abstrakta uttryck, ordvitsar, ironi eller ord som har dubbla betydelser. Vissa säger att de tänker i bilder snarare än i ord.



”Om det finns en klocka i rummet hör jag varje tick och stirrar på den där visaren som rör sig. Den stjäl hela min uppmärksamhet.”

Detaljfokuserad tankestil

Många personer med autism är mycket bra på att observera och memorera 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 ändras, till exempel en förändring i schemat.

Gott minne

Det är vanligt att personer med autism har bra minne inom områden som de tycker är intressanta. En del kan ha djupa 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 autism har svag tidsuppfattning och kan därför komma för sent eller för tidigt till en avtalad tid. En del har svårt att avgöra hur lång tid en aktivitet tar och vet inte när de ska ta sig från plats A till B för att hinna dit i lagom tid. Funktionsnedsättningen kan även innebära en nedsatt förmåga att orientera sig och att hitta på nya och okända platser.

Svaga och starka sinnesintryck

Personer med autism 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 som flimrar, lukter eller färger som upplevs påträngande vara energikrävande att ha i omgivningen. 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 autism berättar att de upplever det som att signalerna från hjärnan till kroppen är lite fördröjda. Det kan leda till svårigheter med motorik och balans.

Energikrävande vardag

För en person med autism kan varje dag vara mycket energikrävande. Att umgås och försöka begripa sig på socialt samspel kan ta kraft. Påträngande sinnesintryck är tröttande och när automatiseringen brister kräver också varje handling uppmärksamhet. För en person med autism skulle det till exempel kunna vara oerhört ansträngande att bädda sängen, eftersom inget går automatiskt, och då väljer personen kanske att bädda enbart på helgerna. Det handlar inte om lathet utan om att prioritera hur energin används. Även det detaljfokuserade tankesättet tar kraft. Många personer med autism är dessutom mycket noggranna, ihärdiga och kan bli uppslukade av en uppgift så till den grad att de glömmer att ta pauser och därför blir uttröttade. Det är också vanligt med sömnsvårigheter. Sammantaget gör detta att många behöver mycket tid för vila och återhämtning.

Tillsammans med andra diagnoser

Det är vanligt att en person med autism även har andra medicinska, utvecklingsrelaterade eller psykiatriska diagnoser. Läs mer om stödinsatser vid adhd, intellektuell funktionsnedsättning och psykisk ohälsa i andra skrifter i den här skriftserien. Du hittar dem i Specialpedagogiska skolmyndighetens butik: www.spsm.se/webbutik.

Kartläggning av stödbehov

Många utbildningsanordnare gör kartläggningar av den studerandes ämneskunskaper. Sådana kartläggningar visar 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 även göra en pedagogisk kartläggning. Den kan ta utgångspunkt i den studerandes tidigare erfarenheter från skolgång 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 dessa fall får någon från utbildningen informera. Använd gärna underlaget för samtal om pedagogiskt stöd som finns på sidorna 15–16. Det är viktigt att den studerande är delaktig i besluten om vilka stödinsatser som ska sättas in. Personen bör sedan få prova olika stöd och utvärdera efter hand. Eftersom situationen kan förändras behöver dialogen om hur stödet fungerar följas upp regelbundet med den studerande.

Tydlig ansvarsfördelning

Utbildningsanordnaren har ansvar för att se till att alla medarbetare på skolan har kunskap om autism så att de kan ge varje studerande stöd och ett gott bemötande.

Det är framgångsrikt att jobba systematiskt och att en medarbetare, inte flera, ansvarar för kartläggning och uppföljning av det stöd som den studerande får i lärsituationen. 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.

När lärare och annan personal har kunskap om elevernas behov av stöd är det lättare att utforma undervisningen efter behoven och ge ett gott bemötande. Därför är det bra om lärare, och andra som träffar den studerande ofta, får ta del av den pedagogiska kartläggningen. Det är förstås viktigt att den studerande får godkänna vilka som ska få den här informationen.

Förbereda och genomföra möten

Samtal om stödinsatser behöver ske på den studerandes villkor. Inför ett möte är det bra att diskutera olika önskemål:

- Går det bra att träffa flera personer samtidigt, eller är det bättre att träffa en person i taget?
- Vill du ha med någon som stöd?
- Vill du bli påmind om mötet? I så fall på vilket sätt?

Ta också reda på om den studerande behöver veta:

- resvägen för att ta sig till mötet
- hur lokalerna ser ut
- hur länge mötet ska pågå.

När alla är på plats är det bra att klargöra tillsammans varför man har mötet och vad man vill uppnå. Bestäm gemensamt vad som är viktigast att

hinna med. En del studerande behöver stöd i att formulera och avgränsa de frågor som de vill prata om. Redan inledningsvis kan man boka tid för fler möten om man 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. Sätt upp delmål tillsammans.

En del kan uppleva en sådan stress under möten att de glömmer vad som har sagts. Därför är det bra om någon skriver upp eller spelar in det som sägs. Som avslutning kan det också vara bra att sammanfatta mötet så att det blir klart att man uppfattat allt på samma sätt.

”Det fungerar bäst när jag får ta en sak i taget, som ett räknesätt i taget, och sedan har prov på den biten. Annars drunknar jag i alla moment.”

”När flera personer pratar huller om buller har jag svårt att ta till mig det som sägs.”

”Det kan ta stopp om jag måste prestera snabbt. Jag drar ned ridån och slutar svara och bara stirrar rakt fram. För mig är det ett sätt att fly.”

Exempel på pedagogiskt stöd

Pedagogiskt stöd förbättrar förutsättningarna för lärande och ökar den studerandes självständighet. Den bästa informationen om vad en person behöver för stöd får man i samtal med den studerande själv.

Planeringsstöd

Många personer med autism har svårt att prestera om det blir plötsliga förändringar i lärmiljön, detta tar mycket energi och skapar stress. Därför kan läraren bidra med att skapa och tillämpa 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 påminna sig vid behov. 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 bör uppgiften påbörjas?
- Hur kan uppgiften fördelas över flera arbetspass?
- När ska uppgiften vara klar?

Tids- och minnesstöd

Att sätta ut klockslag på veckoschemat och att gå igenom hålltiderna vid lektionsstarten underlättar för många. En del studerande har också nytta av tidshjälpmiddel som räknar ned och visar hur mycket tid det är kvar av lektionen eller rasten.

För andra kan sådant skapa stress. Några behöver 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 eller ger den studerande stöd i att använda mobiltelefonens funktioner för kalender och larm.

Tydliggörande pedagogik

Många studerande behöver stöd för att skapa struktur i studierna. Läraren kan ge sådant stöd genom att förklara exakt vad som ska göras på ett systematiskt sätt. Presentera uppgifter utifrån följande didaktiska grundfrågor för att skapa 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 i grupp, med vilka?
- 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?

Visuellt stöd

Det är bra att komplettera muntliga instruktioner med skriftliga instruktioner och annat visuellt stöd. Exempel på visuellt stöd är tidslinjer eller diagram. Du kan också 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.

När du vill förtydliga kommunikation om exempelvis mellanmänniska relationer eller socialt samspel kan du rita enkla teckningar med hjälp av streckgubbar.

Språkbruk

Lärare kan skapa en tillgänglig lärmiljö genom att använda ett tydligt och konkret språk, till exempel genom att undvika omskrivningar och liknelser. Att uppmana någon att " hitta en lagom nivå på studierna" är precist. Det är bättre att säga exakt vad den studerande ska göra. För en person som tolkar språket bokstavligt kan det vara förvirrande att få instruktionen att "hoppa över" ett kapitel i boken, säg istället vilka sidor som alla ska läsa. Det är också otydligt att säga att "ni ska snart ha prov". Det är bättre att säga när provet ska äga rum.

Anteckningsstöd

Många studerande har svårt att lyssna och anteckna samtidigt. Därför är det bra att använda digitala presentationer i undervisningen som de studerande kan ta del av, gärna i förväg.

När man skriver eller ritar på tavlan behöver man avsätta tid för att de studerande ska hinna skriva av, eller fotografera av, det som står där. Ett alternativ är att ordna så att någon kurskamrat fungerar som anteckningsstöd. De studerande kan också få tillstånd spela in föreläsningar eller lektioner. Mobiltelefonens och plattans inspelningsfunktion gör det enkelt att tala in minnesanteckningar. I flera appar finns möjlighet att spela in ljud och samtidigt lägga till egna anteckningar som bokmärken.

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 visuella intryck. Det är också bra om det finns möjlighet att med möbler eller på annat sätt ordna avskärmade studieplatser. Brusreducerande hörlurar med eller utan musik kan utestänga störande ljud.

Möjlighet till vila och extra tid

Det är vanligt att studerande med autism behöver tillgång till en bestämd plats att gå till för återhämtning och vila. En del kan också behöva längre tid för att komma igång med uppgifter, tolka budskap i resonering 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 nödvändig 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 föredrar att studera i grupp för att ha några att resonera och byta tankar med. Det kan vara svårt med självstudier som kräver att man ska komma igång och genomföra uppgiften på egen hand. För andra är grupparbeten så tröttande att det kan vara bättre att samarbeta med en annan studerande eller studera enskilt.

Stödperson


En stödperson kallas ibland mentor eller kontaktperson. En lärare eller annan person på utbildningen kan ta den rollen. Stödpersonen 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 de kan ha svårt att upprätta dessa på egen hand. Det kan också vara mycket energi-krävande 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 orientera sig i lokalerna. För att kunna ge ett bra stöd behöver stödpersonen vara en intresserad medmänniska och ha relevanta kunskaper om autism.

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 autism har svårt att göra flera saker samtidigt. 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 kan ha svårt att avbryta aktiviteter, exempelvis för att komma i säng i tid.



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

Stöd ur ett interkulturellt perspektiv

Drygt två miljoner, eller 20 procent, av Sveriges befolkning är födda utomlands, enligt Statistiska Centralbyrån 2021. De flesta har kommit till Sverige i vuxen ålder. Många söker till utbildningar för att lära sig svenska och komplettera tidigare studier. Enligt Skolverket är nio av tio studerande i kommunal vuxenutbildning på grundläggande nivå födda utomlands. Andelen utlandsfödda ökar även inom högre utbildning och på yrkesförberedande utbildningar. Anordnare av vuxenutbildning möter därmed studerande från hela världen i undervisningen. Därför behöver lärare och andra medarbetare ha ett interkulturellt perspektiv. Det bygger på självreflektion och på att man är medveten om sina egna normer, förutfattade meningar, kunskaper och vanor. Perspektivet bygger också på ett intresse för andras erfarenheter. Ett interkulturellt perspektiv är avgörande för att kunna ge utrikes födda studerande ett kvalitativt pedagogiskt stöd.

Om utrikes födda studerande riskerar att inte nå målen för sina studier kan det uppstå många frågor. Hur möter lärmiljön de studerandes behov idag? Hur kan lärmiljön utvecklas vidare? Beror svårigheterna på bristande studieteknik, pågående andraspråksinlärning, att personen är ny i det svenska skolsystemet? Eller handlar det om konsekvenserna av en funktionsnedsättning eller av psykisk ohälsa? Lösningarna ligger i att samtala med den studerande om studiesituationen och i att prova sig fram och systematiskt utvärdera hur undervisningen fungerar. Läs mer om stöd ur ett interkulturellt perspektiv i den övergripande skriften i serien, *Tillgänglig lärmiljö för vuxna med funktionsnedsättning*.

Underlag för samtal om pedagogiskt stöd

Beskrivningar av funktionsnedsättningar och diagnoser tar ofta fasta på de begränsningar som dessa kan medföra. Men i mötet med den studerande är det viktigare att prata om det som fungerar och utgå ifrån förmågor och styrkor. Ta reda på vilket stöd som passar den enskilda personen genom att prata om när det fungerar som bäst.

För att få igång ett sådant samtal kan listan intill vara till hjälp. Den ska inte användas som en enkät som den studerande fyller i och sedan

lämnar in. Istället är den tänkt som ett diskussionsunderlag för att hitta de bästa lösningarna för att göra lärmiljön tillgänglig. Ibland kan det vara motsatsen till ett påstående, eller något annat, som gäller. Om det blir många kryss i listan kan man göra en prioritetsordning över de tre viktigaste punkterna.

Ha i åtanke att samtal om pedagogiskt stöd bör präglas av omsorg, medkänsla och respekt för individen.

”När jag inte får hjälp direkt blir jag okoncentrerad och kommer bort från ämnet. Då börjar jag rita eller dagdrömma istället.”

”Jag behöver fasta tider för avstämningar, helst flera gånger varje vecka. Lärarna har svårt att förstå det fast jag har berättat om mina behov.”

Mina önskemål

Namn: _____

- 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. Stöd för att veta hur jag ska göra uppgiften, med vem, hur länge 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. Stöd i att använda kalenderfunktioner och larm i mobilen.
- Anteckningsstöd på lektioner och möten.
- Både muntlig och skriftlig information.
- Tydliga instruktioner. Säg vad ni menar på ett tydligt och konkret sätt. Undvik liknelser.
- 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 trött.
- Tillgång till enskild arbetsplats.
- Tydliga skyltar och gärna foton på personalen utanför deras rum.
- I möjligaste mån undvika rum med fläktar, störande ljud eller flimrande starka lysrör.
- Öronproppar eller hörlurar för att avskärma auditiva intryck.
- Keps för att avskärma visuella intryck.
- Koncentrationsstöd. Jag kan koncentrera mig bättre om jag får göra något med händerna medan jag lyssnar.
- Hjälpt att hitta sysselsättning på raster och lektionsfri tid.
- Uppdaterad information på utbildningens webbplats och lärplattformar.

Annat som är viktigt för mig:

Underlaget är fritt att kopiera.

Individuellt stöd utifrån behov

Vuxenutbildningen på Gotland ger stöd till studerande i verksamheten Vuxstödet. Där arbetar specialläraren Maria Ohlén och hennes kollegor samt kurator Ulla Maija Madison. Flera av de studerande som kommer till Vuxstödet har autism eller andra neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Den kommunala vuxenutbildningen på Gotland har cirka 2 500 elever. De läser kurser på grundläggande nivå, gymnasial nivå, yrkesutbildningar eller svenska för invandrare. Stödverksamheten har utvecklats i flera omgångar. I många år fanns den öppna verksamheten Studieteket, där de studerande kunde sitta och plugga med tillgång till en lärare. Efter det har verksamheten utökats till att bli Vuxstödet.

Stöd utifrån behov

Biträdande rektor Magnus Thorell är ansvarig för Vuxstödet, där fyra pedagoger och en kurator arbetar. Han ser att det finns stora möjligheter men också utmaningar i en verksamhet som kräver flexibilitet och anpassningar. Genom ett stöttande arbetssätt är målet att eleverna ska bli självständiga i sitt lärande. Alla elever har en individuell planering.

– Idag har vi drygt 100 elever som kommer till Vuxstödet. De kan studera och få individuell handledning av lärare i olika ämnen här. Vi har kvällsöppet på måndagar och onsdagar till klockan 19.00, vilket många uppskattar. Målet är att se till att de elever som bäst behöver stöd får det utifrån sina förutsättningar, behov och önskemål, berättar han.

Det finns inga krav på diagnos för att få stöd men den studerande måste ha specifika svårigheter med till exempel läsförståelse, skrivande, koncentration, motivation eller planering. Vissa elever har handledning en timme i veckan och andra har upp till tio timmar beroende på behov och ämne.

Vuxstödet finns för alla elever som behöver individuellt stöd för hela eller delar av sin utbildning, oavsett om de går i den kommunala vuxenutbildningen eller hos externa utbildningsanordnare.

– Det är viktigt att poängtera att alla som är i behov av stöd erbjuds detta och inte bara de som riskerar att inte nå godkänt betyg. Många av de elever vi möter har neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och eller psykisk ohälsa. De kan vara studieovana eller ha haft problematisk skolfrånvaro.

Anpassningar i undervisningen

På Vuxenutbildningen på Gotland ser man att anpassningar i undervisningen gör att fler elever lyckas. Det kan till exempel vara en lugn miljö, tydliga instruktioner och hjälp med studieteknik och struktur och planering av studierna.

– Studiemiljön ska vara god och på så sätt leda fram till ett bättre studieresultat för eleverna. Anpassningarna måste utgå ifrån personens verkliga behov för att de ska bli självständiga och kunna slutföra sina studier, poängterar kurator Ulla Maija Madison.

Snabbt agerande och uppsökande verksamhet

Vuxstödet har ett nära samarbete med de ordinarie lärarna. Om de upptäcker att en elev behöver extra stöd erbjuder de eleven ett besök på Vuxstödet.

– Det är angeläget att agera snabbt eftersom merparten av de som behöver stöd har låg själv-

känsla och när de väl har vågat be om hjälp måste vi agera. De elever som tidigare har misslyckats med sina studier har ofta inte så lång uthållighet utan riskerar avbryta studierna om de inte får stöd snabbt, berättar Maria Ohlén.

– Jag besöker grupper och berättar om vilket stöd man kan få. På så sätt blir jag en igenkänd

person och det blir lättare för både elever och personal att ta kontakt. Genom det här förebyggande och uppsökande arbetet ser jag att kunskapen att möta elever med autism och andra neuropsykiatriska funktionsnedsättningar har ökat i hela personalgruppen, avslutar Ulla Maija Madison.

”Jag har musik i lurarna för att stänga ute störande ljud. Helst ska rummet ha ett behagligt, lite dämpat ljus. Skarpt ljus kan vara obehagligt för mig.”

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

”Det är bra att veta att jag har två timmar istället för en timme på mig för att skriva ett prov. Jag klarar det ofta på en timme, men jag slipper stressen.”

Forskningsutblick

Folkhögskolan som stödjande miljö för deltagare med högfungerande autism

Forskare vid Högskolan i Jönköping har undersökt hur folkhögskolan kan fungera som en stödjande miljö för deltagare med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, främst högfungerande autism. Studien är gjord utifrån deltagarnas, personalens och rektorernas perspektiv.

Folkhögskolan har visat sig vara stödjande eftersom den:

- skapar en trygg och omtänksam miljö,
- sätter den enskilda deltagaren i centrum och
- bygger på tydliga strukturer.

Att enbart fokusera på klassrummet och kursinnehållet är för snävt för individer med högfungerande autism. Det är därför viktigt att undersöka relationerna mellan olika personalkategorier och hur de tillsammans kan ge deltagarna bästa möjliga förutsättningar för lärande.

Det här handlar forskningen om

Forskning har visat att personer med högfungerande autism generellt sett har svårare att klara av skolan på grund av bristande anpassningar, mobbning och social utsatthet. Det sker trots att Sverige liksom många andra länder under lång tid har inspirerats av Unescos ambition om en "Utbildning för alla". Den bygger på idén om integrering och inkludering, där alla elever så långt det är möjligt ska lära sig tillsammans i gemensamma lärmiljöer. Idén om integrering och inkludering är ofta koncentrerad till rent geografiska aspekter som att dela klassrum med andra. Mindre uppmärksamhet ägnas åt individers känsla av att vara

integrerad och eller inkluderad. Därför har bland andra SPSM efterlyst kvalitativ forskning med deltagarperspektiv rörande elever med funktionsnedsättning och deras egna erfarenheter av olika utbildningsformer.

Så här gjorde forskarna

Ett trettiotal folkhögskolor som erbjuder utbildningar för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar kontaktades och nitton rektorer valde att medverka. Ett tjugotal intervjuer genomfördes med deltagare på tre folkhögskolor som har specifika kurser för deltagare med autism. Frågorna handlade om deras relationer med lärare och andra deltagare, om undervisning och lärande samt om att bo själv på skolan. Personalens perspektiv undersöktes genom fokusgruppsintervjuer med lärare och socialpedagoger utifrån frågor om anpassningar och stöd under och utanför lektionerna.

Det här kom forskarna fram till

Folkhögskolorna framstår i studien som en stödjande och inkluderande miljö för deltagare med högfungerande autism. Det visar sig framförallt genom deltagarnas erfarenheter men också genom personalens och rektorernas berättelser. De kurser som har studerats är alla icke-integrerade och kan

betraktas som exkluderade utifrån Unescos definition av inkludering. Många deltagare hade tidigare erfarenhet av geografiskt inkluderad utbildning där de ofta möttes av intolerans, bristande förståelse och social utslagning. I folkhögskolan var de inte integrerade och praktiskt inkluderade i ordinarie klasser. Däremot deltog de regelbundet som en del av utbildningen i aktiviteter med deltagare från andra klasser på folkhögskolan utanför lektionstid, som lunch eller olika kulturevenemang. Det verkar finnas en medvetenhet hos folkhögskolorna om att subjektiv social inkludering kan skapas och eller upplevas, trots geografisk och praktisk klassrumsrelaterad exkludering. Denna studie bidrar på så vis med kunskap om hur subjektiv social delaktighet kan uttryckas och förstås i praktiken.

Så kan du förstå och använda forskningen

Med hjälp intervjuresultaten drar forskarna slutsatsen att det krävs en förståelse för individernas fullständiga sammanhang och livsförhållanden för att uppnå subjektiv social inkludering för människor med högfungerande autism. Deltagarna var nöjda med sina studier på folkhögskolan, som var fria från social exkludering. Rektorerna betonade att fokus inte ska läggas på diagnosen utan snarare på individen – att ägna uppmärksamhet åt varje individ för att komma till en förståelse för vad som fungerar för var och en. Deltagarna, personalen och rektorerna var alla överens om vikten av tydliga strukturer och individuella anpassningar. Forskarna kunde se en viss skillnad mellan hur deltagarna såg på socialpedagogen som nyckeln till en fungerande vardag och skolgången, medan personalen och rektorerna betonade behovet av specialpedagoger. Oavsett vilka yrkeskategorier som är involverade, är det viktigt att inte skapa hierarkier eller att skjuta över ansvarsfördelningen. Istället behöver de relationer som finns mellan olika yrkeskategorier vårdas, i syfte att tillsammans skapa bästa möjliga förutsättningar för lärande.

Hedegaard, J., Hugo, M. & Bjursell, C. (2021). Folk High School as a supportive environment for participants with high-functioning autism. *Andragoška spoznanja/ Studies in Adult Education and Learning* 27, 15–32.

”Jag känner mig ofta alldeles vanlig och uppfattas också så av många, men ibland kan jag fungera annorlunda.”

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

Vill du veta mer?

Lästips

- Engborg, A. (2020). *Att undervisa vuxna: språk- och kunskapsutvecklande arbetsätt*. Gothia fortbildning.
- 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 psykossjukdomar, deras anhöriga och personal*. Pavus Utbildning.
- Gillberg, C. (2011). *Barn, ungdomar och vuxna med Asperger syndrom – normala, geniala, nördar?* Studentlitteratur.
- Karlsson, A., Edfelt, D., Lindgren, A. & Henrikson, L.W. (2021). *Tydliggörande pedagogik i vuxenutbildning: ett specialpedagogiskt perspektiv*. Natur och Kultur.
- 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.
- Socialstyrelsen. (2022). *Nationella riktlinjer för vård och stöd vid adhd och autism – Prioriteringsstöd till beslutsfattare och chefer 2022*.
- Specialpedagogiska skolmyndigheten. (2012). *Möjligheter till högre studier – för studenter med psykisk eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, En guide*.
- Specialpedagogiska skolmyndigheten och Stockholms universitet (2019). *Mentorshandboken – för mentorer som stödjer studenter i högre utbildning*.
- Oritz, L & Sjölund, A. (2015). *Motiverande samtal vid autism och ADHD*. Natur och kultur.
- Tilli, P. (2015). *Att vara vuxen med Aspergers syndrom – om identitet, relationer och vardagen*. Gothia.

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 kompetensutveckling. Vi driver också specialskolor, fördelar statsbidrag och utvecklar läromedel. Välkommen till Sveriges expertmyndighet inom specialpedagogik.

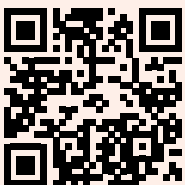
Tillgänglig lärmiljö för vuxna med autism

För att kunna erbjuda alla studerande goda villkor för lärande krävs kunskap. Här får du information om pedagogiskt stöd till vuxna med autism. Du hittar också exempel från vuxenutbildningar och underlag för samtal om stöd med den studerande.

Skriften vänder sig till anordnare av utbildning för vuxna, skolledare, lärare, studie- och yrkesvägledare och andra som är intresserade av att utforma tillgängliga lärmiljöer. Delar av innehållet kan vara relevant för den som själv studerar som vuxen.

Skriften ingår i Studiepaket vuxen där det även finns skrifter om stödinsatser för vuxna med adhd, dyslexi och eller läs- och skrivsvårigheter, psykisk ohälsa och intellektuell funktionsnedsättning.

Skriften *Tillgänglig lärmiljö för vuxna med funktionsnedsättning – övergripande information* utgör grunden i studiepaketet. Den tar upp tillgänglighet, delaktighet, inkludering och ett interkulturellt perspektiv. Tanken är att den ska läsas innan eller samtidigt med denna skrift. På Specialpedagogiska skolmyndighetens webbplats finns filmer, skrivuppgifter, reflektionsfrågor och förslag på fördjupning till varje skrift.



www.spsm.se/studiepaket-vuxen

Tillgänglig lärmiljö för vuxna med autism

ISBN: 978-91-28-01036-8

Artikelnummer: 01036

