

Modul 4

At skabe et sikkert og inkluderende miljø



1. **1. Forstå**, at mennesker med autismespektrumforstyrrelser (ASF) kan se verden anderledes end andre.
2. **2. Lære**, hvordan man opbygger et miljø, der er autismevenligt.
3. **3. Identificere** unge med ASF's behov for at føle sig godt tilpas og inkluderet.
4. **4. Skelne** mellem de negative effekter af sensoriske forskelle.
5. **5. Vedtage** generelle spørgsmål, som vi kan stille os selv om, hvordan man skaber et fysisk miljø, der reducerer angst.



Hvordan definerer du inklusion?



Source: Inclusion & Inclusiveness. (2021, October 28). Edi Toolkit. <https://www.edi-toolkit.org/governance/check-out-some-basic-definitions/inclusion-inclusiveness/>

Hvordan definerer du begrebet "sikkert miljø"?



Source: <https://inclusiveschools.org/a-safe-caring-school-environment/>

Individualiseret støtte er nøglen

Alle er forskellige, så en strategi, der virker for én person, virker ikke nødvendigvis på samme måde for en anden. Det er derfor, det kaldes "**Individualiseret støtte**". Når man overvejer strategier, er det vigtigt at huske, at mange mennesker med autisme er :

▶ Visuelt lærende

- ▶ 'Visuel information varer længere og er mere konkret end talt og hørt information'.



▶ Bogstavelige tænkere



"Bogstaveligt" betyder præcis det, der bliver sagt - den overfladiske mening. Mennesker med autisme har en tendens til at reagere godt, når forventninger eller instruktioner er eksplicit angivet. **Figurativ** er, når folk bruger sproget til at skabe yderligere eller skjulte betydninger - den dybere mening. Mennesker med autisme har ofte svært ved at forstå talemåder og "læse mellem linjerne" eller finde de "skjulte regler" i sociale situationer.

Source: Autism Support Strategies. (2022, January 28). Autism Association of Western Australia. <https://www.autism.org.au/what-is-autism/autism-support-strategies/>

Hvad er miljømæssig støtte?

*"Miljøstøtte" er et generelt udtryk, der bruges til at **definere den systematiske brug af eksplicitte visuelle og/eller sociale signaler** til at tydeliggøre mening for børn med autisme. Miljøstøtte kan fungere som et kompenserende middel til at **strukturere og forbedre sprogforståelse, socialt engagement og social-kommunikative interaktioner**. De unikke og atypiske udviklingsmønstre, der er forbundet med autisme, danner grundlag for brugen af to former for miljøstøtte: visuelt styret instruktion og modificeret sociolingvistisk input. Ved hjælp af empirisk forskning gives der flere eksempler på miljømæssig støtte til at forbedre social kommunikation.'.*

Source: Quill K. A. (1998). Environmental supports to enhance social-communication. *Seminars in speech and language*, 19(4), 407–424. <https://doi.org/10.1055/s-2008-1064057>

Hvordan kan du skabe et sikkert og inkluderende miljø?

Mennesker med autisme fortjener **særlig opmærksomhed**, når det gælder miljøkomfort, trivsel og tilgængelighed af miljøer, ikke kun fordi de udgør en betydelig og voksende andel af den samlede befolkning, men også fordi de kan udvise **særlig følsomhed over for variationen** og værdien af flere miljøparametre

Tænk over, hvordan du kan skabe en unik oplevelse for dem.....

Source: Zaniboni, L. (n.d.). Comfortable and safe environments for people with autism: preliminary analysis of risks and definition of priorities in the design phase. IOPscience.
<https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/2069/1/012177/meta>

For det første, tænk på udfordringerne

Når man skal finde den bedste måde at **skabe et produktivt** læringsmiljø for unge på spektret, er det vigtigt først at **forstå de udfordringer**, som en person med ASF kan stå over for. Men fordi hver enkelt person inden for spektret har **unikke vanskeligheder og behov**, er det ikke sikkert, at det, der virker for én person, virker for den næste.



Tab 1



Tab 2



Tab 3

Værdsæt forudsigelighed

Da mange personer inden for spektret trives med struktur i deres daglige rutiner og har tendens til at have svært ved forandringer, er det at sikre en **følelse af forudsigelighed** blot en enkel måde at gøre klasseværelset eller et bestemt sted til et mere inkluderende miljø for alle.



Tab 1



Tab 2



Tab 3

Små (men virkningsfulde) ændringer

For undervisere, der underviser unge med ASF, er der en række måder, hvorpå en **lille ændring af undervisningsstilen** kan gøre en stor forskel og løfte oplevelsen. For unge mennesker, der er på spektret, kan klasseværelset være et udfordrende sted at navigere - især når man tager faktorer som skrivning, en støjende atmosfære eller social interaktion i betragtning.



Tab 1

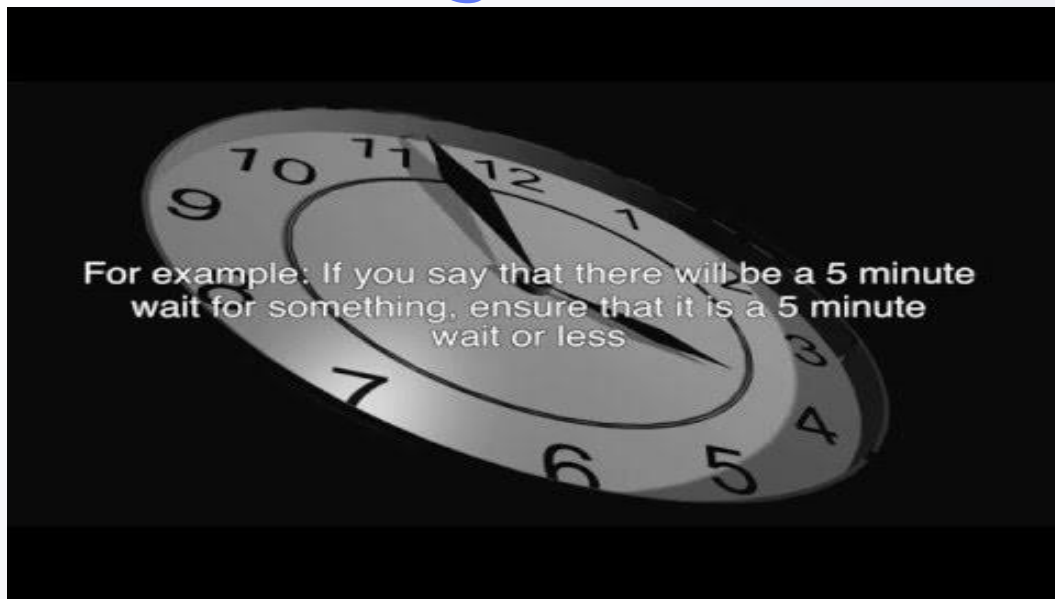


Tab 2



Tab 3

Hvordan opbygger man et miljø, der er autismevenligt?



Check denne video

Inkluderende organisatoriske strukturer

En vigtig egenskab hos mennesker med ASF, som man skal tage højde for, når man tænker på miljøet, er **sensorisk sensitivitet**.

- ▶ **Hyper-sensitivitet:** en overdreven, negativ eller undvigende adfærdsreaktion, der opstår pludseligt og/eller varer i længere tid, på sansestimuli som lyde, lys og lugte i omgivelserne;
- ▶ **Hyposensitivitet:** manglende eller reduceret reaktion på sensoriske stimuli som smerte (hyppige fald, snitsår osv.), temperatur (forbrændinger, skoldninger) og smag (reducerede smagsevner).
- ▶ **Kompulsiv søgen** (sensorisk søgen/craving) og usædvanlig, absorberende og overdreven interesse i en specifik sensorisk oplevelse, der er unormal i intensitet eller varighed (specifikke lys, bevægelser, lugte og taktile teksturer).

Designing for users on the autistic spectrum

Do

- Use **simple** colours 
- Write in **plain** language
- Use **simple** sentences and bullets 
- Make buttons **descriptive**
- Build **simple** and **consistent** layouts 

Don't

- Use bright contrasting colours
- Use figures of speech and idioms 
- Create a wall of text
- Make buttons vague and unpredictable 
- Build complex and cluttered layouts

Når vi designer et miljø, der kan være inkluderende for mennesker med ASF, er vi nødt til at **overveje flere sensoriske aspekter**. Nedenfor er en liste over de vigtigste :

1. Visuel sans
2. Den auditive sans (hørelse)
3. Berørings- og tryksans
4. Olfaktorisk sans (lugtesans)
5. Smagssansen
6. Vestibulærsansen (balance)
7. Proprioceptiv sans (rumfornemmelse)



Source: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/1-2-3-adhd/202004/making-sense-sensory-overload-in-autism-and-adhd>

Her er nogle spørgsmål, der relaterer til visuel sans, som vi bør stille os selv, når vi designer et miljø :

- Hvordan er belysningen i rummene, både den naturlige og den kunstige?
- Hvilken farve har væggene?
- Hvor mange ting i rummet kræver visuel opmærksomhed/genkendelse?
- Er gardiner, tæpper og møbler mønstrede?



Source: Download Group of people holding question mark icons for free. (2020, July 1).
Vecteezy. <https://www.vecteezy.com/vector-art/1218825-group-of-people-holding-question-mark-icons>

Auditiv Sans

En anden sans, man skal være opmærksom på, når man overvejer, hvordan man skaber et inkluderende miljø, er **hørelsen**. Mennesker med ASF kan være særligt følsomme over for nogle specifikke lyde (f.eks. tikkende ure, telefoner, printere) eller over for intensiteten af disse lyde.)

Hvad kan man så gøre? Et forslag kunne være at indstille mulige lyde til et lavt niveau og at have støjdæmpende hovedtelefoner ved hånden i tilfælde af lyde, som vi ikke har kontrol over. Derudover kan det være nyttigt at tænke på et ekstra rum, der kan være mere stille end der, hvor du normalt er, så folk kan vælge, hvad de har mest brug for på det tidspunkt.



Source: Llp, W. (n.d.). Auditory, ear, hear, hearing, listen, noise, sense icon - Download on Iconfinder. https://www.iconfinder.com/icons/5092331/auditory_ear_hear_hearing_listen_noise_sense_icon

Hvem skal bruge rummet?

Miljøet skal **måske være forskelligt for børn og voksne**. Det kan også være nødvendigt at overveje, om det **samme miljø skal bruges af andre**, der måske har sensoriske forskelle, eller af en gruppe med meget forskellige sensoriske behov. Hvis der er risiko for sensorisk overbelastning, er der så et andet sted, man kan gå hen for at flygte fra overbelastningen?



Spørgsmål

Kan der være et **naturligt flow** fra et rum til et andet uden at bruge en korridor? Er der **færre klaustrofobiske måder** at komme op eller ned i en bygning på end ved at bruge elevatorer?

Overgangsrum kan være komplekse for mennesker inden for autismspektret, fordi det nogle gange kan være svært at bevæge sig fra et rum til et andet eller fra en aktivitet til en anden. Derfor er det nødvendigt at overveje, hvordan man kan gøre overgangsrummene lettere at håndtere. Nogle spørgsmål, du kan stille, er:

Hvis rummene bruges til et stort antal mennesker, er der så **mindre rum til rådighed** til tilbagetrækning, hvis det er nødvendigt?



Kan du **lave et kort** over, hvor personer med autisme ser ud til at blive mest ængstelige? Er der alternative ruter?

Hvis rummene er små og intime, er der så **mulighed for** nemt at gå til et **mere åbent rum**?

For at forbedre inklusionen og reducere potentiel angst er der en række processer og fremgangsmåder, der kan bruges. Har du overvejet:

- **Accept af autisme:** Brug det foretrukne sprog for hver enkelt person!
- **Fokuser på styrker i stedet for udfordringer!** - Det kan være let at fokusere på de forskellige udfordringer, som en person med autisme står over for, men at flytte fokus til deres styrker kan gøre en enorm forskel.
- **Giv muligheder, der inkluderer alle!** - Nogle af jer har måske mulighed for at gøre dette i stor skala, og andre i lille skala. Der er altid plads til inklusion. Måske underviser du en gruppe elever og kan lave en inkluderende aktivitet. Måske er du vært for en lille sammenkomst, og der er mulighed for at inkludere personer med neurodiverse. At tage den chance kan gøre en kæmpe forskel!



Eksempler på autismevenlige sanseaktiviteter

Puslespil:

Aktivitetsmål: Skabe en beroligende effekt, forbedre motoriske færdigheder og hjælpe med visuelle afstandsproblemer.

Leg Twister

Aktivitetsmål: Øve motoriske færdigheder, strække ud og styrke led og muskler på en sjov og spændende måde.

Fingermaling

Aktivitetsmål: Opfylder sensoriske behov og skaber sjove kunstprojekter.

Source: 10 Examples of Autism-Friendly Sensory Activities. (2022, September 7). ACK - Autism Center for Kids. <https://autismcenterforkids.com/autism-friendly-sensory-activities/>

Sansefølsomhed - En person med ASF kan måske :

- **udviser usædvanlig sansesøgende adfærd** som at snuse til genstande eller stirre intenst på genstande i bevægelse.
- **udviser usædvanlig sensorisk undgåelsesadfærd**, herunder undvigelse af hverdagslyde og teksturer som f.eks. hårtørrere, tøjmærker, støvsugere og sand.
- **udviser selvstimulerende adfærd**, f.eks. ved at banke sig på tindingen, baske med hænderne eller hoppe på tæerne.
- **være så intenst optaget af en yndlingsansning eller -aktivitet**, at de måske ikke opdager farer.

Source: Autism Tasmania. (2022, September 4). Sensory Differences. <https://www.autismtas.org.au/about-autism/key-areas-of-difference/sensory-differences/>

Hvordan favner du mangfoldighed og inklusion??



Unge med ASF har brug for mere end bare undervisning

"At tilpasse vores egen opfattelse, at følge i stedet for at lede og at bygge broer er alle nøgler til at hjælpe barnet med autisme med at lære."

- Adele Devine-

Evaluering



Skriv det korrekte svar I boksene

En strategi, der virker for én person, virker ikke nødvendigvis på samme måde for en anden....og det kaldes

"Miljøstøtte" er et generelt begreb, der bruges til at definere den systematiske brug af eksplicite

En vigtig egenskab ved mennesker med ASF, som man skal overveje, når man tænker på et miljø, er

Når vi designer et miljø, der kan være inkluderende for mennesker med ASF, er vi nødt til at overveje flere ting

Skriv det korrekte svar I boksene

En strategi, der virker for én person, virker ikke nødvendigvis på samme måde for en anden....og det kaldes

Individuel støtte

"Miljøstøtte" er et generelt begreb, der bruges til at definere den systematiske brug af eksplicitte

visuelle og/eller sociale tegn

En vigtig egenskab ved mennesker med ASF, som man skal overveje, når man tænker på et miljø, er

*Sensorisk
følsomhed*

Når vi designer et miljø, der kan være inkluderende for mennesker med ASF, er vi nødt til at overveje flere ting

Sensoriske aspekter

Spørgsmål 1: Når man skal finde de bedste måder at skabe et produktivt læringsmiljø for unge mennesker med ASF, er det vigtigt først at forstå de udfordringer, som en person med ASF kan stå over for.

Svar

- A. Sandt
- B. Falsk

Spørgsmål 1: Når man skal finde de bedste måder at skabe et produktivt læringsmiljø for unge mennesker med ASF, er det vigtigt først at forstå de udfordringer, som en person med ASF kan stå over for.

Svar	A. Sandt B. Falsk
Korrekte svar	A. Sandt
Respons til korrdet korrekte svar	Tillykke, du har svaret rigtigt
Respons til det forkerte svar	Det er ikke helt rigtigt. Det rigtige svar er "A. Sandt". Fordi hver enkelt person inden for spektret har unikke vanskeligheder og behov, er det ikke sikkert, at det, der virker for én person, virker for den næste.

Spørgsmål 2: Miljøet i rummene skal måske være det samme for børn og voksne.

Svar

- A. Sandt
- B. FFals

Spørgsmål 2: Miljøet i rummene skal måske være det samme for børn og voksne.

Svar	A. Sandt B. Falsk
Korrekt svar	B. Falsk
Respons til det korrekte svar	Tillykke, du har svaret rigtigt
Respons til det forkerte svar	Det er ikke helt rigtigt. Det rigtige svar er "B. Falsk". Det kan være nødvendigt at overveje, om det samme miljø vil blive brugt af andre, der kan have sensoriske forskelle, eller af en gruppe med meget forskellige sensoriske behov. Hvis der er risiko for sensorisk overbelastning.

Spørgsmål 1: For at forbedre inklusionen og reducere potentiel angst er der en række processer og fremgangsmåder, der kan bruges

Svar

1. Accept af autisme
2. Fokuser på styrker i stedet for udfordringer
3. Giv muligheder, der inkluderer alle
4. Alt det ovenstående

Spørgsmål 1: For at forbedre inklusionen og reducere potentiel angst er der en række processer og fremgangsmåder, der kan bruges

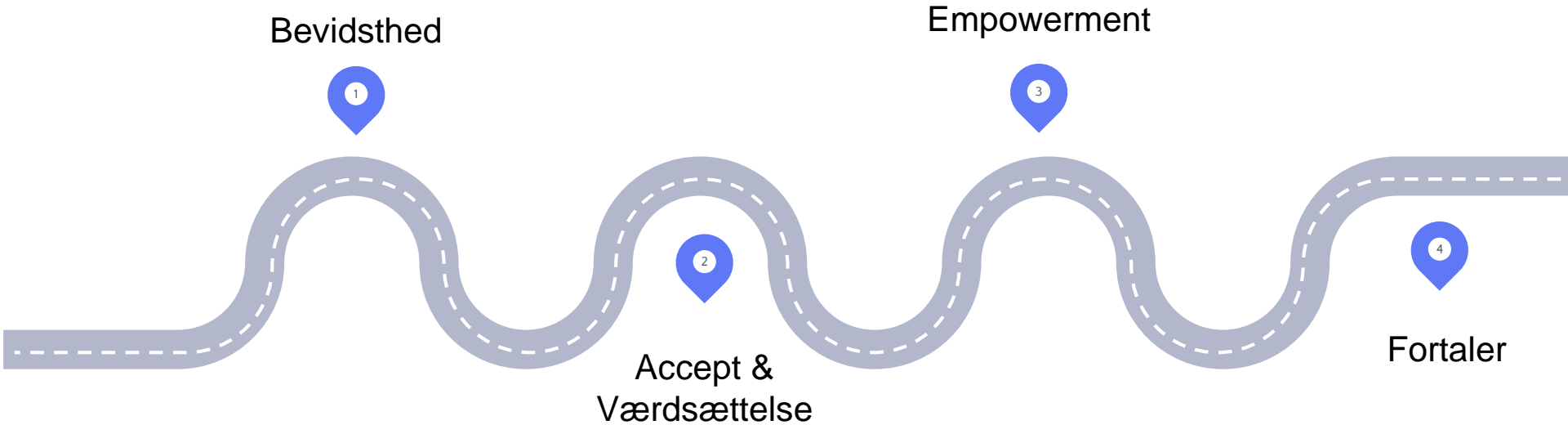
Svar	<ol style="list-style-type: none">1. Accept af autisme2. Fokuser på styrker i stedet for udfordringer3. Giv muligheder, der inkluderer alle4. Alt det ovenstående
Korrekte svar	4. Alt det ovenstående.
Respons til det korrekte svar	Tillykke, du har svaret rigtigt
Respons til det forkerte svar	Ikke helt rigtigt, det korrekte svar er 4

Lad os bevæge os ud over spektret





Let's move beyond the spectrum...but how?



Bibliografi



Referencer

- 4 Ways to Create an Inclusive Classroom Environment for Students on the Spectrum. (2022, September 30). Safe Search Kids. <https://www.safesearchkids.com/ways-to-create-an-inclusive-classroom-environment-for-students-on-the-spectrum/>
- 10 Examples of Autism-Friendly Sensory Activities. (2022, September 7). ACK - Autism Center for Kids. <https://autismcenterforkids.com/autism-friendly-sensory-activities/>
- Autism Support Strategies. (2022, January 28). Autism Association of Western Australia. <https://www.autism.org.au/what-is-autism/autism-support-strategies/>
- Autism Tasmania. (2022, September 4). Sensory Differences. <https://www.autismtas.org.au/about-autism/key-areas-of-difference/sensory-differences>
- Bird, D. (2022, October 14). Designing for people on the autism spectrum. Scope for Business. <https://business.scope.org.uk/article/designing-for-people-on-the-autism-spectrum/>
- Inclusion & Inclusiveness. (2021, October 28). Edi Toolkit. <https://www.edi-toolkit.org/governance/check-out-some-basic-definitions/inclusion-inclusiveness/>
- Llp, W. (n.d.). Auditory, ear, hear, hearing, listen, noise, sense icon - Download on. Iconfinder. https://www.iconfinder.com/icons/5092331/auditory_ear_hear_hearing_listen_noise_sense_icon
- Quill K. A. (1998). Environmental supports to enhance social-communication. Seminars in speech and language, 19(4), 407–424. <https://doi.org/10.1055/s-2008-1064057>
- Zaniboni, L. (n.d.). Comfortable and safe environments for people with autism: preliminary analysis of risks and definition of priorities in the design phase. IOPscience. <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/2069/1/012177/meta>

Afslutning af modulet

[For mere information besøg vores website:](#)

www.youthasd.eu

