

Partner og forelder med Asperger syndrom - og så?



Torill Fjæran-Granum, SPISS, 2014

Hva er SPISS?

- Kurs og forelesninger
- Skoleveiledning
- Foreldreveiledning
- Konsultasjoner
- Privatundervisning
- SPISS Forlag: hefter og bøker

Nettadresse: www.spiss.no

Besøksadresse: Mosseveien 144, 1172 Oslo

Postadresse: Dr. Dedichensvei 90, 0675 Oslo

Navn: Torill Fjæran-Granum

Telefon: 91304375

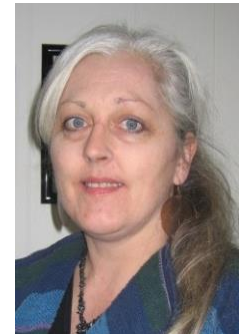
E-post: torill@spiss.no



Torill Fjæran-Granum
Daglig leder



Ellen Ekevik
Seniorrådgiver



Eli Marte Rusten
Rådgiver



Anne Marie Endresen
Rådgiver



Lars-Erik Høier
Rådgiver



Dag Gladmann Sørheim
Rådgiver

Bakgrunn

- Personer som henvender seg og «mistenker» partneren for å ha Asperger syndrom
- Personer som har/lurer på om de har Asperger syndrom, og som opplever vansker med relasjoner
 - Vansker med forholdet til partneren
 - Vansker med å få/beholde kjæreste
- Personer som opplever at det er vanskelig å delta i barneoppdragelsen eller som føler seg alene med den
- Barnevernstjenester som trenger hjelp til veiledning der en eller begge foreldre har Asperger syndrom

Å være partner utfordringer

Et væremåte-kontinuum?

AS mann ----- NT mann-----AS kvinne-----NT kvinne

Utfordringer i hverdagen:

- «Ta hensyn» (forstå den andres følelser, stemninger, behov)
- Underforståtheter, hint, antydninger, det som sies mellom linjene
- Å ta initiativ (innebærer å forstå den andres behov, tanker, interesser.. Slik det er i øyeblikket)
- Gi og ta
- Emosjonell støtte
- Tillit
- Sensoriske utfordringer knyttet til intimitet

Kjønnsroller

Utdrag fra en blogg....

- *Jeg synes det er enklere å holde meg til de gamle kjønnsrollene i hjemmet, for da er det lettere å forstå sin plass i hjemmet og hva man skal gjøre av huslige sysler. Men hvis man lever sammen med noen som mener at det skal være likestilling, så blir rollene så undefinerbare, og vanskelig å vite hvem som har ansvar for hva, synes jeg.*
- *Jeg bor sammen med en med as og har funnet ut at det er lettest å holde seg til gamle mønster og ikke så mye likestilling. Han har jo fått beskjed om at han må gjøre litt i huset de dagene jeg jobber, spes i helgene og det fungerer så passe så har en del å ordne opp igjen på mandager.*
- *Synes samarbeid og arbeidsfordeling er vanskelig når det ikke er helt fast og likt hele tiden. For hvordan i alle dager skal man vite hvem som skal gjøre hva hvis det skifter hele tiden..? Og når er søppelbøtta egentlig full??!?!?*
- *Verden gikk til geiken på 50tallet... ..jeg har asperger, og foretrekker godt gammeldags kjønnsrollemønstre...uansett hvor diskriminert jeg burde følt meg...om så var fakta*

Å være partner veiledning

Arbeidsmåter

- Samtaler alene, hver for seg
- Samtaler sammen
- Oppgaver hjemme
- Rollespill
- Lister, avtaler

Fokusområder

- Praktisk fokus, en ting av gangen
- Kommunikasjonsrydding (fra «vil ikke» til «kan ikke»)



Eksempler

- Case 1: ektepar i 50-årene, en voksen sønn med AS, mannen har AS
- Case 2: ektepar i 40-årene med ett tenåringsbarn, mannen har AS

Å være partner suksessfaktorer

- Begge ønsker endring
- Begge er villige til å endre noe
- Begge er innstilt på å jobbe med forholdet
- Ingen fordeling av skyld
- Fokus på praktiske løsninger
- Et gjensidig ønske om å forstå den andre

Å være forelder utfordringer

- Tolke barnas uttrykk
- Sensoriske utfordringer knyttet til stell av og samvær med barna
- «Gammeldagse» / fastlåste oppfatninger om hvem som skal ta seg av barna
- Å vite *hva* man må gjøre *når* (dvs. lese kontekst)

Å være forelder veiledning

- Hands-on veiledning
- Opplæring ved behov
- Kognitiv innfallsvinkel
- Hjelp til å opprette nettverk som kan støtte
- Praktisk fokus, konkrete problemstillinger



Eksempler

- Case 1: ungt ektepar med 2 små barn, far har AS
- Case 2: alenemor med AS, 2 små barn

Eksempel på skriftlig støttemateriell til alenemor med AS

HUSKEREGLER

Sosialt og følelsesmessig (emosjonelt)

- Når barnet gråter:
 - Finn ut hvorfor barnet gråter- er det lei seg, sint, trøtt, sulten....???
 - gi trøst, løft opp barnet og/eller gi kos.
 - Hjelp barnet å ordne det som ble galt hvis mulig
 - Avled
 - vis barnet en leke
 - syng en liten sang
 - gjør noe barnet syns er morsomt...
- Når barnet gjør noe du ikke vil det skal gjøre:
 - Sett grenser
 - Si «nei»
 - Ta vekk det barnet holder på med, hvis det er noe hun ikke kan ha
 - Når barnet er rolig: forklar hvorfor hun ikke får lov
 - Avled
 - vis barnet en leke
 - syng en liten sang
 - gjør noe barnet syns er morsomt...
- Når barna leker sammen:
 - Hjelp dem til å gjøre ting annenhver gang (vente på tur)
 - Eks: si: «Nå må du vente, nå er det sin tur»
 - Gi dem hver sin leke
 - Avlede: «Du kan leke med denne du» (gi annen leke til den som må vente)
- Hva slags leketøy liker barna?
 - Snakk med barnehagen – hva leker de med der?
 - Ta dem med i lekebutikk – la dem prøve før du kjøper noe

Språk

- Sett ord på det barnet gjør
 - Eks: Nå falt du!
 - Eks: Så fin bil du fant!
 - Eks: Lager du mat du?

Eller lignende

- Snakk høyt med deg selv om det du gjør, og det du og barna gjør sammen
 - Eks: Nå slipper vi inn katten
 - Eks: Nå skal jeg sette på TV'n
 - Eks: Oj, der mistet mamma boken

Eller lignende

- Måltider er fine situasjoner å trene språk i:
 - Sett ord på det dere spiser / gjør ved matbordet
 - Eks: Nå skal du få melk
 - Eks: ååå det var godt med mat!
 - Eks: hva vil du ha? Gulost?

Eller lignende

- Leggesituasjonen er fin til språktrening og kos:
 - Fortell et lite eventyr eller les fra en bok. Vis barna bildene i boken, la dem sette ord til bildene (eks: det er en..... katt, hva sier katten?)
 - Syng en eller to små sanger, rolig god-natt sanger – hjelp barna til å delta i sangen
 - Hvis du ikke kan noen sanner: kjøp en barnesangbok i bokhandleren!
 - Spør noen i barnehagen om hvilke sanger og fortellinger barna liker der
- Når barna sier noe som de kanskje sier litt feil eller utydelig
 - Hvis du forstår hva de mente – gjenta på riktig måte
 - Eks: barnet sier «ta – ta» - du sier «Takk – takk» ja....
 - Eks: barnet sier «puuuuu» - du sier «ja pus ja...»

Eller lignende

- Overtolk det barna sier (dvs lat som de sa noe ordentlig, selv om de kanskje bare laget en lyd) – på den måten lærer de nye ord
 - Eksempel: barnet sier «mamamamama» - du sier «mamma! Ja her er mamma!» eller noe sånt...
 - Eksempel: barnet sier «lelele» - du sier «vil du LEKE?» (uttal det nye ordet ekstra tydelig.)

Å være forelder suksessfaktorer

- Støttepersoner/mentorer i nettverket
- Samarbeid og tilpassing
- Konkrete avtaler
- Vilje til å benytte hjelpemidler og lage avtaler
- Vilje til å lære noe nytt om seg selv og jobbe med egen atferd
- Vilje til å få hands-on veiledning i hjemmet

Litteratur

- Jalakas, I (2013): Sex, kjærlighet og Aspergers syndrom, SPISS Forlag (Finnes i original på svensk fra Alfabetas Bokförlag, 2010)
- Aston, M (2003): Aspergers in Love, Couple Relationships and Family Affairs
- Griffiths, J (2008): Asperger meets girl. Happy endings for Asperger Boys
- Hénault, I (2006): Asperger's syndrome and Sexuality. From Adolescence through Adulthood
- Hendrickx, S (2008): Love, Sex & Long-Term Relationships. What people with Asperger Syndrome Really Really Want
- Thompson, B (2008): Counselling for Asperger Couples
- Koi, G (2010): Hjelp? Veien mot Asperger syndrom, SPISS Forlag