

Stuðningur út í lífið

Laufey Eypórs

Kvíðablandin ánægja tímamóta í lífinu er eðlileg. Spenningurinn við að ljúka grunnskóla, fá aukið frelsi og teljast vera fullorðinn er nokkuð sem flestir hlakka til – ekki satt? Að takast á við lífið.

Við á einhverfurófinu þurfum leiðsögn og stuðning til að geta mætt þessum breytingum. Sem einhverfuráðgjafi hef ég stutt fjölskyldur við þessi tímamót. Fjölskyldan kortleggur breytingarnar með mér og ræðir hvert skal stefna. Ef ungmennið hefur vanist því að vera með á teymisfundum og taka þátt í að móta sína menntun verður yfirfærslan léttari. Heimsóknir í framhaldsskólann, tímar hjá námsráðgjafa, sjónræn stundaskrá og kort af skólanum auðvelda skólabyrjunina. Teymisfundir nýtast til að fara yfir hvernig gengur og ákveða framhaldið. Fræðsla fyrir starfsfólk er nauðsynleg.

Ungmennið og foreldrarnir hitta einhverfuráðgjafa reglulega til að vinna með skipulag og samskipti, bæði í skólanum og heima. Ungmennið þarf að byggja upp þá hæfni sem þarf til að taka fullan þátt í lífinu. Sú „fullorðinsþjálfun“ þarf að taka til allra þátta daglegs lífs. Fjölskyldan þarf aukinn skilning á hvernig einhverfan hefur áhrif á ungmennið og því hvernig hægt er að styðja við þroska einstaklingsins og aukið sjálfstæði. Þarna finnst mér mín eigin einhverfa hjálpa sem brú til að byggja skilning.

Félagsleg liðveisla

Oft er erfitt að átta sig á félagslegum aðstæðum og vita hvernig er gott að bregðast við. Félagsleg liðveisla skiptir miklu máli til að auka félagslega hæfni. Liðveisluaðilar fá tíma hjá mér eftir að ungmennið hefur sjálft rætt við mig um sínar óskir og væntingar. Við ræðum um leiðir til að styðja við samskiptafærni og hvaða áherslulínur beri að leggja. Stundum koma liðveisluaðilar með ungmenninu til mín.

Við sem erum á einhverfurófinu þurfum að læra á okkur sjálf. Við tökum hlutunum afar bókstaflega, eigum erfitt með að nema óskráðar reglur, lesa í líkamstjáningu og beita henni sjálf. Þekking okkar nýtist ekki alltaf sem skyldi í námi þegar hæfni til að koma hugsunum sínum frá sér er mikið skert. Það þarf oft að hjálpa manni með utanumhald, t.d. að skipuleggja sig, forgangsraða hlutum eða gæta tímamarka. Við þurfum að læra að takast á við skyntruflanir (svo sem höfuðkvalir vegna ljósnæmis eða næmrar heyrnar eða pírting vegna ofurnæms snertiskyns) og finna lausnir.

Líf og starf

Sem fullorðinn einstaklingur á einhverfurófi þarf maður að hafa stuðning, bæði á meðan fyrstu skrefin út í sjálfstætt líf eru stigin og svo út lífið. Við hættum ekki að vera einhverf með aldrinum. Við eigum flest afar erfitt með að sækja okkur aðstoð þegar við þurfum hana, svo það þarf yfirleitt að hafa samband við okkur að fyrra bragði.

Þekkingarmiðstöð sem heldur utan um málin og allir geta leitað til auðveldar lífið ansi mikið. Verðandi yfirmenn þurfa aðgang að fræðslu um hvernig hægt sé að nýta styrkleika manns sem best og koma til móts við þær takmarkanir sem eru til staðar.

Stundum snýst það einfaldlega um smávægilegan sveigjanleika af hálfu vinnustaðarins. Ef samstarfsfólk er tilbúið að koma til móts við mann og aðstoða við að skilja óskráðar reglur vinnustaðarins, þá græða allir á velgengni einstaklingsins. Við höfum svo margt fram að færa og þurfum einfaldlega velvild og stuðning til að geta lagt okkar af mörkum.

Höfundur er einhverfuráðgjafi.