

Liv och lärande med autism

Wendy Lawson

Förord till den svenska översättningen

Wendy Lawson utgår som forskare och föreläsare från att det är lika normalt att vara autistisk som att inte vara det, det är bara en skillnad i hur man är skapt från början. Den som har ett autismspektrumtillstånd (AST) är sitt rätta jag, inte en skadad version av sig själv. Att då kalla alla icke autistiska för normala medan autistiska då skulle vara onormala, anser hon kränkande. Men eftersom det behövs någon term för att beteckna hela befolkningen utom de autistiska, väljer hon att säga "typisk" eller ibland "neurotypisk" (NT). Ordet "neurotypisk" finns inte upptaget som begrepp inom psykiatrin, men är ofta använt i det interna samtalet på Internet mellan människor som har AST-diagnos, just som beteckning på dem utan diagnos.

Den här artikeln är en textversion av det föredrag som Wendy Lawson höll den 30 oktober 2006 vid 2nd World Autism Congress i Kapstaden i Sydafrika.

Inledning

Jag minns den dagliga rädsla och förvirring som jag levde i under min uppväxt (och som jag fortfarande upplever ibland). Mest hängde det ihop med att jag kände mig frustrerad, arg och besviken på andra. Folk sade saker de inte menade, gjorde saker de inte sade, ändrade sig ofta (byte ståndpunkt) och bröt sina löften. Detta föredrags syfte är att reda ut och klargöra *varför* folk handlar som de gör, genom att resonera kring de kognitiva processer som hör ihop med vad man riktar sin uppmärksamhet mot, både i typiskt och autistiskt tänkande, och de följer det får för ens beteende.

Rädsla och beteende

Det är mycket vanligt att det man inte förstår, skrämmer en, och att man reagerar på det med att gömma sig undan, fly, kritisera, mobba och/eller försöka bli av med sin rädsla (de Gelder et al. 2004). Jag växte upp i en tid när familjer hämtade sig efter kriget, när autism sades vara en följd av "känslomässigt avskärmade mödrar" (kylskåpsmödrar), när rockmusiken var på modet och ordet "tonåring" stavades tajta jeans och brylkräm i håret. Det var inte läge att stödja barn som inte stämde med mönstret. Många människor med intellektuella handikapp och/eller autism gömdes undan på institutioner. Numera, när samhället försöker inkludera alla, stöter detta på vissa problem. Det verkar som om vi fortfarande är rädda för det vi inte förstår och det innebär ofta att vi är rädda för varandra. Jag hoppas att mitt föredrag kan skingra något av den fruktan och förvirring som uppstår på grund av de skillnader som finns mellan hur de med AST och de neurotypiska upplever världen.

Varför typiska individer kanske inte förstår autistiska individer

Det är typiskt (Dikt av Wendy Lawson)

”Det är typiskt”, hörde jag att hon sade.
 Jag undrade vad hon menade?
 ”Du ska alltid ha det på ditt vis”
 svarade hon obarmhärtigt..
 Jag stannade upp, tyst som en fågel,
 och begrundade hennes ord.
 Hon fortsatte att prata.
 Jag fortsatte att gå.
 Vad var det jag hörde?
 ”Jag ska alltid ha det på mitt vis?”
 Kan det finnas ett annat sätt?
 Jag kan bara det rätta sättet,
 det sätt som är mitt.

Om vi gjorde det på hennes vis,
 skulle det inte alls bli rätt.
 Det skulle vara fel hela vägen!
 Jag skulle veta att det var fel och inte OK!
 Så varför förstår hon inte?
 Vad är det hon inte fattar?
 Jag måste stå på mig,
 jag får inte ge upp redan!
 Om jag ger upp, lär hon sig aldrig.
 Då kommer hon aldrig in på rätt spår.
 Hon kallar det ”vara envis”.
 Men jag har manus för den här rollen.

Det finns många anledningar till att många NT-personer har svårt att förhålla sig till AST-personer. Till exempel brukar vi autister tänka i svart och vitt, ta orden bokstavligt och ha svårt för småprat. Neurotypiska kan vara precis tvärtom och ägna mycket tid åt att framstå som diplomatiska (vilket kräver mycket småprat), tar inte ord så bokstavligt, anpassar sig efter andra (samtidigt som de önskar att de slapp) och anstränger sig att passa in. Neurotypiska brukar ha många intressen på gång samtidigt, i motsats till de av oss med AST som ägnar oss uteslutande åt ett intresse i taget.

Enligt litteraturen styrs vi med AST av en triad av begränsningar (svårigheter), märkbara på de tre områdena social förståelse, kommunikation och rigiditet i tänkandet (DSM-IV, 1994; Jones, 2002; Jordan & Jones, 1999; Lathe, 2006; Wing, 1988; Wing, 1993). För att få en annan syn på den autistiska triaden än DSM-IV (1994) kan man läsa Murray, Lesser och Lawson (2005).

NT-triad?

Om man vill kan man föreställa sig att de neurotypiska har sin egen triad av begränsningar (svårigheter) vad gäller social förståelse, kommunikation och rigiditet i tänkandet (Klein, 2003; Lawson, 2001; 2003; Murray, 2001). De ger till exempel ibland en förvanskad bild av verkligheten (och kallar det för diplomati). De har en disposition som gör det möjligt för dem att säga en sak men mena något annat. Detta kallar de att vara socialt anpassningsbar. De neurotypiskas sätt att kommunicera kan vara undvikande, indirekt eller t.o.m. oärligt. Det är inte så att de *vill* vilseföra eller förvanska, men deras behov av att bli socialt accepterade väger tyngre än deras behov av att vara ärliga, och kan få besvärliga följder.

Men i den neurotypiska världen nämns knappast deras egna ”begränsningar”. Jag har hört väldigt få professionella framföra åsikten, att det neurotypiska tillståndet inte lever upp till sitt rykte. Det neurotypiska behovet av att bli socialt accepterad (mani för mode, formaliteter, kändisskap, rikedom) styr mycket av vad de tänker och gör. Många drivs till att tala om strunt, skvaller och såpor. Till slut kan deras sätt att kommunicera faktiskt leda till missuppfattningar och ”tjall på linjen”! Vart

tredje äktenskap leder till skilsmässa och de upplever en massa vardagssvårigheter, precis som vi med AST.

Av fruktan för att inte bli socialt accepterade är det många neurotypiska som gör om sig till att bli vad de tror att samhället vill att de ska vara, för att bli godkända. Denna process kan omfatta förvanskning av verkligheten, att skygga för verkligheten och en massa tvångsmässigt strävande (som att vara missnöjd med sin kropps form och storlek, vilket får många neurotypiska barn och vuxna att ständigt banta). Till slut leder detta till det tredje området i deras triad av begränsningar, stereotypiska eller rigida föreställningar och beteenden.

Vilken roll spelar rädslan?

Jag tror att kärnan i våra svårigheter med att förstå varandra är en omedveten rädsla som gör att vi tror att "var och en som inte är som jag utgör ett hot". Detta upplever vi alla ibland. Men det verkar som den typiska delen av befolkningen är beredd att gå till ytterligheter för att skydda sig mot sådana hot. Vare sig du är autistisk, homosexuell, handikappad, kvinna eller från en annan kultur, kan du bli sedd som underlägsen eller undermålig. Jag tar inte upp dessa föreställningars historia eller ursprung, men ska reda ut några av de kognitiva processerna bakom dem. Vid första anblicken kunde man tro att neurotypiska personer skulle vara bättre rustade att hantera förändringar, skillnader och mångfald. Men om man för in rädsla i ekvationen ser vi att deras "sunda förnuft" går upp i rök. Vi behöver förstå hur var och en är skapt, så vi bättre kan anpassa oss till våra olikheter, skingra de rädsor som hör samman med dessa och arbeta tillsammans för att få ett samhälle med mindre klyftor.

Min tes i det här föredraget är att hur hjärnan använder förmågan till uppmärksamhet, påverkar och styr både vår inläring och upplevelse av livet. De neurotypiskas hjärnor är byggda för att arbeta med polytropisk uppmärksamhet (delad uppmärksamhet), medan AST-personer använder monotropisk uppmärksamhet (odelad uppmärksamhet). Om denna insikt integreras i våra program för lärande och intervention, är det mer sannolikt att alla blir nöjda. Nästa avsnitt beskriver dessa uppmärksamhetsmönster, och några av dess konsekvenser, enligt NT- respektive AST-erfarenhet.

De som är NT tar emot intryck på följande sätt:

Polytropism kan beskrivas som en förmåga till uppmärksamhet som, eftersom den möjliggör delad uppmärksamhet, tillåter hjärnan att processa många olika sorters information samtidigt. Sensoriskt sett kan till exempel visuell, auditiv, lukt-, berörings- och rumsinformation tas emot av alla sinnen samtidigt utan att mottagaren blir överväldigad. Kognitivt sett är det vanligt att ha många intressen på gång samtidigt. Att till exempel titta och lyssna i en konversation och samtidigt fundera på andra saker (som fotbollsresultat) kan vara fullt möjligt. Det är vanligt att man är medveten både om sin inre värld och den yttre samtidigt, eftersom man kan knyta ihop många samband, urskilja sammanhang och viktighetsgrad, och utan svårigheter laborera med alternativa möjligheter och synvinklar.

Den polytropiska uppmärksamheten är alltså spridd och med nödvändighet grund i motsvarande grad. Denna form av uppmärksamhet har följande konsekvenser:

- Att man inte tar saker efter bokstaven ingår i att ha delad uppmärksamhet (d.v.s. man läser mellan raderna, använder och uppfattar kroppsspråk, är medveten om verbal och icke-verbal

information samtidigt). Det underlättar förståelsen av ofullständiga meningar, ofullständiga begrepp, metaforer och det icke-verbala "sunda förnuftet" i vardagen. Det gör det möjligt att avläsa avsikter, sammanhang och grad av viktighet för de flesta händelser och få grepp om den övergripande meningen som gör att man tolkar rätt och handlar i enlighet med det.

- Att tänka i öppna bilder/ koncept blir möjligt genom polytropismen. Det innebär att man kan knyta ihop erfarenheter, ofta visuellt, på ett öppet och rörligt vis. Denna process gör en medveten om läget, får en att förstå sociala koder, och hjälper en att avgöra vad som är lämpliga prioriteringar. När neurotypiska har en meningsfull upplevelse kan den lagras i långtidsminnet, men ändå samtidigt finnas i arbetsminnet. Det gäller även sådant som personen inte är intresserad av, eftersom detta att tänka i öppna koncept tillåter en att hålla tillbaka sitt eget intresse ett tag för att bereda plats åt andras, även när man egentligen inte är intresserad.
- Social prioritering eller att låta ens behov av social status gå före allt annat, är en naturlig följd av att vilja passa in. Det gör det ofta möjligt för neurotypiska att tänja på sanningen och/eller utföra förment osjälviska handlingar. Till exempel säger de "tack" till dig när de inte känner någon tacksamhet, och erbjuder sig att stå sist i kön fast de egentligen vill stå först. Sociala normer, regler, förväntningar och att vara sällskaplig och tillgänglig, prioriteras. Detta kan vara användbara verktyg i sociala relationer som kräver diplomati, fusk, halvsanningar och dold agenda. Även om denna förmåga kan hjälpa en att jämföra information om ens eget jag, andra och samhället, kan den också innebära att personen upplever att ständigt behov av att uppföra sig på ett visst sätt för att inte bli utstött.
- Generaliserad inläring, eller förmågan att ta lärdom från ett visst område och tillämpa det inom många andra områden, kommer sig av den ovannämnda förmågan att knyta ihop samband, vilken i sin tur kommer av den delade uppmärksamheten. Att ha förmågan att överföra färdigheter och kunskap (social, akademisk, fysisk, mental o.s.v.) mellan olika livsområden gör det möjligt att klara av de vanliga förändringar som man möter i det dagliga livet. Till exempel att arrangemang och menyer ändras, hur saker är placerade i en viss butik, arbetsscheman, mänsklig utveckling, mode o.s.v. Att ha förmågan att generalisera är också en hjälp när man ska jämkna ihop de olika lektioner som tillvaron ger en, och ger utrymme i ens tankevärld för alternativ.
- De flesta neurotypiska har små problem med tid och rörelse. De kan korrekt bedöma hur lång tiden är, anpassa tidsåtgång och göra saker i rätt ordning. De klarar rätt bra av att hantera trappor, det personliga reviret, folksamlingar, att veta när det är ens egen tur i ett samtal, hur länge man bör prata, o.s.v. Rent kognitivt kan de t.ex. hålla koll på både det verbala och det icke-verbala språket samtidigt som de bestämmer vägval när de går och påminner sig själva om ett projekt de behöver ta itu med.
- Förmågan att tänka framåt som gör att de inte har några svårigheter med att inse konsekvenser, är ytterligare en produkt av den delade uppmärksamheten. För den som förstår och kan förutse en konsekvens, är förändringar inte så skrämmande och det är lättare att lära av misstag (Lawson, 2001; 2003; 2005; 2006).

De som har AST tar emot intryck på följande sätt:

Begreppet SAACA (Single Attention and Associated Cognition in Autism) används för att beskriva odelad uppmärksamhet och den kognition som följer av den hos individer med AST.

Enligt forskare är uppmärksamhet och fokus en följd av komplicerade interaktioner i hjärnan (Aylward, Minshew, Field, Sparks & Singh, 2002; Goldstein, Johnson & Minshew, 2001; Rodenbough, 2005; Schwartz & Begley, 2003). Hjärnans uppmärksamhetssystem är fördelat på våra olika sinnen (Rodenbough, 2005:66). Alltså styrs uppmärksamheten av våra sinnen.

Murray, Lesser & Lawson (2005) slår fast att ... *autistisk och icke-autistisk är en skillnad i vilka strategier som används vid fördelning av lågintensiv uppmärksamhet (s.140)*. De hävdar att intresse och hög uppmärksamhetsnivå går hand i hand, men hos typiska individer är förmågan till delad uppmärksamhet mer lättillgänglig. Det autistiska tillståndet beror alltså på monotropisk uppmärksamhet, eller odelad uppmärksamhet vilket leder till ett fåtal starkt uppmärksammade intressen.

Men även om det så skulle vara, kan man inte kalla alla med odelad uppmärksamhet för autistiska. Om det vore så, skulle alla med fokuserad uppmärksamhet vara kvalificerade för en AST-diagnos. SAACA innebär att monotropisk uppmärksamhet är själva grunden men den fungerar inte som ett isolerat system. Monotropisk uppmärksamhet handlar huvudsakligen om smal och fokuserad uppmärksamhet men den påverkas av och påverkar andra faktorer.

Som en särskild inlärningsstil, kan SAACA (monotropism och dess konsekvenser) beskrivas så här:**• Monotropisk uppmärksamhet i AST**

En person som styrs av monotropism kan vara helt upptagen av ett intresse (ett spel, en tanke, en känsla, en person, en förväntan etc.) och missa de signaler som påkallar uppmärksamheten för andra saker. Även om personen märker att något inträffar vid sidan av hans intresse (som smärta, ord, handlingar), kanske han inte urskiljer vad det är eller vad det kräver av honom. Ett annat exempel på detta är bristande ögonkontakt. Att titta och lyssna samtidigt kan vara svårt. På grund av denna förmåga att fokusera, samtidigt som man missar signaler som leder åt annat håll, kan personer med AST uppfattas som oförsämda, ointresserade, eller att de har ett provocerande beteende. Om man i stället använde AST-personens specialintresse som ett fordon att resa med, skulle kanske en vidare värld öppnas för dem?

• Att ta folk på orden (eller att ta saker bokstavligt)

Personer med AST brukar ta saker strikt efter bokstaven. De tar till exempel ord, meningar, begrepp, metaforer, jämförelser, uttryck, situationer och människor bokstavligt (DSM-IV, 1994; Lawson, 2001;2003). Att vara bokstavlig är visserligen ett steg även i typisk utveckling (Piaget 1963), men barn växer oftast ur detta och börjar förstå de icke-verbala sidorna i vardagen. Med AST kan bokstavligheten emellertid vara en följd av att man inte kan dela sin uppmärksamhet. Man kan ta *jag ringer dig, jag kommer över, vi åker dit* precis efter bokstaven, utan att se det större sammanhanget. Då är det vanligt att vänta vid telefonen eller vänta nära dörren på att personen ska dyka upp eller klä sig för att vara färdig att åka. Man förstår inte på det öppnare sätt som polytropisk uppmärksamhet medger, att *jag ringer dig* betyder *jag ringer dig någon gång i framtiden* och så vidare, vilket gör vardagen mycket stressande.

- **Att tänka i slutna begrepp/bilder**

Att tänka i slutna bilder innebär att man har svårt att tänka "outside the box". Svårigheter med att knyta ihop idéer och begrepp, som inte redan hör ihop med ens intresseområde och/eller att inte känna till "hela bilden" utan bara uppfatta delar av den, kan vara mycket begränsande. I ett socialt sammanhang får man då svårt att "läsa av" andra, inse deras behov, vara spontan, arbeta och/eller relatera till andra utan schema och att åter fokusera sedan man blivit avbruten.

Temple Grandin har sagt: *Om jag inte har en bild för det, kan jag inte tänka det* (2006).

- **Icke-sociala prioriteringar**

Att prioritera så det passar andras intressen kallas "social prioritering". Denna förmåga används ofta när människor sätter sina egna intressen åt sidan för att lyssna på, dela med sig och relatera till andra. Ibland är neurotypiska inte ärliga när de tar hänsyn till andra. Den här förmågan att bedöma när det är lämpligt att "ljuga" kräver att man använder delad uppmärksamhet. Man kan till exempel vara besviken över en födelsedagspresent men ändå säga: *Å, den var fantastisk, tack så mycket!* (Lawson, 2003). Detta kräver att personen samtidigt kan vara medveten om både sina egna behov, och andras behov av erkännande. För monotropiska personer med autism kan det vara mycket svårt att uppnå denna färdighet. I det praktiska livet kan det vara mycket svårt att koppla loss från känslan och övergå till att tänka på ett sätt som inte stämmer med känslan. Om man till exempel känner vrede, är detta det enda tillgängliga tillståndet (d.v.s. att vara arg och samtidigt med tankens hjälp välja att inte uttrycka den vreden kräver samtidig uppmärksamhet på både tanke och känsla). Att tillägna sig den färdigheten är lättare för typiska individer eftersom de är vana att fördela sin uppmärksamhet. För personer med AST är det svårt att dela på uppmärksamheten, och därför tillämpar de i stället regler och rutiner som kompensation. *Regeln* att man kan vara besviken och ändå kännas vid att någon försökte att göra en glad, kan man lära sig.

- **Icke-generaliserad inläring**

Om en person inte generaliserar det de lär sig, vare sig i det sociala livet eller i en undervisningssituation, kan de framstå som elaka, svåra eller förvirrade. Detta problem med att överföra färdigheter och kunskap kan få katastrofala följder. Inte ens om en person med AST blir utsatt för övergrepp, utnyttjad eller "tagen för given" är det säkert att han lär sig av det och blir klokare nästa gång. Att inte generalisera gör det svårt att bedöma vad som är passande eller opassande. Men det finns ett annat sätt att lära sig generalisera: genom inläring via erfarenheter och genom att bygga upp en verktygslåda av strategier, snarare än genom att närma sig och anknyta till sociala normer.

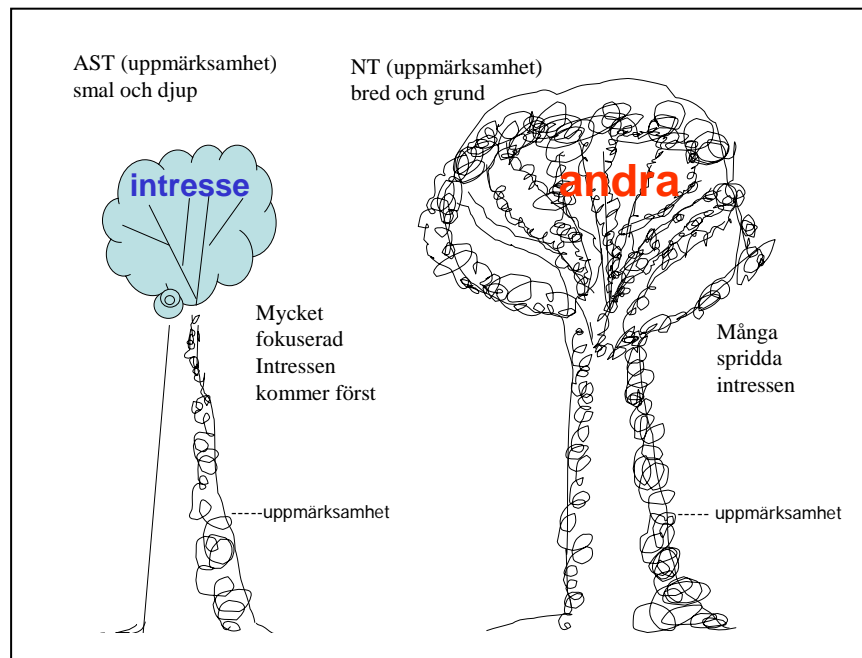
- **Svårigheter med tidsuppfattning och motorik**

Monotropiska personer som är bokstavliga och som tänker i slutna bilder har ofta problem med ordningsföljd, tidsuppfattning och/eller koordinering av kroppsrörelser (Grandin, 2006; Lawson, 2001; 2003). I det dagliga livet handlar det om sociala begrepp som att vara punktlig, kunna hålla ordning, vara duktig, bete sig passande i samtal och rent allmänt vara samlad. Dessa saker kan vara svåra både att förstå mentalt och att kunna hantera i praktiken. Men om man använder de speciella intresseområden som personen kan hantera, och bygger upp stödjande samband med utgångspunkt från dessa områden, kanske man kan skapa de länkar som krävs för att utveckla och förstå de här begreppen.

• **Svårigheter med att förutse konsekvenser**

För att kunna lära av sina misstag och bedöma hur man ska kunna undvika framtida otrevligheter, behöver man kunna dela sin uppmärksamhet mellan det som redan hänt, det som pågår och det som eventuellt händer framöver. Att kunna lära av erfarenheten eller kunna tänka framåt och dra slutsatser kräver att man kan detta. För monotropiska individer innebär detta att inte tänka framåt att de missar sociala signaler, att de inte kan omvandla gårdagens händelser till nutida kunskap på ett sätt som går att tillämpa, och att de har stora problem med begreppet "förändring". Översatt till praktiska situationer och sociala möten kan den här bristande förmågan ge upphov till intrycket att han är en svår person, som lär sig långsamt eller saknar sunt förnuft. Uppmaningar och tillvägagångssätt för att ge personen metoder för att hantera förändringar behöver vara relaterade till personens intressen, så att samband kan etableras och förändringarna blir lättare att uthärda.

Sambandet mellan uppmärksamhet, intresse och inlärningsstil



Den här figuren illustrerar olika inlärningsstilar hos AST-individer och NT-individer. NT-trädet illustrerar delad uppmärksamhet och de därav följande sambanden genom livets mångahanda erfarenheter (bladverk). Lägg märke till att den delade uppmärksamheten skapar utrymme och ger plats åt *andra*. AST-trädet, som använder odelad uppmärksamhet är helt upptaget av starka intressen, delad uppmärksamhet saknas, det finns inget utrymme för *andra* om inte intresset används som ett fordon att resa med, då kan det finnas plats att hysa *andra*.

Slutsats

Det polytropiska sättet att vara uppmärksam på, med dess betoning på multipla diffusa intressen, är brett och grunt. Det är inte byggt för starka specialintressen. Även när individen tillfälligtvis begränsar sin uppmärksamhet till ett enda intresse, hobby eller aktivitet, har han ganska lätt att rikta uppmärksamheten mot något annat. Man kan t.ex. lystra till sitt namn eller larmsignaler som "det brinner!". Så länge idéerna går ihop med ens egen moral, värderingar och allmänna normer, kan det polytropiska sättet hjälpa en att hysa andras synpunkter och behov. Personer med AST, däremot, lär

sig inte saker på samma vis som neurotypiska, och deras annorlunda sätt att bete sig skrämmer de neurotypiska, eftersom de inte förstår eller förväntar sig ett sådant beteende (d.v.s. att personer med AST kanske inte styrs av sociala prioriteringar). Att förstå och anpassa sig till detta minskar rädslan och ökar möjligheten till framgång.

Kunskap är makt. Makt har förmåga att ge en den kick som behövs för att välja rätt handlingsätt. Hellre än att fortsätta att styras av fruktan och de reaktioner som följer av fruktan, kan vi omfatta och acceptera både AST och det neurotypiska tillståndet, när vi lärt oss förstå dessa. Precis som autismen, är det neurotypiska tillståndet här för att stanna. Det är hur vi är som räknas, och hur vi kan lära oss att hantera respektive inlärningsstil. Jag vill inte att någon ska ändra på hur jag är skapt, men jag vill däremot bli lyssnad på och förstörd. Att förneka den jag är eller försöka få det till att jag är en del av en sorglig katastrof, är inte rätt väg. Som människor med AST har vi så mycket att ge i de gemenskaper vi tillhör. De som finns omkring oss kan hjälpa till genom att engagera sig i våra liv på ett positivt sätt. Att förstå sig på det neurotypiska och det autistiska tillståndet är ett av verktygen för att kunna mota intolerans. SAACA (odelad uppmärksamhet och den kognition som följer av det i autismen) förklarar inte bara vårt AST-sätt att uppleva tillvaron, utan hjälper oss att hitta vägen till en positiv framtid som vi alla kan dela med varandra. Vi behöver ha tålamod och låta det ta den tid det tar att ta oss igenom svårigheterna med varandra. På detta sätt kommer vi också själva att få hjälp att finna vår plats i den stressade värld vi alla är en del av.

Framtiden (Dikt av Wendy Lawson)

Livet på jorden varar bara ett ögonblick
fångad inom tidens veck,
med årstider som kommer och går,
du har ditt liv och jag har mitt.
Fröet som är sått i marken
kan inte välja vad det ska bli.
En potatis, ett äpple, kanske en ros.
Men för att bli som allra bäst
behöver det fet jord, inte mager.
Solen och regnet måste komma
för att öppna fröets dörr.
Jag kanske fötts att ge näring åt andra.
Jag kanske ska smeka sinnena.
Jag kanske växer högt,

jag kanske växer lågt,
jag kanske förblir en dvärg bakom nätstaket.
Min framtid kanske inte beror så mycket på
min stjälk,
som på mina källor.
Källor av värme, källor av omsorg
jag är beroende av den näring som finns där
för mig.
Då kan jag blomstra och sjunga med fåglarna,
då kan jag nå min fulla tillväxt.
Så plantera i mig godhet och allt som är bra,
och var snäll och håll inkräktarna borta.
Ge mig en chans att utvecklas, i tiden,
att bli den jag är, i livets framtid, en dag!

Hämtat från: Build Your Own Life: A Self-Help Guide To Asperger's Syndrome (2003).
London: Jessica Kingsley

Referenser

American Psychiatric Association (1994): *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*,
Fourth Edition. Washington DC, American Psychiatric Association

Autism Rights: www.autistics.org

Aylward E.H., Minshew N.J., Field K., Sparks B.F., Singh N. (2002): Effects of age on brain volume and head circumference in autism. *Neurology* ;59:175-183.

Bogdashina, O. (2003): *Sensory and perceptual issues in Autism*. London: Jessica Kingsley Publishers

de Gelder, B., Snyder, J., Greve, D., Gerard, G. & Hadjikhani, N. (2004): Fear fosters flight: A mechanism for fear contagion when perceiving emotion expressed by a whole body. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 101 (47), 16701-16706

Goldstein, G., Johnson, C.R. & Minshew, N.J. (2001): Attentional processes in autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 31 (4): 433-440.

Grandin, T. (2006): *Thinking in pictures: and other reports from my life with autism* (updaterad version). USA: Vintage Press

Healey, J. (2003): Marriage and divorce. *Issues in Society* Volume 183. USA: The Spinney Press

Jones, G. (2002): *Educational provision for children with autism and Asperger's Syndrome: Meeting the needs*. London: David Fulton publishers

Jordan, R., Jones, G. (1999): *Meeting the needs of children with autistic spectrum disorders*. London: David Fulton Publishers

Klein, F. (2003): <http://home.att.net/~ascaris1/index.html>

Lathe, R. (2006): *Autism, brain and environment*. London: Jessica Kingsley Publishers

Lawson, W (2001): *Understanding and working with the spectrum of autism: An insider's view*. London: Jessica Kingsley Publishers

Lawson, W. (2003): *Build Your Own Life*. London: Jessica Kingsley Publishers

Lawson, W. (2005): *Sex, sexuality and the autism spectrum*. London: Jessica Kingsley Publishers

Lawson, W. (2006): *Friendships the Aspie way*. London: Jessica Kingsley Publishers

Murray, D.K.C. (1992): Attention tunneling and autism, in *Living with Autism: the individual, the family, and the professional*. Originally presented at the Durham conference, UK. Proceedings obtainable from Autism Research Unit, School of Health Sciences, The University of Sunderland, Sunderland SR2 7EE.

Murray, D.K.C. (2001) :Wrong planet syndrome, in *Autism Odyssey Conference*. Originally presented at the Durham conference, UK. Proceedings obtainable from Autism Research Unit, School of Health Sciences, The University of Sunderland, Sunderland SR2 7EE

Murray, D.K.C; Lesser, M. & Lawson, W. (2005: May): Attention, monotropism & the diagnostic criteria for autism. *The International Journal of Research and Practice: Autism (Vol.9)* Num. 2 p. 139-156. London: Sage

Piaget, J. (1963): *The origins of intelligence in children*. New York: Norton.

Rodenbough, J. (2005: Feb): *The Readers Digest*. Sydney, NSW.

Schwartz, M., Begley, S (2003): *The mind and the brain: Neuroplasticity and the power of mental force*. New York: Harper Collins

Wing, L. (1988): The Definition and Prevalence of Autism: A Review. *European Child and Adolescent Psychiatry, Vol.2, Issue 2, April 1993*, pp.61-74. Hogrefe & Huber Publishers

Wing, L. (1993): The relationship between Asperger's Syndrome and Kanner's autism in Frith (1999) *Autism and Asperger's Syndrome*. Cambridge: Cambridge University Press.

Artikelförfattare är **Wendy Lawson** som har Aspergers syndrom och hon har skrivit flera böcker om autismspektrum. Wendy bor i Australien där hon arbetar som psykolog, handledare och föreläsare.

Läs mer om Wendy Lawson och hennes böcker på www.mugsy.org/wendy

Översättare är **Gunnel Norrö** som är utbildad socionom, pastor och yrkesförare. Hon fick sin Aspergerdiagnos först vid 51 års ålder, efter många år av mångsidigt arbetsliv. Gunnel har bland annat arbetat som frikyrkopastor, socialsekreterare och diakonalt med unga missbrukare.

Gunnel har skrivit böckerna: *Aspergers syndrom - har jag verkligen det?*(2006) och *Arbetsboken - handbok när man anställer människor som har Aspergers syndrom*.

Båda böckerna kan beställas av Gunnel per telefon 044/91378 eller via epost gunnel.norro@gmail.com

Denna information är uppdaterad 2010.