

Patientutbildning för personer med Autismspektrum (AST) "JAG & AST – att balansera livet med ett AutismSpektrumTillstånd"

Jag har under många år arbetat som psykiater och psykoterapeut inom psykiatrin. Har sett ett behov av ett helt nytt koncept av utbildningsmaterial där patienten är i fokus med sina upplevelser av de svårigheter vi diagnostiserat.

Kursmaterialet är en patientutbildning som har utvecklats speciellt för att kunna erbjudas inom Vuxenpsykiatrisk Öppenvård för personer som har en diagnos inom Autismspektrum (AST).



Nu kan det tyckas att det är väldigt utmanande att utveckla ett gruppkursmaterial för personer med (AST) vilka har grundläggande svårigheter att hantera sociala grupsituationer. Detta är en utmaning som vi hanterat i vårt kursmaterial genom ett unikt kursupplägg.

Kursen är unik eftersom det är en kurs skapad av professionen (psykiater) samt en person som själv har en diagnos inom AST (peer).

Kursen är också unik på så sätt att den genomförs i samverkan med en person med diagnos inom AST (peer) tillsammans med personal från psykiatrisk mottagning.

Detta kursupplägg gör att kursdeltagarna får en förståelse och grundläggande trygghet i gruppen.



Kursmaterialets upplägg med Peer gör att det blir betydligt mer personligt och igenkännande för deltagarna: att det är precis så här jag tänker (tanke), känner (känsla) och fungerar (handling). Detta bidrar till att alla kan dela sina livserfarenheter och tillsammans hitta fler användbara strategier för att bättre förstå sig själva och sin omgivning

Kursen är också ett exempel på det som nu börjar kallas "Co-production" (där brukare och patienter blir aktiva medskapare i vården). Ett sådant arbetssätt inom psykiatri leder till det som alla eftersträvar nämligen en återhämtningsinriktad psykiatri.

"JAG & AST" har 9 kurstillfällen, några av kursens ämnen:

- Jag & diagnoser
- Jag & alla andra
- Jag & mina tankar
- Jag & min vardag
- Jag & min framtid

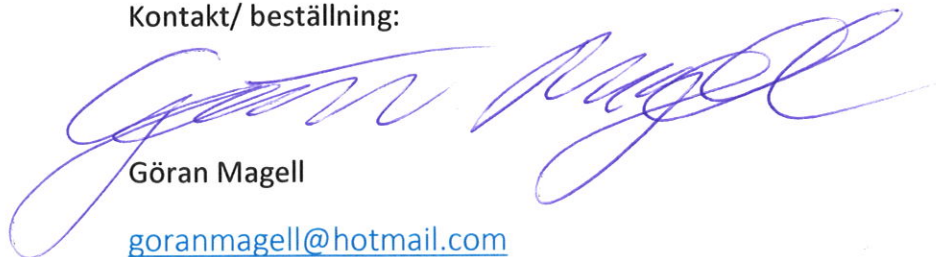
Kursmaterialet säljs till tryckkostnaden. Paketpris 1330 kr (exklusive moms) för grundmaterial bestående av:

- Samtalsledarmaterial
- Peermaterial
- Arbetsbok – deltagare
- Kortlek med reflektionsfrågor
- Power Point presentation, USB

Det som förnyas med varje grupp blir enbart deltagarnas arbetsböcker.

Undertecknad erbjuder sig att komma till er mottagning för en introduktionsföreläsning.

Kontakt/ beställning:



Göran Magell

goranmagell@hotmail.com

Tel 070-859 23 55

Funka bättre AB
Göran Magell
Norra Storgatan 47
575 32 Eksjö

JAG & AST

att balansera livet med
ett AutismSpektrumTillstånd

Kursmaterial för samtalsledare

Inledning

Jag har alltid haft som utgångspunkt att se på livet och tillvaron utifrån ett helhets- perspektiv. Detta har under livets gång förstärkts mot bakgrund av mina utbildningar och yrkesval; präst, läkare, psykiater och psykoterapeut.

Jag har nu arbetat inom vuxenpsykiatrin i närmare 30 år och de senaste 10 åren med neuropsykiatriska utredningar och behandlingar.

Som läkare ser jag allför ofta att personer med autism får problem både i arbetsliv och med vardagsrutiner. Det är många som utvecklar ångestreaktioner och depressioner vilket ytterligare begränsar livet.

Det medför att kontakten med psykiatrin ofta börjar med symtomhantering av ångest och depression innan man ser de bakomliggande svårigheterna i en autismdiagnos.

När vi börjar förstå sambanden i ohälsans utveckling mot bakgrund av de autistiska svårigheterna då framträder nya mönster som gör det möjligt att påbörja ett förändringsarbete.

Det är mot denna bakgrund jag har sett ett stort behov av ett helt nytt koncept av utbildningsmaterial där patienten är i fokus med sina upplevelser av de svårigheter vi diagnostiserat. Det är viktigt att vi inom hälso- och sjukvården stödjer patienten på sin resa genom livet.

Jag har i det kliniska mötet lagt märke till att det är två helt olika tankesätt som möts: Från professionen vill vi förklara och undervisa om de svårigheter som diagnosen medför i vardagslivet för personer med AST, autismspektrumtillstånd, dvs ett **utifrån-perspektiv**. Medan AST-personerna själva utgår ifrån sitt sätt att tänka och sin erfarenhet dvs ett **inifrån-perspektiv**.

Det personer med AST upplever är att de tänker annorlunda, kan bete sig annorlunda. Detta är den mest typiska känslan som de har i sin erfarenhet av att leva i vårt samhälle. De upplever att de är/ tänker/ fungerar annorlunda samt att det känns som att befinna sig på en "annan planet".

Detta utbildningsmaterial utvecklade vi under 2018 för AST-personer att användas inom vuxenpsykiatrisk mottagningsverksamhet. Kursen är en patientutbildning på 9 tillfällen.

Vi har testat och utvärderat materialet under 2019 och 2020 på vuxenpsykiatriska mottagningar.

Nu kan det tyckas att det är väldigt utmanande att utveckla ett gruppkursmaterial för AST-personer vilka har grundläggande svårigheter att hantera sociala gruppsituationer. Detta är en utmaning som vi hanterat i vårt kursmaterial genom ett unikt kursupplägg.

Kursen är unik eftersom det är en kurs skapad av professionen (psykiater) samt en person som själv har en diagnos inom AST.

Kursen är också unik på så sätt att den genomförs i samverkan med en person med diagnos inom AST (peer) tillsammans med personal från psykiatrisk mottagning.

Detta kursupplägg gör att kursdeltagarna får en grundläggande trygghet i gruppen, en känsla av att man förstår varandra, en känsla av att befinna sig på "samma planet". Denna förståelse och trygghet som skapas utifrån dessa förutsättningar leder till att man känner identifikation och bekräftelse. Man värdesätter gruppen och andras erfarenheter vilket gör det lättare att själv delta i gruppsamtalet med sina erfarenheter, man får vara "aspig".

Denna kurs visar på ett helt nytt arbetssätt inom psykiatrin där en person med egen erfarenhet inom AST blir en viktig person i grupprocessen.

Samtalsledaren från professionen leder gruppen tillsammans med peer, person med egen erfarenhet av diagnos inom AST. Samtalsledaren kommer att ha det övergripande ansvaret för gruppen medan peer har som sin viktigaste uppgift att validera/ bekräfta deltagarna genom att berätta om egna erfarenheter som komplement till kursmaterialet.

Kursens syfte / målsättning är att personer med diagnos inom AST bättre ska kunna leva sina liv utifrån de förutsättningar de har samt lära sig hur de bättre kan förstå sig själva och sin omgivning.

Min förhoppning är att deltagarna kommer att hantera livets utmaningar med flera användbara strategier efter genomförd kurs.

Göran Magell
Ansvarig för materialet

Förord

Jag lärde känna Göran Magell under den tid vi arbetade gemensamt på Neuropsykiatriska enheten i Växjö. Jag upplevde honom som en mycket ödmjuk och kunnig person och psykiater med stort intresse för neuropsykiatri och autismspektrumtillstånd, AST. Det var en stor förlust när han flyttade från orten men en stor glädje att han fortsatt sitt gedigna arbete inom neuropsykiatri, ett arbete som nu resulterat i föreliggande utbildningsmaterial.

Undertecknad har arbetat med AST sedan 1989 då jag fick en tjänst inom dåvarande Omsorgsförvaltningen i Kronoberg. Har fortsatt att arbeta med AST och neuropsykiatri fram till min pensionering för två år sedan. Doktorerade på autism 2003 och har lett ett stort antal specialistkurser för psykologer och även haft kurser i psykologprogrammet i Växjö, dock alltid arbetat praktiskt med AST minst halvtid.

Kursen innehåller alla livets viktiga områden och hur de påverkas av AST generellt och ger möjligheter till personlig anpassning och personlig utveckling.

Materialet är gediget och genomsyras av kunskap och erfarenhet som jag är övertygad om kommer att bli till stor hjälp för de personer med AST som får förmånen att genomgå kursen under ledning av erfarna personer, såväl professionella som peers, dvs personer som själva har AST. Ett unikt koncept som fördjupar och berikar utbildningen!

Jag rekommenderar varmt konceptet och kursmaterialet och hoppas att det kommer många till del!

Växjö i augusti 2020

Bengt Persson
Leg psykolog, specialist i klinisk psykologi, fil.dr.

Samverkansperspektivet

Kursmaterialet är skapat för att göras i samverkan mellan en person med egen erfarenhet av AST och en person som arbetar inom en profession. Det kan vara en sjuksköterska, kurator, skötare, arbetsterapeut eller liknande.

Kursen utgår ifrån att samtalsledaren är den som representerar professionen. Det finns många exempel på hur samverkan mellan professionen (de som

behandlar personer) och de som har blivit behandlade arbetar tillsammans. Det gäller både inom den somatiska vården och inom psykiatrin.

Att samverka på det här sättet är ett effektivt och enkelt verktyg för att minska diskriminering, stigmatisering och klyftor mellan människor i vårt samhälle.



Samtalsledarens roll

- att ha det övergripande ansvaret.
- att välja ut och bjuda in deltagare.
- att se till att deltagarna har eller får sitt utredningsmaterial till kursstarten.
- att ansvara för att mål och syfte hålls.
- att leda samtalen.
- att vara insatt i materialet.
- att se till att tider hålls.
- att alla får möjlighet att prata.
- att sammanfatta varje kursdel.
- att bjuda in läkare, psykolog, terapeut.
- att fixa fika och lokal.
- att utvärdera.

Rollen som peer

- att validera/ bekräfta deltagarna.
- att ta fram egna erfarenheter som komplement till kursmaterialet.

Den gemensamma rollen är

- att komplettera varandra.
- att fungera som ett gemensamt team.

Introduktion till kursmaterialet

Hela kursmaterialet innehåller

1. Kursmaterial för samtalsledare
2. Kursmaterial för peer
3. Kursmaterial för deltagare
4. Power Point presentation på USB
5. Kortlek med reflektionsfrågor

1. Kursmaterial för samtalsledare

- Inledning
- Presentationsbilder från Power Point presentationen med tips inför varje kursmoment samt ofta en kort förklarande text och utrymme för egna anteckningar.
- Arbetsmaterial
 - reflektionsfrågor till varje kursmoment
 - övningsuppgifter
 - stöd vid samtal
 - utvärderingsfrågor
 - kursinbjudan / kursintyg
- Fördjupningsmaterial
- Extramaterial

2. Kursmaterial för peer

- Inledning
- Presentationsbilder från Power Point presentationen med möjlighet att rita eller anteckna vid varje bild
- Arbetsmaterial
 - reflektionsfrågor till varje kursmoment
 - övningsuppgifter
 - stöd vid samtal
- Fördjupningsmaterial

3. Kursmaterial för deltagare

- Inledning
- Presentationsbilder från Power Point presentationen med möjlighet att rita eller anteckna vid varje bild
- Arbetsmaterial
 - reflektionsfrågor till varje kursmoment
 - övningsuppgifter
 - stöd vid samtal

4. Power Point presentation

- De bilder som finns i Power Point presentationen finns även i samtligas kursmaterial. Man behöver inte visa bilderna för att göra kursen.

5. Kortlek

- Kortleken innehåller reflektionsfrågorna från del 2-8 som finns i Arbetsmaterialet. Kortleken är numrerad. Exempel 7/68. 7 står för kurstillfället och 68 för numret på reflektionsfrågan. På framsidan kan man notera efter vilken bild man vill ta upp frågan.