

Autismeforeningens Trivselskommissions anbefalinger

Indledning

Autismeforeningens Trivselskommissions 16 anbefalinger sætter en samlet, rettighedsbaseret retning for, hvordan Danmark skal sikre trivsel for autistiske børn, unge og voksne – hele livet.

Anbefalingerne tager afsæt i én grundlæggende præmis: Autistiske mennesker har ret til at trives på egne præmisser. Trivsel handler ikke om at tilpasse sig et system, der ikke er indrettet til én – det handler om, at systemet indrettes, så det understøtter forskellige neurologiske forudsætninger.

Anbefalingerne dækker sundhed og udredning, socialområdet og specialisering, skole og uddannelse, beskæftigelse samt mental sundhed og livskvalitet. De peger på konkrete politiske løsninger: nationale standarder, forpligtende finansiering, styrket specialisering, retssikkerhed og bedre sammenhæng på tværs af sektorer.

I folketingsvalgkampen 2026 fungerer disse anbefalinger som et politisk pejlemærke og et forpligtende redskab. De skal bruges til at holde partier og kandidater fast på klare svar:

Vil I sikre rettidig udredning?

Vil I genopbygge specialiseringen på socialområdet?

Vil I finansiere en reel indsats mod ufrivilligt skolefravær?

Vil I tage ansvar for, at autistiske voksne får adgang til arbejdsmarkedet?

Autismeforeningen vil bruge anbefalingerne aktivt i dialog med politikere, i debatter og i den offentlige samtale. Målet er klart: Trivsel for autistiske mennesker må ikke være afhængig af postnummer eller kommunal økonomi – det er et nationalt ansvar.

Disse 16 anbefalinger er vores bud på, hvad der konkret skal til.

En rettighedsbaseret forståelse af trivsel

Anbefaling 1

Alle har ret til at trives – også autister:

- Trivsel for autistiske børn, unge og voksne skal defineres ud fra deres egne forudsætninger – ikke ud fra normer for det neurotypiske flertal.
 - Anerkendelse af autisme som en varig og anderledes neurologisk profil – ikke et midlertidigt udviklingsproblem
 - Der skal udvikles nationale retningslinjer for autisMEforståelse i velfærdssektoren
-

Sundhed og udredning

Anbefaling 2

Ret til rettidig udredning og sammenhængende behandling:

- Nationale maksimale ventetider på udredning for autisme
- Ensartet adgang til specialiseret udredning på tværs af regioner
- Krav til systematisk opfølgning efter diagnose
- Nationale kvalitetsstandarder for autisMEspecifik behandling
- Tværfaglige teams med specialiseret viden om autisme
- Ret til oplysnings- og rådgivningsforløb og familieføløb efter diagnose
- Koordineret indsats mellem sundhed, skole og socialforvaltning

Anbefaling 3

Forebyggelse af sen-diagnosticering og fejldiagnosticering:

- Øget opmærksomhed på piger, kvinder og minoritetsgrupper særligt i skole og uddannelsessystemet
 - Systematisk kompetenceløft i almen praksis og PPR
 - National monitorering af diagnosticeringspraksis
-

Socialområdet og specialisering

Anbefaling 4

Genopbygning af højt specialiserede tilbud:

- En gennemgribende og forpligtende national specialeplan startende med autisMEområdet

- Stop for afspecialisering på socialområdet
- Øremærket finansiering til specialiserede indsatser

Anbefaling 5

Kvalitet og stabilitet i botilbud:

- Nationale minimumsstandarder for botilbud til autistiske mennesker
- Krav om autismespecifik faglighed blandt ledelse, bestyrelse og medarbejdere
- Systematisk kompetenceudvikling og supervision

Anbefaling 6

Retssikkerhed og klageadgang:

- Styrket og uafhængigt tilsyn med kommunale afgørelser, fx via en forvaltningsdomstol eller tilsvarende instans
- Hurtigere behandling af klagesager
- National monitorering af afslag på støtte efter serviceloven

Anbefaling 7

Retten til familieliv – også når kommunale systemer svigter

- Autistiske børn og unge har ret til deres familie – og til at høre til
- Autisme i sig selv må aldrig begrunde en anbringelse
- Kommunale indsatser skal altid tage udgangspunkt i støtte til familien – før indgribende foranstaltninger iværksættes

Anbefaling 8

Sammenhæng på tværs af sektorer:

- Nedbrydelse af silotankegangen på områderne sundhed, social, uddannelse og beskæftigelse
- Én koordinerende kontaktperson i komplekse sager
- Ret til samlet handleplan

Uddannelse og skole

Anbefaling 9

En skole med reel plads til alle:

- Inklusion skal baseres på faglighed og ressourcer – ikke besparelser
- Krav om autismespecifik viden i PPR og skoleledelser

- Investeringer i både almen- og specialområdet
- Anerkendelse af specialområdet som en nødvendig videns- og praksisinstitution

Anbefaling 10

Styrket autisめfaglighed i hele uddannelsessystemet:

- Obligatorisk undervisning om autisme på lærer-, pædagog- og socialrådgiveruddannelser
- Specialiserede ressourcepersoner på alle grundskoler
- National efteruddannelsesindsats

Anbefaling 11

Forebyggelse og håndtering af ufrivilligt skolefravær:

- National strategi for autisme og ufrivilligt skolefravær med forpligtende finansiering
- Krav om tidlig indsats ved begyndende fravær
- Stop for sanktioner mod familier, hvor fraværet skyldes mistrivsel i skolen

Anbefaling 12

Trykke overgange i uddannelsessystemet:

- Systematiske overgangsforløb fra dagtilbud til skole, skole til ungdomsuddannelse og videregående uddannelse for autistiske børn og unge gennem individuelle overgangsplaner.
- Ret til SPS-støtte gennem hele skole- og uddannelsestiden, så støtten følger eleven eller den studerende igennem livet

Beskæftigelse og voksenliv

Anbefaling 13

Adgang til arbejdsmarkedet på egne præmisser:

- Forpligtende måltal for beskæftigelse
- Partnerskaber mellem stat, kommuner og erhvervsliv
- Flere fleksible ansættelsesformer
- Ret til specialiseret vejledning og jobstøtte

Anbefaling 14

Tryghed i overgangen til voksenlivet:

- Sammenhængende støtte i overgangen fra børne- til voksenområdet, med en fleksibel og individuel tilgang til alder og aldersgrænser – da det ikke altid svarer til, at man automatisk er voksen ved 18 år
 - Oprettelse og øget brug af flere fleksible pladser på botilbud
-

Mental sundhed og livskvalitet hele livet

Anbefaling 15

Adgang til specialiseret psykiatrisk og psykologisk behandling:

- Autismespecifik behandlingskapacitet i voksenpsykiatrien
- Bedre screening for samtidige diagnoser
- National indsats mod selvmord og alvorlig mistriivsel blandt autistiske unge og voksne

Anbefaling 16

Et liv med livskvalitet, deltagelse og fællesskab:

- Ret til fritids- og foreningsliv med den nødvendige støtte
- Kommunale fritidspas også for unge og voksne med handicap
- Støtte til autistiske fællesskaber og peer-netværk
- Nedsættelse af ekspertgruppe, som skal belyse, hvordan man sikrer livskvalitet for autistiske mennesker

Baggrund for anbefalingerne

En rettighedsbaseret forståelse af trivsel

En forudsætning for at styrke trivsel blandt autistiske børn, unge og voksne er, at vi grundlæggende gentænker, hvad vi mener med trivsel – og hvem definitionen tager udgangspunkt i. I dag måles og vurderes trivsel ofte ud fra normer, der afspejler det neurotypiske flertals måde at sanse, kommunikere og indgå i fællesskaber på.

En rettighedsbaseret forståelse af trivsel tager afsæt i, at autistiske mennesker har ret til at være autister.

Trivsel skal defineres ud fra den enkeltes neurologiske profil, behov og livsbetingelser – ikke ud fra forventningen om tilpasning til en majoritetskultur. Når autistiske børn og unge oplever pres, udmattelse eller sammenbrud, er det ofte et udtryk for, at omgivelserne ikke er tilstrækkeligt tilpasset deres behov – ikke at de som individer fejler noget.

Derfor er det afgørende, at autisme anerkendes som en varig og anderledes neurologisk profil. Autismen er ikke et midlertidigt udviklingsproblem, man “vokser fra”, men en livslang måde at opleve og bearbejde verden på. Denne anerkendelse skal afspejles i lovgivning, praksis og faglige tilgange på tværs af sundheds-, social-, uddannelses- og beskæftigelsesområdet.

For at sikre en ensartet og kvalificeret tilgang er der behov for nationale retningslinjer for autismeforståelse i velfærdssektoren. I dag varierer forståelsen og kvaliteten betydeligt på tværs af kommuner og institutioner. Nationale retningslinjer vil kunne skabe et fælles fagligt fundament, styrke retssikkerheden og bidrage til, at trivsel for autistiske mennesker ikke afhænger af postnummer eller enkeltpersoners viden.

En rettighedsbaseret forståelse af trivsel er således ikke blot et sprogligt skifte – det er et politisk valg om at tage autistiske menneskers livsbetingelser alvorligt og indrette samfundets systemer derefter.

Sundhed og udredning

Adgang til rettidig og kvalificeret udredning er en afgørende forudsætning for trivsel for autistiske børn, unge og voksne. I dag oplever mange familier lange ventetider, store regionale forskelle og manglende sammenhæng mellem udredning og den efterfølgende støtte. Konsekvensen er, at mennesker går i årevis uden forklaring på deres vanskeligheder, at mistvivsel forværres, og at indsatser sættes for sent eller forkert ind.

Retten til rettidig udredning handler derfor både om sundhedsfaglig kvalitet og om retssikkerhed. Der bør indføres nationale maksimale ventetider på udredning for autisme, så børn, unge og voksne ikke overlades til ventelister, hvor deres situation kan forværres markant. Samtidig skal adgangen til specialiseret udredning være ensartet på tværs af regioner. I dag er der betydelige geografiske forskelle i praksis, hvilket skaber ulighed i sundhed og livschancer.

En diagnose må imidlertid ikke stå alene. Der skal være krav om systematisk opfølgning efter diagnosticering og adgang til nationale kvalitetsstandarder for autismespecifik behandling. Autisme er en kompleks neurologisk profil, der ofte sameksisterer med andre tilstande, og det kræver tværfaglige teams med specialiseret viden at sikre den rette indsats. Der bør derfor være ret til strukturerede oplysnings- og rådgivningsforløb samt familieføløb efter diagnose, så både den enkelte og de pårørende får viden, redskaber og støtte til at forstå og håndtere hverdagen.

Samtidig er sammenhængen mellem sektorer afgørende. Mange oplever, at sundhedsvæsenet afslutter sit ansvar ved diagnosticering, hvorefter familien selv må navigere i mødet med skole, socialforvaltning og andre instanser. En koordineret indsats på tværs af sundhed, skole og socialområde er derfor nødvendig for at sikre, at udredning faktisk fører til relevant støtte.

En væsentlig udfordring er desuden sen-diagnosticering og fejldiagnosticering. Særligt piger og kvinder diagnosticeres ofte sent, fordi deres autisme kan komme til udtryk på andre måder end den gør hos drenge. Også minoritetsgrupper risikerer at blive overset eller fejlforstået. Det kan føre til unødigt mistrovsel, psykiatriske følgeproblemer og tab af skole- og arbejdslivsmuligheder. Derfor er der behov for øget opmærksomhed i skole- og uddannelsessystemet, systematisk kompetenceløft i almen praksis og PPR samt national monitorering af diagnosticeringspraksis.

Socialområdet og specialisering

Autismeområdet har gennem en årrække været præget af afspecialisering, fragmentering og betydelige forskelle i kvalitet på tværs af kommuner. Det har haft alvorlige konsekvenser for autistiske børn, unge og voksne – og for deres familier. Når specialiseret viden forsvinder, erstattes den ikke blot af “mindre specialisering”, men ofte af utilstrækkelige indsatser, fejlplaceringer og forværring af trivsel. Derfor er der behov for en grundlæggende genopbygning af det specialiserede socialområde.

En gennemgribende og forpligtende national specialeplan – med start på autismeområdet – er nødvendig for at sikre, at højt specialiserede tilbud faktisk eksisterer, er tilgængelige og har den nødvendige volume og kvalitet. Det kræver et stop for den fortsatte afspecialisering, hvor mindre, lokale løsninger erstatter fagligt bæredygtige miljøer. Specialisering forudsætter både faglig tyngde og økonomisk prioritering, og derfor bør der afsættes øremærket finansiering til specialiserede indsatser, så kommunale budgethensyn ikke undergraver kvaliteten.

Kvaliteten i botilbud er et særligt kritisk område. For autistiske mennesker med behov for støtte i hverdagen er botilbud ikke blot en ydelse, men rammen om deres liv. Der bør derfor fastsættes nationale minimumsstandarder, som sikrer ensartet kvalitet og retssikkerhed. Samtidig skal der stilles krav om autismespecifik faglighed blandt både ledelse, bestyrelse og medarbejdere. Uden specialiseret viden risikerer man misforståelser, konfliktoptrapning og uhensigtsmæssige pædagogiske tilgange. Systematisk kompetenceudvikling og supervision skal være en integreret del af driften for at sikre stabilitet, forebygge magtanvendelser og skabe trygge miljøer.

Retssikkerheden på socialområdet er under pres. Mange familier oplever afslag på støtte, lange klagesagsforløb og en praksis, hvor kommunens økonomi reelt får forrang for lovgivningens intentioner. Der er derfor behov for styrket, uafhængigt tilsyn med kommunale afgørelser – eksempelvis gennem en forvaltningsdomstol eller lignende – samt hurtigere behandling af

klagesager. National monitorering af afslag på støtte efter serviceloven vil skabe gennemsigtighed og mulighed for politisk ansvarlighed, hvis bestemte mønstre eller systematiske afvisninger opstår.

Anbringelser er et af de mest indgribende skridt, samfundet kan tage over for et barn og en familie. Autistiske børn og unge har ret til deres familie og til at høre til. Autisme i sig selv må aldrig være begrundelse for en anbringelse. Hvis kommunale systemer svigter i at levere den rette støtte, må konsekvensen ikke være, at barnet fjernes. Indsatser skal altid tage udgangspunkt i at styrke og støtte familien, før indgribende foranstaltninger iværksættes. Retten til familieliv er grundlæggende og må ikke udhules af manglende specialiseret viden eller utilstrækkelig støtte.

Endelig er sammenhæng på tværs af sektorer afgørende. Autistiske mennesker og deres familier oplever alt for ofte at blive kastebolde mellem sundhed, socialforvaltning, uddannelsessystem og beskæftigelsesindsats. Silotænkning skaber brud i forløb og tab af viden. Silotænkning flytter fokus fra mennesket til systemets grænser – og lader strukturelle barrierer stå i vejen for den nødvendige hjælp. Der bør derfor sikres én koordinerende kontaktperson i komplekse sager samt ret til en samlet, tværsektoriel handleplan. Indsatserne skal hænge sammen – ikke blot administrativt, men i praksis og i menneskers liv.

Uddannelse og skole

Skolen og uddannelsessystemet er afgørende arenaer for børns og unges trivsel, læring og deltagelse i fællesskaber. For autistiske børn og unge er kvaliteten af den pædagogiske indsats ofte helt udslagsgivende for, om de får mulighed for at udvikle sig fagligt og socialt – eller om de gradvist ekskluderes og mister fodfæste. Alt for mange familier oplever i dag, at inklusion bliver et spareprojekt frem for en faglig ambition, og at manglende viden fører til mistrivsel, konflikter og i sidste ende skolefravær.

En skole med reel plads til alle forudsætter, at inklusion baseres på faglighed og tilstrækkelige ressourcer – ikke på økonomiske hensyn. Når specialiserede tilbud nedlægges uden samtidig opbygning af kompetencer i almenmiljøet, svækkes både det enkelte barn og fællesskabet. Der bør derfor stilles krav om autismspecifik viden i PPR og blandt skoleledelser, så beslutninger om støtte, visitation og pædagogiske tiltag træffes på et kvalificeret grundlag. Samtidig skal der investeres i både almen- og specialområdet. Specialområdet skal anerkendes som en nødvendig videns- og praksisinstitution, der ikke blot løser opgaver, men også udvikler og formidler specialiseret faglighed til resten af systemet.

En varig styrkelse af autisfefagligheden kræver, at viden forankres allerede i grunduddannelserne. Obligatorisk undervisning om autisme på lærer-, pædagog- og socialrådgiveruddannelser er derfor afgørende for at sikre et fælles fagligt fundament. Derudover bør alle grundskoler have adgang til specialiserede resourcepersoner med autismspecifik kompetence, som kan understøtte kolleger og bidrage til tidlig indsats. En national efteruddannelsesindsats er nødvendig for at løfte det eksisterende personale og sikre, at ny viden omsættes i praksis.

Ufrivilligt skolefravær er et voksende problem blandt autistiske børn og unge. Fraværet er ofte et symptom på mistrivsel, overbelastning eller manglende tilpasning af læringsmiljøet – ikke udtryk for manglende vilje. Derfor bør der udarbejdes en national strategi for autisme og ufrivilligt skolefravær med forpligtende finansiering, så kommunerne reelt kan handle. Tidlig indsats ved

begyndende fravær skal være et krav, og sanktioner mod familier, hvor fraværet skyldes mistrivsel i skolen, bør ophøre. Ansvar for trivsel i skolen kan ikke placeres hos barnet eller forældrene alene.

Endelig er trygge overgange afgørende for kontinuitet og fastholdelse i uddannelse. Skift fra dagtilbud til skole, fra grundskole til ungdomsuddannelse og videre til videregående uddannelse indebærer ofte nye krav, miljøer og relationer, som kan være særligt krævende for autistiske børn og unge. Der bør derfor etableres systematiske overgangsforløb med individuelle overgangsplaner, der sikrer forudsigelighed, inddragelse og sammenhæng. Retten til SPS-støtte bør følge eleven eller den studerende gennem hele uddannelsesforløbet, så støtten ikke bortfalder ved hvert skift, men skaber stabilitet og mulighed for vedvarende deltagelse.

Beskæftigelse og voksenliv

Overgangen til voksenlivet og adgangen til arbejdsmarkedet er for mange autistiske mennesker forbundet med usikkerhed, brudte forløb og tab af støtte. Alt for ofte ophører indsatser brat ved det fyldte 18. år, uden at der er sikret en sammenhængende plan for uddannelse, beskæftigelse, bolig og social støtte. Samtidig står mange autistiske voksne uden for arbejdsmarkedet – ikke på grund af manglende kompetencer, men fordi rammerne ikke er tilpasset deres forudsætninger.

Adgang til arbejdsmarkedet på egne præmisser kræver en strukturel og politisk prioritering. Der bør fastsættes forpligtende måltal for beskæftigelse, så området ikke overlades til tilfældigheder og lokale prioriteringer. Måltal skal følges af reelle investeringer og partnerskaber mellem stat, kommuner og erhvervsliv, hvor arbejdsgivere understøttes i at skabe inkluderende arbejdspladser. Mange autistiske mennesker besidder stærke faglige og analytiske kompetencer, høj grad af specialisering og loyalitet – men arbejdsmarkedet skal indrettes, så disse styrker kan bringes i spil.

Det forudsætter flere fleksible ansættelsesformer, hvor arbejdstid, opgaveindhold og rammer kan tilpasses individuelt. Standardiserede fuldtidsnormer og ensartede jobprofiler udelukker unødigt mange. Samtidig bør der være ret til specialiseret vejledning og jobstøtte, så både den enkelte og arbejdspladsen får kvalificeret rådgivning om tilpasninger, struktur og trivsel. Beskæftigelse må ikke reduceres til midlertidige projekter, men skal ses som en langsigtet investering i deltagelse og selvstændighed.

Overgangen til voksenlivet kræver desuden tryghed og kontinuitet. I dag oplever mange familier, at støtten ændrer karakter eller bortfalder ved overgangen fra børne- til voksenområdet. En fleksibel og individuel tilgang til alder og aldersgrænser er derfor nødvendig. Man bliver ikke automatisk "voksen" i funktionel eller social forstand den dag, man fylder 18 år. Indsatser skal tage udgangspunkt i den enkeltes udvikling og behov – ikke i administrative skæringsdatoer. Man bør etablere muligheden for en overgangsordning, som kan løbe frem til det 23. år., og som gælder tværsektorielt. Ligeledes er bolig en central del af voksenlivet. Der er behov for oprettelse og øget brug af fleksible pladser i botilbud.

Mental sundhed og livskvalitet hele livet

Autistiske børn, unge og voksne har markant øget risiko for mistrivsel, angst, depression, selvskade og andre psykiatriske følgeproblemer. Alt for ofte skyldes det ikke autisme i sig selv, men manglende forståelse, utilstrækkelig støtte og gentagne belastninger gennem livet. Derfor er mental

sundhed på autismeområdet ikke blot et spørgsmål om behandling – det er et spørgsmål om rettidig indsats, specialiseret faglighed og rammer, der understøtter livskvalitet.

Adgangen til specialiseret psykiatrisk og psykologisk behandling skal styrkes væsentligt. Voksenpsykiatrien mangler i dag tilstrækkelig autismspecifik behandlingskapacitet, og mange oplever at blive mødt med standardiserede behandlingsformer, som ikke tager højde for deres neurologiske profil. Autisme bruges desværre også flere steder som eksklusionskriterium, fx i tilbud om kognitiv adfærdsterapi. Det bygger på en misforståelse, da autistiske mennesker godt kan have gavn af terapien – den skal blot tilpasses deres måde at bearbejde information og sanse verden på. Når tilpasningen udebliver, skaber det ulighed i sundhed. Alt dette kan føre til forkerte konklusioner, utilstrækkelig behandling eller i værste fald yderligere forværring af mistrivsel. Der bør derfor opbygges målrettet kapacitet og kompetence i voksenpsykiatrien, så behandlingen tilpasses autistiske menneskers behov.

Samtidig er der behov for bedre og mere systematisk screening for samtidige diagnoser. Autisme sameksisterer ofte med eksempelvis angst, ADHD, selvskade eller depression, men symptomer kan blive overset eller fejlfortolket. En kvalificeret screening er afgørende for at sikre den rette behandling og undgå fejldiagnosticering.

Den forhøjede risiko for selvmord og alvorlig mistrivsel blandt autistiske unge og voksne kalder på en national, målrettet indsats. Forebyggelse kræver både specialiseret viden i behandlingssystemet og strukturelle forbedringer i skole, uddannelse, beskæftigelse og social støtte. Mental sundhed kan ikke isoleres fra de livsbetingelser, mennesker lever under.

Livskvalitet handler imidlertid om mere end fravær af sygdom. Et meningsfuldt liv forudsætter adgang til fællesskaber, fritidsinteresser og deltagelse på egne præmisser. Der bør sikres ret til fritids- og foreningsliv med den nødvendige støtte, så autistiske børn, unge og voksne ikke ekskluderes fra sociale arenaer på grund af manglende ledsagelse eller tilpasning. Kommunale fritidspas bør udvides til også at omfatte unge og voksne med handicap, så økonomiske barrierer ikke begrænser deltagelse.

Støtte til autistiske fællesskaber og peer-netværk er ligeledes central. Mødet med andre med lignende erfaringer kan styrke identitet, trivsel og selvforståelse. Det er en vigtig modvægt til oplevelsen af at stå alene i et samfund indrettet efter majoritetens normer.

Endelig bør der nedsættes en ekspertgruppe, som systematisk belyser, hvordan livskvalitet for autistiske mennesker bedst sikres på tværs af livsfaser. Ligeledes skal ekspertgruppen beskæftige sig med at belyse, hvad der sker med samfundet og hvad samfundet mangler - når autister udelukkes og ikke er en del af samfundets institutioner og fællesskaber.

Samlet set handler anbefalingerne om at flytte fokus fra alene at reagere på kriser til at skabe rammer for et godt liv. Mental sundhed og livskvalitet skal tænkes sammen – og sikres hele livet.