

Kan autister have traumer?

Kamilla Østergård Kjær

&

Stefani Mine Schubert

Stefani

- Medtovholder NAUK Randers.
- Medforfatter på "Praksisbog om Autisme for Ergoterapeuter og Fysioterapeuter"
- Bidragsyder til bogen "What do you Love most about Life?"
- Oplægsholder/underviser
- Førtdispensionist



Kamilla

- Psykolog med speciale indenfor autismeområdet (neurodivergens).
- Samtaler, undervisning, oplæg, udredning, viso-opgaver, vejledning, supervision mm.
- Børn, unge og voksne
- Aktuelt privatpraktiserende psykolog og har flere klienter med neurodivergens (autisme, ADHD)



**Men kan autister så have
traumer?**

Autisme og traume

Oplevet indefra

Set udefra

Stefanis traumehistorik

- Svigt
- Fejlbehandling
- Sensorisk
- Overgreb
- Mobning



Traumesymptomer

- Flashbacks, mareridt og hyperarousal
- Dissociation
- Hukommelsesproblemer
- Flygter fysisk og ved ikke hvor jeg er

Traumesymptomer

- Reagerer meget hurtigt med vrede
- Er ofte i konflikter med andre
- Kravundgåelse
- Svært at tage imod hjælp
- Kan blive pludseligt utryg i normalt trygge relationer

Traumesymptomer

- Spiseforstyrrelse
- Selvskade
- Selvmordstanker
- Selvmordsforsøg
- OCD

Støtte

Sådan kan andre hjælpe mig

- Vigtigt med et godt match – rent menneskeligt
- Gensidig tillid
- Være kongruente og autentiske
- Være åbne, ærlige og gennemsigtige overfor mig
- Være fleksible og nysgerrige
- Have fokus på den gode relation

Sådan kan andre hjælpe mig

- Anerkende at jeg er ekspert på mig og mit liv
- Respektere at jeg kender mig selv bedst
- Respektere mine grænser
- Anerkende min oplevelse af tingene som værende lige så rigtig som deres
- Anerkende mit perspektiv og mine oplevelser som gyldige
- Undgå krav og forventninger

Sådan kan andre hjælpe mig

- Skabe forudsigelighed/være forudsigelige
- Give mig kram og fysisk kontakt
- Hjælpe med at skabe ro
- Hjælpe med energiforvaltning
- Skabe muligheder
- Hjælpe mig med at kunne komme afsted til/holde fast i mine aktiviteter



Selvindsigt

-et tveægget sværd

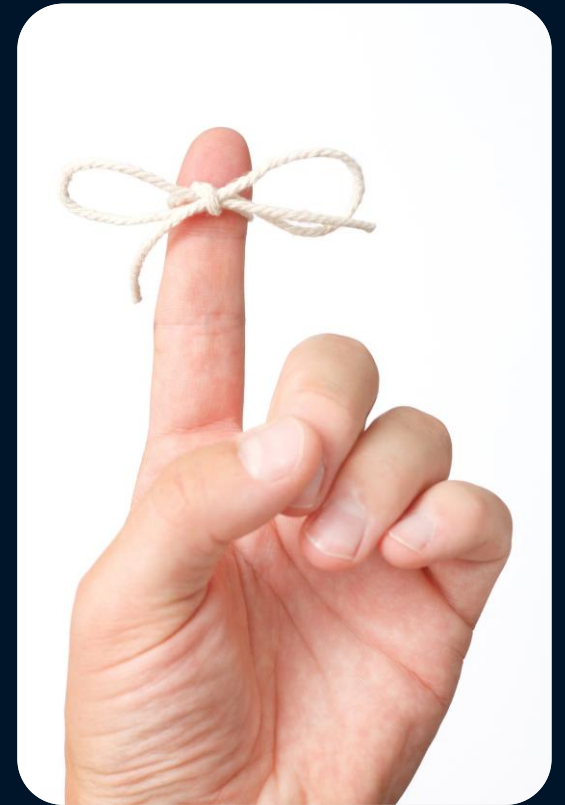
Traumebehandling tilpasset autister

Behandling af traumer er vigtigt

- Livskvalitet
- Funktionsniveau
- Generelle helbred
- Dødelighed
- Behandling kan skabe positive forandringer både ift. autisme og traume

Opmærksomhedspunkter i behandling

- Relationelle / sociale problemer
- Kommunikationsproblemer
- Hukommelsesproblemer
- Følelseslivet



Opmærksomhedspunkter i behandling

- Sansemæssige problemer
- Hvem er jeg? (identitet og selvforståelse)
- Hjernens finder automatisk et "nej"
- Svært at spørge om hjælp



Behandlingsforløbet



- Fokus på tillid
- Identitet, selvbillede, selvforståelse og selvindsigt
- Relationer / det sociale
- Følelsesregulering

Behandlingsforløbet



- Fra nej - til måske - til justering - til ja
- Mestring
- Traumerne
- Problemløsning

Dissociation



Lidt praktisk

Kontaktinfo

- Kamilla kan kontaktes på:
psykologkamilla@protonmail.com
- Stefani kan kontaktes på: LinkedIn

Kilder

- Grundbog i belastningspsykologi. Forebyggelse af primær og sekundær traumatisering ved psykisk krævende arbejde. Af Rikke Høgsted, 2021.
- Treating Trauma-Related Dissociation: A Practical, Integrative Approach. Af Kathy Steele mfl., 2016.

Kilder

- Fysiske sygdomme kan skyldes oversete barndomstraumer. Norske læger mener, vi står foran en revolution i sundhedsvæsenet. Af Anne Anthon Andersen. Socialt Indblik, 2023. [https://www.socialtindblik.dk/fysiske-sygdomme-kan-skyldes-oversete-barndomstraumer-norske-laeger-mener-vi-staar-foran-en-revolution-i-sundhedsvaesenet/Socialt Indblik](https://www.socialtindblik.dk/fysiske-sygdomme-kan-skyldes-oversete-barndomstraumer-norske-laeger-mener-vi-staar-foran-en-revolution-i-sundhedsvaesenet/Socialt%20Indblik)

Forslag til læsning

- Living with PTSD on the Autism Spectrum. Lisa Morgan & Mary P. Donahue, 2021.
- ”De hører jo bare på deres egne forklaringer”. Fysisk magt og epistemisk vold. Af Stine Grønbæk Jensen i Handicaphistorisk Tidsskrift 52: Magt og magtanvendelse i et handicaphistorisk perspektiv, 2024.
- Trauma, Stigma, and Autism; developing resilience and loosening the grip of shame. Gordon Gates, 2019.

Forslag til læsning

- Systemstress: når mødet med systemet stresser dig. Af Karin B. Nissen, 2024.
- Ude af mig selv. Karin Dyhr, 2018.
- Viden og erfaringer om brug af sansestimuli til at forebygge og reducere udadreagerende adfærd på ældreområdet. Sundhedsstyrelsen, 2019. <https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2019/Sansestimuli.ashx?la=da&hash=923339158CFE6B9BAE8E8CCB7ABFF87ADCEB2E66#page20et>

Forslag til læsning

- Traumer går under radaren. Af forsker og psykolog Tine Holm. Udgivet af Psykologernes Fagmagasin, nr. 1. 2025.
<https://www.dp.dk/p-psykologernes-fagmagasin/artikler/traumer-gaar-under-radaren-vi-risikerer-at-fejlbehandle/#:~:text=80-90%20procent%20af%20patienter%20med%20sv%C3%A6re%20psykiske%20lidelser,lyder%20det%20fra%20forsker%20og%20psykolog%20Tine%20Holm.>