

Elever med lindrig autism och asperger i högstadiet

Strukturerad rastverksamhet, en enkel lösning?

Julia Lindström

Jennifer Lundén

Alexandra Tuominen

Emma Walldén

Examensarbete för Hälsovårdare (YH)-examen och Socionom (YH)-
examen

Utbildning till hälsovårdare, Åbo

Utbildning till socionom, Åbo

Åbo 2023

EXAMENSARBETE

Författare: Julia Lindström, Jennifer Lundén, Alexandra Tuominen och Emma Walldén

Utbildning och ort: Utbildning till socionom (YH), Åbo och utbildning till hälsovårdare (YH), Åbo

Titel: Elever med lindrig autism och asperger i högstadiet – Strukturerad rastverksamhet, en enkel lösning?

Datum: 03.05.2023 Sidantal: 36 Bilagor: 1

Abstrakt

Det här examensarbetet tillhör Yrkehögskolan Novias projekt Tillgänglighet i vardagen och är ett funktionellt examensarbete. I arbetet är neuropsykiatriska funktionsvariationer i fokus och skribenterna har valt att avgränsa ämnet till lindrig autism och asperger. Examensarbetets syfte är att belysa hur de neuropsykiatriska variationerna lindrig autism och asperger visar sig under rasterna i skolan. Målet med examensarbetet är att utforma en strukturerad rastverksamhet för ungdomar i högstadieåldern med lindrig autism och asperger. Frågeställningen i examensarbetet är; hur kan man stöda ungdomar med lindrig autism och asperger under rasterna? Slutprodukten stöds av det skriftliga arbetet.

Rastverksamheten är utformad för Ekenäs Högstadieskola och enligt behovet där. Tanken är att produkten även kan tillämpas i andra skolor med liknande problematik. Utvecklingsprocessen bestod av två utföranden, vilket resulterade i konstruktionen av rastlådan. Utförandena var till för att pröva tre aktiviteter. Aktiviteterna valdes med teori och vetenskap som grund. De valda aktiviteterna var avslappning, bordsspel och kreativa stunden. I examensarbetet tillämpas metoden servicedesign och skribenterna har valt att använda delar från barncentrerad servicedesign (lapsikeskeinen palvelumuotoilu). Servicedesign är en populär metod inom funktionella arbeten. Den slutgiltiga produkten blev en låda med tillbehör till de tre aktiviteterna. I rastlådan är det tillfogat tydliga instruktioner och produkten är lättanvänd.

Språk: svenska

Nyckelord: autismspektrum, lindrig autism, asperger, neuropsykiatriska variationer, barn och ungdomar i högstadieåldern

BACHELOR'S THESIS

Author: Julia Lindström, Jennifer Lundén, Alexandra Tuominen and Emma Walldén

Degree Programme: Degree Programme in Social Services, Turku and Degree Programme in Public Health Nursing, Turku

Title: Pupils with High Functioning Autism and Aspergers in High School – Structured Recess Activities, a Simple Solution? / Elever med lindrig autism och asperger I högstadiet – Strukturerad rastverksamhet, en enkel lösning?

Date: 03.05.2023 Number of pages: 36 Appendices: 1

Abstract

This Bachelor's thesis is a part of the Novia University of Applied Sciences project *Tillgänglighet i vardagen*. It has been decided to limit the subject to only high functioning autism and aspergers, due to neuropsychiatric disabilities being such a large subject matter. The purpose of this Bachelor's thesis is to illuminate how neuropsychiatric disorders such as high functioning autism and aspergers show during school breaks. The goal of this thesis is to form a structured recess activity for children and adolescents with high functioning autism and aspergers. The question is as follows; how can you support children and adolescents with such neuropsychiatric disabilities during recess? The finished product is supported by the written part of this Bachelor's thesis.

The recess activities are specifically developed for Ekenäs High School and their needs. Additionally, the product can be established in other schools with similar issues. The development process of the product was cut into two trials, which then resulted in the final product, a recess box. The recess box contains supplies for three different activities; relaxation, table games and creativity. Instructions are also included in the box to make it easy to use. The activities in this thesis are chosen based on theory and scientific articles. The method that is used in this Bachelor's thesis is service design and some parts of child-centered service design.

Language: swedish

Key words: autism spectrum, high functioning autism, aspergers, neuropsychiatric disabilities, children and adolescents in high school

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	5
2	Syfte, mål och frågeställning	6
3	Teoretisk bakgrund	7
4	Historien bakom forskningen för autismspektrumet	8
5	Autismspektrumet	11
5.1	Diagnostiseringen av autismspektrumtillstånd	12
5.2	Utredningen av autismspektrumtillstånd	14
6	Tillvägagångssätt för insamling av data	15
7	Teori bakom aktiviteterna	17
7.1	Avslappningsövning	19
7.2	Bordsspel	20
7.3	Kreativa stunden	21
8	Metod	22
9	Utförande och slutprodukten	24
9.1	Bemötande	24
9.2	Utförande 1	25
9.3	Utförande 2	26
9.4	Utförande 3	28
10	Slutprodukten - Rastlådan	28
11	Tillförlitlighet och generaliserbarhet	30
12	Examensarbetets etiska frågeställningar	32
13	Diskussion	34
14	Litteraturförteckning	37
	Bilaga 1	1

Figurförteckning

Figur 1: Processen för det funktionella arbetet.....	17
Figur 2: Bilder från musikmålningen	27
Figur 3: Rastlådans innehåll	30

1 Inledning

Det finns flera olika definitioner och uppfattningar om autism. Enligt Backman (2022) är autism ett neuropsykiatriskt tillstånd, där en person har särskilt utmaningar med sociala färdigheter och flexibilitet (Backman, 2022, s. 17). Kumpulainen, Aronen, Ebeling, Laukkanen, Marttunen, Puura och Sourander (2019) redogör för att enligt ICD-10 ses autism nuförtiden som ett spektrum. Enligt ICD-10 hör störningar på autismspektrumet till barndomens omfattande funktionsvariationer. De vanligaste är barndomsautism, avvikande autism och asperger syndrom. Autismspektrumet bildas av tre hörnstenar; svårigheter i sociala samspelssituationer, bristande kommunikationsfärdigheter samt enformiga och upprepade funktioner. Av barn och ungdomar på autismspektrumet har 70–74 procent någon annan psykisk störning och över 40 procent har två eller flera. En del av dessa tillstånd har en liknande neuropsykiatrisk grund, men en del kan också bero på barnets eller ungdomens negativa upplevelser. (Kumpulainen, o.a., 2019, ss. 219, 226). I detta examensarbete har vi valt att avgränsa och fokusera på lindrig autism och asperger syndrom inom autismspektrumet. Diagnoserna kommer förklaras senare mer djupgående.

Autismspektrumet har kommit till vårt intresse genom arbetslivserfarenhet. Ämnet är även problematiskt, eftersom utmaningarna varierar beroende på personen och omgivningen personen lever i. Detta gör ämnet intressant, eftersom det krävs brett yrkeskunnande för att kunna stöda och handleda personer med en diagnos på autismspektrumet. Vi har varit i kontakt med Ekenäs högstadieskolas speciallärare Johanna Rosendal. Rosendal beskriver problematiken i högstadiet särskilt i sociala sammanhang, till exempel rasterna i skolan (Personlig kommunikation, 2023). Rosendal beskriver det som också Olsson och Olsson (2021) beskriver som antisocialt eller normbrytande beteende. Detta innebär att barn och ungdomar medvetet eller omedvetet bryter mot uttalade eller outtalade normer och regler till exempel i skolan. Det finns flera bakgrundsfaktorer som kan vara orsaken till detta beteende. I diskussion med Rosendal kom det fram att det i detta fall handlar om neuropsykiatriska variationer som lindrig autism och asperger. Det är kännetecknande att då till exempel ha bristande språklig förmåga med svårigheter att sätta ord på tankar och känslor, bristande självkontroll, bristande social kompetens, bristande förmåga att tolka sociala signaler etcetera. (Olsson & Olsson, 2021).

Det funktionella arbetet är en forskningsprocess som vi valt att gå in i eftersom vi fått kännedom om att det finns ett behov särskilt i Ekenäs högstadieskola för att utveckla

rasterna. Det funktionella arbetet är ett utvecklingsarbete där man samarbetar med arbetslivet för ett specifikt behov och till en specifik omgivning där man upptäckt ett utvecklingsbehov. Vi har valt att göra ett funktionellt arbete för att kunna stöda ungdomar med lindrig autism och asperger, genom att skapa strukturerad rastverksamhet. Rastverksamheten skall fungera som avbelastande och sysselsättande. Från Ekenäs högstadieskola kommer vi samarbeta med en grupp ungdomar som har varierande diagnoser på autismspektrumet. Som skribenter för detta arbete kommer vi med den kunskap och teori vi samlat under tidigare studieår samt ny teori vi samlat under examensarbetsprocessen skapa en produkt specifikt för Ekenäs högstadieskolas elever. Rastverksamheten kan eventuellt också användas av elever i andra skolor med samma problematik. (Kostamo, Airaksinen, & Vilkkä, 2022, s. 15).

I detta arbete kommer vi först redogöra arbetets syfte, mål och frågeställning. Sedan kommer vi gå vidare till den teoretiska bakgrunden för arbetet. Inom detta kapitel kommer vi behandla tidigare forskning, autismspektrumet, diagnostiseringen och teorierna bakom aktiviteterna. Dessutom kommer vi att gå igenom tillvägagångssättet för insamling av data. I arbetet har vi valt att även ta en titt på historiken för autism och asperger. Vi har valt att göra detta för att kunna förstå hur autismspektrumet upptäckts och med tiden utvecklats i forskningen. Därefter övergår vi till metoden, som i detta arbete är servicedesign. Sedan övergår vi till utförandena för rastverksamheten samt slutprodukten. Dessutom kommer vi gå igenom tillförlitligheten och generaliserbarheten i detta arbete samt forskningsetiska frågeställningar. Till slut diskuterar vi och kritiskt granskar arbetet och dess utvecklingsmöjligheter.

2 Syfte, mål och frågeställning

Syftet med examensarbetet är att belysa hur de neuropsykiatriska variationerna lindrig autism och asperger visar sig under rasterna i skolan. För barn och ungdomar med autism och asperger är speciellt rasterna i skolan ansträngande (Sjölund, Jahn, Lindgren, & Reuterswärd, 2017). Som mål har vi att utveckla en strukturerad rastverksamhet för ungdomar i högstadieåldern med lindrig autism och asperger. Eftersom det finns ett behov att skapa en verksamhet för dessa ungdomar har vi valt att skapa en som är avbelastande och sysselsättande. Vår frågeställning är; hur kan man stöda ungdomar med lindrig autism och asperger under rasterna? Centrala begrepp i detta arbete är autismspektrum, lindrig autism, asperger, neuropsykiatriska variationer, barn och ungdomar i högstadieåldern.

3 Teoretisk bakgrund

I och med att Rosendal uttryckte att rasterna kan upplevas som utmanande för elever med en diagnos på autismspektrumet, har vi valt att fokusera på att utveckla och anpassa rasterna enligt behovet (Personlig kommunikation, 2023). Alla elever har rätt till utbildning som stöder deras skolgång och inkluderar dem i skolvärlden och då behövs en skräddarsydd miljö och omgivning i skolan. (Hemgård, 2022). För den social-psykologiska omgivningens skull är det viktigt att fokusera på individens och omgivningens samspel. Det centrala är att skapa trygghet, vilket byggs upp genom de vuxnas verksamhet. Vuxnas ansvar och verksamhet är väsentligt i arbetet vi gör, eftersom det är de vuxna som ska skapa ändring i rasterna för elevernas välmåendes skull. För läromiljöns trygghet är det viktigt att eleverna mår bra, vågar vara sådana som de är samt upplever att de får den stöd och hjälp de behöver. (Määttä & Rantala, 2010). Som professionell inom skolan har man som ansvar att främja barns och ungdomars hälsa, välbefinnande och utveckling. I fokus ska vara att stärka elevernas sociala samspel och sociala färdigheter. (Hietanen-Peltola, Laitinen, Autio, & Palmqvist, 2018).

I skolvärlden uttrycker sig diagnoser på autismspektrumet på olika sätt. I skolan är delaktighet en viktig del av vardagen för alla elever, men speciellt för elever som har en diagnos på autismspektrumet. Beroende på graden av autism kan det finnas olika behov, exempelvis behöver några fullständig tystnad då de arbetar, mer struktur i undervisningen eller ett mer utvidgat stöd. (FDUV, u.d.). Enligt Jäntti och Savinainen (2018) är en tydlig struktur under skoldagen viktig för barn och ungdomar med en diagnos på autismspektrumet. Det är även viktigt att skoldagen är förutsägbar för eleverna. Man bör öva på överlevnadsstrategier för nya, möjligtvis stressande situationer med eleverna. Barnen ska få god respons redan för ett försök och uppmuntring, handledning och positivitet är väsentligt. Man ska fokusera på lösningarna i stället för problemen. (Jäntti & Savinainen, 2018).

Inkludering är en viktig aspekt i frågor gällande autism och skola, då det ”gamla” tankesättet är att de personer som har någon neuropsykiatrisk variation, till exempel lindrig autism eller asperger, ska gå i en specialskola skilt från andra elever i samma ålder. Nuförtiden är ett inkluderande tankesätt mer aktuellt och man strävar efter att alla elever ska få gå i samma skola. Därmed måste skolan anpassas för alla oberoende förutsättningar. Även om eleverna delvis går i en separat klass får de en känsla av delaktighet då de spenderar majoriteten av tiden i skolan med andra elever. Dessutom skapar detta en ökad förståelse för olikheter, vilket är positivt för alla som rör sig i skolan. (FDUV, u.d.).

Då man diskuterar inklusion och integration av elever med lindrig autism och asperger i skolan kan man lätt tänka att inklusion och integration är samma sak. Dock handlar integration i skolan om att en elev med specialbehov tas med i en så kallad vanlig grupp och inklusion handlar om att det egentligen inte finns annorlunda personer eller personer med specialbehov. I en inklusiv skola har man då till exempel inga specialklasser med specialundervisning. För elever med lindrig autism och asperger är det viktigt att de integreras i skolan, men får ändå det stöd som behövs. Det är dock inte alltid så enkelt i alla skolor att få en fungerande integration för elever med specialbehov, eftersom skolsystemet fortfarande är stelt. Man kan se integration på flera olika nivåer, där oftast social integration blir bristfällig för personer med asperger. Social integration handlar om att personen ska få bli accepterad i gruppen så som hen är oberoende funktionsvariation, hudfärg, bakgrund etcetera. Detta innebär att man inte ska behöva ändra sig för att passa in med andra, utan omgivningen ska vara flexibel och kunna anpassas för alla. (Teräväinen, 2011, ss. 83-93).

Bo Hejlskov Elvén (2013) redogör för att i många fall är det omgivningen och personerna runt omkring som har ett problem med ett barn som har ett problemskapande beteende. Hejlskov Elvéns (2013) tanke om problemskapande beteende kan kopplas samman med Olsson och Olssons (2021) tanke om antisocialt eller normbrytande beteende. Enligt Hejlskov Elvén (2013) kan personen med en funktionsvariation inte ändra sitt beteende utan ansvaret ligger hos andra människor, så som lärare och föräldrar. Då vuxna tar ansvaret finns det större möjlighet till förändring. Ett beteende ska inte göras till ett problem om det inte är det för personen själv med till exempel asperger. (Hejlskov Elvén, 2013).

4 Historian bakom forskningen för autismspektrumet

Upptäckten av autism går långt bak i tiden. En fransk läkare Jean-Marc-Gaspard Itard fick ta hand om en pojke i tolvårsåldern, pojken kallades för Victor den ”vilde pojken från Aveyron”. Pojken hade troligtvis övergivits av sina föräldrar vid den franska revolutionen på grund av att han varit svår att hantera. Pojken hade upptäckts i skogen första gången 1797, han levde naken i skogen och åt nötter, frukter och den mat han kunde hitta. Han hade ett stort ärr på halsen vilket tydde på att någon hade försökt döda honom. Den franske läkaren började observera pojkens beteende, han kunde inte prata och lärde sig aldrig att göra det. Victor lyckades ändå kommunicera genom att visa vad han ville. Den franske läkaren försökte lära pojken att leka med olika leksaker, dock gjorde detta Victor bara frustrerad och

han gjorde sönder alla leksaker om han blev ensam med dem. Victor var också noggrann med ordningen på saker, om han inte var nöjd gjorde han om ordningen på sakerna tills han blev nöjd med den. (Wing, 2012, ss. 17-18).

Enligt Kerola, Kujanpää och Timonen (2009) lärde sig Victor många sociala kunskaper så som bordsvanor, att röra sig bland andra människor samt signalera om sina egna behov och viljor genom miner och gester (Kerola, Kujanpää, & Timonen, 2009). Det fanns många som gav sina teorier på Victors beteende som ansågs konstigt, många tänkte att hans beteende var en följd av att han varit isolerad hela sitt liv från andra människor. Många kan dock nuförtiden känna igen typiska beteendemönster som en person med autism har i de skrifter där den franske läkaren beskriver Victors beteende. (Wing, 2012, ss. 17-18). Kerola, Kujanpää och Timonen (2009, s. 255) bekräftar även att beskrivningarna om Victor stämmer långt med dagens beskrivningar om barn med autism.

Den franske läkarens skrifter om hur han gått till väga med Victor är väldigt intressanta. Hans idéer har fortfarande inflytande i dagens metoder inom specialundervisningen. Några år framåt, år 1809, berättade John Haslam i England om en pojke som fått allvarlig mässling vid ett års åldern. Efter det upptäcktes det att pojken beteende blev likt ett barn som har autism, som har upprepande tal samt impulsivt och aggressivt beteende. Vid fem års åldern blev han intagen på ett sjukhus. Sedan lite på hundra år framåt, år 1919, skriver den amerikanske psykologen Lightner Witmer om en pojke med typiskt beteende för autism. Pojken togs in på en specialskola och med rätt slags stöd och undervisning hjälpte det pojken att få framgång i skolarbeten och lära sig praktiska färdigheter. Många skribenter på den här tiden trodde att tillståndet berörde endast ett barn, alla tänkte att de hittat ett specifikt tillstånd. Dock har man kunnat se likheter i allas beskrivningar, vilket visade på att det fanns många barn med samma tillstånd. Under början på 1900-talet började man småningom se allt tydligare att det fanns grupper med barn med samma tillstånd i stället för enskilda individer. Kännetecknande för dessa barn var att de hade onormala sätt att fungera med andra människor. (Wing, 2012, s. 19).

Då det börjar närma sig 1900-talets hälft upptäcker Leo Kanner i USA år 1943 att en del av barnen som kommit till hans klinik hade gemensamt ett ovanligt beteende, han kallade detta för ”tidig barndomsautism”. Kanner beskrev barnens beteende i detalj, men vissa drag valde han som centrala för diagnosen. Dessa var brister i känsllosamma relationer till andra människor, intensiva självvalda icke ändamålsenliga och överdrivna rutiner, stumhet eller

märkbar försening i talutvecklingen, intresse för och skicklighet med att hantera olika föremål, välutvecklade förmågor att kunna urskilja former, konturer, avstånd, rörelse och föremåls plats i förhållande till varandra, eller utantillminne samtidigt med inlärningsssvårigheter på andra områden samt ett intelligent och vaket sinne. Kanner menade att tillståndet var medfött eller utvecklades inom de första två levnadsåren. Kanners upptäckter väckte intresset för ämnet långsamt och numera är hans arbete i fokus för många forskningar i olika länder. (Wing, 2012, ss. 19-20). Kerola, Kujanpää och Timonen (2009, ss. 253-255) beskrev att det påstås att Kanners beskrivning om autism är den enda rätta grunden för identifieringen av autism.

Igen ett år vidare år 1944 skriver Hans Asperger om en grupp barn och ungdomar med avvikande beteendemönster. Det Hans Asperger upptäckte kallas nuförtiden för asperger syndrom. Han valde också ut specifika drag som var kännetecknande. Dessa var naivitet, opassande socialt närmande till andra människor, begränsade specialintressen, god grammatik och vokabulär men monotont tal, icke dialogisk, svag motorisk koordination, hög eller medelhög funktionsförmåga men oftast inlärningsssvårigheter vid ett eller två områden samt brist på sunt förnuft. Hans Asperger märkte att föräldrarna till barn med detta tillstånd inte märkte något avvikande före tre års åldern eller först då de började skolan. Han menade att hans upptäckter skiljde sig från Kanners, men medgav att det fanns flera likheter mellan dem. (Wing, 2012, s. 20).

Autismen har från första början inte varit helt entydig och enkel att diagnostisera. Autismen har varit svår att definiera och förstå hur den hänger ihop med andra tillstånd ett barn kan ha. På 1970-talet tar sig skribenten Lorna Wing (2012, s. 21) och hennes kollega Judith Gould an dessa funderingar och startar en undersökning där de studerar barn med fysiska funktionshinder, inlärningsssvårigheter eller beteendestörningar. Wing och Gould kunde hitta ett samband hos vissa barn till Kanners-autism men de upptäckte också att det var flera som hade autistiska drag som inte helt stämde överens med Kanners diagnos. (Wing, 2012, s. 21).

Då Wing och Gould utförde studien var de inte bekanta med Hans Aspergers upptäckter, Wing (2012) beskriver dock med den information hen senare fått att i studien var det flera som gick under Aspergers kriterier. Det som Wing också redogör för är att om barnen i undersökningen skulle ha varit i en vanlig skola skulle asperger syndrom synats mer. Slutsatserna för Wing och Goulds studie är att Kanners-autism och asperger syndrom är en del av ett bredare spektrum som påverkar social interaktion och kommunikation. Dessutom

kan dessa förekomma på alla intelligensnivåer och ibland hängde de ihop med andra fysiska funktionshinder eller funktionsvariationer. Wing och Gould fick också fram att inlärningssvårigheter kunde uppvisas skilt, dock hängde det oftast ihop med någon form av autism. (Wing, 2012, s. 21).

5 Autismspektrumet

Hanna Boglind (2015) beskriver autism som något en person föds med eller utvecklar efter födseln. Detta betyder att funktionsvariationen beror på avvikelser i hjärnan som kan uppstå under graviditeten, vid födseln eller efter födseln. Avvikelserna i hjärnan uppstår på grund av exempelvis genetik, sjukdomar, infektioner eller skador på nervsystemet. Autism är ofta ärftligt och det är inte ovanligt att det i en familj finns flera med liknande svårigheter. Diagnoser på autismspektrumet är en funktionsvariation som innebär, oberoende graden av funktionsförmåga, varierande svårigheter med samspel och kommunikation. Andra begränsningar kopplat till autismspektrumet gäller beteenden och intressen. (Boglind, 2015).

Till autismspektrumet hör enligt Jäntti och Savinainen (2018) bland annat autism, asperger syndrom, avvikande autism och retts syndrom. Det finns även odiagnostiserade och mer sällsynta diagnoser på autismspektrumet. Diagnostiseringen har i vissa fall fortfarande idag visat sig vara oklar på grund av att det kan finnas vissa överlappningar med andra diagnoser och dess diagnostiseringskriterier. (Jäntti & Savinainen, 2018, s. 281). Med en tidig rehabilitering har man fått bra resultat och därför är det viktigt för ett barn att få en diagnos i ett tidigt skede. I skolåldern hämtar skolan mer utmaningar för sociala interaktionen, därför är det vanligt att barn med asperger syndrom får diagnosen först i skolåldern. I skolan kan grupparbeten och lagsport vara utmanande, eftersom det är svårt för barnet att tolka andra. Barnet kan ha svårt att förstå något mellan raderna, hen tolkar det som sägs konkret. Dessutom kan barnet ha svårigheter att upprätthålla en diskussion i samspelssituationer. (Kumpulainen, o.a., 2019, ss. 217-218).

Ungefär åtta till tio av tusen personer befinner sig på autismspektrumet. Det är också vanligt att personen samtidigt har andra psykiatriska eller neuropsykiatriska symtom eller variationer. (Kumpulainen, o.a., 2019, ss. 217-218). I DSM-5, vilket är en diagnostiseringsmanual för neuropsykiatriska och psykiatriska diagnoser, har diagnoserna slagits samman till autismspektrumtillstånd (ASD, Autism Spektrum Disorder) (Sjölund,

Jahn, Lindgren, & Reuterswärd, 2017, s. 16). Detta innebär att flera olika diagnoser blir till en diagnos. I denna diagnos anger man i vilken grad personen är på spektrumet. Personen kan då ha svår, medelsvår eller lindrig autism. Man anger också i vilken grad personen behöver stödåtgärder. Autismspektrumtillstånd kan ses som en linje där man i ena ändan ser svår autism, där funktionsförmågan är låg, och i andra ändan lindrig autism samt asperger syndrom, där funktionsförmågan är högre. Det är dock inte så enkelt som man tänker sig, eftersom en person på spektrumet kan ha varierande och mångfacetterade symtom beroende på person, omgivning och samvaro. (Jäntti & Savinainen, 2018, s. 281).

5.1 Diagnostiseringen av autismspektrumtillstånd

De vanligaste diagnoserna inom autismspektrumet är autism och asperger. Diagnostiseringen av autism och asperger ser ut på olika sätt. Till skillnad från asperger syns autism hos ett barn redan i tidig ålder och barnet ska ha signifikant försening i utvecklingen före tre års åldern. För att få autismdiagnosen ska flera av följande kriterier uppfyllas;

- a) brister i sociala samspelssituationer, barnet har till exempel svårt att använda sig av och tolka non verbala sätt att kommunicera och saknar emotionell och social ömsesidighet,
- b) barnet har brister i kommunikationsfärdigheter, till exempel språkutvecklingen är försenad eller fattas helt samt har svårigheter att upprätthålla diskussioner,
- c) barnet har begränsade och upprepade funktioner, specifika intressen och vill göra och fungera på samma sätt upprepat.

Dessutom får barnet inte ha någon annan sjukdom eller funktionsvariation som kan förklara symtomen. Dessa kan vara till exempel retts syndrom, brister i anknytningen, schizofreni mm. (Jäntti & Savinainen, 2018, ss. 282-286).

Aspergersyndrom är en del av autismspektrumet där personens intelligens bör vara minst på normal nivå. Man börjar sällan undersöka asperger före barnet fyllt fyra. Det är vanligt att ett barn får diagnosen först vid åtta års åldern. Det är oftast vid skolåldern som barnets utmaningar kommer fram i relation till andra. Asperger undersökningen är mångfacetterad och kräver samarbete av alla aktörer som är i kontakt med barnet. För att få asperger diagnosen krävs det att flera av följande kriterier uppfylls;

- a) brister i den sociala interaktionen och/eller variationer i sociala beteendet, brister och variationer i ickeverbala kommunikationen, barnet kan inte skapa kamratrelationer med jämnåriga, barnet delar inte glädje, sina intressen eller sina prestationer med andra människor, har brister eller svårigheter i social och emotionell ömsesidighet,
- b) barnet har begränsade, upprepade funktioner, specifika intressen och önskemål, onormalt starkt och olämpligt intresse för exempel till en hobby som utlöser sig schematiskt och begränsat, barnet kan bli onormalt fast i vissa rutiner eller ritualer som inte har någon betydande mening, schematiska och upprepade motoriska funktioner, envist och onormalt intresse för olika föremål och dess delar.

Utmaningarna ska utlösa signifikanta problem, barnet ska inte ha försening i språkutvecklingen eller i den kognitiva utvecklingen, barnet ska också ha goda överlevnadsstrategier inom alla andra områden förutom det sociala. Symtomen får inte förklaras med någon annan diagnos. (Jäntti & Savinainen, 2018, ss. 286-288). Även Juusola (2012, s. 53), Kerola, Kujanpää och Timonen (2009, ss. 27-29), Backman (2022, ss. 17-19) och Caroline Hattersley (2018, s. 12) stöder Jänttis och Savinainens (2018) beskrivningar av diagnostiseringskriterierna.

Trots att Jäntti och Savinainen (2018) diskuterar asperger diagnosen inom autismspektrumet redogör Mervi Juusola (2012) att i DSM-5 diagnostiseringsmanualen pratar man inte mera om asperger syndrom. Detta innebär alltså att asperger har tagits bort från diagnostiseringsmanualen. I praktiken pratar man dock fortfarande om asperger drag hos personer. Juusola (2012) delar in asperger i tre olika typer; aktiva och speciella, passiva och vänliga samt isolerade. Asperger, så som andra neuropsykiatriska variationer, kan inte botas, men andra diagnoser som hänger ihop med asperger, till exempel depression, kan lindras med medicinering. Asperger handlar om avvikelser i frontalloben, särskilt den vänstra delen av frontalloben är central i utvecklingen av empatiförmågan. Hjärnbarken för barn med asperger fungerar annorlunda, vilket till exempel kan leda till att barnet processerar rösttonläget annorlunda än andra. (Juusola, 2012, ss. 52-54).

5.2 Utredningen av autismspektrumtillstånd

Utredning av autismspektrumtillstånd påbörjas oftast i rådgivningen eller skolhälsovården. Med hjälp av olika utvärderingar, intervjuer och observationer kartläggs barnets utveckling. Ifall det uppstår en misstanke om autismspektrumtillstånd hemma, på dagis eller i skolan, bör föräldrarna diskutera det på rådgivningen eller med skolhälsovården. Ju mindre barnet är, desto mer betydelsefullt är det att direkt påbörja grundlig utredning, på så sätt kan rehabiliteringsåtgärder inledas så snabbt som möjligt. I lindriga fall är det tillräckligt med en utvärdering och stödåtgärder inom primärvården. Det finns inte alltid behov av en exakt diagnos, utan det kan sättas i gång stödåtgärder direkt då det behövs. Ifall det finns behov kan en läkare utgående från utvärderingar skriva en remiss till fortsatta undersökningar. Vid svårare grad av autismspektrumtillstånd görs undersökningen av mångprofessionella arbetsgrupper inom specialsjukvården. (Terveyskylä, 2021).

ADI – R (Autism Diagnostic Interview) – intervju används vid diagnostiseringen. Det är en omfattande intervju med föräldrarna för att granska barnets beteende som kan hänföras till autismspektrumtillstånd. Frågorna berör språk och kommunikation, ömsesidiga sociala samspel, även eventuella begränsade, återkommande och stereotypa beteendemodeller och intressen. Intervjun räcker cirka 3 – 4 timmar. (Terveyskylä, 2021).

ADOS – 2 (Autism Diagnostic Observation Schedule) är en observationsmetod där barnets ömsesidiga sociala samband och kommunikation bedöms. Observationssituationen innehåller till exempel lekar och små uppgifter. Observationsmetoden omfattas av fem olika uppgiftsserier, kallas även moduler, och av dessa väljs den som passar bäst barnets språkliga färdigheter och ålder. Observationen tar cirka 30 – 60 minuter och bör helst filmas. Ifall barnet är litet och inte pratar mycket är det behövligt att en förälder är på plats vid undersökningen. (Terveyskylä, 2021).

Svårighetsgraden av autismspektrumtillstånd är ibland svår att fastställa på grund av symtomklustret och sammanhängande eller osammanhängande symtom. Först efter några årsuppföljningar kan man fastställa i vilken grad personen är på autismspektrumet. Vissa personer med autismspektrumtillstånd kan stegvis lära sig till exempel att tolka och använda ett ickeverbalt kommunikationssätt och på så sätt blir funktionsförmågan högre. (Socada, 2020).

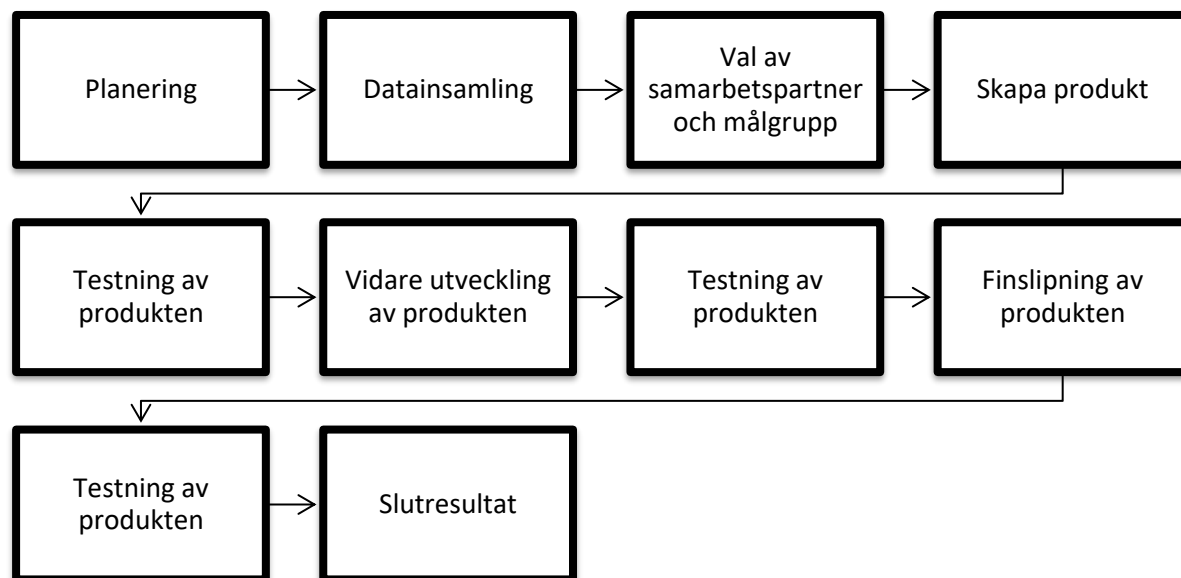
Vi har valt att ta upp diagnostiseringen i vårt arbete på grund av att det är många barn som går i skolan som fortfarande inte har en diagnos. Det är i skolstarten som eventuella svårigheter ofta kommer fram då kraven på barnet ökar i skolmiljön. I skolan blir det tydligare i vilka områden barnet är i behov av extra stöd. Efter att utredningen är gjord får man reda på vilken typ av hjälp och stöd som behövs. Utredningen är viktig att göra då psykisk ohälsa som till exempel oro och nedstämdhet är vanligare hos barn med neuropsykiatriska funktionsvariationer. Psykisk ohälsa beror vanligtvis på att barnet stött på många olika motgångar och inte blivit förstådd av sin omgivning. Det är inte alltid neuropsykiatriska funktionsvariationen som syns på utsidan, vilket gör det svårare för omgivningen att inse att barnet behöver extra hjälp. Utredningen kan i vissa fall förebygga att barnet får fler svårigheter och bidra till hjälp och stöd som främjar utvecklingen. Eftersom de flesta barn i lågstadieåldern inte kan reflektera över hur hen fungerar kan en utredning vara det första steget för barnet att få en bättre förståelse för sig själv och sina behov. (Tysk, 2022, s. 247). Enligt Rosendal finns det fortfarande i högstadiet elever som inte fått en diagnos, men det finns tydliga tecken på att eleven kunde få det stöd som behövs med hjälp av en diagnos (Personlig kommunikation, 2023).

6 Tillvägagångssätt för insamling av data

I examensarbetets skriftliga del har vi fokuserat på att hitta mångsidig och aktuell litteratur som vi har använt för att förklara vad diagnoserna asperger och lindrig autism är. Annan litteratur som används är teori om metoden servicedesign och delar från barncentrerad servicedesign. Litteraturen består av främst teoretiska källor så som böcker och vetenskapliga artiklar för att öka tillförlitligheten i arbetet. Källorna kan även kopplas till vår valda produkt, alltså teori bakom varför strukturerad ledd rastverksamhet är väsentligt för ungdomar med lindrig autism och asperger. De vetenskapliga artiklarna har hittats från databaserna EBSCO och Alma Nova. Sökorden som har använts för att hitta artiklarna i arbetet är ungdomar (adolescents), barn (children), skola (school), rast (recess) och autism, autismspektrumtillstånd (autismspectrumdisorder eller ASD) eller asperger. För att öka tillförlitligheten på artiklarna begränsas sökresultaten med markeringen förhandsgranskad. Utöver detta används begränsningen årtal mellan 2017–2023 för att öka antalet aktuell forskning.

För att kunna utveckla en fungerande idé behövs information om problematiken och vad målet är med det funktionella arbetet, i det här fallet rastverksamheten. Vi har noggrant gått igenom olika problemområden och diskuterat kring möjliga lösningar som verkar relevanta och som vi kunde utveckla. Aktiviteterna valdes genom att först brainstorma idéer och leta efter lämplig litteratur som kan stöda valet och ge inspiration. Exempelvis har vissa typer av aktiviteter kunnat uteslutas i planeringsskedet tack vare att Rosendal informerat oss om vad eleverna inte är intresserade av. Sedan besökte vi Ekenäs högstadieskola och diskuterade med specialläraren Johanna Rosendal samt utforskade skolans utrymmen. Diskussionen bestod av att vi presenterade våra idéer för Rosendal och sedan fick hon föreslå vilka aktiviteter som väljs på basen av vad hon tror kan vara till nytta för eleverna. Efter diskussionen med Rosendal blev det tydligt att avslappning, kreativitet och bordsspel var de bästa alternativen för målgruppen.

Karl Erik Rosengren och Peter Arvidson (2002, s. 218) menar att denna typ av forskning ofta innebär att insamlingen och analysen av data inte eller sällan är åtskilda. Rosengren och Arvidson (2002) beskriver datainsamlingen och analysen av data som en nödvändig och oundviklig process, i och med att forskarna naturligt gör en direkt tolkning av data. Rosengren och Arvidsons beskrivning passar delvis in på vårt arbete, eftersom vi behandlar data genom alla skeden av arbetsprocessen. Vi använder exempelvis i planeringsskedet data som insamlats från Rosendal. Det är väsentligt att information, material och data påverkar vårt arbete genom hela processen i stället för att dela in arbetet i endast en eller två faser där datainsamlingen sker. (Rosengren & Arvidson, 2002).



Figur 1: Processen för det funktionella arbetet

7 Teori bakom aktiviteterna

Elever på autismspektrumet upplever rasterna över lag som ansträngande, snarare än avkopplande som många andra elever gör. Under rasterna behöver eleverna exempelvis hantera diverse sinnesintryck, social kommunikation och interaktion, dämpa impulser samt kunna ha en god tidsuppfattning. Rasterna kan underlättas för eleverna genom schemalagda rastaktiviteter som hålls av en vuxen. Genom att en vuxen håller rastaktiviteter kan rasterna upplevas som mera tydliga och strukturerade för eleverna. (Sjölund, Jahn, Lindgren, & Reuterswärd, 2017, s. 132). I detta examensarbete har vi valt att utforma tre aktiviteter med olika teman. De olika temana på aktiviteterna motiveras genom vetenskapliga artiklar och annan litteratur så som böcker, vilka beskriver hur vissa typer av aktiviteter kan vara till nytta för elever med en diagnos på autismspektrumet.

Enligt Ola Stadig (2022) är det vissa aktiviteter som endast tar energi och andra aktiviteter ger energi. Det är viktigt att fundera över vilka aktiviteter som ger eleverna energi så att de orkar hela skoldagen. Stadig redogör för att eleverna kanske kan få vara inne under rasterna för att ägna sig åt aktiviteter som är energigivande. Eleverna har olika intressen, men enligt Stadig kan till exempel att rita, läsa eller spela vara energigivande aktiviteter. Det är också

viktigt att på förhand gå igenom med eleverna vad de kommer att göra och med vem under rasterna. Det är väsentligt att i förväg planera rasterna. Man kan till exempel använda sig av bildstöd för att hjälpa eleverna att välja vad de vill göra under rasterna. (Stadig, 2022, ss. 238-241). Det Stadig (Stadig, 2022, ss. 238-241) skriver om har vi använt som en del av grunden för våra aktiviteter. Även Sjölund med flera (2017) men att det största hindret för unga med neuropsykiatriska funktionsvariationer är att deras energi inte räcker till, speciellt i skolmiljön. Elever behöver därmed stöd och få möjlighet att återhämta sig samt öka på energinivån. Skolan har ansvar över att elevernas energitillgång används på ett sunt sätt under skoldagen, vilket även Stadig (2022) påvisar.

Enligt Jäntti och Savinainen (2018) kan man stöda barn och ungdomar med neuropsykiatriska funktionsvariationer genom att öva på närvaro-, medvetenhets- och avslappningsfärdigheter i olika situationer. Man vill öka barnens eller ungdomarnas självkänedom. Det är väsentligt att ordna ett ställe eller skilda tillfällen för att slappna av och återhämta sig. Det ska även finnas möjligheter till att välja. Man ska vara med och göra aktiviteter tillsammans med ungdomarna och fungera som exempel för samspel. (Jäntti & Savinainen, 2018, ss. 314-320). Även detta har fungerat som stöd för valet av aktiviteterna till rastverksamheten.

I boken *Sosiaalipedagogiikka, kohti inhimillisempää yhteiskuntaa* av Nivala och Ryyänen (2019, s. 240) hänvisar de till Matti Koskenniemi som redan på 1950-talet var intresserad av kamratrelationer och utmaningar i skolan. Enligt Koskenniemi är det väsentligt att se skolan som en omfattande miljö för lärande, utveckling och fostran. Skolan bör ta i beaktande också sociala situationer samt möjligheterna till dem. Väsentligt är att ta i beaktande livet i skolan som en helhet och inte bara det som sker under lektionerna. Skolan är en ständigt levande gemenskap, där det finns möjlighet att handleda eleverna till att förstå olika grupperingar, gemenskaper samt dess medlemmar. Dessutom lär sig eleverna att förstå vilka roller de har i olika grupper samt öva på konstruktivt samarbete. (Nivala & Ryyänen, 2019, s. 240).

I en forskning (Miller, Vernon, Wu, & Russo, 2014) om sociala förmågor i gruppssammanhang med ungdomar med en diagnos på autismspektrumet tas mobbning upp som en relativt vanlig aspekt i de ungas liv. Risken för att bli utsatt för mobbning är generellt högre för elever med diagnoser på autismspektrumet och statistiken visar att mobbningsfall förekommer upp till fyra gånger oftare för ungdomar med denna typ av diagnos. Därmed är det viktigt för ungdomarna att träna på sociala färdigheter och interaktioner, vilket vi valt att

ta i beaktande i planeringen av vår verksamhet. Författarna till forskningen menar att risken för mobbning är avsevärt mindre om eleverna får träna på sina sociala och kommunikativa färdigheter. (Miller, Vernon, Wu, & Russo, 2014). Detta stöder valet av aktiviteter för rastverksamheten, där vi valt att fokusera på att bland annat främja elevernas sociala förmågor, samarbetsförmågor och kommunikationsförmågor, minska påfrestningar under skoldagen och stöda uttrycksförmågan.

Verksamheten kommer ta plats under matrasten, eftersom det är en längre rast. Det innebär mer tid för avbelastning och sysselsättning. Verksamheten kommer förhoppningsvis stöda och hjälpa professionella i skolan att skapa trygghet, trivsel och gemenskap under rasterna även för ungdomarna som upplever rasterna som en utmaning. Vi kommer utföra verksamheten i samarbete med professionella och eleverna i skolan. Det finns dock ingen garanti att skolan i fortsättningen kommer implementera verksamheten i vardagen, på grund av begränsade resurser.

7.1 Avslappningsövning

Som det tidigare nämnts kan rasten vara både påfrestande och utmanande för elever med neuropsykiatriska funktionsvariationer så som autism. (Sjölund, Jahn, Lindgren, & Reuterswärd, 2017, s. 132). Avslappningsövningen erbjuder eleverna en möjlighet att slappna av både fysiskt och psykiskt, genom att i en trygg miljö lyssna på lugnande musik. Målet med aktiviteten är att eleverna får återhämta sig för att orka med resten av skoldagen och att aktiviteten minskar påfrestningarna som kan förekomma under rasterna. Samtidigt ska aktiviteten fungera som avbelastning även för omgivningen.

I studien av Carmen Carpio De Los Pinos och Inmaculada Barroso López (2022) visade det sig att konsonant musik (harmonisk musik) är ett bättre alternativ att använda än dissonant musik (mindre harmonisk musik) för att minska frekvensen av eventuella oönskade beteenden hos personer med autism. Konsonant musik kan alltså ge en lugnande effekt på problematiska beteenden som kan förekomma hos personer med en diagnos på autismspektrumet. (Pinos & López, 2022). I aktiviteten kommer vi att använda oss av harmonisk musik för att eleverna ska få möjlighet att slappna av.

En annan studie av Quintin, Bhatara, Poissant, Fombonne och J. Levitin (2011) visar att ungdomar med lindrig autism kan identifiera grundläggande känslor genom musik. Speciellt

glad, ledsen och skrämmande musik verkar vara lättidentifierade. Studien påvisar att vissa känslor är lättare att känna igen vare sig ungdomen har en diagnos på autismspektrumet eller inte. En fördom gällande personer på autismspektrumet är att de inte är känsllosamma eller att de inte känner känslor. Enligt Jäntti och Savinainen (2018, s. 285) kan personer med autism vara känsllosamma och empatiska, men de kan däremot uppleva det svårt att hantera och visa sina känslor. Personer med asperger kan ibland inte sätta sig in i den andres situation och kan därav inte uppleva samma känslor som hen. (Jäntti & Savinainen, 2018, s. 285).

Avslappningsövningen innebär alltså ett tillfälle där eleverna får ta en bekväm position, slappna av och lyssna på lugnande och harmonisk musik. I denna aktivitet finns det möjlighet för oss att välja musik i förväg. Musiken ska vara av lugn sort och instrumental, den ska alltså inte innehålla låttext. Musiken har hittats via plattformen Youtube och den valda musiken är upphovsrättsfri, vilket innebär att musiken får användas. Valet av musiken grundar sig på studien av Pinos och López (2022) där de kom fram till att harmonisk musik är ett bättre alternativ för att minska problematiskt beteende hos personer med en diagnos på autismspektrumet. Genom diskussionen med Rosendal har det kommit fram att eleverna har problematiskt beteende och därför kan vi koppla denna studie till målgruppen. Avslappningsövningen ska även innehålla musik som får målgruppen att känna igen och vara i kontakt med sina känslor. Detta kopplas till studien av Quintin, Bhatarar, Poissant, Fombonne och J. Levitin (2011) som visar att ungdomar med autism kan känna igen känslor via musik.

7.2 Bordsspel

För en människa är det viktigt att känna samvaro, delaktighet och gemenskap till andra människor. Det är viktigt att känna sig accepterad som man är och sociala relationer är väsentliga för välbefinnandet. Vissa personer behöver mer stöd i sociala samspelssituationer och för att skapa sunda sociala relationer. Sociala kunskaper kan man öva på och ifall det inte genast finns ett gemensamt sätt att kommunicera kan man behöva ta hjälp av olika kommunikationsmetoder. (Hietala & Lahti, 2022, s. 187). I sociala situationer behöver man färdigheter i ömsesidig social kommunikation. Detta betyder att personen ska kunna uppfatta sammanhang före detaljer, förstå andra personers tankar, avsikter samt känslor och samtidigt använda arbetsminnet för att komma ihåg vad de andra säger. Det krävs att en person kan sortera bort irrelevanta sinnesintryck för att kunna lägga fokus på och tolka viktiga intryck.

Ömsesidig kommunikation handlar även om att kunna föreställa sig hur personerna man pratar med uppfattar och tar emot det du säger. Bristfällig föreställningsförmåga kan rubba personens ömsesidiga kommunikation, vilket inte är ovanligt hos personer med en diagnos på autismspektrumet. (Sjölund, Jahn, Lindgren, & Reuterswärd, 2017, ss. 32-33).

Alla människor har olika sätt att fungera och kommunicera, vissa vill ha större grupper av människor runt omkring sig och för andra räcker det att umgås med bara några människor. Det är väsentligt att var och en lär sig att känna igen sitt behov för socialt umgänge. (Hietala & Lahti, 2022, s. 188). Fast sociala situationer kan kännas utmanande ska man inte enligt Hietala och Lahti (2022, s. 188) undvika sociala situationer, utan försöka utsätta sig för det på ett lämpligt sätt. Då man övar på sociala situationer på ett lämpligt sätt för sig själv kan man förebygga marginalisering. En människa är i grunden social och vi behöver varandra. Ett barn lär sig och utvecklas i samspel med andra. Hela samhället fungerar genom sambandet mellan samspel, språket och annan kommunikation. Som tidigare nämnt är sociala situationer utmanande för personer på autismspektrumet. Detta innebär att en väsentlig del av utvecklingen kan äventyras eftersom den egna identiteten inte formas och integreringen till en del av gruppen samt gemenskapskänslan försvåras. Socialitet och sociala färdigheter kan övas och läras. Enligt författarna är lärandet av sociala färdigheter en av skolans viktigaste uppgifter. (Kerola, Kujanpää, & Timonen, 2009, ss. 52-53).

Genom bordsspel kan man stöda social samvaro, öka delaktighets känslan och gemenskapen. Ungdomarna får öva på sociala kommunikationsfärdigheter genom att spela bordsspel med andra ungdomar eller vuxna. Det är väsentligt att stöda ungdomarnas förmåga att spela med varandra för att öka delaktighets känslan och gemenskapen i skolan.

7.3 Kreativa stunden

Konsten ger barn i skolåldern möjlighet och stöd i att utveckla det visuella tänkandet och uttrycksförmågan. Elever i grundskolan utvecklar dessutom fantasin och förmågan för problemlösning. Målet med att exponera eleverna för bildkonst av olika slag är att ge dem olika sinnesintryck, erfarenheter, upplevelser och föreställningar. (Anttalainen & Tapaninen, 2008). Enligt Parvathi (2020) fungerar konst i olika former inte bara för barn och unga utan någon diagnos. Fördelarna sträcker sig över alla åldrar, kön, diagnoser och så vidare och fungerar därmed på olika sätt för olika personer. Att måla eller rita kan fungera som lugnande, aktiverande, uttryckande eller utveckla kreativiteten, beroende på individens

behov och förutsättningar. Parvathi (2020) menar också att konst kan hjälpa unga med en diagnos på autismspektrumet att främja och förbättra kognitiva förmågor, stimulera sinnen och hjälpa med att bygga upp sociala relationer.

Kreativa stunden ska fungera som ett tillfälle för eleverna att uttrycka sig via konsten på olika sätt eller en stund där de får sjunka in i konstens värld. Konsten kan som tidigare nämnts fungera som ett sätt för eleverna att komma i kontakt med och uttrycka sina känslor. Det kan kännas speciellt befriande för elever med en diagnos på autismspektrumet då de i vanliga fall har svårt med att identifiera och förstå känslorna de upplever. Musikmålning är en av aktiviteterna vi bestämt oss för att inkludera i verksamheten. Det fungerar som ett praktexempel för hur man kan uttrycka känslor via konst. Musikmålning går ut på att deltagaren får höra ett musikstycke som vi väljer och får sedan rita eller måla det som musiken förmedlar, exempelvis känslor eller tankar. Musiken till musikmålningen hittas via YouTube och är upphovsrättsfri, där vi tagit ett flertal alternativ i beaktande och valt det som bäst passar in på aktiviteten.

8 Metod

Som metod valde vi att använda servicedesign, eftersom den lämpar sig för det funktionella arbetet. Det handlar om tre olika skeden som styr arbetsprocessen. Då man påbörjar processen är det väsentligt att utreda vad utvecklingsbehovet är eller vilka ändringsbehov det finns. Under denna del av utvecklingsprocessen börjar man förstå och känna igen den problematik som kräver någon lösning. När man övergår till följande fas samlar och intar man information samt får nya insikter. Denna fas kan kallas för insikternas fas och i denna fas tas det reda på vilken målgrupp utvecklingsprocessen kommer riktas till. Då man fått klart för sig vilken problematik man tar sig an och vilken målgrupp processen riktas till, börjar man fundera på olika möjligheter, idéer och lösningar. Vilket så småningom leder till den sista fasen där man gör upp en plan för utförandet. I denna fas börjar man pröva produkten med målgruppen. (Kalliomeri, Mettinen, Ohlsson, Soini, & Tulensalo, ss. 12-13).

Vi har också tagit insikter av barncentrerad servicedesign (lapsikeskeinen palvelumuotoilu). Barncentrerad servicedesign kopplar samman servicedesign, barnens rättigheter och ett barncentrerat förhållningssätt. Då man kombinerar dessa tre, är det möjligt att utveckla verksamheten enligt barnens behov samt på etiskt stadiga grunder. Som grund för den

barncentrerade servicedesignen ligger det så kallade positiva identifieringsperspektivet. Detta innebär att man bemöter barnen här och nu, som medverkande och kapabla att utvecklas. Det är väsentligt att styra verksamheten både på individ- och samhällsnivå, där man tar i beaktande varje individs olika styrkor och framgångar. Dessutom är det viktigt att stöda aktörskapet hos både individer och gemenskaper. Genom detta så kallade positiva identifieringsperspektivet stärks barnets upplevelse om att hen är viktig som hen är. De vuxna har som ansvar att barnet ses som en individ och att barnets upplevelser och tankar tas i beaktande under processen. Det är väsentligt att sätta sig i barnets position och försöka se världen så som hen ser den. (Kalliomeri, Mettinen, Ohlsson, Soini, & Tulensalo, ss. 8-10).

Servicedesignprocessen är inte så enkel som man kan tänka sig. Man hamnar gå fram och tillbaka från fas till fas, vilket dock kan vara väsentligt för processen. Då man stannar upp och ser över vad man gör samt hur processen pågår, kan man bättre komma vidare. Dessutom blir risken mindre att arbetsprocessen blir stillastående då den har olika faser som forskaren följer. (Kalliomeri, Mettinen, Ohlsson, Soini, & Tulensalo, ss. 12-13).

Även Juha Tuulaniemi (2013) diskuterar om servicedesign som en populär metod, speciellt inom funktionella arbeten. Liksom tidigare nämnt har arbetsprocessen olika skeden som forskaren skrider fram och tillbaka mellan men som därmed utökar både arbetets och slutprodukts kvalitet och tillförlitlighet. Tuulaniemi (2013) förklarar att servicedesignprocessen är en process med fokus på kreativa problemlösningssprinciper. Då man framställer upprepande händelser eller mönster som en process, eliminerar man behovet av att varje gång planera och utveckla utförandet på nytt. Detta utnyttjade vi genom att planera rastverksamheten på ett sätt som kan utföras flera gånger med små variationer, i stället för att före varje utförande planera verksamheten på nytt. (Tuulaniemi, 2013).

Till skillnad från det Reetta Kalliomeri, Katja Mettinen, Anna-Maija Ohlsson, Sonja Soini och Hanna Tulensalo skriver, menar Tuulaniemi (2013) att servicedesignprocessen utformas av fem olika faser. Faserna som Tuulaniemi delar in processen i är definition av hårdt arbete som ska göras (frågeställning), undersökning, planering, produktutveckling och utvärdering. Dock beskriver han faserna på samma sätt som de tidigare nämnda författarna, skillnaden är att Tuulaniemi spjälkar upp faserna och förklarar dem mer ingående. Grundtanken med servicedesign är att identifiera problematiken och frågeställningen och utifrån det utveckla service, i vårt fall rastverksamheten. Servicedesign kan också gå ut på

att exempelvis utveckla en redan befintlig service, att utveckla någon organisations interna arbetsprocess eller ändra en organisations strategiska orientering. (Tuulaniemi, 2013). De sistnämnda var dock inte relevanta för servicedesignprocessen i detta examensarbete.

9 Utförande och slutprodukten

Utföranden verkställdes i tre olika tillfällen, vid det första tillfället valdes bordsspel och vid det andra musikmålning. På basen av de tidigare utförandena utvecklades en rastlåda, som Rosendal använde sig av i det tredje utförandet. Detta gav oss en bredare grund som hjälpte oss analysera data, utförandena, och resultatet efter att den praktiska delen av arbetet var gjord. Vi kommer att dela upp, diskutera och analysera tillvägagångssättet och innehållet i kronologisk ordning i följande underrubriker. Inledningsvis diskuterar vi bemötandet och på vilket sätt det tas i beaktande under utförandena.

9.1 Bemötande

I utförandet av rastverksamheten är bemötandet en viktig aspekt som måste tas i beaktande. Vi som utomstående bör ha en viss medvetenhet angående hur personer med autism, i detta fall lindrig autism och asperger, fungerar i sociala situationer och hur man kan bemöta personer med en diagnos på autismspektrumet på bästa möjliga sätt. När man bemöter ungdomar med en diagnos på autismspektrumet ska man exempelvis tänka på att undvika småprat. Personer med till exempel asperger kan nämligen ha svårt att förstå varför man ska prata om oväsentliga saker. Sarkasm, humor och otydligt språk bör även lämnas bort. Det är bättre att vara tydlig och konkret i sitt tal, eftersom personer på autismspektrumet oftast förstår det som sägs bokstavligen. (Jäntti & Savinainen, 2018, s. 288). Även i publikationen Att leva och lära med autism skriven av Hanna Boglind (2015) lyfts det upp att den professionella ska tänka på att mycket av ens tal är utfyllnad och oviktigt, vilket personer på autismspektrumet kan ha svårt att uppfatta. Detta för att det kräver mer energi samt kraft för att sortera det som är viktig eller oviktig information. Boglind (2015) beskriver samma sak som Jäntti och Savinainen (2018), nämligen hur viktigt det är att vara tydlig och konkret.

Lågaffektivt bemötande är en metod som används med personer med problemskapande beteende. Problemskapande beteende har definierats tidigare i arbetet i kapitlet Teoretisk bakgrund på basen av Bo Hejlskov Elvén (2013) och Olsson och Olsson (2021). Enligt

Hejlskov Elvén (2013) är tanken bakom metoden att vissa personer, speciellt med problemskapande beteende, reagerar på samma sätt som de blir bemötta. Ett exempel på detta är att bli arg om någon skäller på en. Den som bemöter behöver hålla sina egna känslor i styr, eftersom affekt smittar. Hejlskov Elvén beskriver sin strategi som att hålla sig lugn genom att exempelvis kontrollera sin andning. (Hejlskov Elvén, 2013).

Andra saker som man kan tänka på gällande bemötandet av ungdomar och barn med en diagnos på autismspektrumet är exempelvis att motivera, instruera samt att ge positiv feedback på både små som stora saker. Det är bra att fokusera på och lyfta upp personens positiva egenskaper snarare än de negativa. När man utgår ifrån personers egna styrkor stöder det utvecklingen och kan förhindra problem som följer med autismdiagnosen. Att visa uppskattning, lyssna, ge rum och tid åt personen är också viktigt för ett lyckat bemötande. (Jäntti & Savinainen, 2018, s. 318).

9.2 Utförande 1

Det första utförandet av rastverksamheten gjordes den 9.3.2023. Före utförandet planerades allt det rent konkreta i god tid, som exempelvis vad för material och rekvisita som måste tas med till Ekenäs och hur det ska införskaffas. Materialet vi hade med oss för att kunna utföra de tre aktiviteterna var en högtalare, tusch-och färgpennor, papper och spel. Spelen bestod av sällskapsspel så som Uno, Gissa Vem? och en vanlig kortlek. Dessutom hade skolan några spel som kunde inkluderas i urvalet. Högtalaren skulle användas till både avslappningsstunden och musikmålningen. Musiken som skulle användas i dessa två aktiviteter hade vi redan på förhand förberett.

Utförandet skedde mestadels enligt planen, några små förändringar gjordes enligt behov. Då vi kom till Ekenäs fick vi veta att bara två elever den dagen skulle delta i verksamheten, till skillnad från fem till sju som vi originellt hade förväntat oss. Därmed valde vi att justera verksamheten så att eleverna fick välja en av aktiviteterna efter att vi presenterat dem och gjorde då enbart en aktivitet under detta tillfälle. Vår originella tanke var att hålla alla tre aktiviteter och att eleverna skulle dela upp sig mellan dem, men i och med att deltagarantalet var lägre än väntat ansåg vi som grupp att en justering av denna typ var på sin plats. Därmed var vi noggranna med att nämna att vi då måste hålla en av de andra aktiviteterna nästa gång, så att vi sedan i analysfasen kan analysera alla olika aktiviteter och hur de fungerade.

Justeringen medförde inga komplikationer och tillfället var i samråd med specialläraren givande och lyckat.

Eftersom bara två elever deltog i verksamheten vid detta utförande ansåg vi att det var mest naturligt att vi deltog i aktiviteten, som denna gång blev bordsspel. I och med att vi i detta skede egentligen skulle behövt ha forskningslov är det viktigt att nämna att verksamheten ständigt var övervakad av och gjordes i tätt samarbete med Johanna Rosendal. Dessutom fungerade det första utförandet som en typ av bekantningsstund mellan gruppmedlemmarna och eleverna, så de även i fortsättningen förhoppningsvis känner sig trygga med oss. Spelet som spelades var Uno och eleverna spelade aktivt och pratade samtidigt med både oss och varandra. Vi som gruppmedlemmar hade mycket fokus på bemötandet, hurdan energi som utstrålades, att informationen och aktiviteten skulle vara strukturerad och tydlig samt att alla var inkluderade. Detta är något vi givetvis förde med oss till varje tillfälle.

Enligt Rosendal var det första utförandet lyckat, eftersom eleverna var väldigt nöjda och på gott humör efter att vi lämnat skolan. Det var en överraskning för Rosendal att eleverna var mottagliga och samarbetsvilliga. Rosendal berättar att eleverna ofta har svårt med nya personer. (Personlig kommunikation, 2023). Detta stämmer även överens med vad bland annat Hietala och Lahti (2022) menar.

9.3 Utförande 2

Det andra utförandet av rastverksamheten skedde 16.3.2023. Planeringen på det andra utförandet gjordes på samma sätt som det första förutom att vi nu var förberedda på att det endast är två elever som deltar. Den första gången fick de själva välja vilket av alternativen de ville göra, men inför andra utförandet bestämdes det på förhand vilken aktivitet som skulle göras. För att få ett bättre resultat är det önskvärt att alla aktiviteter utförs, denna gång blev det musikmålning. Fastän eleverna inte själva fick välja aktivitet den här gången blev utförandet givande. Före besöket var det bestämt vilka låtar som ska spelas upp, endast instrumentala låtar med olika genrer. Material som behövs för denna aktivitet är högtalare, papper och pennor. Då Uno blev omtyckt av eleverna hade vi även med det.

Då vi kom till skolan berättades det för eleverna vilken aktivitet som står på schemat. De hade inte provat musikmålning förut. Det förklarades för dem vad aktiviteten går ut på, alltså att de kommer höra olika typer av låtar och får sedan rita det musiken får dem att tänka på.

Det blev även sagt att de får dela med sig om sina tankar ifall de känner för det, men det är inte ett måste. Den ena eleven visade inte så stort intresse för aktiviteten då den förklarades, hen började direkt rita utan att musiken hade börjat. Den andra eleven lyssnade på instruktionerna och hängde med, hen försökte även få den mer ointresserade eleven att göra det som var sagt. Det spelades fem olika låtar och de båda ritade. Den ena eleven följde instruktionerna och ritade fem olika teckningar baserat på vad hen ansåg att passade till de fem olika musikstyckena. Hen kom oftast snabbt på vad hen ville rita och delade sedan med sig av vad teckningen föreställer. Den andra eleven ritade på en och samma teckning under alla fem låtar.

Då de hade ritat klart, spelades det en omgång Uno under den tid som blev kvar av rasten. Denna gång var det bara två av fyra av oss i gruppen som deltog eftersom det inte fanns så mycket tid. I början gick utförandet som planerat men efter en stund blev ena eleven trött på spelet och berättade att hen inte orkar spela mer så hen steg upp och gick i väg till följande lektion. Vi diskuterade efter utförandet ifall det var nödvändigt att spela Uno i slutet. Vi hade under första utförandet tänkt att vi lockar eleverna till musikmålningen genom att de får spela Uno i slutet. Dock märkte vi att eleverna verkade tycka om att rita i takt med musiken och Uno skulle ha kunnat lämnas bort. Vi tänkte ändå hålla fast i det eftersom vi lovat detta den senaste gången. Rosendal höll med att musikmålningen var en passande aktivitet och att



Figur 2: Bilder från musikmålningen

vi borde endast ha hållit oss till den. En av eleverna hade svårt med att förlora vilket gjorde att hen blev frustrerad då hen förlorade spelet, vilket påverkade negativt denna elevs upplevelse av rastverksamheten i helhet.

9.4 Utförande 3

Under det tredje utförandet har Rosendal använt sig av rastlådan. Hon prövade med eleverna musikmålning och avslappningsövningen. Rosendal var positivt överraskad över hur bra aktiviteterna fungerade med eleverna. Rosendal tyckte särskilt om musikmålningen. Rosendal menade att hon kanske kunde i fortsättningen använda musikmålningen även under lektionstid. Det enda problemet som uppstod var tekniskt, musikerna bakom QR-koderna hade inte fungerat för Rosendal. Rosendal hade då valt egen musik för avslappningsövningen, som hon ansåg var avslappnande. För musikmålningen hade endast två låtar fungerat, därför spelade Rosendal de båda låtarna två gånger. Under avslappningsövningen hade eleverna tagit dynor och lagt sig på golvet, det hade gått bättre än Rosendal tänkt sig. Musikmålningen hade eleverna även denna gång tyckt om, eleverna ritade fritt och var aktiva. Enligt Rosendal var de valda låtarna till musikmålningen väldigt passande.

10 Slutprodukten - Rastlådan

Under processen har vår produkt omformats flera gånger och den slutliga produkten har blivit till en rastlåda. Rastlådan kan användas som ett verktyg av professionella i skolan under rasterna. Rastlådan är tillgänglig för alla professionella som arbetar med elever i grundskolan. Denna produkt är dock utvecklad i samarbete med en högstadieskola och speciellt för ungdomar med lindrig autism och asperger. I rastlådan finns Uno-spelkort, tillbehör för musikmålning och en avslappningsövning. Vi har sammanställt enkla instruktioner som finns med i rastlådan, dessutom har vi sammanställt QR-koder varifrån den professionella kan med telefonen spela upp musik för musikmålningen eller avslappningsövningen. Den professionella kan vara aktivt med under verksamheten eller övervaka barnen eller ungdomarna vid användningen av rastlådan.

Rastlådan går ut på att eleverna tillsammans med den professionella väljer en aktivitet ur lådan. Uno är lätt, eftersom alla säkerligen någon gång spelat det. För musikmålningen finns

det tuscher och papper, dessutom finns det en QR-kod för musiken. Då avslappningsövningen väljs får eleverna ta en bekväm ställning och den professionella läser QR-koden med telefonen. Genom QR-koden kommer man till ett 20 minuters klipp med avslappnande musik. Rastlådans syfte är att främja delaktighet, sysselsättning och fungera som avbelastning.

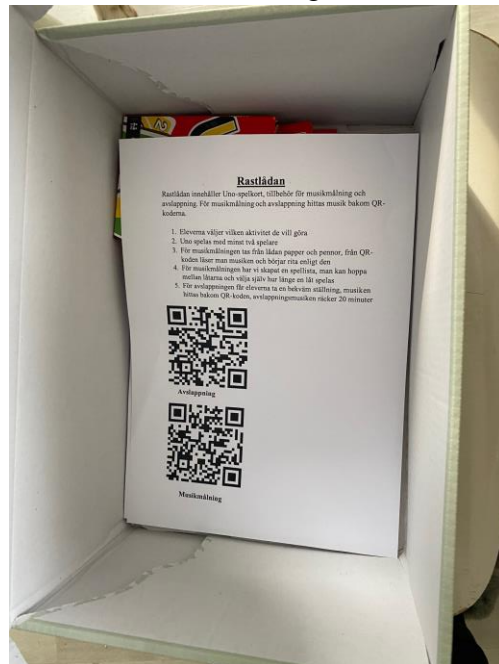
För avslappningsövningen har vi valt musiken enligt forskningen Pinos & López (2022) gjort, där de redogör för att harmonisk musik har en lugnande effekt och minskar oönskat beteende. Quintin, Bhatara, Poissant, Fombonne och Levitin (2011) menar dessutom att ungdomar med lindrig autism kan identifiera känslor via musik. Vissa kan anse att personer på autismspektrumet inte är känsllosamma eller att de inte kan känna känslor. Detta stämmer inte. Däremot kan personen ha svårt att hantera känslor och visa känslor. (Jäntti & Savinainen, 2018, s. 285) Rastlådan stöder personer, i detta fall med lindrig autism och asperger, att hantera och förstå sina egna eller andras känslor med hjälp av harmonisk musik.

Bordsspel stöder samvaro, delaktighet och gemenskap. Via spelet kan man skapa nya sociala relationer som stöder personens välbefinnande. Den professionella har möjlighet att stöda samspelssituationen mellan eleverna. Spelet kan fungera som ett hjälpmedel för att öva på sociala kunskaper. (Hietala & Lahti, 2022, s. 187). Även Matti Koskeniemi menar att skolan ska ses som en helhet där social interaktion och sociala kunskaper är viktiga. Skolan ska stöda och handleda elever i detta. (Nivala & Ryyänen, 2019, s. 240). Goda sociala kunskaper kräver ömsesidig social kommunikation alltså att uppfatta sammanhang före detalj, förstå andra personers tankar, avsikter och känslor samt samtidigt använda arbetsminnet för att komma ihåg vad andra säger. (Sjölund, Jahn, Lindgren, & Reuterswärd, 2017, ss. 32-33). Om bordsspel väljs ska eleverna ha friheten att välja om de vill spela bara två eller flera, då övar de på sina sociala kunskaper på ett sätt som passar dem. (Hietala & Lahti, 2022, s. 188). En av skolans viktigaste uppgifter är att lära ut sociala färdigheter, vilket kan göras exempelvis via bordsspel. (Kerola, Kujanpää, & Timonen, 2009, ss. 52-53).

Musikmålningen valdes på grund av att enligt Parvathi (2020) kan kreativitet fungera som uttryckande, lugnande och aktiverande. Konsten främjar kognitiva förmågor, sociala relationer samt stimulerar sinnet hos personer på autismspektrumet, i detta fall lindrig autism och asperger. Även konsten kan stöda eleverna att komma i kontakt med och uttrycka sina känslor. (Parvathi, 2020). Vi anser musikmålningen vara en lämplig aktivitet för personer

med lindrig autism och asperger, eftersom både musiken och konstens effekter sammankopplas.

Som bilaga lägger vi till dokumentet med instruktionerna och QR-koderna, se Bilaga 1.



Figur 3: Rastlådans innehåll

11 Tillförlitlighet och generaliserbarhet

Tillförlitlighet gäller sanningshalten i resultaten som uppvisas och i vilken bredd de tolkningar som gjorts är grundade i materialet och inte i fantasier eller förutfattade meningar. Med triangulering kan man öka tillförlitligheten. Det innebär att två eller flera personer utvärderar och tolkar materialet för att stärka resultatet, då riskeras det inte att påverkas av en enskild persons förståelse. (Kristensson, 2014, ss. 124-125).

För att den vetenskapliga forskningen och dess resultat ska vara etiskt godtagbar och tillförlitlig bör forskningen utövas i överensstämmelse med god vetenskaplig praxis. Användningen av god vetenskaplig praxis tillför att kvaliteten på forskningen blir bättre. I forskningen observeras pålitlighet, allmän omsorgsfullhet och noggrannhet, även i dokumenteringen, presentationen av resultaten och bedömningen av undersökningar och undersökningsresultaten. Ifall den vetenskapliga forskningen avviker från god vetenskaplig praxis försämrar tillförlitligheten, eftersom det anses som oetisk och opålitlig verksamhet, i värsta fall leder det till att resultatet blir värdelöst. (Forskningsetiska delegationen, 2019).

Med generaliserbarhet menas att utifrån ett urval kan man komma till en slutsats om situationen där urvalet ingår i. Alla i gruppen analyserar resultatet, på så sätt når vi en god generaliserbarhet då vi alla tänker olika och kan ha förstått på diverse sätt. Då resultaten tolkas kan det uppkomma nya frågor och idéer. (Kristensson, 2014, s. 126).

Slutprodukten började byggas upp med hjälp av Jäntti & Savinainen (2018), Stadig (2022) och Sjölund med flera (2017), dessa författare redogör för olika sätt att stöda personer med lindrig autism och asperger. Författarna har formulerat sina redovisningar på ett allmänt plan och vi som skribenter har samlat det som vi ansett är relevant för vårt arbete. Därmed har vi kunnat forma egna slutsatser på basen av författarnas synvinklar. Det blev klart att det var tre aktiviteter som var mest ändamålsenliga för målgruppen. Vi började planera möjligheter för utförande tillsammans med Rosendal.

Vi började utforma en grund för arbetet genom att förklara autismspektrumet, historiken bakom det, diagnostiseringen samt processen för diagnostiseringen. Detta valde vi att göra för att man ska få en djupare förståelse i hur autismspektrumet ser ut, vad som krävs för att få en diagnos, hur man egentligen börjat forska i ämnet och hur processen ser ut för att få en diagnos. För att ge oss en förklaring på vad autismspektrumet handlar om har vi fått insikter av Jäntti och Savianainen (2018), Boglind (2015), Kumpulainen, Aronen och Ebeling med flera (2019). Det är väsentligt att förklara vad autismspektrumet handlar om för att kunna förstå hurdana styrkor och utmaningar en person kan ha.

Vi ansåg att det är viktigt att förklara problematiken som Rosendal beskrev i skolan, detta gjordes med hjälp av Hejlskov Elvéns (2013) samt Olsson och Olssons (2021) teorier om problemskapande beteende samt antisocialt och normbrytande beteende. Egentligen är det inte väsentligt att få ett namn på ett visst beteende. Det är dock intressant att förstå beteendet genom litteratur samt inse att oftast ligger inte problemet hos personen utan i omgivningen som utlöser ett visst beteende. Diagnostiseringen av autismspektrumet är förklarat med hjälp av Jäntti och Savinainen (2018) samt Juusola (2012), Kerola, Kujanpää och Timonen (2009), Backman (2022) och Hattersley (2018). Författarna redogör för de kriterier som krävs för att få en diagnos. Vi har valt att ta upp diagnostiseringen för att öka informationen om kriterierna för diagnostiseringen, eftersom det fortfarande finns elever i skolvärlden som inte har en diagnos. Vissa vill ha hjälp och kan få det med hjälp av en diagnos, men andra vill inte ta emot hjälp fast det finns tydliga tecken på att det kunde behövas.

Historiken om autismspektrumet och hur man egentligen börjat forska i ämnet har valts att tas med, eftersom det är en annorlunda synvinkel på forskningen. Särskilt Hans Aspergers och Leo Kanners syn på autism och asperger ligger fortfarande som grund i dagens forskning. Det är intressant att få en förståelse för hur man redan för länge sedan börjat iakttä människor som på den tiden betett sig annorlunda. Det har under flera hundra år forskats i autismspektrumet runt omkring i världen. Lorna Wing (2012) har sammanfattat de väsentligaste teorierna om autism ända från 1800-talet. Kerola, Kujanpää och Timonen (2009) stöder Wings slutsatser men har dessutom i sin bok tagit upp även flera mindre forskningar som gjorts, till och med redan på 1300-talet. Dessa skrifter som gjorts för 700 år sedan är inte relevanta längre i dagens forskning eller i vårt examensarbete. Därför har vi valt att använda mestadels Wings slutsatser om teorierna, eftersom de fungerar som bas för dagens forskning. Då man ser på kriterierna på diagnostiseringen idag och på kriterierna för tvåhundra år sedan kan man se att de tydligt har ett samband och att de historiska kriterierna ligger som grund för dagens diagnostiseringskriterier. Med hjälp av den tidigare forskningen kan man stöda dagens barn och ungdomar med lindrig autism och asperger.

Gruppen som aktiviteterna utfördes med var mindre än väntat, en större grupp kunde ha gett ett bredare resultat som hade ökat tillförlitligheten. Därmed hade vi fått testa verksamheten med flera olika individer och förhoppningsvis se olika reaktioner på aktiviteterna hos dem. Gruppen blev liten, troligtvis på grund av att personer på autismspektrumet har svårt med nya sociala kontakter. Vi träffade eleverna precis innan första utförandet och åtminstone en elev uteblev efter att hen sett oss. Vi befinner oss i en gråzon på grund av att vi interagerat med eleverna under utförandena i samråd med Rosendal. Detta beror på att Rosendal inte har haft tillräckligt med resurser att utföra all verksamhet själv.

12 Examensarbetets etiska frågeställningar

Under processen att hitta ett lämpligt tema för examensarbetet kom flera etiska frågeställningar in i bilden. Frågeställningarna kom både i samband med valet av tema i förhållande till tillgänglighet i vardagen för den finlandssvenska användaren och i övervägandet av vilken typ av examensarbete som kändes aktuellt i relation till temat. Som grund för ett etiskt försvarbart examensarbete har olika källor kommit till nytta och fungerat som riktlinjer för bland annat hurdana datainsamlingsmetoder som kom att användas i examensarbetet. Med hjälp av Forskningsetiska delegationens etiska principer (2019) samt

deras video om etikprovning inom humanvetenskaperna (2020) har forskningslov och etisk provning kunnat uteslutas. Forskningslov behövs exempelvis då minderåriga blir intervjuade eller om vi som forskare använder information i vårt arbete vi fått från minderåriga (Rådet för yrkeshögskolornas rektorer Arene rf, 2020). Därmed har vi valt att avgränsa examensarbetet så att målgruppen är minderåriga, men att de inte är det direkta föremålet för arbetet.

Projektets målgrupp är som tidigare nämnts elever i Ekenäs högstadieskola, vilket innebär att personerna som kommer beröras av produkten är minderåriga. För att examensarbetet ska förbli etiskt och inte behöva gå igenom en etisk provning planerar och utför vi verksamheten i samtycke med skolan och all kontakt sköts med specialläraren Johanna Rosendal. Rosendal samlar in elevernas åsikter och önskemål på egen hand och kan sedan utöver sina egna tankar använda dem i diskussionen med oss. Detta eftersom de etiska riktlinjerna inte tillåter en direkt diskussion mellan oss och eleverna (Forsningsetiska delegationen, 2020). Vi som skribenter har tillsammans med våra handledare gjort beslutet att inte ansöka om forskningslov, men då i stället forma undersökningen och arbetet så att det i övrigt är etiskt försvarbart. Detta innebär i praktiken att all information som samlas in, analyseras och diskuteras i detta arbete kommer från Rosendal och att vi i helhet undviker att lyfta upp sådant som vi själva uppfattat under undersökningsprocessen, exempelvis under utförandena. Detta är som tidigare nämnt även orsaken till att Rosendal kommer att dra det tredje utförandet, i och med att hon i bredare utsträckning kan observera och analysera hur eleverna reagerar på verksamheten.

Utöver de faktorer som direkt påverkar hur datainsamlingen sköts har andra aspekter tagits i beaktande, så som exempelvis att respektera människovärdet, självbestämmanderätten och integriteten hos eleverna som deltar i vår verksamhet. Examensarbetet är uppbyggt på ett sätt som inte medför risker eller skador för människan eller samhället. Bemötandet av projektets målgrupp, alltså eleverna och Johanna Rosendal, är sakligt och håller sig till riktlinjerna. Det är önskvärt att personerna som berörs av arbetet finner förtroende för oss. Deltagandet är frivilligt och kan avslutas i vilket skede som helst. Deltagarnas rättigheter respekteras och de blir välinformerade om arbetets syfte och innehåll. (Forsningsetiska delegationen, 2020).

Vi tar i beaktande hur mycket vårt deltagande i verksamheten påverkar elevernas upplevelser samt resultatet. Alla som berörs av undersökningen är medvetna om att vi inkluderar

information som fås av Rosendal i vårt examensarbete, bibehållande deltagarnas anonymitet. Aktiviteterna leds genom att handleda och stöda eleverna i att samspela med och respektera varandra. Vid behov kan vi delta i till exempel bordsspel, men det är då viktigt att eleverna hålls i fokus. Detta bidrar till att resultatet bättre kan analyseras av Rosendal utifrån elevernas upplevelse. (Rosengren & Arvidson, 2002, ss. 165-171).

13 Diskussion

Autismspektrumet är något som forskats i länge. I detta examensarbete har vi fokuserat på lindrig autism och asperger där funktionsförmågan är relativt hög. Personer med lindrig autism och asperger kan ha problem speciellt i skolan. Problematiken visar sig särskilt på rasterna där barn och ungdomar under skoldagen utsätts för många sociala intryck. Dessa sociala intryck kan upplevas belastande för barn och ungdomar med lindrig autism och asperger, vilket kan få dem att reagera på ett sätt som ses som ett problem i skolvärlden. Därför är det viktigt att stöda barn och ungdomar med lindrig autism och asperger även på rasterna, så att också de blir integrerade i skolans sociala samvaro så som Teräväinen (2011, ss. 83-93) redogör.

Frågeställningen i detta arbete är; hur kan man stöda ungdomar med lindrig autism och asperger under rasterna? Vi har lyckats svara på frågan med hjälp av mångsidig litteratur samt samarbete med specialläraren Rosendal i Ekenäs högstadieskola. Vi utvecklade en rastlåda som kan fungera både sysselsättande och avbelastande. Rastlådan svarar på det behov som funnits i Ekenäs högstadieskola. Rastlådan erbjuder ungdomarna aktiviteter under rasterna i mindre grupp där de utsätts för färre sociala intryck. Rastlådan är utvecklad i detta arbete för en enskild skola, men kunde användas i andra skolor också med liknande problematik. Rastlådans fulla potential har inte uppnåtts i detta arbete, eftersom den endast provats tre gånger och inte nödvändigtvis kommer att implementeras i skolan. För att denna typ av rastverksamhet ska kunna förverkligas och fungera som stöd för eleverna under rasterna behövs utvidgade resurser från skolans sida.

För att kunna uppnå rastlådans fulla potential hade vi behövt forskningslov. Forskningslovet hade gett oss mer frihet att interagera med eleverna i skolan. Ifall vi hade haft ett forskningslov skulle vi haft möjlighet att delta och observera aktiviteterna, vilket kunde ha gett oss ett mer tillförlitligt resultat. Genom till exempel direkta intervjuer med eleverna

kunde vi ha fått mera information. Detta skulle ha resulterat i en mer anpassad produkt för flera deltagare, vilket kunde ha lett till ett större deltagarantal som hade ökat resultatets tillförlitlighet. Vi skulle ha haft möjlighet att diskutera med eleverna hur de kanske utan lärarna kunde fortsätta med aktiviteterna så att problemen på rasterna skulle minska.

Vi har haft möjligheten att skraddarsy rastlådan enligt Ekenäs högstadieskolas elever, dock varierar problematiken och behoven från skola till skola. Rastlådan är enkel att anpassa till de behov och intressen de elever man arbetar med har. Man kan lätt byta ut aktiviteterna och modifiera konceptet. Då man arbetar som professionell i en skola är det viktigt att inkludera eleverna och deras intressen i hur rastlådan ska se ut. Rastlådan kan användas för äldre, ungdomar och yngre barn. Som professionell är det viktigt att komma ihåg att det oftast är skolan, alltså omgivningen, som har ett problem med hur barnen eller ungdomarna agerar (Hejlskov Elvén, 2013). Därför är det viktigt att inkludera eleverna i frågan om hur rasterna kunde fungera bättre för dem.

Vi anser att denna rastlåda kunde stöda elever med lindrig autism och asperger och ge dem möjlighet för sysselsättning. Då eleverna deltar i strukturerade aktiviteter under rasterna minskar risken att de lägger sin energi på att göra sådant som inte går i enighet med skolans regler och normer. Dessutom stöder denna typ av rastaktiviteter ungdomarna till att orka resten av skoldagen. Verksamheten stärker elevernas självkännet då de behöver fundera på vad de vill eller behöver göra under rasten. Genom att ordna planerade aktiviteter som är av elevernas intresse, kan man göra skolgången mer meningsfull och minska negativ respons.

Aktiviteterna som är inkluderade i detta arbete har varit av målgruppens intresse, vilket gjorde att verksamheten lyckades. Vi sammanställde aktiviteterna genom att Rosendal tog reda på hurdana intressen eleverna hade och dessutom har vi gått igenom relevant litteratur som har hjälpt oss att skapa ändamålsenliga aktiviteter. Det som vi märkt under denna process är att det kunde ha varit viktigt att fundera över att inte ha någon aktivitet där någon vinner eller förlorar. Vi har alltså kunnat konstatera att bordsspel har en nackdel då det oftast är någon som vinner eller förlorar. Med hjälp av bordsspel kan man öva på sociala förmågor. Ifall fokuset endast ligger på vem som vinner eller förlorar, faller samspelet mellan deltagarna bort.

Rosendal funderade över att hon kunde använda sig av musikmålningen även under lektionerna. Vi diskuterade tillsammans med Rosendal om att man på detta sätt kunde göra lektionerna mer anpassade för eleverna och man kunde hitta en balans under skoldagarna mellan rasterna och lektionerna. Rosendal lyfte upp att rasterna under skoldagen är ganska korta, vilket gör att det är svårt att ordna rastaktiviteter. Hon berättar även att skolan ska utvidga rasterna så att de blir längre och ordna ett nytt rastutrymme för alla elever. I och med detta kunde rastlådan implementeras där. (Personlig kommunikation, 2023).

Detta arbete har varit en lång och mångfacetterad process. Som skribenter för detta arbete har vi mött flera motgångar, trots detta har vi lyckats skapa en fungerande produkt. I de omständigheter vi skapat, utvecklat och testat produkten har den varit lyckad men vi är medvetna om att vi haft en liten målgrupp. För att få ett mer tillförlitligt och trovärdigt resultat skulle processen krävt en större målgrupp. Som skribenter för detta arbete anser vi oss ändå nöjda med resultatet, eftersom vi kunnat så ett frö i skolan vi samarbetat med för att underlätta rasterna för elever med lindrig autism och asperger. Med detta menar vi att vi under processens gång varit medvetna om att rastlådan inte kommer implementeras i skolan. Vi blev ändå positivt överraskade då Rosendal trots allt lyfte fram att delar av rastlådan kunde bli i användning i fortsättningen. Detta är ett ämne som fortfarande kräver mer forskning och insatser i skolvärlden. Som skribenter för detta arbete har vi fått se att det behövs mer resurser i skolorna för att kunna stöda elever även på rasterna. Under denna process har vi flera gånger fått höra om tidsbristen hos personalen i skolorna. Det krävs mer ingående forskning och undersökning för att skapa hållbara lösningar för alla elever som upplever rasterna utmanande. Vi vill också än en gång lyfta fram att det oftast är omgivningen som anser elevernas beteende som problematiskt. Frågan är då, hur kan vi göra skoldagarna mer anpassade för elever som inte passar in i skolans typiska regler och normer?

14 Litteraturförteckning

- Anttalainen, H., & Tapaninen, R. (2008). *Handbok för planering av bildkonstsalar - Grundskolan och gymnasiet*. Hämtat från Utbildningsstyrelsen:
<https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/handbok-for-planering-av-bildkonstsalar.pdf>
- Backman, A. (2022). *Vänskap, skola, familjeliv. Anpassningar och färdigheter för barn med autism*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Boglund, H. (2015). *Att leva och lära med barn med autism - Information och råd till vuxna som möter barn*. Hämtat från Uppdrag Psykisk Hälsa:
<https://www.uppdragpsykiskhalsa.se/wp-content/uploads/2019/01/Om-barn-med-autism-svenska.pdf>
- FDUV. (u.d.). *Skola och utbildning*. Hämtat från FDUV:
<https://www.fduv.fi/sv/information/skola/>
- Forskningsetiska delegationen. (2019). Etiska principer för humanforskning och etikprövning inom humanvetenskaperna i Finland. *Forskningsetiska delegationens anvisningar 2019*.
- Forskningsetiska delegationen (Regissör). (2020). *Etikprövning inom humanvetenskaperna* [Film].
- Hattersley, C. (2018). *Autismikirjo: Näin tuet teini-ikäistä*. Helsinki: Autismi- ja Aspergerliitto ry.
- Hejlskov Elvén, B. (2013). *Problemskapande beteende vid utvecklingsmässiga funktionshinder*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Hemgård, L. (2022). *Vikten av att inkluderas*. Hämtat från Hem och Skola:
<https://www.hemochskola.fi/2022/10/03/vikten-av-att-inkluderas/>
- Hietala, J., & Lahti, E. (2022). Sosiaaliset suhteet. i T. Savikuja, & A. Puustjärvi, *Nepsy-opas. Tukea neuropsykiatriin haasteisiin* (ss. 187-197). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Hietanen-Peltola, M., Laitinen, K., Autio, E., & Palmqvist, R. (2018). *Välbefinnande genom generellt inriktat arbete- Elevhälsogruppen inom den grundläggande utbildningen*. Hämtat från Institutet för hälsa och välfärd:
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137137/URN_ISBN_978-952-343-206-2.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Juusola, M. (2012). *Levottomat aivot. ADHD ja Asperger vahvuuksina*. Helsingfors: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Jäntti, E., & Savinainen, R. (2018). *Nepsyt.Erityistä elämää*. Tallinn: Karisto Oy.
- Kalliomeri, R., Mettinen, K., Ohlsson, A.-M., Soini, S., & Tulensalo, H. (u.d.). *Lapsikeskeinen palvelumuotoilu*. Hämtat 2023

- Kerola, K., Kujanpää, S., & Timonen, T. (2009). *Autismin kirjo ja kuntoutus*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kostamo, P., Airaksinen, T., & Vilkkä, H. (2022). *Kirjoita itsesi asiantuntijaksi. Opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön*. Helsinki: Art House Oy.
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik*. Stockholm: Natur & kultur.
- Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K., & Sourander, A. (2019). *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Miller, A., Vernon, T., Wu, V., & Russo, K. (2014). Social Skill Group Interventions for Adolescents with Autism Spectrum Disorders: a Systematic Review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*.
- Määttä, P., & Rantala, A. (2010). *Tavallisen erityinen lapsi. Yhdessä tekemisen toimintamalleja*. Juva: WS Bookwell Oy.
- Nivala, E., & Ryyänen, S. (2019). *Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa*. Gaudeamus Oy.
- Olsson, B.-I., & Olsson, K. (2021). *Barn med utmanande beteende. Tidiga insatser i förskolan och skolan*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Parvathi, G. (2020). Arts based therapeutic intervention on an adolescent living in autism spectrum. *Indian Journal of Health & Well-being*.
- Pinos, C. C., & López, I. B. (2022). Influence of Music on the Behaviour of Persons with Autism Spectrum Disorder (ASD) and Low Cognitive Functioning: A Systematic Observational Study. *International Journal of Disability, Development and Education*, ss. 121-138.
- Quintin, E.-M., Bhatara, A., Poissant, H., Fombonne, E., & J. Levitin, D. (2011). Emotion Perception in Music in High-Functioning Adolescents With Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*.
- Rosengren, K., & Arvidson, P. (2002). *Sociologisk metodik*. Liber.
- Rådet för yrkeshögskolornas rektorer Arene rf. (2020). Etiska rekommendationer för examensarbeten på yrkeshögskolor. Finland.
- Sjölund, A., Jahn, C., Lindgren, A., & Reuterswärd, M. (2017). *Autism och ADHD i skolan - Handbok i tydliggörande pedagogik*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Socada, L. (den 03 09 2020). *Terveysportti*. Hämtat från <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/shk/article/dlk00355/search/autism> i.
- Stadig, O. (2022). Hur du som pedagog kan hjälpa elever med autism att lyckas i skolan. i A. Backman. Stockholm: Författarna och Natur & Kultur.

- Stadig, O. (2022). Hur du som pedagog kan hjälpa elever med autism att lyckas i skolan. i A. Backman, *Vänskap, skola, familjeliv. Anpassningar och färdigheter för barn med autism* (ss. 232-243). Stockholm: Natur&Kultur.
- Terveyskylä. (den 02 17 2021). Hämtat från
<https://www.terveyskyla.fi/lastentalo/sv/information-om-barns-sjukdomar/autismspektrumst%C3%B6rning/hur-diagnostiseras-autismspektrumst%C3%B6rning>.
- Teräväinen, V. (2011). *Asperger-eritysooppilaan sosiaalinen integraatio*. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Tuulaniemi, J. (2013). *Palvelumuotoilu*. Talentum.
- Tysk, C. (2022). Utredning av autism. i A. Backman, *Vänskap, skola familjeliv. Anpassningar och färdigheter för barn med autism* (s. 13). Stockholm: Natur & Kultur.
- Wing, L. (2012). *Autismspektrum*. Lund: Studentlitteratur AB

Bilaga 1

Rastlådan

Rastlådan innehåller Uno-spelkort, tillbehör för musikmålning och avslappning. För musikmålning och avslappning hittas musik bakom QR-koderna.

1. Eleverna väljer vilken aktivitet de vill göra
2. Uno spelas med minst två spelare
3. För musikmålningen tas från lådan papper och pennor, från QR-koden läser man musiken och börjar rita enligt den
4. För musikmålningen har vi skapat en spellista, man kan hoppa mellan låtarna och välja själv hur länge en låt spelas
5. För avslappningen får eleverna ta en bekväm ställning, musiken hittas bakom QR-koden, avslappningsmusiken räcker 20 minuter



Avslappning



Musikmålning