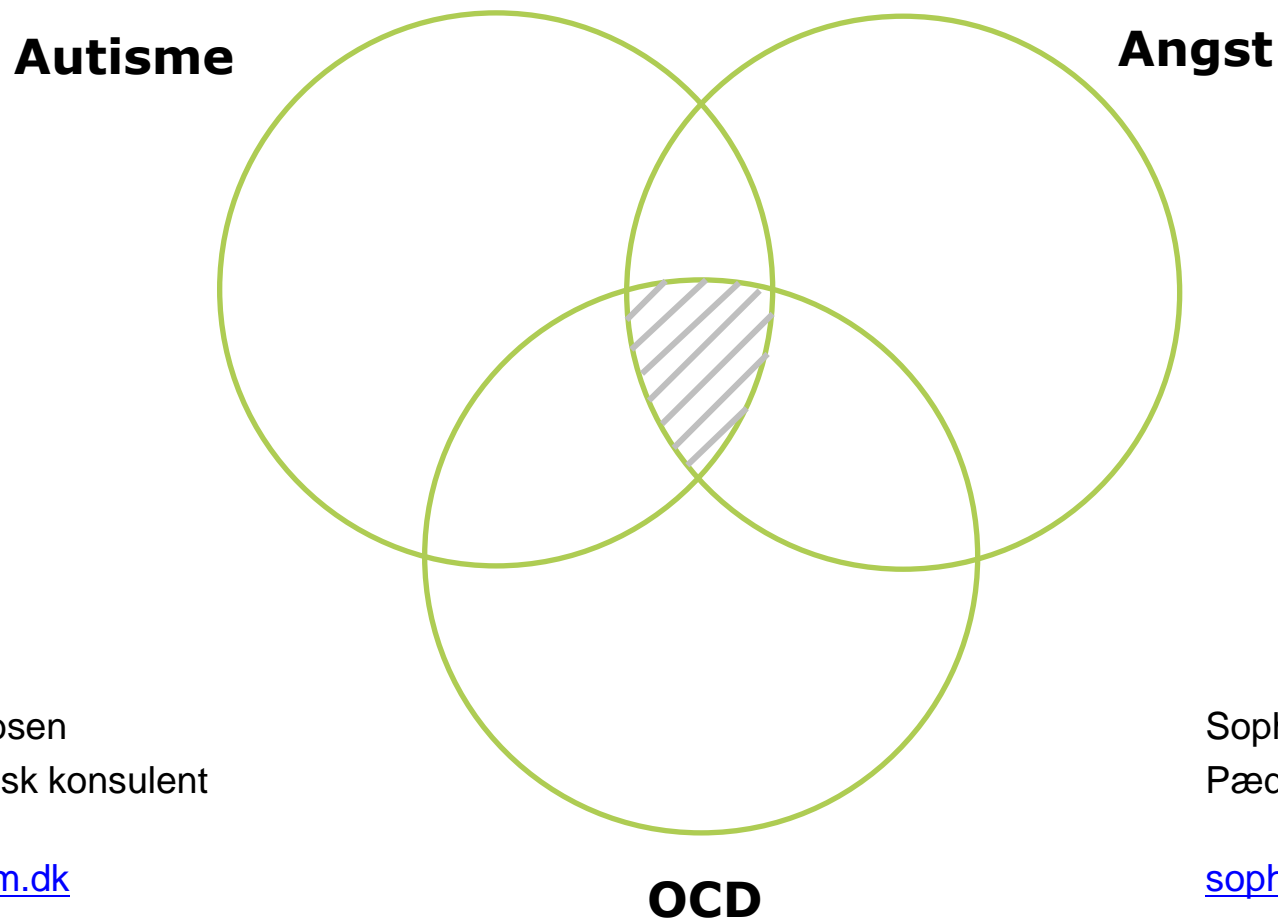


Autisme, angst og OCD



Ken Jacobsen
Pædagogisk konsulent
konsulent
kejaco@rm.dk

Sophie Lykke
Pædagogisk
sophar@rm.dk

Formål med workshoppen

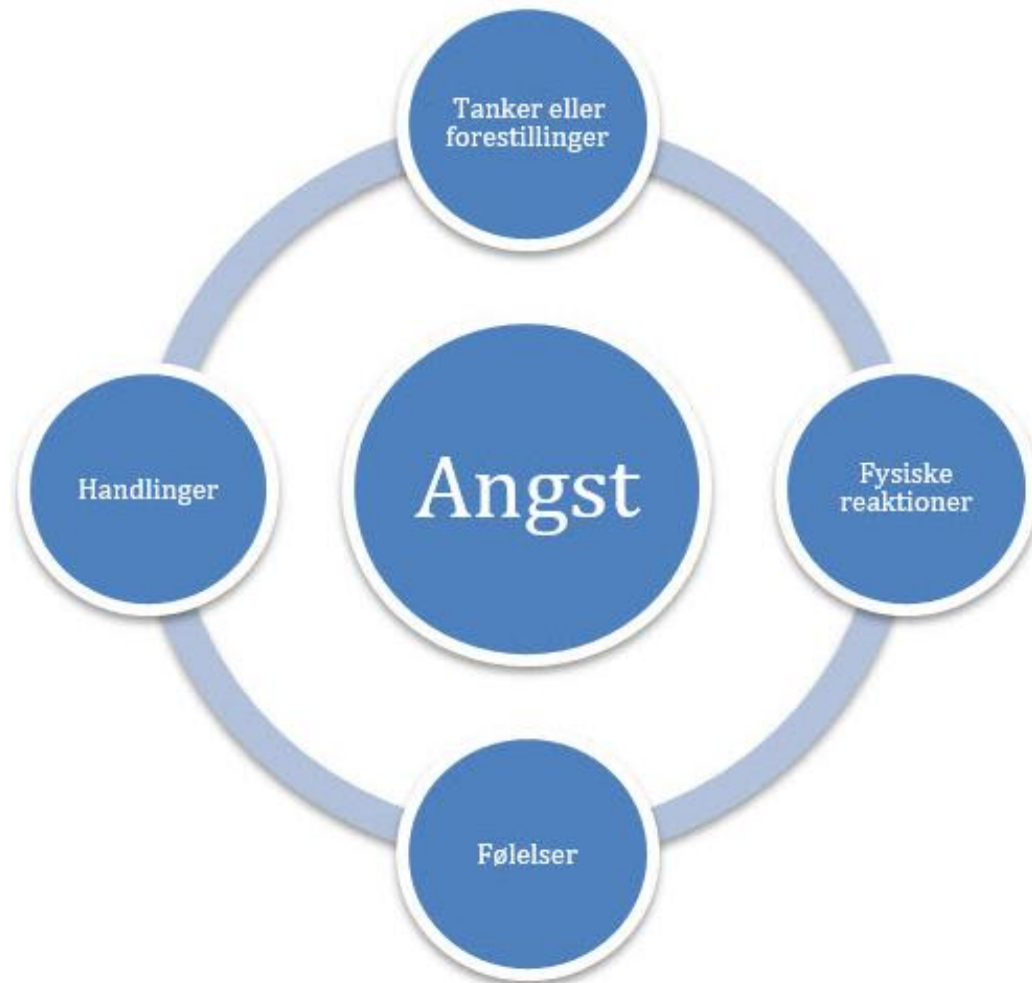


- Det er en workshop.
- Viden – erfaringsbaseret.
- Mulighed for refleksion.
- Vores besyv ift. indsats.

Diagnostiske kriterier for angst

- Angst i eller undgåelse af bestemte situationer (fobier) eller langvarig bekymringstendens og anspændthed (generaliseret angst)
- Samtidige angstsymptomer, herunder mindst et autonomt
 - Autonome symptomer: hjertebanken, sveden, rysten, mundtørhed
 - Andre angstsymptomer: vejrtrækningsbesvær, kvælningfornemmelse, trykken i brystet, kvalme/mave-uro, svimmelhed, uvirkelighedsfølelse, frygt for at miste selvkontrollen, frygt for at dø, hedeture eller kuldegysninger, dødhedsfølelse
- Betydelig gene fra angst eller undgåelse
- Erkendelse af at angst eller undgåelse er overdreven eller urimelig

Angstmodel



Diagnostiske kriterier for OCD

OCD

A. Gennem mindst 2 uger:

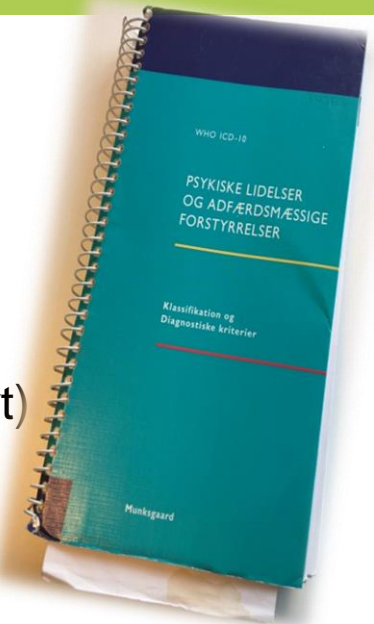
- Obsessioner (tvangstanker, -idéer eller -forestillinger)
- Kompulsioner (tvangshandlinger)

B. Erkendes som egne tanker eller tilskyndelser (ikke påført)

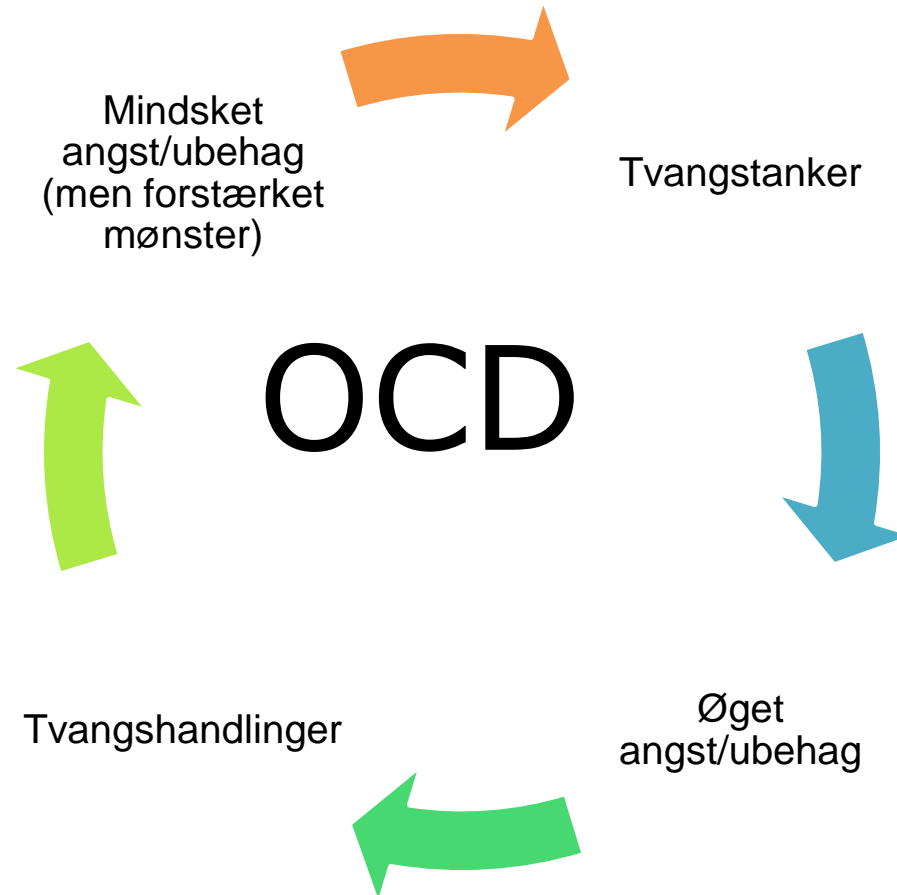
- Tilbagevendende
- Ubehagelige
- Erkendes som overdrevne eller urimelige
- Søges afvist eller modstået
- Oplevelse af, at tvangstanker eller udførelse af tvangshandlinger ikke i sig selv lystbetonet

C. Medfører lidelse og påvirker daglige funktioner

D. Skyldes ikke andre psykiske lidelser



Den dårlige cirkel



Autisme og OCD

OCD

Tvangstanker



Angst, stress og ubehag



Tvangshandlinger – ofte i form af gentagende handlemønstre tilsyneladende uden praktisk formål

Autisme

Nedsat forestillingsevne
Udfordringer i forhold til kommunikation
Udfordringer i forhold til socialt samspil
Sensoriske over eller under-registrerende



Angst, stress og ubehag



Rutiner, gentagelser, systemer mindsker stress og skaber forudsigelighed og kontrol



Autisme og OCD

OCD

Tvangstanker

- Angstdæmpende på kort sigt
- Lidelsesfuldt
- Jeg- dystont

tilsyneladende praktisk formål

Autisme

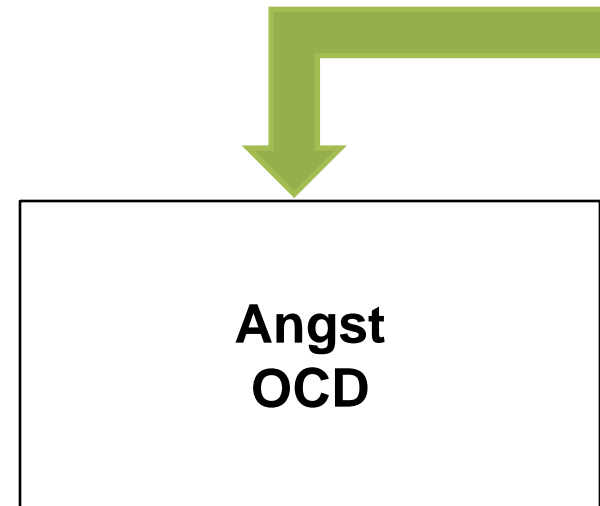
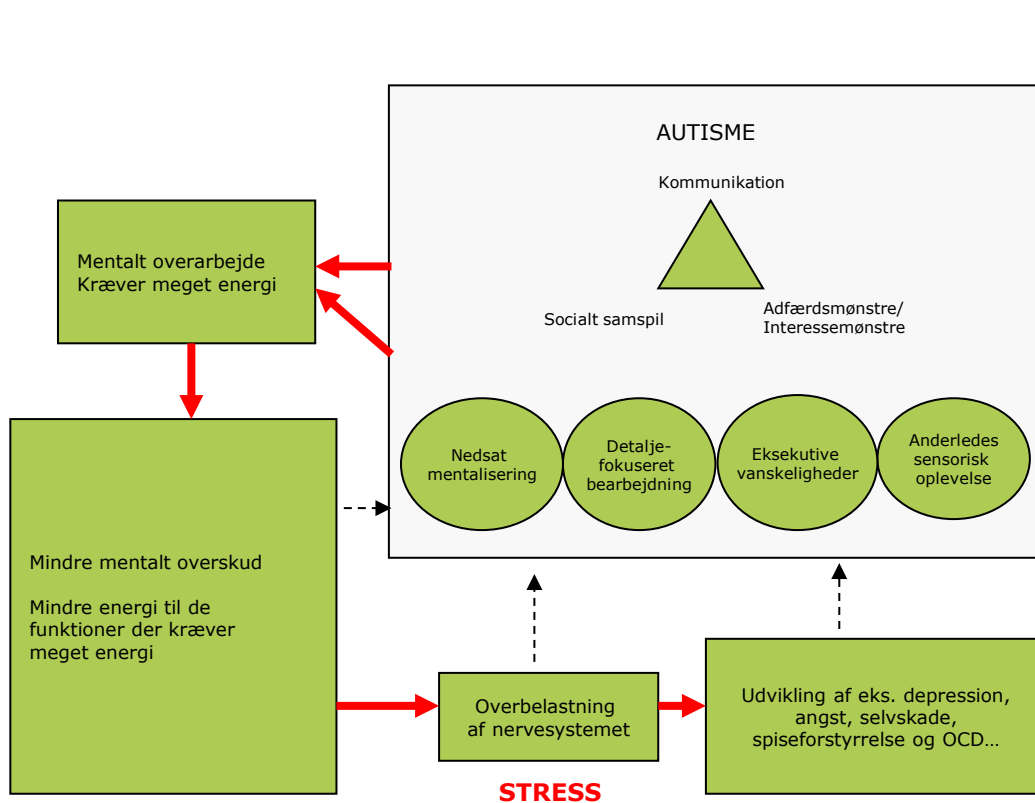
Nedsat forestillingsevne
Udfordringer i forhold til kommunikation
Udfordringer i forhold til socialt samspil
Sensoriske over eller under-

- Stressreducerende
- Følelse af kontrol
- Nydelsesfuldt
- Jeg-syntont

Rul stress og



Hvad er hvad ?



Husk -
Samarbejde med
psykiatrien

Indsats enten eller?

Både og!

Stressreduktion
"at skærme"

Eksponering
"at udsætte"

Indsats og behandling

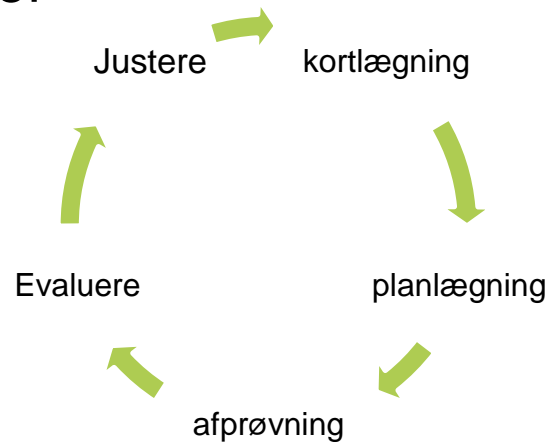
Kognitive adfærdsterapeutiske metoder

Kognitive samtaler:

- motivationsarbejde og psykoedukation
- kortlægning af tvangstanker og tvangshandlinger (Y-BOCS)
eller registrering af OCD symptomer

Adfærdsterapeutiske metoder:

- eksponering
- responshindring
- angsthåndtering



Indsats og behandling

Eksponering og responshindring

EKSEMPEL

Eksponeringsplan

Mål: at kunne handle alene i butikker

Aktuel sikkerhedsadfærd: have telefon og vandflaske med,
have partner med, undgå myldretid, skynde sig

Forventet
angst

0-10

- | | | |
|---|---|------|
| 1 | Handle i den lokale kiosk | 5 |
| 2 | Gå i kvickly på Silkeborgvej klokken 12 uden brug af sikkerhedsadfærd | 5-6 |
| 3 | Gå i kvickly på Silkeborgvej klokken 17 uden brug af sikkerhedsadfærd | 7 |
| 4 | Køre i Bilka klokken 17 uden brug af sikkerhedsadfærd | 9-10 |
| 5 | Gå i Rosengårdscentret klokken 17 uden brug af sikkerhedsadfærd | 10 |

20

Eksempel på psykoedukation

