

# **Autisme, sansesensitivitet & mad**

- d. 03.11.2023 fra klokken 09.30-15.30

**Udfordringer med sansefølsomhed, mad og spisning forekommer oftere blandt børn med autismespektrumtilstande end blandt andre børn.**

**Mange børn med autismespektrumtilstande vil kun spise meget få slags mad eller meget usund mad, hvilket medfører meget ensidige og selektive madvaner.**

På dette kursus sætter vi fokus på autisme, sansesensitivitet og madproblematikker. Med udgangspunkt i den nyeste forskning samt egne, kliniske erfaringer i arbejdet med børn og unge med autismespektrumtilstande er formålet med kurset at give kursusedtagerne en øget viden om sammenhængen mellem autisme og madvaner samt spiseproblemer. Derudover bliver der på kurset lagt vægt på, at kursusedtagerne får konkrete strategier og redskaber til, hvad man som pårørende kan gøre for, at madproblematikkerne og de dertilhørende udfordringer formindskes. På kurset vil vi blandt andet komme ind på, hvordan man kan gøre barnets madpræferencer mindre ensidige ved både at arbejde med det kropslige og sansemæssige aspekt samt ved det sociale aspekt i forhold til mad.

## **Kursusindhold**

Problemer med mad og spisning hos børn, unge og voksne med en autismespektrumtilstand varierer meget og kan have mange forskellige årsager og udtryksformer. På kurset vil vi komme ind på nogle af de væsentligste problemer og årsager med særligt fokus på sanseforstyrrelser. Nedenstående opsummerer nogle af de fokusområder, som kurset vil berøre.

## **Mad og sansesensitivitet**

En almindelig kendt årsag til at børn med autismespektrumtilstande spiser småt og selektivt er, at de ofte er sansesensitive og derfor kan opleve ubehag ved at spise specifikke madtyper; eksempelvis på grund af madvarens konsistens, farve, form eller lugt. På kurset kommer vi ind på strategier til, hvordan man langsomt kan vænne barnet til at ville spise nye madvarer, og ikke mindst hvordan man kan øge barnets lyst til at spise. Der vil hertil være fokus på en generel introduktion til autisme og sanseforstyrrelser som den første del af kurset, der danner grundlaget for arbejdet med autisme og mad.

## **Mad og rutiner**

Mange børn med en autismespektrumtilstand har et stort behov for faste rutiner for at kunne fungere godt. Madproblematikker ved autisme kan komme til udtryk ved, at rutinerne omkring måltiderne kan blive meget omfattende; eksempelvis at bordet skal dækkes på en helt bestemt måde, at maden skal serveres på samme måde hver dag, før barnet går med til at spise, eller at maden skal være den samme hver dag. Ligesom med andre fastlåste, rigide rutiner er det svært for familien at vide, hvor langt man skal gå for at imødekomme barnets krav. På kurset sætter vi fokus på denne problemstilling.

## **Sult- og mæthedsfornemmelse**

Børn og unge med en autismespektrumtilstand kan have svært ved at identificere og tolke deres kropslige signaler, hvilket kan påvirke deres appetitregulering. Der er risiko for, at barnet ikke får tilstrækkelig med næring, eller omvendt kommer til at spise for meget og derfor udvikler problemer med overvægt på længere sigt, når barnet bliver ældre. Det er derfor en vigtig opgave for omgivelserne at holde fast i regelmæssige spisetider, uanset om barnet er sultent eller ej. På kurset giver vi redskaber til, hvordan man som forældre bedst håndterer, at barnet gentagende gange nægter at spise til måltiderne eller glemmer at spise.

## **Det sociale aspekt**

Mange børn og unge med autisme har udfordringer med det sociale aspekt ved spisning, som derfor påvirker hvordan og hvor meget, de spiser. Mange forældre oplever, at hele familien ikke kan spise sammen ved bordet, men at barnet med autisme må spise på eget værelse eller med høretelefoner på, hvilket forældre kan være kede af. På kurset vil vi belyse dette aspekt ved spisningen.

## **Praktiske oplysninger**

Du får udleveret materialer på kurset, og efter kurset får du alle materialerne i PDF-format.

- **Kursus:** Autisme, sansesensitivitet og mad
- **Varighed:** seks timer
- **Dato og tidspunkt:** fredag d. 3. november 2023 fra klokken 09.30-15.30
- **Adresse:** Løkshøll, Rókarvegur 1, 620 Runavík
- **Målgruppe:** Pårørende og fagfolk (forældre, primære omsorgspersoner, plejeforældre, aflastningsfamilier, støttekontaktpersoner, psykologer, lærere/skoleledere, pædagoger, ergoterapeuter, fysioterapeuter, læger, sygeplejersker, socialrådgivere og andre, der arbejder med børn, unge og voksne med autisme eller sociale og kommunikative vanskeligheder).
- **Kursusholder:** autoriseret psykolog fra Molis, Emma Krarup-Andersen