

Vidnesbyrd fra autister under corona



I Autisme Ungdom har indsamlet vidnesbyrd og personlige historier fra vores medlemmer i hele landet, som beskriver og udfolder hvordan konsekvenserne af de ændringer corona har medført, og har akut brug for at vi hjælper dem - ellers risikerer vi at tabe dem på gulvet.

Helt konkret hører vi historier om

- Unge autister, der har brug for at få støtte tilbage, de kunne klare sig uden før corona kom.
- Unge autister, der har fået frataget støtte under corona, hvilket har haft negativ effekt på deres trivsel.
- Unge autister, som er blevet påvirket negativt af den ekstra ventetid i uddannelsessystemet, psykiatrien og kommunalt regi, og derfor har brug for mere støtte end før corona kom.
- Unge autister, der har brug for at tage et år af deres STU om, fordi det meste af det sidste år har foregået online.
- Unge autister, der dropper ud af deres uddannelser, fordi online undervisning og ændrede retningslinjer har været mere end de kunne klare
- Unge autister, der føler sig ensomme og isolerede.

Hvis ikke vi gør noget snart, får de her unge autister det kun endnu værre, og da autister i forvejen er en gruppe der har svært ved at komme igennem uddannelsessystemet og få tilknytning til arbejdsmarkedet, er det sindssygt vigtigt vi handler hurtigst muligt.

Vores løsningsforslag er helt konkret:

Konkrete initiativer - ensomhed

- Oprette flere uvisiterede tilbud til unge med autisme og andre psykiske sårbarheder, så der kan etableres et socialt netværk om de unge
- Bevillige penge til Autisme Ungdom, så vi kan assistere vores lokalafdelinger i at skabe de lokale autismevenlige fællesskaber af autister for autister

Konkrete initiativer - Uddannelse

- Sætte penge af til etablering af ASF klasser og HF inklusionsklasser landet over
- Uddanne mindst en vejleder på hvert enkelt uddannelsessted i at vejlede unge med autisme, så man kan få god og fagligt stærk vejledning, uanset hvilken uddannelse man ønsker sig
- Bevillige Handicap SU på ALLE uddannelser, så den økonomiske situation ikke afgør ens karrierevalg, og man ikke bliver presset til at have et studiejob ved siden af en studie.
- Sørge for, at de unge der har behov for det kan tage et halvt år til et år af deres STU om

Konkrete initiativer - Hjælp og støtte

- Sænke visitations- og dokumentationskravene for ansøgninger om kommunal støtte det næste år frem, så det bliver nemmere for unge autister at få den støtte de har behov for
- Evt lave et tilbud, så alle unge med en autisme spektrum forstyrrelse uden visitation kan få adgang til 2 timers mentorstøtte om ugen eller 2 timers bostøtte om ugen frem til udgangen af 2022 ved at vise dokumentation for sin diagnose
- Gøre det konkret og overskueligt at få den gratis psykologhjælp der allerede er bevilget
- Uddanne kommunale medarbejdere bedre til at håndtere autisme, med fokus på den takkede profil, så unge bedre kan få den støtte de har behov for.

De unges historier:

Kommunalt og psykiatrien

Magnus, 13 år

Kære Silke

Jeg skriver til dig efter at have læst jeres opslag på FB om fratagelse af støtte.

Jeg skriver på vegne af min søn på 13 år.

Magnus går i 6.kl og er inkluderet i en normal klasse på en folkeskole. Han fik før nedlukningen i dec. 20 , 10 lektions støtte pr. uge.

Vi har nu fået at vide at han her i nødundervisningen ikke vil modtage sin støttetimer.

Emma-Sofie

I September 2020 begyndte jeg sagsbehandling i ballerup kommune om at søge om et botilbud §107, efter et enkelt møde med kommunen hvor vi fik udfærdiggjort en VUM gik der 2 måneder før jeg hørte fra min sagsbehandler igen, dette var den 12/11 da min sagsbehandler ringede for at fortælle mig at mandagen efter skulle han på barsel og hans vikar ville ringe til mig fredagen inden og høre om det var nogle opdateringer.. Men de ringede aldrig.

i mellemtid fik hele mit liv vendt op og ned, jeg måtte droppe min uddannelse(nr 6 siden folkeskolen) pga stress fra den manglende støtte, samt uforstående lærere der lavede jokes på baggrund af min autisme diagnose.

Det var meningen at der den 3 december skulle tages beslutning i visitationsudvalget om min bo situation, men jeg hørte aldrig fra kommunen. Jeg ringede til borgerservice, til omstillingen, til min uddannelsesvejleder og ingen vidste hvem jeg var eller om min sag.

Det blev den 18 januar før jeg endelig fik kontakt til kommunen, og de fandt ud af min sag havde stået åben siden da, men jeg fik af vide at vikaren var stoppet før hun nåede at se min sag. Og derfra fik jeg ingen undskyldning, ingen forståelse eller anderkendelse af at de havde glemt mig. Jeg fik afvide at vi var i en stressende tid og at det var menneskeligt.

Min sag blev først taget op igen 19 februar og nu i april er vi kun nået til at skulle skrive mig til en akutliste på egen bolig fordi kommunen ikke mener jeg har behov for støtte.

En ting der ofte sker i ballerup. Jeg har forsøgt mig med 6 uddannelser, bor hos forældre med hjerneskade og alkoholmisbrug og aldrig har kommunen ment jeg har brug for støtte.

Idag får jeg stadig afvide jeg ikke kan få socialrådgiver samtale, så længe jeg har min sagsbehandler med boligsagen. Selvom jeg mangler en der er uddannet efter at finde mine rettigheder, jeg har ikke adgang til psykolog, til rådgivning eller hjælp.

Jeg bor stadig hos mine forældre hvor jeg dagligt må låse mig inde og græde og kommunen mener jeg er for godt fungerende til at blive hastebehandlet eller tilbudt andet end et mentorforløb.

Kommunen syntes jeg ikke har brug for hjælp siden at psykiatrien udskrev mig efter min udredning.

Jeg har stadig ikke modtage undskyldning for at blive glemt i systemet så længe... fordi det var var "en menneskelig fejl"

Simon

Kom på en førtidspension på grund af krisen. Eller rettere sagt, havde slåset med kommunen de sidste 3 år fra 2017 til 2020, og krisen blev det sidste søm i kisten. Inden krisen i 2020 lavede jeg fuldtidsfrivilligt arbejde, da det var dét der virkede til, at fungere bedst på min udvikling, frem imod et professionelt erhverv og en voksen fatteevne. Min sagsbehandler kæmpet imod denne udvikling, men min læge og min juridiske rådgiver var på min side, så kommunen kunne ikke gøre så meget ved det. I 2020 lukkede alle mine foreninger - og alle muligheder for frivilligt arbejde - ned, og jeg var efterladt til at rådne i min lejlighed. Mit sociale netværk var under konstruktion, men var ikke stærkt nok til at kunne støtte op med den nødvendighed der var, på grund af krisen, og min psyke brød sammen. Jeg var ikke længere kun, uden noget at lave i min lejlighed, jeg var også i selvdestruktion på grund af krisen. Jeg har mistet mit selvværd, mine poster i foreningsarbejdet, og respekten fra dem der gav mig posterne. Jeg har mistet venner. Min muskelmasse er svundet ind, og de projekter jeg har lavet i foreningsarbejdet, der har været under år i udvikling er gået til spilde. I det liv jeg valgte at leve, har jeg praktisk talt mistet alt, hvad jeg havde før krisen, og det eneste jeg sidder tilbage med nu er en førtidspension.

Da jeg var barn, fik jeg at vide at autister bør søge førtidspension så hurtigt som muligt, da vi arbejder bedst når vi arbejder selvstændigt, uden for det normale skolesystem. At vi en dag ville være klar til at træde ind i de voksnes rækker, ligesom alle andre børn, men at vejen dertil vil være abnorm, og at samfundet som vi lever i, ikke kunne styre den vej vi bliver nødt til at gå på. I 2019 var et år, hvor jeg tog den ide allermest til mig, og jeg var klar til at gøre det samme endnu mere for 2020. Hvis du kommer til at tale med politikerne, håber jeg, at det mest af alt er den besked du giver videre: Der er børn i dette land der aldrig kommer til at passe ind i det normale skolesystem, uanset hvor meget I prøver at få dem til det. Desto mere i forsøger at presse dem, desto længere tid kommer deres udvikling til at tage. Det kunne lade sig gøre at gå en alternativ udviklingsvej i 2019, fordi vi havde rigtige mange gratis frivillige foreninger og arrangementer. De alternative tilbud har vi alle sammen kvalt idag, sammen med minkene og de liberale erhverv. Når der laves kulturpakker til at støtte op om genåbningen, skal pengene ikke kun gå til det professionelle - Det skal også gå til det frivillige. Helt specifikt kan jeg foreksempel nævne Vilhelmsborg Festspil, som gik konkurs på grund af krisen. Dette frivillige drevet teater har været en del af Aarhus i over ti år, og har

været en start for rigtige mange aspirerende skuespillere. Disse slags tilbud har været en essentiel del af min udvikling, og har været den eneste vej jeg følte mig i stand til at tage, på grund af min diagnose. Uanset hvor mange penge I hælder i uddannelsessystemer, bliver nogle af pengene, altså også bare nødt til, at falde tilbage til folket, eller endnu hellere, helt aldrig blive taget væk fra folket som skattekrone. Lad vær med at forsøge at kontrollere alt - nogle af os borgere, er altså blevet diagnosticeret "handicappet" på grund af det.

Naja

Jeg ved ikke om det bruges, men i forbindelse med nedlukningen faldt jeg lidt mellem 2 stole fordi jeg blev henvist til psykiater for depression og fik ringet til en psykiater, men de glemte at informere om at jeg var blevet afvist. Dette gjorde at jeg først kom på venteliste 6 måneder senere, hvor jeg fik det vide og herefter skulle vente på behandling. Det gjorde at der gik 10 måneder fra blev diagnosticeret til at jeg fik udskrevet medicin. I den tid blev min depression bare værre i mellemtiden.

Anonym, 30 år (29 da corona startede)

Jeg har været været visiteret til bostøtte i et år nu, men har ikke fået det fordi min kommune ikke starter nye forløb under corona

Anonym:

Jeg skulle have bostøtte, men pga corona blev det udsat, og det skulle allerede have været bevilget fra december/januar men blev trukket ud (som kommuner nu gør) og så brugte de corona i marts/april/maj som undskyldning for at udskyde det yderligere! Min sag er også sær, fordi jeg flyttede i november fra enkeltmandsprojekt på bosted, med støtte 24/7 til ingenting i et halvt år, hvilket de havde sagt ikke måtte ske.

Silke:

Da corona startede, var jeg i lære i et supermarked. Jeg havde lige fået ny butikschef, og var i fuld gang med at omstille mig til den nye hverdag. Kort efter den nye chef starter, bliver min ene souschef forfremmet - endnu et menneske, jeg var tryk ved og som var en essentiel del af min hverdag forsvandt. Den souschef jeg havde tilbage vidste vi var der på lånt tid, da hun skulle studere fra august 2020. Dvs, at hele min ledelse blev skiftet ud på et halvt år.

I maj får vi at vide, at den butik jeg er i lære i skal bygges om. Ombygningen skal starte i august. Jeg begynder at blive lidt stresset over alle ændringerne, men fordi jeg har den støtte jeg har behov for udenfor butikken, så lykkes det mig at komme nogenlunde igennem det.

I Juli 2020 beslutter Roskilde kommune så at fjerne min støttekontakt person gennem 5 år, velvidende at jeg som autistisk menneske skal gå igennem alle de her ændringer. Jeg sagde klart og tydeligt at jeg ikke var klar til at hun blev fjernet, og at jeg var bekymret for at det ville gå udover min uddannelse. Min sagsbehandler sagde bare, at de ikke kunne se der var mere potentiale for udvikling.

i november 2020, 3 måneder efter min støttekontaktperson blev fjernet, sker det uundgåelige - Jeg bliver sygemeldt med stress. Jeg indser hurtigt, at jeg er nødt til at droppe ud af min uddannelse, til trods for at jeg kun har 9 mdr tilbage, fordi jeg ikke har nogen til at støtte mig i opstarten, og at et fuldtidsjob i supermarked er for hårdt at komme tilbage til.

Jeg henvender mig til Roskilde kommune i håb om at kunne få genåbnet mit efterværn, og enten få min støttekontaktperson tilbage. Til kommunen afleverer jeg min egen efterspørgsel, en udtalelse for den frivillige mentor de forsøgte at få til at løfte opgaven (fordi hun ikke skulle have løn) om, at opgaven var for krævende for hende, samt en udtalelse fra psykiatrien om, at de ikke vil tage mig ind fordi det er kommunens opgave at støtte mig. Alligevel fik jeg 2 afvisninger, med henvisning til, at kommunen havde frivillige tilbud der kunne dække det. 3 forskellige frivillige tilbud, med mange forskellige voksne, mange forskellige steder, som jeg selv skulle tage mig af at søge hen til. Når man har autisme er man altså udfordret på det sociale, og det tager lang tid at opbygge et tillidsforhold til en behandler eller støtteperson. Det udviste Roskilde kommune ingen forståelse for.

Nu ligger min sag i ankestyrelsen, hvor den har været siden januar 2021. Fordi ankestyrelsen behandler den, kan jeg ikke få adgang til noget støtte i mellemtiden. Heldigvis for mig har jeg en svigerfamilie, der er villige til at betale for en privat mentor imens min klage bliver behandlet, men ikke alle er så heldige. Og jeg synes det er under al kritik, sådan som Roskilde kommune har håndteret min sag.

Uddannelse

Mads' Lockdown Historie

Mit navn er Mads, jeg er 23 år og studerer fuld tid på DTU på 6. semester med 2 tilbage. Jeg er også autist. Året 2020 har været et år fuld af usikkerhed, tvivl og store udfordringer. Da landet lukkede ned i foråret faldt alt sammen om ørene på mig.

Pludselig vidste jeg ikke hvor jeg kunne finde min undervisning i et eneste fag. Det tog mig 3 uger før jeg vidste hvordan undervisningen fungerede i alle fag, det vil sige at jeg straks faldt flere uger bagud. At få en hverdag til at hænge sammen her efter var måske den sværeste opgave. Jeg kom mange gange til at vende min døgnrytme sådan at jeg gik i seng ved fire eller femtiden, stod op til en forelæsning klokken 8 og sov videre der efter. Jeg vendte døgnrytmen ved at lade være med at gå i seng og vente til det blev aften flere gange for at afhjælpe dette.

Jeg bestod én ud af de seks eksamener jeg havde det semester, første gang jeg havde klaret mig så skidt, når jeg ellers maks havde dumpet et fag og generelt fik høje karakterer førhen. Efter sommeren har jeg klaret mig bedre, men det er svært at studere under de nuværende forhold.

Jeg har som en del af min autisme svært ved at overskue at åbne beskeder og hele tiden følge med i strømmen af information der kommer alle vegne fra. Det har gjort at jeg slet ikke var klar over deadlines eller beskeder der var sendt ud, og at jeg skal bruge meget mere energi på alle de ting der ikke direkte handler om at studere men blot om at kende kravene. En anden udfordring er at det er utroligt svært at holde fokus og arbejde angageret i længere perioder når der ikke er noget sted at gøre til studie zonen. Selve den online form gør det

alen sværre at følge med og jeg lærer ikke nær så meget, selv med fuldt fokus. Det sværeste er dog nok det at alt gruppearbejde enten er tvunget hjem i små lejligheder da vi ikke kan mødes på studiet, eller online hvor kommunikation er sværre, hjælp tager i hvert fald den dobbelte tid og hvor alle de organisatoriske udfordringer nu er den primære opgave for at kunne aflevere frem for læringen i opgaven.

Vi får ikke nogen støtte til at komme igennem dette. Kravene er de samme, hver underviser er på egen hånd i forhold til at løse udfordringer hvilket har sørget for at ingen fag gør ting på samme måde og vi studerende får bare at vide at studiet er vores ansvar og bliver forsikret at der ikke er set nogen stor forskel i elevernes karakterer siden lockdown.

Jeg er dog heldig. Jeg er så heldig at jeg blev diagnosticeret med min autisme i foråret 2020. Hvorfor er det heldigt? Det er heldigt fordi jeg stod til at miste min SU på uddannelsen på grund af alle de fag jeg har dumpet eller måtte afmelde mig i denne periode for at holde mig ovenvande, men min nye diagnose sikrede mig extra su klip på sygegrundlag. Det kan autisme ellers ikke normalt give så var jeg diagnosticeret bare nogle år før havde jeg nok ikke kunne gennemføre min uddannelse ene og alene på grund af at de økonomiske midler ikke ville række. Jeg var i flere måneder usikker på hvorvidt jeg ville blive nødt til at droppe min software uddannelse. Jeg ville måske kunne tage et job ved siden af, men det ville tvinge mig til at tage færre fag, men hvis jeg faldt meget mere bagud ville jeg tage så lang tid at jeg ikke ville leve op til studiets max studietid.

Jeg har altså været lige ved at måtte opgive min tech karriere i en meget efterspurgt branche til fordel for et nettojob eller kontanthjælp fordi corona truede min økonomiske situation i 2020 og 2021 uden nogen støtte til at komme igennem det eller nogen hensyn fra systemets side der ville formindske skaden dette gør.

Anne, 29 år

Hej Silke,

Jeg skriver til dig, da jeg har set dit opslag om historier fra unge med autisme, som skal sendes til politikerne. Jeg er over 25, så jeg hører vist ikke længere til "ung"-gruppen. Jeg er 29. Ikke desto mindre er jeg lige blevet færdiguddannet og tænkte, at min historie måske kunne bidrage med nogle synspunkter.

Jeg er som sagt nyuddannet og jeg blev faktisk helt færdig med min uddannelse: Kandidat i Pædagogisk Sociologi. På denne uddannelse kan man tage et semester (6 måneder) som praktikant i en virksomhed. Grundet min diagnose kan jeg ikke klare at have to sideløbende "titler". Dvs. studerende og praktikant samtidig. Derfor fravalgte jeg et praktikophold, selvom jeg havde stor interesse for det. Ud fra samme årsag har jeg heller aldrig haft et studiejob ved siden af mit studie og har derfor fået handicaptillæg til min SU.

Nu er jeg færdiguddannet og er på dagpenge. Jeg har søgt alt, hvad jeg kan, men får altid samme respons: "Vi har valgt en med mere erfaring". Selv når jeg har søgt om forhåndstilladelse på baggrund af min diagnose, får jeg dette svar. Jeg har ikke haft mulighed for at få erfaring og nu bliver jeg straffet for det. Samtidig har Corona-situationen lukket for alle muligheder for virksomhedspraktik og de få, hvor det nu er muligt at komme i

praktik hos, vil stadig have en med erfaring. Det er en ond cirkel: Jeg kan ikke få erfaring, før jeg får et arbejde eller en praktikplads og jeg kan ikke få et arbejde eller en praktikplads, før jeg har erfaring.

Jeg tænker, at du måske kan få en ny synsvinkel, en aha oplevelse eller måske ser du en sammenhæng med de historier, du har i forvejen. Nu har du i hvert fald historien.

Mvh. Anne

STU

Anne, mor til pige med autisme

Min datter går på 3. år på STU på Sputnik i Københavns kommune. Hun har det sidste kalenderår ikke været meget i praktik på grund af corona. Det var forklaringen vi fik fra skolen, men da vi opdagede at studerende fra andre STU'er godt kunne komme i praktik, blev vi insisterende. Så nu er hun i praktik i en blomsterbutik 2 timer tirsdag og 1,5 time fredag. Hvilket hun er glad for. Desværre er det ikke en praktik der har noget fremtidsperspektiv. Derfor har vi forsøgt at tale med hendes UU-vejleder, der desværre er helt ny på specialområdet, og kun kan henvis til at en STU er på tre år. Så vi oplever nu at den mulighed min datter skulle have haft for at blive indsluset i job via STU er passeret. Vi ønsker os at hun får nogle ekstra måneder på en STU, der laver praktikforløb med fremtidsperspektiv, hvor hun kan komme ind på arbejdsmarkedet med den støtte det kræver. Jeg kan da lige nævne at mandag pakker hun prøvekit for Sex og samfund på skolen (hvilket de har gjort hvert år, året rundt. Tirsdag er hun blomsterbutikken. Onsdag ser hun DR's udsendelser om hvordan mennesker med autisme på en forunderlig måde har fået et meningsfuldt job, hvilken bliver efterfuldt af en løs snak om autisme. En snak hun vel at bemærke har haft med undervisere i mindst 14 år og er led og ked af. Torsdag går hun til ordblindeundervisning på KVUC (hvilket jo er gratis for skolen) og det er den bedste undervisning hun har fået - nogensiden. Fredag er hun i blomsterbutikken. Så det er jo ikke meget "krudt" skolen bruger på at få hende færdig på en ordentlig måde -øv! Jeg håber I kan bruge det til noget konstruktivt. Der må være mange STU-studerende der ikke har fået det de var blevet stillet i udsigt og så kommunen har betalt for.

Sally

Jeg hedder Sally, jeg er 18 år, og jeg startede på STU som 16 årig. Det var meningen at jeg på 3 år skulle gennemføre et STU-forløb, hvor mine sociale og faglige færdigheder skulle forbedres. Da coronapandemien startede var jeg ikke i min vildeste fantasi klar over at den ville vare over et helt år. Havde jeg været klar over det kunne jeg have taget orlov, men det var for sent. Jeg endte med at miste over et halvt års undervisningstimer i musik, matematik, tysk, botræning, og håndarbejde. Jeg har mistet muligheden for at kunne arbejde mig frem mod at kunne bestå matematik for 9-10 klasse, og det var meningen at jeg skulle have haft undervisning i fransk eller tysk, men det kan jeg ikke nå på den tid jeg har tilbage på STU. Især i faget musik er jeg uheldigt ramt. Jeg elsker at synge og skrive mine egne sange. Men min musiklærer, som også har erfaring med musikproduktion måtte gå på barsel, da han skulle have en datter. Det har jeg intet problem med, men coronapandemien har gjort at jeg i forvejen havde mistet mange timer med ham. Han kunne have lært mig om musikteori og

musikproduktion, så jeg derefter kunne gå egne veje, men det satte coronapandemien en stopper for. Hvis jeg kunne få et år mere, ville problemet være løst, men jeg har oplevet stor modstand og ufleksibilitet fra kommunens side. Jeg har en oplevelse af at systemet ikke ser på mennesket og dets potentialer, men alene på hvad der ser lettest og mest effektivt ud, selvom det der ligner en let og gavnlig løsning ikke nødvendigvis er bedst for hverken den enkelte eller samfundet. Det ville være allerbedst for alle hvis jeg kunne bestå den obligatoriske matematikprøve for 9-10 klasse, men det er så godt som umuligt på den tid jeg har tilbage - hvis ikke jeg får et år mere.

Jeg er også nød til at fremhæve det sociale aspekt. Det var meningen at jeg skulle være inkluderet i et fællesskab med unge på min alder som også har psykiske udfordringer. Min STU-plan fremhævede dette. Jeg har store sociale vanskeligheder og har kæmpet med angst i sociale situationer. Derfor startede jeg med et solist-tilbud, men min STU har hjulpet mig på det sociale område, så dette snart ikke længere er nødvendigt, men det er langt fra gennemført. I den første nedlukning, hvor alt var lukket helt ned, havde jeg ingen mulighed for socialt samvær. Derfor kan jeg på ingen måde nå de sociale mål i min STU-plan, med mindre jeg får et år mere. Jeg er overbevist om at et år mere på STU koster meget mindre for samfundet end at et menneske på grund af manglende støtte i sine ungdomsår sendes ud på arbejdsmarkedet med manglende færdigheder og ringe sociale evner, dårlig uddannelse, samt manglende evne til at bo og transportere sig alene. På nuværende tidspunkt er jeg nød til at få hjælp til selv de mest basale hverdagsting - såsom madlavning, tjek af bankkonto, og personlig hygiejne. Min STU var godt på vej til at hjælpe mig i gang med mange af disse ting, så jeg synes at det er uretfærdigt at jeg efter at have mistet over et halvt års vigtige undervisningstimer sendes i ressourceforløb selvom jeg på ingen måde har ressourcer til et fast arbejde. Jeg føler at mine muligheder er blevet kraftigt forringet, og systemet har ikke indtil videre taget højde for dette. Kære politikere, jeg er kun en ud af mange unge i samme eller lignende situation som min. Lyt til os og hjælp os med af udleve vores potentiale. Sørg for at staten og kommunerne giver os den hjælp vi har brug for. Sørg for at unge som ønsker forlængelse af deres STU på grund af corona-pandemien automatisk får dette tilkendt, uden at skulle ansøge og risikere at få afslag. Gør det til et retskrav for os som er ramt af pandemien at få automatisk tilkendt forlængelse af vores uddannelse. Det ville være bedst for alle.

Ensomhed

Johan

hej silke her kommer lige en historie omkring jeg har haft det under lockdown.

Jeg har GUA som er angst og autisme i samme diagnose. jeg er 21 år, jeg har haft dE 2 værste nedture som jeg ikke har haft siden jeg var omkring 15 til 16 år. Den første nedtur var da det så ud til at blive åbnet mere igen for ca. 2 måneder siden. Hvor det ikke blev åbnet mere der gik jeg helt ned med angst om aftenen og sov ikke den nat, blev nødt til at melde mig syg på mit arbejde på grund af det, det var første jeg har meldt mig på grund af noget psykisk. Jeg manglet struktur og kunne ikke komme tilbage på min lærerplads på den FGU jeg er lærling på, derfor gik ned med min angst. Efter det kom jeg i praktik ved en skole hvor jeg kom ud og lave noget ikke bare var derhjemme.

anden nedtur var ikke så slem, der kunne jeg godt sove om natten, det efter at det ligner at vi komme op igen hvor det heller ikke sket. Der blev så også nødt til at melde mig syg det var kun en dag. Hvor min første var 2 dage. Så jeg ikke haft det godt med alt den uvished som har været under genåbningen.

Ps er ordblind men du skrive bare hvis der noget som ikke giver mening

Olivia

Jeg har valgt at skrive det som en historie, håber det kan bruges:

Du spørger mig hvad Corona var for mig, hvad en lockdown er for noget og kigger på mig med forundrede øjne. Jo ser du, det var ikke en nem tid eller en sjov tid for den sags skyld. Verden blev vendt op og ned på ganske kort tid, men i korte træk, kan det forklares således:

Lockdown var i starten en tid til et pusterum, men nu er det et fængsel.

Lockdown var godt og alt åndet fred og forhåbninger, men nu er det trukket i langdrag.

Lockdown var i starten et rum hvor man kunne fokusere, og være sig og samtidig opnå nye resultater og ønsker for sig selv. Hobbyer fik man en masse tid til, men nu er det hele en stor masse.

Vil lyset for enden af tunnelen ikke godt komme frem? Lockdown var godt for miljøet, det var godt for sindsroen, men nu, vælter det mange menneskers stærke selvværd.

Du kigger på mig med store øjne, var verden så forandret, spørger du? Jeg kigger på dig og husker dig på at vi kun er mennesker og egoistiske væsener, og jeg begynder at forklare igen: da lockdown begyndte, væltede det ind i butikker med sultne folk. Folk der kun så hvad de kunne hamstre og hvad der var for næsen af dem og deres familie. Butikkerne var tomme og uroen var ved at sprede sig godt og grundigt. Hvad blev der af os? Det var en krigszone. Det bliver vel kun bedre herfra?

Jeg vælger at vise dig det brev jeg skrev som en beretning, og du bliver stille:

Til rette vedkommende,

Hvis man ikke har været opmærksom, har der nu i over et år raset en epidemi over hele verden. Mange har mistet deres job, og mange er blevet ensomme. Det er hårdt for alle på hver deres måde. Alle for forskellige beretninger om deres tid under corona og hvad lockdownen gjorde, her er min:

Min tid under corona, har ligesom så mange andres, ikke været en dans på roser. Jeg troede dog den 14 februar 2020 ville være begyndelsen, samt dagens romantiske anliggende, på et en uforglemmelig rejse. Uforglemmelig blev den da. Jeg skulle flytte ind hos min kæreste i Grenå, så en lang rejse og en masse flyttekasser lå for døren. Jeg var spændt, glad, men også virkelig bedrøvet. Jeg skulle væk fra alt det jeg kendte, og mine venner og familie ville nu være så langt væk. Det hårdeste var nu nok at sige på gensyn til min hund og kat, som har været noget så fantastiske og enestående, samt været mine trygge rammer. Jeg flyttede til Grenå den 14/2-20 så det var lige i coronas begyndende tag i Danmark. Jeg kendte ingen her i Grenå, bortset fra min kæreste, som arbejdede stort set hver dag. Derudover min svigerfamilie, men jeg ville vise at jeg godt kunne klare mig selv, selvom det var hårdt.

Dagene gik og blev til en stor plørede masse og jeg kunne ikke fortælle hvilken dag der var hvilken. Ensomheden begyndte også at melde sin ankomst. Jeg kunne ikke bare gå ud, jeg kunne ikke bare gå i butikker og jeg kunne ikke have besøg eller få besøg. Jeg blev mere og mere indelukket og mine dage bestod primært af at sove. Jeg blev mere og mere ensom i min lille bobbel i mit lille hjem. Den eneste ting der holdt mig til ildet, var min lille, røde killing, som jeg havde fået sammen med min kæreste og det var som om vi forstod hinanden, så hun lå på mit bryst der hævede og sænkede sig efter hendes spinnen. Som tiden gik, begyndte jeg at tage mere på, samt tankemylderet bankede på. Selvtilliden blev til sidst ikke eksisterende. Tankerne begyndte at flyve afsted og jeg blev meget depressiv og panisk. Jeg søgte jobs efter jobs, men fik ingen, dog fik jeg endelig et, men kun få timer om ugen dog holdt det ikke længe da de skulle fyre folk grundet corona. Jeg prøvede at holde modet oppe ved at træne igen, men motivationen dalede og trængningen til at sove det meste af dagen, overtog. Jeg tog endnu engang en masse kilo på og kan ikke kende min krop mere. Før var jeg trænet, slank og havde en masse selvtillid, hvornår bliver det godt igen?

Jeg fik efter et par måneder et job over sommerferien, og det var dejligt at komme ud og være ude igen og så meget snart startede jeg på studiet. Jeg kunne ikke besøge min familie på Sjælland, som jeg følte var så langt væk. Min oldemor gik bort under lockdown, så jeg havde ikke mulighed for at komme med til begravelsen, hvilket den dag i dag, stadig går mig meget på. Min mormors nabo og også hendes bedste veninde, som har været en fantastisk støtte for mig hele mit liv, gik også bort under lockdown, og jeg kunne og måtte ikke komme med grundet corona, så det ikke at kunne sige farvel til to personer, som har været en del af ens liv, har virkelig gjort ondt. Derudover mistede jeg min kat, den lille røde killing, som havde været en ven da alt andet forsvandt, var væk igen. Bang, som den bil har sagt da den ramte ind i hende for fulde drøn. Hun blev kun et år gammel. Jeg var så chokeret og følelsen af at skulle samle den livløse krop op fra vejen ikke en gang ti meter fra min lejlighed, knuste mit hjerte, der i forvejen var så ramt af depression og tanker der kørte i ring. Jeg havde nu ramt bunden og måtte ringe til lægen mens tårene bare flød ud. Jeg kunne intet føle mere og ofte stirrede jeg bare ud i luften. Jeg får i dag psykologhjælp, som forhåbentlig skulle hjælpe lidt.

Jeg startede jo som sagt på studiet her i Grenå og ønsket om alt blev godt igen. Der er vel en ende på tordenvejret, så solens stråler igen rammer jorden.

Tak for at læse min beretning,

Olivia

Kontaktoplysninger

For mere information, kan Autisme Ungdoms talsperson Silke Ena Svare kontaktes på:

Mail: silke@autismeungdom.dk

Mobil: 51264639