



*“Jag började snegla på omgivningens beteenden, hur skulle man vara för att smälta in?”*

En kvalitativ studie om kvinnor med autism  
och deras hanteringsstrategier i sociala sammanhang

Författad av: Amanda Petersson och Karin Eemland  
Kandidatuppsats i socialt arbete, 15 hp  
Socionomprogrammet med storstadsprofil  
Institutionen för socialt arbete  
Handledare: Hanna Bertilsdotter- Rosqvist  
Examinator: Lill Hultman

## **Abstract**

The study examines the experiences of autism and the strategies women with autism use to bridge the socio-communicative difficulties that autism may result in. The investigated material consists of autobiographical books written by women with an autism diagnosis. The method used is a qualitative content analysis, focusing on the manifest content. The result is discussed in relation to norms and normality and to hide stigma with the help of Goffman's theories on stigma and dramaturgical perspectives. The study shows that women use different strategies to mask their autistic difficulties. It also suggests that women use camouflage to reach up to the expectations and standards that are in interaction with neurotypical people. The study also shows that there is a downside to using a masking method. To constantly hiding their true self to others can lead to stress, psychological distress and confusion about their identity. Furthermore, the study shows that the use of strategies is based on an internal and external pressure to fit into social contexts.

**Title:** " I began to look at the behavior of the environment, how would you be to blend in? " - A qualitative study on women with autism and their strategies.

**Author:** Amanda Petersson and Karin Eemland

**Number of words:** 14 132

**Key words:** women, autism, disabilities, strategy, autobiography

## **Sammanfattning**

Studien undersöker upplevelser av autism och de handlingsstrategier kvinnor med autism använder för att överbrygga socio-kommunikativa svårigheter som autism kan medföra. Det undersökta materialet utgörs av självbiografiska böcker som är skrivna av kvinnor med en autism diagnos. Metoden som använts är en kvalitativ innehållsanalys med fokus på det manifesta innehållet. Resultatet diskuteras i förhållande till normer genom Goffmans teorier om stigma och det dramaturgiska perspektivet. I studien framgår att kvinnorna använder sig av olika strategier för att maskera sina autistiska svårigheter samt för att nå upp till förväntningar och normer som finns i samspelet med neurotypiska personer. Studien visar även på att det finns en baksida med att använda en maskerande metod. Att ständigt dölja sitt sanna jag för andra människor kan leda till stress, psykisk ohälsa och förvirring kring den egna identiteten. Vidare visar studien att användandet av strategier bottnar i en inre- och yttre press för passa in i sociala sammanhang.

**Titel:** “Jag började snegla på omgivningens beteenden, hur skulle man vara för att smälta in?” - En kvalitativ studie om kvinnor med autism och deras hanteringsstrategier.

**Författare:** Amanda Petersson och Karin Eemland

**Antal ord:** 14 132

**Nyckelord:** kvinna, autism, funktionsnedsättning, strategi, självbiografi.

## **Förord**

Stort tack till vår handledare Hanna Bertilsdotter- Rosqvist för stöttning och värdefulla tips under arbetets gång. Tack också till Candeger som gett oss värdefulla kommentarer under våra gemensamma handledningstillfällen. Även ett stort tack till våra partners som stöttat oss under processen.

Amanda och Karin

Stockholm, 2019

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b>	1
1.1 Tidigare forskning	3
1.2 Syfte	8
1.3 Frågeställningar	8
<b>2. Bakgrund</b>	9
2.1 Autism	9
2.2 Diagnosen	10
2.3 Behandling och stöd	10
<b>3. Teorier</b>	12
3.1 Erving Goffman: Stigma	12
3.2 Erving Goffman: Det dramaturgiska perspektivet	15
<b>4. Metod</b>	18
4.1 Val av metod	18
4.2 Förförståelse	18
4.3 Litteratursökning	19
4.4 Urval och materialinsamling	19
4.4.1 Presentation av urvalet	20
4.5 Bearbetning och analys av materialet	21
4.6 Etiska överväganden	23
4.7 Transparens, trovärdighet och överförbarhet	23
4.8 Metodreflektion	24
4.9 Arbetsfördelning	25
<b>5. Resultat och analys</b>	26
5.1 Att leva med autism	26
5.1.1 Att vara annorlunda	26
5.1.2 Känslor	27
5.1.3 Ojämn begåvningsnivå	28
5.1.4 Analys om att leva med autism	28
5.2 Normalitet	30
5.2.1 Sociala svårigheter	30

5.2.2 Bryta sociala normer och regler	31
5.2.3 Strävan efter acceptans	32
5.2.4 Analys om normalitet	32
5.3 Strategier	34
5.3.1 Manuell inläring	34
5.3.2 Spela en roll	35
5.3.3 Undvikande strategier	36
5.3.4 Konsekvenser av strategierna	36
5.3.5 Analys om strategier	37
<b>6. Diskussion</b>	<b>40</b>
<b>7. Referenser</b>	<b>43</b>
<b>Bilaga 1: Sökschema för självbiografierna</b>	<b>46</b>

# 1. Inledning

“*Kunskapen om autism hos flickor måste öka*” - budskapet är kort och koncist, elva yrkesverksamma psykologer skriver att flickor och kvinnor med autism riskerar att fara illa (Bühler, M. m.fl. 2017). De hänvisar till en artikel från 2010 som visar på att flickor och kvinnor med autism tenderar att missas av professionella. När de sökt hjälp från vårdcentraler och inom barn- och ungdomspsykiatri har deras symptom istället tolkats som ångest, depression eller inlärningssvårigheter (Bühler, M. m.fl. 2017).

Under de senaste två åren har frågan om att kvinnor och flickor med autism missas av skola, vård och socialtjänst uppmärksammats av medier. Dagens nyheter publicerade 2017 ett debattinlägg, skrivet av psykologer, som porträtterar Josefine 13 år gammal. De menar att Josefine, som var placerad på ett boende, blev omplacerad 30 gånger, eftersom hon ansågs vara en fara för sig själv. Att hon hade en autismdiagnos hade de inte upptäckt (Bühler, M., Österholm T. m. fl. 2017). Josefine tog sitt liv vid fjorton års ålder (Ahlstrand, L. 2018). Fallet om Josefine berörde många människor och frågan om hur både socialtjänst och skola hade missat diagnosen upprörde och kritiserades från flera håll.

Gillberg, C. (2018: 31) överläkare inom barn och ungdomspsykiatri, skriver att flickor och kvinnor med autism är en målgrupp som, sedan autismen blev mer känd på 80-talet, hamnat i skymundan inom forskningen till förmån för män och pojkar med autism. Detta har lett till att det finns en kunskapslucka inom yrkeskåren när det gäller kunskap om flickor och kvinnor med autism. Bühler, leg psykolog och specialist i neuropsykologi med kollegor menar vidare att det kan leda till utebliven diagnos för gruppen (Bühler, M. m.fl. 2017). De skriver vidare att en utebliven diagnos kan tvinga kvinnorna att förhålla sig till en värld de fullt ut inte förstår, som kan resultera i utmattningssyndrom och psykisk ohälsa (Bühler, M., m.fl. 2017).

I en motion till Sveriges riksdag beskrivs att det saknar kunskap om gruppen, men också att detta kan få allvarliga konsekvenser (2018/19: 2220). Det framgår i motionen att forskning om kvinnor med autism behöver prioriteras för att öka kunskapen hos de instanser som möter gruppen. I motionen framgår att kvinnor och flickor tenderar att

dölja sina svårigheter, det anses vara en bidragande faktor till att de inte uppmärksammas i samma utsträckning som män (2018/19: 2220). Svenny Kopp, specialist i barn- och ungdomspsykiatri, skriver i motionen att autistiska flickor och kvinnor kan gå oupptäckta i flera år utan diagnos med anledning av att de använder sig av kamouflerande strategier (2018/19: 2220). Kopp skriver vidare att kamouflerande strategier innebär att flickor och kvinnor gör sig ett stort besvär med att kopiera jämnårigas beteenden och därmed dölja sina svårigheter (2018/19: 2220).

Yrkeskunniga på ämnet verkar vara överens om att det krävs mer forskning om autistiska kvinnor och hur diagnosen ter sig för den specifika gruppen. Vi blev mot bakgrund av ovanstående intresserade av vad kamouflerande strategier innebär och om de används av vuxna kvinnor i Sverige.



## 1.1 Tidigare forskning

I följande avsnitt kommer vi att redogöra för aktuell forskning angående autism och handlingsstrategier. Forskning visar på att både män och kvinnor använder sig av dessa handlingsstrategier, vi har valt att enbart undersöka kvinnors användning av dessa. I den tidigare forskningen används ofta ordet "kamouflage" för att belysa handlingsstrategier. Vi kommer genom uppsatsen använda orden "kamouflage" och "strategier" synonymt.

De valda forskningsstudierna visar att kvinnor med autism uppfattar sig själva som avvikande i förhållande till sin omgivning. Upplevelsen av att avvika grundar sig dels i att kommunikationssättet kan skilja sig åt mellan en person inom autismspektrumet (AST) och neurotypiska personer (NT) och dels att personer med autism har svårt att uppfatta normer och sociala regler (Tierney, S., Burnsa, J. & Kilbey, E. 2016: 80). Detta kan leda till missförstånd men även att AST kvinnan bryter mot outtalade regler, vilket bidrar till en känsla av att avvika. Kvinnorna kan då känna att de inte kan nå upp till de sociala förväntningarna som ställs på dem (Hull, L. m.fl. 2017: 2523). Tierney, S. (2016: 73 & 77) menar på att kvinnor med autism ofta förknippar sociala sammanhang med känslor av obehag och stress. Vidare bidrar dessa känslor till att kvinnorna genom livet utvecklar olika strategier för att passa in och därigenom kunna delta i olika sociala sammanhang. Strategierna som används kallas ofta för kamouflage eftersom de syftar till att maskera kvinnornas autistiska drag i sociala sammanhang med andra människor (Hull, L. m.fl. 2017: 2525). Det finns flera anledningar till att använda sig av kamouflage, dels för att få kontakt med andra människor, för att passa in och för att få känna gemenskap. Det används även för att möta de sociala förväntningar som ställs på dem och för att undvika negativ respons från andra i sociala sammanhang. Tierney, S. (2016) menar på att om man ständigt bryter mot normer och sociala regler kan man komma att identifieras som annorlunda av omgivningen, detta leder i många fall till repressalier i form av att bli utstött från gruppen (Tierney, S. 2016: 80).

Användandet av strategier gör att kvinnorna återfår en viss kontroll och strategierna kan ses ha en stödfunktion. Genom användandet av strategier kan kvinnorna dölja sina autistiska drag och därigenom uppfattas som mer normtypiska/ neurotypiska (NT) och får på så sätt möjlighet att etablera olika relationer i privatlivet, i skolan men också i arbetslivet (Hull, L. m.fl. 2017: 2524). Strategierna blir vanligtvis aktuella att utveckla

när flickorna når skolålder och det börjar ställs krav på social interaktion med jämnåriga (Tierney, S. 2016: 80). När flickorna är i skolåldern maskeras deras svårigheter genom deras sätt att leka på (Dean, M., Harwood, R & Kasari, C. 2017: 678). När de sedan växer upp förändras strategierna de använder eftersom sociala situationerna och förväntningarna ställer nya krav på dem. Att använda sig av någon strategi för att maskera sina autistiska drag är enligt studierna vanligt förekommande, men vilka strategier de använder sig av och i vilken grad varierar från individ till individ (Hull, L. 2017: 2520).

På senare tid har genusforskning inom autismspektrumtillstånd blivit aktuellt då det har visat sig finnas större skillnader mellan könen än man tidigare trott (Gould, J. 2017: 703). Forskning visar att det finns skillnader i hur autism ter sig mellan könen och att dessa skillnader kan vara en anledning till att strategier för att passera som NT (neurotypisk) ser olika ut för män och kvinnor. Att kamouflering eller maskering är de vanligaste metoderna för kvinnor att passera i sociala sammanhang kan bero på olika saker, dels att kvinnors autism verkar te sig på ett sådant sätt att kamouflering blir en naturlig strategi. Lai, M-C. m.fl. (2017: 692) menar att AST-kvinnor (autistiska kvinnor) i regel har bättre exekutiva förmågor och att de processar information snabbare än AST-män. Det innebär att kvinnor snabbare kan lösa olika typer av problem som uppstår i vardagen, vilket är en förutsättning för att använda dessa maskeringstekniker. (Tierney, S. 2016: 74) menar dessutom att kvinnor i regel har en stor medvetenhet kring sina svårigheter som autismsdiagnosen innebär. Även detta är en faktor som innebär att maskering blir en mer naturlig teknik. (Bargiela, S. 2016: 3282 och Hull, L. 2017: 2520) menar på att kvinnor tenderar att internalisera sina svårigheter istället för att agera ut med ilska, det innebär att det blir svårare för omgivningen att se att kvinnan upplever svårigheter (Hull, L. 2017: 2520). Att externalisera sina svårigheter gör däremot att autismen blir mer uppenbar för omgivningen, som då finns där och kan vara till stöd. I en studie visade det sig att flickor med autism som externaliserar sin problematik, lättare upptäcks och möjligheten att de kan få en diagnos ökar (Gould, J. 2017:704).

Att det finns normer i samhället och olika förväntningar på de olika könen påverkar även personer med autism. Forskning har visat att flickors sätt att umgås och leka på gynnar en kamouflerande metod för flickor med autism (Dean, M. 2017: 678). De menar att flickor umgås genom att ostrukturerat gå och umgås i olika konstellationer på

skolgården. NT- flickorna rör sig mellan grupper och blir på ett smidigt sätt en del av varje konstellation medan en AST- flicka inte på samma blir en del av grupperna. AST- flickorna håller sig gärna på lite avstånd och markerar på detta vis sina sociala svårigheter. Detta avstånd kan vara svårt för familj och lärare att uppfatta samtidigt som NT- flickorna uppfattar skillnaden (Lai, M-C. m.fl. 2017: 691–692). En annan faktor som kan bidra till att kamouflera AST-flickorna är att de tenderar att dela intressen med NT- flickor, även om intensiteten och kvaliteten i intressena skiljer sig åt (Gould, J. 2017: 704).

Autistiska kvinnor och flickor kan använda olika strategier både medvetet och omedvetet för att passera som NT. Forskningen visar på att kvinnor använder sig av en mängd olika verktyg för att täcka sina sociala brister. En av de vanliga strategierna är Maskering, som innebär att individen intar en annan identitet än sin egen för att dölja sig själva inför andra. Flera respondenter i studierna liknar det vid att skådespela eller spela en roll. Rollen anpassas och förändras inför olika situationer (Hull, L. m.fl. 2017: 2526). Ett sätt att hitta en passande roll att spela var genom att observera och kopiera hur andra människor agerar i sociala sammanhang. Kvinnorna kunde också lära sig genom att titta på tv eller filmer (Bargiela, S. 2016: 3287). Några andra respondenter kopierade klädstil, kroppsspråk och intressen från andra personer för att kunna passera som ”normal” (Hull, L. m.fl. 2017: 2526 & Tiney, S. 2016: 79). Ett annat sätt att maskera sina autistiska drag är genom en strategi som kallas Kompensation. Det är en strategi som används för att möta de sociala och kommunikativa svårigheterna som en kvinna med AST kan ställas inför (Hull, L. m.fl. 2017: 2525). Kvinnorna hade självmant inte uppvisat kroppsspråk eller ansiktsuttryck, men hjälp av en kompensatorisk strategi kunde de förbättra den icke-verbala kommunikationen. En vanlig teknik för kompensation är att hålla ögonkontakt eller titta nära ögonen på den de talade med så att de såg ut som att de höll ögonkontakt. En annan kompensatorisk strategi är att visa ansiktsuttryck för att visa känslor eller intresse, även om de inte upplevde detta på insidan. Olika ansiktsuttryck krävs för olika situationer, och respondenterna beskriver att de har en mental lista för att hålla koll på när man skall använda vilket uttryck (Hull, L. m.fl. 2017: 2526).

“Sociala riktlinjer” är en tredje strategi för att maskera autistiska drag. Metoden innebär att personen utvecklar en strategi för att hantera svårigheterna i den verbala

kommunikationen vad gäller oskrivna regler. Dessa riktlinjer är mer generella och kan förberedas i förväg och applicerades på olika situationer. De sociala riktlinjerna används för att hantera kallprat eller djupare konversationer utan att behöva uppleva så mycket stress. De kan även användas för att göra samtalet mer givande för den andra parten. För att undvika att behöva prata så mycket om sig själv kunde kvinnorna skifta fokus till den andra personen och då använda en social regel som innebar att ställa frågor om den andra personen. Genom den här regeln kunde de köpa sig tid för att förbereda sig under samtalet och koncentrera sig på att inte ta över samtalet och prata om sig själva (Hull, L. m.fl. 2017: 2526). Det är även vanligt att förbereda samtalsämnen, saker att fråga om, anekdoter och potentiella svar i förväg. Det gav mer kontroll att ha dessa färdiga script än att prata spontant (Hull, L. m.fl. 2017: 2527).

Att använda strategier kan ge en del fördelar för de autistiska kvinnorna i form av gemenskap och närhet, men samtidigt visar de valda studierna att det finns baksidor med strategier. De beskriver att de vanligaste konsekvenserna av att använda dessa är stress, ångest, depression, utmattning och självskadebeteenden (Lai, M-C. m.fl. s. 690), (Hull, L. m.fl. 2017: 2527) och (Tierney, S. 2016: 79). De beskriver att kamouflering innebär en enorm kognitiv ansträngning och att AST- kvinnorna efter användandet av kamouflage kan bli fysiskt och psykiskt dränerade på energi (Hull, L. m.fl. 2017: 2527). Det har även visat sig att en användning av maskering av sin identitet kan leda till att man blir förvirrad kring sin riktiga identitet (Hull, L. m.fl. 2017: 2529) och (Bargiela, S. 2016: 3287). De beskriver även att kvinnorna uppfattade sig som lögnerskor när de lärde känna nya personer genom den putsade fasaden, och inte visade upp deras "sanna jag". Den här diskrepansen mellan det faktiska jaget som de inte hade visat upp och den mask de visat den nya vännen kunde leda till stress, oro, en känsla av ensamhet och isolation (Hull, L. m.fl. 2017: 2529) och (Tierney, S. 2016:79). En studie visar även på ett mindre antal personer inte tycker att kamouflering medför några negativa konsekvenser. De rapporterar att de känner sig upprymda, nöjda och tillfreds efter de använt sig av kamouflering, speciellt om de upplevde att kamoufleringen blev lyckad (Hull, L. m.fl. 2017: 2527). 40 % av kvinnorna tyckte att kamouflering kunde vara givande med anledning av att de på ett enkelt sätt kunde ta sig igenom sociala sammanhang och skapa kontakt med andra människor, som hade varit en svårighet utan maskeringen (Hull, L. m.fl. 2017: 2527).

Till sist vill vi avsluta delen om den tidigare forskningen med att koppla samman frågan om sen diagnostisering med användandet av strategier. Bargiela, S. (2016: 3282) menar på att kvinnor i regel blir diagnostiserade senare i livet än män, de menar vidare att diagnostiseringskriterierna idag är skapade efter den manliga fenotypen. Det innebär att de manliga symptomen för autism har stått till grund för hur autism beskrivs och för vilka kriterier som måste uppfyllas vid ett diagnostiseringsförfarande. Lai, M-C. (2017: 691–692) menar på att kvinnor ofta har blivit så skickliga på att maskera sina sociala brister och sina autistiska symptom och att professionella och anhöriga ofta missar att kvinnan har sociala svårigheter. Med anledning av detta blir en diagnostisering inte aktuell förrän senare i livet.

Den tidigare forskningen pekar på att kvinnor blivit skickliga på att använda hanteringsstrategier för att dölja sin autism. Det finns många internationella andrahandskällor som pekar på att kvinnor använder sig av hanteringsstrategier för att dölja sin autismdiagnos. Med bakgrund mot den tidigare forskningen blev vi intresserade av att undersöka vad kvinnor själva tänker kring eventuella strategier och om strategianvändandet även förekommer i en svensk kontext.

## 1.2 Syfte

Syftet med studien är att beskriva autistiska kvinnors erfarenheter av hanteringsstrategier.

## 1.3 Frågeställningar

- Hur upplever kvinnorna sociala normer i relation till sin autism?
- Använder kvinnorna sig av hanteringsstrategier i den sociala interaktionen med sin omgivning? Vad innebär isåfall ett användande av strategier?

## 2. Bakgrund

I det här avsnittet kommer autismdiagnosen beskrivas samt vilket stöd en person med autism kan erhålla från samhället.

### 2.1 Autism

Autism (autismspektrumtillstånd, förkortas AST/ASD) är en medfödd eller tidigt förvärvad neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som oftast visar sig före tre års ålder (Klasén, M. 2009). Idag diagnostiseras fler pojkar än flickor med autism, detta har väckt många forskares intresse och det diskuteras om det finns en underdiagnostisering av kvinnor och flickor (Gillberg, C. 2018: 37). Diagnosen autism innebär ofta svårigheter i socialt samspel och att personen ägnar sig åt repetitiva beteenden. Att ha svårigheter vid socialt samspel kan manifesteras sig genom att den sociala ömsesidigheten är nedsatt, genom oförmåga till icke verbal kommunikation och genom svårigheter att skapa och upprätthålla relationer till andra människor. Autistiska personer som har en begränsad ömsesidighet tar sällan eller aldrig initiativ till samspel och de delar inte känslor och upplevelser med andra. En autistisk person kan även använda språket mer ensidigt och mindre ömsesidigt, till exempel kan en autistisk person be om saker istället för att samtala (Zander, E. 2018). Autistiska personer har ofta svårt att veta hur man skall börja ett samtal med andra personer och vad som passar att tala om vid olika situationer. Den icke-verbala kommunikationen innebär de rörelser vi gör med kroppen och alla signaler som inte kommuniceras muntligt, dessa kan autistiska personer ha svårt att förhålla sig till, det kan till exempel innebära att personen inte använder ögonkontakt (Zander, E. 2018). Till slut kan svårigheter i det sociala samspelet innebära att en autistisk person inte skapar eller förstår samspelet med andra människor. Det kan innebära att autistiska barn inte leker med jämnåriga barn eller att man inte vet vad en vänskap innebär.

Vidare innebär en autismdiagnos ofta begränsade och repetitiva beteenden. Det kan till exempel innebära stereotypa beteenden, stark rutinbundenhet, fixering vid begränsade intressen eller ovanliga reaktioner till sinnesintryck. Att ha stereotypa beteenden kan innebära att personen till exempel viftar med händerna på ett avvikande sätt, eller att personen leker med leksaker genom att ställa dem på led och radar upp dem (Zander, E. 2018). En stark rutinbundenhet innebär till exempel en svårighet med förändringar som till exempel kan manifesteras sig i, att på ett rutinbundet sätt ställer en fråga om och om

igen, trots vetskap om svaret. Det kan också visa sig i att en person blir mycket störd av små förändringar i dagsschemat eller följer regler till punkt och pricka. Att ha ett begränsat och repetitivt beteende kan också yttra sig genom att en person fixerar sig vid vissa begränsade intressen med ovanligt stark intensitet. I första hand är det ofta intensiteten som är ovanlig, men i vissa fall kan det även vara intresset i sig (Zander, E. 2018). Till exempel kan ett sådant intresse vara att fästa sig vid dammsugare, tidtabeller eller kanske att plocka blåbär. Till sist kan en autistisk person ha under- eller överkänsliga sinnen. De kan till exempel reagera starkt på vanliga dofter eller värme/kyla. Det är även vanligt att autistiska personer har begränsade eller avvikande matvanor (Zander, E. 2018).

## 2.2 Diagnosen

I Sverige används två olika diagnosmanualer: den amerikanska DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) samt den internationella manualen ICD-10. Enligt DSM-5 delas de olika symptomen upp mellan två huvudkategorier "Varaktiga brister i kommunikation och social interaktion" och "Begränsade repetitiva mönster" (Gillberg, C. 2018: 32). För att diagnostiseras i Sverige krävs varaktiga brister i dessa kategorier. Svårigheterna som nämns under huvudkategorierna kan variera mellan individer och påverkas av personlighet, omfattning och hur de tar sig i uttryck hos personen (Gillberg, C. 2018: 32). Diagnosen kallas autismspektrumtillstånd med anledning av att diagnosen kan variera inom ett spektrum och ställs ut efter tre svårighetsgrader som benämns "lindrig", "måttlig" eller "svår" (Kindwall, K. 2015). En person med "svår" autism får i regel diagnosen tidigt i livet medan en person med "lindrig" autism oftare får sin diagnos vid skolåldern. Autism innebär oftast en ojämn begåvningsprofil, vilket betyder att vissa förmågor är förstärkta, medan andra är nedsatta (Gillberg, C. 2018: 35).

## 2.3 Stöd efter diagnos

Autism kan inte botas eller medicineras bort (Gillberg, C. 2018: 39) men att få en diagnos kan öppna upp för individer med autism att få stöd av samhället genom Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (SFS 1993: 387). Genom lagen kan en person med autism ansöka om stöd i form av till exempel rådgivning, personlig



assistans, ledsagare, särskilt boende och daglig verksamhet från kommun och landsting. Genom lagens första punkt om rådgivning kan personer med diagnos få tillgång till landstingets habiliteringscentrum. Genom habiliteringen kan individen få hjälp med bland annat att utveckla och bibehålla rörlighet och motorik, sina möjligheter att sköta hem och vardag samt sin språkliga och kommunikativa förmåga. Där finns bland annat arbetsterapeuter, fysioterapeuter och kuratorer som är specifikt nischade på dessa diagnoser och vet vilka svårigheter som kan förekomma hos patienterna (Kindwall, K. 2015). Utöver LSS kan personer med funktionsnedsättning ansöka om stöd via SoL (Socialtjänstlagen), där stödet kan innebära att till exempel få hjälp av en boendestödjare (SFS 2001: 453). Med en diagnos kan individen även ansöka om stöd i form av särskilda ekonomiska ersättningar från Försäkringskassan som är specifikt riktade till personer med diagnostiserade funktionsnedsättningar.

### 3. Teorier

I följande avsnitt kommer det redogöras för de två valda teorierna som används för att analysera resultatet i studien. De två teorierna är Erving Goffmans teorier om *stigma* och *det dramaturgiska perspektivet*. Dessa teorier valdes med anledning av att de behandlar frågor som berör normer, avvikelser och hanteringsstrategier, vilka är intressanta att diskutera i relation till studiens syfte.

#### 3.1 Erving Goffman: Stigma

Goffman presenterar i teorin om stigma, hur stigmat skapas genom begrepp om virtuell- och faktisk identitet. Han visar även på att det finns olika typer av stigmat och att dessa kan benämnas med termer om att vara "misskrediterad" eller "misskreditabel". Vidare presenterar Goffman hur en stigmatiserad person kan hantera sitt stigma genom termer om "de egna", "de visa" och genom "skylning".

Goffman beskriver att grekerna skapade termen stigma för länge sedan, de märkte personer i huden genom att bränna eller skära in symboler för "förrädare", "tjuv" eller "slav". Med hjälp av dessa symboler visste alla i samhället att de skulle passa sig för dessa personer med inbrända symboler (Goffman, E. 2011: 9). Goffman beskriver dessa människor som att de blivit rituellt pestsmittade och utstötta, de hade blivit stigmatiserade. Idag används termen på ett liknande sätt som det gjorde i Grekland för länge sedan, men med skillnaden att fokus ligger på olycksöden snarare än fysiska symboler (Goffman, E. 2011: 9). Vidare innebär en stigmatisering att en person reduceras från att bli sedd som en fullständigt vanlig person till att bli kastmärke och utstött. Ett stigma innebär en omfattande vanhedrande effekt (Goffman, E. 2011: 10). Enligt Goffman sker en stigmatisering då en diskrepans mellan den faktiska- och virtuella identiteten blir uppenbar för omgivningen, det innebär att den faktiska identiteten inte överensstämmer med de föreställningar omgivningen hade om individen. Personen bär på egenskaper som skiljer sig från resterande gruppmedlemmars egenskaper (Goffman, E. 2011: 10). Erving Goffman menar att stigmatiserade egenskaper kan skilja sig åt mellan olika samhällen. Varje samhälle bygger upp ett ramverk för vilka egenskaper och sätt att vara på, som kommer att uppfattas som naturliga och i enlighet med normen (Goffman, E. 2011: 9). Dessa ramverk gör det

möjligt för människor inom samhället att ha vissa förväntningar på hur sociala situationer kommer att se ut tillsammans med andra människor inom samma samhälle (Goffman, E. 2011: 9). Goffman menar att vi vid första anblick av en främling kan uppfatta och kategorisera personen och fastställa vissa egenskaper hos den andre (Goffmans, E. 2011: 10). Vidare använder vi dessa första intryck för att forma normativa förväntningar på den nya bekantskapen (Goffman, E. 2011: 10). Det är först om personen ifråga bryter mot dessa normativa förväntningar, som vi inser att vi ställt krav och vad de innebär. Då inser vi att vi hade förväntningar på hur vi tycker att personen borde vara. Det som visar sig här är diskrepansen mellan personens faktiska- och virtuella sociala identitet (Goffman, E. 2011: 10).

Goffman menar att stigmatiserade personer vet om de bär på ett stigma, men detta kan vara mindre uppenbart för omgivningen. Goffman menar vidare att vissa personer som bär på ett osynligt stigma kan dölja detta för sin omgivning, och är då med Goffmans termer en misskreditabel person (Goffman, E. 2011: 11). Att vara misskreditabel innebär att det finns en differens mellan den virtuella- och den faktiska identiteten, som döljs för omgivningen, det kan handla om talfel eller till exempel en psykiatrisk diagnos. Den här differensen kan komma att avslöjas för omgivningen, och då blir stigmat uppenbart. Att vara misskrediterad å andra sidan innebär att stigmat är uppenbart för omgivningen, det kan handla om kroppsliga defekter som inte kan döljas. Att vara misskreditabel eller misskrediterad kan innebära en stor skillnad för personen som bär på stigmat. Goffman menar att visibiliteten av stigmat kan spela in på människors självkänsla. Han menar att om en persons stigma är synligt för omgivningen kan personen komma att bli behandlad annorlunda i sociala sammanhang, personen kommer att behöva handskas med sitt annorlundaskap i fler situationer än en person som bär på ett osynligt stigma. De enskilda situationerna är inte av särskild stor betydelse, men sammantaget kan verkan av alla dessa situationer bli enorm (Goffman, E. 2011: 57). Goffman menar vidare att den stigmatiserade personen kan komma att bli påverkad av andras inställning till dennes stigma. Vidare kan detta komma att ligga till grund för vilken attityd hen kommer få till sitt eget stigma (Goffman, E. 2011: 57).

Goffman menar att stigmatiserade personer ofta hanterar sina stigma genom skylning eller att dra sig till "de egna" eller "de visa". Att skyla sitt stigma innebär att den stigmatiserade gör vissa ansträngningar för att stigmat inte skall onödigt påfallande

(Goffman, E. 2011: 113). Han menar vidare att syftet med att skylla stigmat är att reducera spänningen och på så vis återleda fokus till samlingens syfte. Genom en skylande metod blir det enklare för både den stigmatiserade personen själv och personer i omgivningen att avleda förstulen tid från stigmat (Goffman, E. 2011: 113). Ytterligare en anledning till att skylla stigmat är enligt Goffman att den stigmatiserade vill värja sig mot värderingar som associeras med det aktuella stigmat (Goffman, E. 2011: 114). En stigmatiserad person kan även hålla tillbaka vissa beteenden för att slippa associeras med tillkortakommanden som identifieras med ett visst stigma (Goffman, E. 2011: 114). Goffman skriver om att stigmatiserade personer ofta hittar ett sammanhang där de kan vara sig själva på riktigt utan att vara oroliga för att stigmat skall få dem att känna sig annorlunda (Goffman, E, 2011: 28). Han kallar de två olika sammanhangen för “de visa” och för “de egna”. I båda sammanhangen kan den stigmatiserade vara som den är, utan risk för att bli utesluten. Bland de egna finns andra personer som har samma stigma, de kan tillsammans hjälpa varandra att överkomma olika hinder samt finnas som stöd. De är personer som förstår den stigmatiserade personen väldigt väl med anledning av att de själva står inför samma svårigheter (Goffman, E. 2011: 28). Den andra gruppen som de kan få hjälp och stöd av är de visa, de är personer som är väl förtrogna med personens stigma och är sympatiskt inställda. Goffman menar på att den stigmatiserade personen kan vara sig själv med den vise personen och inte behöver utöva självkontroll, den vise personen kommer att stanna vid den stigmatiserades sida (Goffman, E, 2011: 37).

### 3.2 Erving Goffman: Det dramaturgiska perspektivet

I det dramaturgiska perspektivet använder Goffman ett metaforiskt språk där han använder termer som rollspel (eng. show), agerande och publik för att visa på och analysera interaktion mellan människor. För att visa på att olika sammanhang kräver olika typer av ageranden pratar han även om "främre- och bakre region" (eng. front- och backstage). Under showens gång förhåller sig de agerande till normer och förväntningar, som Goffman benämner hövlighetsnormer och dekorum. Vidare kan oavsiktliga gester förekomma under ett rollspel, för att återfå ordningen kan både publik och agerande använda vissa försvarsåtgärder. Dessa begrepp kommer belysas mer genomgående här nedan.

Enligt Goffman fungerar mänsklig interaktion i enlighet med ett dramaturgiskt rollspel där vi ikläder oss en roll i mötet med andra människor (Goffman, E. 2014: 25). Goffman menar att vi även ikläder oss dessa roller och utför detta "uppträdande" i grupp. Vid dessa tillfällen menar Goffman att vi agerar utefter en inrepeterad karaktär, både när vi agerar ensamma och när vi agerar i grupp. När två grupper konfronteras med varandra jobbar de med att upprätthålla illusionen av att "de är vad vad de gör anspråk på att vara" (Goffman, E. 2014: 149). Medlemmarna i grupperna arbetar för att framställa den givna definitionen av situationen. Detta innebär att de agerande tar hänsyn till teamet och publiken och samtidigt agerar utefter givna riktlinjer för att situationen skall upprätthållas. För att man skall kunna agera i enlighet med rådande normer måste de agerande ta hänsyn till det som Goffman kallar regler för hövlighet och dekorum som innebär att handla och säga det som passar sig för den givna situationen (Goffman, E. 2014: 207). Varje medlem i grupperna strävar efter att hålla sig till sin plats och att bevara den givna balansen mellan informalitet och formalitet för interaktionen. Detta innebär att de agerande också visar sin egen grupp en viss formalitet i samband med interaktionen med den andra gruppen (Goffman, E. 2014: 149). Formaliteten och posandet mellan grupperna upprätthålls i de flesta lägen, ett undantag är om grupperna inser att de hör hemma i samma "team" och inte längre behöver spela teater inför varandra (Goffman, E. 2014: 149).

Goffman citerar R.E Park som menar att ordet "person" kommer från den ursprungliga betydelsen av "mask", detta är enligt honom ingen tillfällighet då han menar att vi

människor alltid spelar en roll, mer eller mindre medvetet. Det är genom dessa roller vi känner oss själva och varandra (Goffman, E. 2014: 26). Vidare menar Goffman att rollen vi antar är en spegling av vår uppfattning av oss själva samtidigt som det är en version av den vi skulle vilja vara. Vi blir skickliga på att spela denna roll och Goffman menar på att rollen blir till en integrerad del av personen (Goffman, E. 2014: 27).

Vidare använder Goffman termer om främre- och bakre region, som symboliserar platser för framträdandet. Den främre regionen är en metafor för när den agerande är ”på scen” framför sin publik. Likt en skådespelare agerar vi människor som om vi stod på en scen framför vår publik i sociala sammanhang (Goffman, E. 2014: 97). Den bakre regionen är enligt Goffman de ställen där skådespelarna kan pusta ut och ta av sig masken för en stund, utan att vara oroliga för att någon från publiken kommer dit (Goffman, E. 2014: 103). Där i den bakre regionen kan de agerande umgås med varandra på ett sätt som de inte skulle kunna göra i den främre regionen. Det blir tydligt att de agerande skärper sig och ändrar språk så snabbt publiken är närvarande (Goffman, E. 2014: 103). Goffman menar att man även vanligtvis delar upp sin bostad i främre och bakre regioner, där kök och vardagsrum ofta ses som främre regioner och sovrum som bakre regioner. När gäster kommer till hemmet visas enbart de främre regionerna upp och de blir på detta sätt en scen för agerandet. Goffman menar på att det finns vissa särskilda tillfällen då vi släpper den strikta uppdelningen mellan främre och bakre region, till exempel söndagsmornar, när man väljer att gå ner till bagaren och köpa bröd i morgonrock och utan smink (Goffman, E. 2014: 113). Trots att det finns vissa tillfällen då vi i den främre regionen agerar som om vi vore i den bakre regionen, finns det outtalade regler som vi måste förhålla oss till.

Vi är enligt Goffman vana vid att dessa outtalade regler gäller vid olika sammanhang och vi navigerar bland dem utan att tänka på det. Vi tänker sällan på att det existerar sociala regler som vi måste förhålla oss till, de blir desto tydligare när någon bryter reglerna (Goffman, E. 2014: 99). Goffman talar om två olika typer av normer, hövlighetsnormer och dekorum. Hövlighetsnormerna handlar om hur man behandlar sin publik i direkt interaktion medan dekorum innebär alla de tillfällen då den agerande finns inom syn- och hörhåll från publiken men inte är i en direkt interaktion (Goffman, E. 2014: 98). Dekorum behandlar moraliska normer som innebär att man inte skall

blanda sig i andra personers privata angelägenheter och att man inte skall ofreda andra människor. (Goffman, E. 2014: 98).

Det finns enligt Goffman en mängd framställningsstörningar man skall försöka undvika vid sociala sammanhang och när man agerar framför sin publik. Dessa kallar Goffman för oavsiktliga gester, olägligt intrång och felsteg (Goffman, E. 2014: 182–183). De kallas i vardagligt tal för “incidenter” och innebär en förlägenhet och förvirring för både den agerande och för publiken (Goffman, E. 2014: 185). För att undvika de jobbiga situationer som incidenterna innebär när de inträffat förfogar både publik och agerande över vissa försvarsåtgärder. Dessa åtgärder gör att incidenten blir enklare att täcka över och situationen kan återgå till att bli mer bekväm för både publik och agerande (Goffman, E. 2014: 185). De agerande jobbar för att rädda den egna showen medan publiken och utomstående använder åtgärder, som Goffman anser vara beskyddande för den agerande, med utgångspunkt i att hjälpa den agerande att rädda showen (Goffman, E. 2014: 185). Publiken och de utomstående använder dessa “beskyddande” åtgärder med anledning av att även de påverkas och berörs med obehag vid incidenter. Vidare innebär beskyddande åtgärder att publiken skyddar den agerande för vidare incidenter och agerar på ett sätt som gör det enklare för den agerande att täcka över sina misstag (Goffman, E. 2014: 185).

## 4. Metod

Följande avsnitt kommer behandla vald metod för studien, förförståelse, urvalsprocessen, bearbetningen av materialet och slutligen en metoddiskussion.

### 4.1 Val av metod

Den här studien undersöker kvinnors upplevelser av autism i relation till sociala normer. Vi valde att använda oss av fem självbiografiska böcker för att undersöka ämnet. Den kvalitativa ansatsen blev lämplig då den möjliggjorde en beskrivande fördjupning om det valda studieområdet (Thurén, T. 2007:35). Den är även lämplig med anledning av det begränsade urvalet, eftersom vi med ansatsen fokuserar på att undersöka ett fenomen på djupet snarare än på bredden (Thurén, T. 2007: 74–75). Att använda självbiografier innebär ett lättillgängligt material via bibliotek. Det är ett material som ger direkt tillträde till vad kvinnorna själva valt att dela med sig av angående egna tankar, upplevelser och känslor (Denscombe, M. 2009: 297–298). Materialet valdes med en strävan efter att komma så nära kvinnornas egna berättelser som möjligt och få tillgång till berättelser som möjliggör en fördjupad förståelse för deras livsvärld. Studien kan genomföras baserat på olika metoder för insamling av material. I ett tidigt skede avsåg vi genomföra en intervjustudie eller en studie baserad på fokusgrupper, men med anledning av sekretess och svårigheter att finna respondenter såg vi oss vidare efter en likvärdig metod att använda.

### 4.2 Förförståelse

Under den inledande fasen av studien diskuterade vi det valda ämnet utifrån vår förförståelse genom att synliggöra vilka föreställningar som fanns kring ämnet. Båda två var påverkade av tidigare arbeten inom LSS-verksamheter, socionomutbildningens kurser och annan kontakt med ämnet genom olika tv-program och tidningsartiklar. Diskussionerna fördes vidare under litteratursökningen då studiens riktning började ta form. Syftet med diskussionerna var att bibehålla ett medvetet förhållningssätt till materialet utan att förvränga varken material eller resultat under arbetsprocessen (Denscombe, M. 2009: 368, 384). Vi var måna om att ha en öppen och reflekterande inställning till både material och den egna förförståelsen, vilket visade sig genom förda diskussioner. Att förförståelsen har spelat roll för studiens resultat blev tydligt, dels i



vilka citat som valdes ut från böckerna och dels vilka teorier som blev aktuella i början av arbetet. Förförståelsen gjorde att en del citat kopplades till valda teorier redan under insamlingen av materialet. Under arbetets gång blev det tydligt att vi hade en del förförståelser, till exempel då vi först tänkte att kvinnorna självmant väljer att anamma hanteringsstrategier och inte med anledning av utomstående press. Det visade sig vara ett felaktigt antagande som fick oss att fördjupa avsnittet kring varför strategier används. Det var viktigt att belysa att strategierna inte alltid är medvetna processer utan att de kan ske omedvetet eller som respons på en situation kvinnorna inte behärskar. Förförståelsen blev även märkbar vid litteratursökningen då vi visste att forskningen ofta använder ordet "kamouflage" i samband med autism.

### 4.3 Litteratursökning

För att samla in aktuell och relevant forskning på området har följande sökmotorer använts: Google Scholar, Söderscholar och Social Services Abstract, med sökorden: women, autism och camouflage, i olika konstellationer. Vidare användes ett snöbollsurval för att finna relevanta forskningsartiklar. Genom att undersöka de artiklar som refererades till, i tidigare funna artiklar kunde vi finna ytterligare en mängd intressanta artiklar för vår studie (Bryman, A. 2018: 196). Under sökprocessen gjordes en avgränsning till studier som var internationella och fokuserade på kvinnor med autism. Forskningsartiklar valdes ut genom att vi läste igenom abstract på ett tjugotal olika forskningsartiklar för att därefter se vilka som var bäst lämpade för vårt syfte. Det var även viktigt att forskningsartiklarna skulle vara publicerade under de senaste tre åren för att använda så aktuell forskning som möjligt. En mättnad nåddes efter att vi valt ut sex olika vetenskapliga artiklar som var relevanta för syftet och det studerade området.

### 4.4 Urval och materialinsamling

Under urvalsprocessen användes ett antal inkluderingskriterier, som innebar att självbiografierna skulle vara skrivna av svenska kvinnliga författare över arton år. Böckerna skulle även vara aktuella och publicerade så nära dagens datum som möjligt. En av böckerna är dock ursprungligen publicerad år 1999 (Enastående av Gunilla Brattberg) men eftersom boken blivit nypublicerad som e-bok 2017 i reviderad version, fann vi boken relevant. Endast svenska böcker inkluderades i urvalet med anledning av

att kunskap om autism och stödsystemet kan variera i olika länder och upplevelsen av att ha en autism kan på grund av detta variera. På grund av en begränsad tillgång till relevanta böcker användes ett flertal sökmotorer, både bibliotek och nätbutik: Libris, Stockholms universitet, Stockholms stadsbibliotek, Huddinge bibliotek och Adlibris. Sökorden som använts är: autism, kvinnor med autism, autism och självbiografier (se bilaga 1).

#### 4.4.1 Presentation av urvalet

**Gunilla Brattberg, Enastående** (2017): är en självbiografi skriven av Gunilla och handlar om hennes liv. Hon upplever från barndomen att hon fungerar annorlunda i samspelet med andra människor. När hon är vuxen upplever hon psykisk ohälsa och söker stöd men felbehandlas i flera årtionden. Hon är utbildad specialistläkare och professor i rehabiliteringspedagogik. Hon är 54 när hon får sin autismdiagnos.

**Iris Johansson, Ett annorlunda liv** (2013): är en självbiografi där Iris beskriver livet genom barndom till vuxen ålder. Iris beskriver att hon genom sitt liv fungerat på ett annat sätt än sina jämnåriga, hon har anpassat umgänge efter sitt fungerande och alltid känt sig välkommen i sociala sammanhang. Hon har sedan ung ålder intresserat sig för kommunikation, ett ämne hon idag är utbildad inom och arbetar med. Hon var 34 år när hon fick sin diagnos.

**Lina Liman, Konsten att fejka arabiska** (2017): är en självbiografi där Lina beskriver hur hon tidigt i livet upplever att hon är annorlunda men inte förstår varför. I skolåldern, framförallt i tonåren, blir hennes liv allt svårare att hantera. Hon har svårigheter i sociala sammanhang, där hon försöker att förstå och passa in i sin omgivning. Lina är utbildad journalist. Vid 31 års ålder får hon sin diagnos.

**Lena Petersson, Detta resulterade ofta i oro och gråt** (2018): är en självbiografi skriven av Lena som tar upp hennes liv med asperger och ångest. Lena beskriver hur det är att få en diagnos när hon är 31 år. Hon beskriver sina upplevelser av mötet med sin omvärld utifrån hennes funktionsnedsättningar och vilka strategier hon använder sig av. Hon har en magisterexamen inom kulturvetenskap samt en kandidatexamen inom biblioteks- och informationskunskap.

**Paula Tilli, Att vara vuxen med Aspergers syndrom:** (2015): är en självbiografi där Paula beskriver hur hon hanterar vuxenlivet med sin autismdiagnos. Paula berättar om sociala situationer och hur hon vanligtvis hanterar dessa. Hon skriver om att det kan bli fel i sociala situationer och hur hon tänker kring detta samt vad hon tycker och känner angående samhällets normer. Får sin autismdiagnos när hon var 24 år.

## 4.5 Bearbetning och analys av materialet

### **En kvalitativ innehållsanalys**

En innehållsanalys användes i bearbetningsprocessen av studien då metoden går ut på att analysera texters innehåll. Metoden innebär ett systematiskt och strukturerat arbetssätt som underlättar analys av valda dokument (Denscombe, M. 2009: 307). Vidare valdes en kvalitativ inriktning på innehållsanalysen då den syftar till att tolka och förstå innebörden av texterna, vilket svarar väl mot syftet i studien.

Inom den kvalitativa innehållsanalysen finns flera riktningar som innebär att forskaren utgår från texternas olika tolknings- och abstraktionsnivåer. Alla texter innehåller varierande grader av både manifest och latent innehåll, där det manifesta innehållet är det som tydligt och konkret beskrivs i materialet och det latent innehåll innebär en högre abstraktion (Lundman, B. & Hällgren- Granheim, U. 2017:214). Till studien ansågs en manifest innehållsanalys vara bäst lämpad med anledning av att studiens syfte är att undersöka egna upplevelser. Vi ville hålla oss så nära materialet som möjligt och undvika distansen som den latent metoden medför. Det innebär att generella tolkningar undviks till fördel för det som faktiskt beskrivs i texterna (Lundman, B. & Hällgren- Granheim, U. 2017: 214).

### **Bearbetning enligt en manifest innehållsanalys**

Empirin samlades in genom att böckerna lästes och meningar som svarade mot studiens syfte och forskningsfrågor markerades. Dessa meningsenheter plockades ut och sammanställdes i ett excel-dokument för att kortas ner genom en kondensering (Lundman, B. & Hällgren- Granheim, U. 2017: 216). I kondenseringen skalades överflödiga text bort för att få med de väsentliga och för att materialet skulle bli mer lättöverskådligt. De kondenserade meningarna tilldelades därefter en beskrivande kod, vilket innebär att den konkretiseras för att i nästa steg kunna delas in i kategorier. De

beskrivande koderna sammanställdes inför kategoriseringarna i ett nytt excel-dokument för att skillnader och likheter i materialet tydligt skulle kunna identifieras. Därefter sattes liknande koder ihop och sorterades in i lämpliga underkategorier. Slutligen bildades kategorier av underkategorierna i ytterligare ett excel-dokument (Lundman, B. & Hällgren- Granheim, U. 2017: 217).

Se exempel på hur den meningsbärande enheten kategoriserats genom den manifesta innehållsanalysen i tabell 1. I tabell 2 redogörs för huvudkategorierna samt underkategorierna som bearbetningen av materialet resulterat i.

**Tabell 1:** Exempel på manifest innehållsanalys

Meningsbärande enhet	Kondenserad	Kod	Underkategori	Kategori
“Jag hade samlat på ”börjor”, olika sätt att inleda samtal, och just när det gällde killar fanns det särskilda börjor”- Johansson, I. 2013: 66.	lära sig sätt att inleda samtal	lära sig	Manuell inläring	Strategi

**Tabell 2:** Presentation av kategorierna

HUVUDKATEGORI	UNDERKATEGORI
Att leva med autism	Att vara annorlunda Känslor Ojämn begåvningsnivå
Normalitet	Sociala svårigheter Bryta sociala normer och regler Strävan efter acceptans
Strategi	Manuell inläring Undvikande strategier Spela en roll Konsekvenser av strategier

## 4.6 Etiska överväganden

Inom humaniora och samhällsvetenskap finns fyra övergripande etiska krav att ta hänsyn till när forskning bedrivs, för att skydda individen som forskningen baseras på. De fyra kraven är: *samtyckeskravet*, *informationskravet*, *konfidentialitetskravet* och *integritetskravet* (Vetenskapsrådet, 2017: 40). Studien baseras på självbiografier, vilka är utgivna via förlag och därmed tillgängliga för allmänheten (Denscombe, M. 2009: 300). Med anledning av att materialet är offentligt har samtycke inte inhämtats. Författarna har inte gett ut böcker med tanke på att bli föremål för en studie utan för att berätta om sina liv. Resonemanget innebär att materialet finns tillgänglig för allmänheten oavsett i vilket syfte de kommer att användas, och att studien därmed inte bryter mot integritetskravet. Med anledning av att böckerna är offentliga har vi valt att inte anonymisera författarna i studien. I Lagen om upphovsrätt (SFS 1960: 729) finner vi lagstöd för resonemanget att litterära och konstnärliga verk efter publicering är tillgängliga för allmänheten.

## 4.7 Transparens, trovärdighet och överförbarhet

Genom arbetet med studien har vi fokuserat på att vara transparenta, det vill säga öppna med studiens process. Genom en öppenhet med samtliga steg i arbetsprocessen så får läsaren en förståelse för hur resultatet blivit till och vad resultatet är påverkat av. Det bidrar till studiens trovärdighet eftersom läsaren då ges möjlighet att själv bilda sig en uppfattning om resultatets giltighet. Vi har även arbetat med frågan om *trovärdighet* då vi regelbundet under arbetets gång försäkrat oss om att arbetet inte glidit ifrån studiens syfte. Att hålla sig till det valda syftet har emellanåt varit en utmaning då vi funnit stora delar av empirin intressant. Vid ett flertal gånger har vi fått avgränsa oss med hjälp av forskningsfrågorna för att fokusera på att lyfta fram de centrala delarna av materialet. För att öka trovärdigheten i studien så har vi även valt att ta med citat från empirin i resultatet, där källorna tydligt återges. Vad gäller överförbarhet blev vi inspirerade av Fejes, A. & Thornberg, R. (2014: 272) resonemang. De menar på att man i en kvalitativ studie producerar gestaltningar av ett fenomen som tidigare varit okänt för läsaren. De talar om situerad generalisering, där läsaren kan tillägna sig en förklaringsmodell genom forskningen och använda denna i en annan situation än den förklaringsmodellen först presenterades (Fejes, A. & Thornberg, R. 2014: 272). Vi anser att detta är jämförbart

med begreppet om överförbarhet, som även det syftar till att formulera gestaltningar av fenomen som kan bli användbara i andra sammanhang än de där de blev formulerade.

#### 4.8 Metodreflektion

I studien har vi genom att välja ut självbiografier, valt vilka personer som kommer till tals. De valda böckerna är skrivna av kvinnor med högfungerande autism, det innebär att kvinnor med måttlig eller svår autism inte har blivit representerade. Detta kan innebära att vi missat andra strategier som används av personer med en annan grad av funktionsnedsättning. Metodvalet innebär även att några följdfrågor inte kan ställas till materialet, det talar för sig själv och forskaren kan inte forma sin empiri för att anpassa det till studiens syfte. Delar av materialet har sorterats bort i olika delar av bearbetningsprocessen, under insamlingen av empirin begränsades vi till att samla in citat som svarar mot syftet. När materialet var insamlat reducerades empirin ytterligare för att få tydligare bild av vad den samlade empirin berättade. Till slut sker ytterligare en reducering vid sorteringen av materialet till övergripande kategorier. I det skedet gjordes reduceringen utefter intressanta fynd, förförståelse och överordnade teman i empirin. Detta gjordes i relation till studiens syfte och forskningsfrågor. Metoden innebär att vår tolkning av materialet, den tidigare forskningen och den teoretiska ramen har påverkat framställningen av resultatet. Med anledning av att vi skapat sig en förförståelse under arbetets gång har även materialet och studien blivit påverkat av detta.

Studien har utgått ifrån ett abduktivt förhållningssätt där arbetet har pendlat fram och tillbaka mellan teori, tidigare forskning och empiri under processens gång (Lundman, B. & Hällgren- Granheim, U. 2009: 213). Det visade sig allra tydligast vid arbetet med studiens resultat. En preliminär sortering gjordes tidigt för att få en övergripande bild över materialet. Det blev tidigt uppenbart att sorteringen inte speglade studiens syfte, eftersom den ursprungliga sorteringen fokuserade mer på omgivningens bemötande och reaktioner, än kvinnornas egna upplevelser. Materialet sorterades om och arbetet fortskred genom att fördjupa teori- och forskningsavsnitten. Efter den teoretiska fördjupningen blev det återigen tydligt att materialet skulle sorteras om, med anledning av att de skapade kategorierna inte svarade mot syftet. Istället hade material som beskrev till exempel kvinnornas upplevelser av diagnostiserings processen fått en för stor plats. Att ha arbetat så mycket med materialet medfört att vi har lärt känna det väl. Till slut

kunde vi känna oss nöjda med den nuvarande sorteringen då den svarar väl mot studiens syfte och visar de övergripande fynden i empirin på ett tydligt sätt.

#### 4.9 Arbetsfördelning

Vi har under arbetet haft ett gemensamt åtagande genom uppsatsens alla delar. Arbetet har skett i samförstånd med varandra och där eventuella oklarheter har funnits har vi kommit till en gemensam lösning. Alla avsnitt har skrivits tillsammans. Inläsning av material delades upp där Amanda läste två böcker och Karin läste tre. Fynden i samtliga böcker har gemensamt kodats och kategoriserats, resultat och analys har skapats tillsammans och i samförstånd. Författarna bär därmed lika stort ansvar för studien.

## 5. Resultat och analys

Kapitlet är uppbyggt genom att först presentera det resultat vi funnit inom vardera kategori, därefter följer en analys av det presenterade materialet, som kopplas till den teoretiska ramen som presenterades i kapitel 3. Den första kategorin “*Att leva med autism*” beskriver kvinnornas upplevelser och känslor av att leva med autism. I den andra kategorin “*Normalitet*” redogörs för kvinnornas strävan efter att uppfattas som NT- personer och även deras upplevelser av den här strävan i relation till autismen. Under den sista kategorin “*Strategier*” redovisas vilka huvudsakliga hanteringsstrategier kvinnorna använder sig av för att dölja sin autism i det sociala samspelet med andra.

### 5. 1 Att leva med autism

#### 5.1.1 Att vara annorlunda

Kvinnorna beskriver att de i barndomen eller tidig ungdom började märka att de skiljde sig från de andra barnen i samma ålder. En kvinna skriver att hon ständigt i barndomen frågade sig “vad gör dom” när hon såg de andra barnen leka, hon kunde inte förstå poängen med dessa lekar på skolgården. En känsla av att vara annorlunda växte så småningom fram hos kvinnorna, de beskriver att det blev som tydligast i interaktionen med den närmsta familjen och jämnåriga barn. Utan att kunna sätta ord på det som unga, upplevde kvinnorna att de hade svårt med att förstå det sociala samspelet. Svårigheterna med det sociala samspelet kunde manifesteras sig i missförstånd då de inte hade uppfattat de sociala reglerna som finns i olika sammanhang. Alla kvinnor vittnar i självbiografierna om situationer då de brutit mot sociala konventioner när de till exempelvis skrattat vid fel tillfällen eller berättat saker som de inte borde berättat. Vidare berättar kvinnorna om att de genom livet upplevt att det finns en distans mellan dem och andra människor. De menar på att distansen delvis grundar sig i sitt annorlundaskap och svårigheterna med att avläsa sociala situationer. Vissa kvinnor beskriver den här distansen till andra människor som känslan av att inte tillhöra samma verklighet. De beskriver att de bor på en planet där andra människor betar sig ologiskt hela tiden. Kvinnorna berättar om att deras annorlundaskap uppmärksammas av omgivningen och att det genom uppväxten funnits många personer som velat “rätta till”



deras sätt att fungera. Lärare, föräldrar och även jämnåriga kunde påpeka att de avviker från normen, och på så vis tillrättavisa kvinnorna. Känslan av att avvika och vara annorlunda grundade därmed sig i både en känsla inifrån, men även utifrån en yttre press att anpassa sig.

### 5.1.2 Känslor

Kvinnorna beskriver att de har ett komplicerat förhållande till känslor då de har svårt att förstå både sina egna och andras känslor. Det ses som en stor anledning till det sociala utanförskapet. De menar på att det är svårt att interagera med människor eftersom människor är känslostyrda. I sociala situationer beskriver många kvinnor att de hanterar och läser av känslor genom att tolka signaler från den andra människan, för att till sist lägga ett pussel med alla ledtrådar. På ett tankemässigt snarare än intuitivt sätt kommer de fram till vad den andra personen måste känna, för att sedan kunna ge en lämplig respons. De beskriver vidare att det här sättet att tolka känslor kan innebära att vissa signaler missas och att de därigenom kan framstå som kalla, lata eller ohyfsade. Kvinnorna beskriver återkommande att de försöker motverka omgivningens negativa reaktioner, med anledning av detta försöker de dölja sina svårigheter i samspelet med andra och använder sig av olika maskeringstekniker.

Upplevelserna av att känna sig annorlunda och att inte riktigt förstå sig på världen har för många kvinnor resulterat i känslor av skuld och skam. Vissa kvinnor beskriver även att bristen på känslor får dem att känna ett utanförskap och en ensamhet, genom brist på känslor får de inte den sociala kontakt med andra personer som de hade önskat. Andra beskriver ingen brist på känslor, och menar istället på att autismen i sig skapar ett utanförskap:

*”Jag har insett att känslan av ensamhet hör mer ihop med min autism än med faktiska omständigheter. Det sociala kittet fäster inte. Det finns en del av verkligheten jag aldrig kommer att förstå, en plats där andra samlas dit jag aldrig kommer att hitta”-*  
*Liman, L. 2017: 34.*

### 5.1.3 Ojämn begåvningsnivå

Att ha en ojämn begåvningsprofil hänger tätt samman med autismdiagnosen. Det innebär att vissa områden kan vara välutvecklade medan andra är mindre utvecklade. Kvinnorna i de självbiografiska böckerna exemplifierar med att de alla har en högskoleutbildning och har klarat studierna väl. Samtidigt har flera av kvinnorna svårt att förvärvsarbeta eller att sköta om hemmet. Kvinnorna beskriver att vardagsbestyr kan vara svåra att hantera med anledning av att det kräver en stor mängd energi att till exempel öppna brev eller dammsuga. De har till sin hjälp boendestöd från kommunen som kan avlasta dem med detta. Samtidigt som städning kan vara en källa till energidränage men att de kan ägna sig åt sina fritidsintressen som att träna, delta i scouterna eller öva med kören istället ge energi. Kvinnorna beskriver att sociala situationer kan bli problematiska med anledning av den ojämna begåvningsprofilen. De beskriver att begåvningsprofilen kan te sig paradoxal i omgivningens ögon som inte riktigt tror att kvinnorna kan ha sådana svårigheter. Utåt sett klarar kvinnorna av sociala situationer väl samtidigt som deras språkliga förmåga och höga utbildning inte, för omgivningen, hänger samman med svårigheter att sköta hemmet. De beskriver vidare att även professionella kan ha svårt att uppfatta deras autistiska drag med anledning av den ojämna begåvningsprofilen. Två kvinnor får under sin diagnosticering veta att deras välutvecklade språkliga förmåga döljer autistiska drag och att detta är en vanlig orsak till sen diagnos.

*“Det verkade som om de trodde att jag inte skulle behöva sådant stöd, eftersom jag hade klarat av skolan och högskolan.” - Petersson, L. 2018: 58.*

*“Men du som är ÄR så duktig! .... Jag har mötts av tystnad, rädsla, avståndstagande, förundran och förlöjligande. Ingen har kunnat förstå hur en människa samtidigt kan vara så oerhört kompetent och så otroligt insufficient.” -Brattberg, G. 2017: 9.*

### 5.1.4 Analys om att leva med autism

Kvinnorna berättar om att de, för att använda Goffmans termer, börjar upptäcka sitt stigma som barn och tonåringar. De beskriver hur de skiljer sig från andra barn i samma ålder, att de inte förstår vad andra barn gör eller vad lekarna går ut på. Stigmat de bär på är osynligt för omgivningen på så sätt att stigmat inte är kroppsligt, samtidigt

beskriver kvinnorna att de som barn ofta blev tillrättavisade av lärare, föräldrar och andra jämnåriga vänner. De blir i och med detta tidigt i sina liv varse om att det finns en norm att förhålla sig till och att de bryter mot denna. När de bryter mot den här normen, och visar sitt stigma innebär det ett obehag för omgivningen. Goffman menar i sin teori om stigma att människor dömer varandra utefter första anblick, det innebär att människor i kvinnornas omgivning dömer kvinnorna efter deras yttre. Det här kan bli extra svårt för kvinnorna med anledning av att de bär på ett osynligt stigma, och förväntningarna på kvinnorna kan upplevas öka i och med att förväntningarna inte anpassas utifrån deras sätt att fungera. Kvinnorna får på så sätt ett dilemma att förhålla sig till, då de inte vill gå ut med sitt stigma, men samtidigt har svårt att förhålla sig till omgivningens förväntningar på dem. Goffman menar att anledningen till att en person med ett osynligt stigma ogärna öppet visar sitt stigma är att hen vet om att hen kommer bli "kastmärkt" om andra människor blir varse stigmat. Att bli kastmärkt innebär enligt Goffman att personen blir reducerad till en mindre stående person och kan i och med detta bli utstött från sociala sammanhang. Kvinnorna har tidigt märkt att de inte fullt ut kan vara sig själva utan att de blir tillrättavisade av andra personer. Detta ger en signal till kvinnorna om att de bör dölja sitt stigma. Kvinnorna beskriver även att de upplever en distans mellan sig och verkligheten, vissa säger att de upplever att de bor på en märklig planet där människor beter sig ologiskt hela tiden. Förutom att diagnosen i sig kan ge vissa känslor av att vara annorlunda kan man med Goffmans begrepp resonera att livet som "kastmärkt" kan ge en känsla av utanförskap och en distans till andra människor.

Kvinnorna beskriver att en källa till distans mellan dem och andra människor är deras svåra förhållande till känslor. Med Goffmans begrepp om stigma kan man tolka kvinnornas relation till känslor som grunden i stigmat. Som vi beskriver ovan ligger stigmat inte i utseendet, utan snarare deras oförmåga till att hantera sociala situationer. Kvinnorna beskriver att känslor är grunden till att de sociala situationerna inte fungerar friktionsfritt. Utan känsla för normer, stämningar eller andras känslor i samtal, har kvinnorna svårt att läsa av hur situationen hanteras på bästa sätt. De beskriver att de hanterar känslor genom att lägga pussel med olika ledtrådar, i och med detta tänker sig fram till ett lämpligt beteende. Detta är enligt Goffman ett sätt att försöka passa in i sociala sammanhang och dölja stigmat de bär på, för att inte bli påkommen med ett

stigma. De beskriver även att de vid flera tillfällen missat ledtrådar och då upplevts som kalla eller ohyfsade. Kvinnorna beskriver att de vid dessa tillfällen upplever skam och skuld, för att ha orsakat dessa missförstånd. De beskriver att de inte vill uppleva dessa känslor igen och att de med anledning av detta anstränger sig mer för att smälta in i sociala sammanhang. Vidare beskriver kvinnorna att deras distans till känslor kan ge upphov till utanförskap och ensamhet.

Den ojämna begåvningsnivån kvinnorna visar på kan enligt Goffman ses som en diskrepans mellan den faktiska- och virtuella sociala identiteten. Kvinnorna beskriver att deras ojämna begåvningsprofil kan te sig aningen paradoxal för omgivningen. När diskrepansen blir uppenbar har många personer i omgivningen svårt att förstå hur kvinnorna kan vara högutbildade, men samtidigt ha svårt att städa sin bostad. Kvinnorna har svårigheter med att leva upp till en del normativa krav som omgivningen satt på dem, medan de inom andra områden enkelt lever upp till dessa. Det är vanligare och enligt normen att vuxna människor har en jämnare begåvningsprofil och förväntningarna på kvinnorna kommer även dem att tillhöra den mer normativa typen, även om deras fungerande inte är enligt normen. Kvinnorna berättar även om att de försöker dölja sin faktiska identitet på de områden som inte är lika välutvecklade och drar sig till sammanhang där de kan visa på de mer utvecklade sidorna hos sig själva.

## 5.2 Normalitet

Inom den här kategorin redogörs svårigheter i sociala situationer och kvinnornas upplevelser relaterat till sociala normer.

### 5.2.1 Sociala svårigheter

Kvinnorna beskriver att det finns flera olika anledningar till att sociala situationer är särskilt svåra för dem. Att sociala situationer är krävande beror inte alltid på den sociala situationen i sig, utan kan bero på förutsättningarna runt situationen. Kvinnorna beskriver att skolan var en särskild svår tid för dem, som vi beskrev ovan var den sociala delen en aspekt, en annan är att miljön ofta är bullrig och att lysrör ger ifrån sig ett skarpt ljus. Kvinnorna beskriver att de har särskilt känsliga sinnen som påverkas av dessa

saker, de beskriver vidare att deras sociala förutsättningar hänger på att de rumsliga aspekterna är anpassade för deras behov.

*“Däremot tycker jag inte om att kalla våra aspergerdrag för svårigheter. Själv tycker jag inte att det är svårt att leva med asperger så länge jag omges av en miljö som passar mig.”- Tilli, P. 2015: 10.*

Förutom aspekterna runt de sociala sammanhangen beskriver kvinnorna att de kämpar med de sociala situationerna i sig. De berättar att sociala situationer ofta är en anledning till energidränage, de kämpar med att bete sig på rätt sätt och för att passa in, vilket kräver mycket kognitiv kraft. Kvinnorna beskriver att de genom sina liv kämpat med att förstå NT-personers normer och språk, dels för att de vill smälta in och dels för att de som barn fick beröm när de lyckades med detta. En kvinna skriver att hon har fått lära sig två sätt att prata på för att kunna smälta in i samhället, NT-Språket och AST-språket, där de olika språken är ett sätt att anpassa sig till den aktuella situationen.

### **5.2.2 Bryta sociala normer och regler**

Kvinnorna beskriver att de har svårt att veta vilka normer och sociala regler som gäller i vilket sammanhang, det har medfört att de brutit mot en mängd normer och sociala regler. Materialet visar att det fanns flera olika anledningar till att kvinnorna brutit normer. Det kunde handla om att kvinnorna inte varit bekanta med de förväntningar som fanns, att de inte velat följa normer eller att de i stunden glömt bort vissa sociala regler. Kvinnorna beskriver att det tycktes finnas olika förväntningar på dem, som de inte var bekanta med och därför inte visste att de skulle förhålla sig till dessa. De kunde handla om att de förväntas tacka för maten, även om man inte gillade den eller att de skrattade på olämpliga ställen, för att de inte förstod det olämpliga i situationen. Kvinnorna beskriver att de idag oftast förhåller sig till sociala normer och regler trots att de inte alltid kan förstå vitsen med dem. Men de beskriver också att det finns tillfällen då de struntar i normerna för att de helt enkelt vill göra på ett visst sätt. En kvinna beskriver att hon firade sin bröllopsdag på en kebabrestaurang i Stockholm. En annan beskriver att hon tycker det är roligt att prata med främlingar på tunnelbanan, och hon bjuder gärna ut dem på fika om de är trevliga, trots att hennes väninnor sagt att det inte är i enlighet med normen.

Kvinnorna beskriver genomgående att de har stora svårigheter med att känna sig fram till riktiga slutsatser angående normer och sociala regler. Istället beskriver de att de var tvungna att tänka sig fram till ett ‘’rätt’’ agerande. Detta baseras i att de har lärt sig vad som är ett riktigt beteende i den specifika situationen. Ofta fick kvinnorna hjälp med att lära sig dessa regler av anhöriga, boendestödare, psykologer eller vänner. De beskriver även i självbiografierna att även om de hade fått veta många regler muntligt, hade många svårt att förhålla sig till och komma ihåg flera regler med anledning av att de antingen inte förstod vitsen med dem eller för att de verkade onödiga.

### **5.2.3 Strävan efter acceptans**

Trots svårigheterna kvinnorna möter och upplever i sociala sammanhang finns en längtan efter gemenskap, vänskap och relationer. Kvinnorna skriver om att de längtar efter att bli en del av den sociala gemenskapen med andra och strävar efter att bli accepterade. De beskriver att gemenskapen är så nära men ändå så långt bort, som om det vore en osynlig barriär mellan dem och andra människor. Trots barriären har vissa kvinnor funnit sociala sammanhang de kan vara en del av och kan få den efterlängtade samvaron med andra människor. De beskriver att de fått denna gemenskap genom till exempel fritidsintressen som körsång, dans, teater, scouter och arbetslivet, daglig verksamhet, föreningsträffar för personer med autism och genom vänner. Kvinnorna beskriver att dessa sociala gemenskaper känns trygga och att de hittat till sammanhang där de kan vara sig själva utan att vara oroliga för att deras egenheter kommer påverka deras möjlighet till deltagande i sammanhangen. Kvinnorna berättar att dessa sammanhang innebär gemenskap med både personer som har samma diagnos som de själva, men även andra personer som mött dem med öppenhet och vänlighet.

### **5.2.4 Analys om normalitet**

Kvinnorna i de självbiografiska böckerna beskriver att de alla haft vissa problem med skolmiljön när de var yngre och att deras sociala prestation många gånger påverkades av starka lysrör eller höga ljud. Goffman menar i det dramaturgiska perspektivet att vi befinner oss inom den främre regionen när vi är i miljöer som till exempel skolan. Han menar att dessa miljöer finns till för det framförande (show) som de agerande ägnar sig

åt när de vistas på dessa platser. Meningen med dessa platser är i första hand inte att man skall kunna luta sig tillbaka och vara bekväm, utan meningen är att man på ett lyckat sätt skall kunna framföra sin roll trovärdigt. Detta blir ett problem för kvinnorna i första hand för att rekvisitan (lysrör och de andra människorna) stör deras möjlighet att på ett lyckat sätt framföra sin karaktär som student. För det andra har och hade kvinnorna svårt att förhålla sig till skillnaden mellan främre och bakre regionen. Kvinnorna beskriver att den här scenen som skolan utgör är en källa för energidränage och att de kämpar med att bete sig på rätt sätt.

Med Goffmans begrepp kan man tolka kvinnornas svårigheter med att förhålla sig till sociala regler och normer, som att de bryter mot hövlighetsnormer och deorum. De beskriver att det finns olika anledningar till att normerna bryts, att de inte vet om att reglerna existerar, att vi inte vill förhålla sig till dem eller att de glömt av dem. Vilken anledning som än ligger bakom, så reagerar omgivningen som om det vore en "framställningsstörning" som han kallar det. Goffman menar att publiken reagerar med starkt obehag när regler om hövlighetsnormer och deorum bryts, publiken får se saker de inte borde sett och de kan börja omvärdera personen. Han menar på att kvinnorna i det här fallet har ett visst anseende när hon går in i rollspelet (situationen, front stage) och om hon utför en oavsiktlig gest, kan detta komma att tappa sitt anseende av publiken. Hon kommer plötsligt att framstå som en helt annan människa i deras ögon.

Kvinnorna berättar att de har hittat sammanhang där de kan få vara sig själva utan krav på att förstå sig. Goffman pratar i sin teori om stigma att stigmatiserade personer endast kan finna den här gemenskapen med "de egna" eller "de visa" och till viss del ser vi att det är det som hänt för kvinnorna i böckerna. En kvinna uppger att ett sådant ställe där hon kan vara sig själv är på den dagliga verksamheten och en annan umgås med vänner som också har en autismdiagnos. Bland de egna och de visa behöver kvinnorna inte vara rädda för att de skall bli uteslutna ur sammanhanget om de bryter normer eller visar sina sanna jag.

## 5.3 Strategier

Under den här kategorin kommer en presentation av de olika strategier som kvinnorna använder sig av för att “passera som normala”. Redan som barn börjar samtliga kvinnor använda sig av strategiska verktyg för att hantera de sociala situationer de dagligen möter i sina liv. Strategierna används för att hjälpa kvinnorna att lättare kunna förstå och agera rätt i olika situationer, så att de inte uppfattas som fel eller avvikande av sin omgivning. Verktögen kan förklaras som både medvetna och omedvetna tankeprocesser som sker inom kvinnorna för att därefter testas och övas upp i interaktionen med omgivningen.

### 5.3.1 Manuell inläring

Kvinnorna beskriver att de utvecklat en manuell finkänslighet inför de olika sociala sammanhang de möter. Det innebär att de istället för att känna efter, som NT- personer gör, utvecklar tankekartor eller en manuell navigering. Dessa sätt att hantera sociala sammanhang baseras på kunskap de har tagit till sig genom olika varianter av inläring. Inläringen kan bestå i att observera sin omgivning, se på filmer, läsa skönlitterära böcker eller facklitteratur med ämnen som psykologi, kommunikation och sociologi. Kvinnorna beskriver även hur övning är en viktig del i utvecklandet av dessa sociala färdigheter. Den kunskap de erhållit på ett teoretiskt plan måste appliceras i den fysiska världen och för att få till detta måste de öva. De beskriver hur de övar framför spegeln på ansiktsuttryck och kroppsspråk, men även hur de övar på sin direkta omgivning för att lära sig om turtagning och vilka frågor som kan ställas i den sociala samvaron. Övningen är ett viktigt steg för att kunna testa sin kunskap och förbättrar kvinnornas sociala verktyg med tiden. Kvinnorna lär sig hur de ska göra för att uppfattas på ett visst sätt av sin omgivning och för att kunna delta i det sociala samspelet med andra. De beskriver även att de försöker att förhålla sig till situationer i stunden. De beskriver hur de läser av en situation genom att försöka tänka sig fram till vad som sker och vad som därigenom förväntas av dem. De sätter samman de ledtrådar de observerat för att kunna leverera ett korrekt verbalt och icke-verbalt svar i stunden. Två kvinnor beskriver att det inte alltid handlar om medvetna strategier;



*“Operation anpassning tog sakta form, Det skedde inte medvetet men med emfas. Jag började snegla på omgivningens beteenden, Hur skulle det se ut? Hur skulle man vara för att smälta in?” - Liman, L. 2017: 30.*

Det beskrivs vidare att kvinnorna lär sig hur människor fungerar och dessa insikter är avgörande i hur de utvecklar sina olika verktyg för att kunna navigera i den sociala sfären med andra människor.

### 5.3.2 Spela en roll

Kvinnorna beskriver att anpassningen de gör i sociala situationer känns som att de spelar en roll eller teater. De menar att de fått lära sig hur de skall vara bland andra människor och och spelar med trots att de samtidigt känner att det inte är deras sanna jag. När de träffar andra människor får de känslan av att de ikläder sig en roll och spelar denna fram tills dess att de är ensamma igen, då kan de pusta ut och vara sig själva. En kvinna berättar att hon brukar bjuda sina vänner till sitt sommarhus på västkusten varje sommar, egentligen hade hon kanske velat vara där själv. Men hon vet att hennes vänner gillar att vara i sommarhuset och att det är en norm att bjuda med dem, så hon spelar med.

Kvinnorna beskriver även att de använder en strategi som innebär att de förstärker sina starka sidor och döljer sina svaga sidor. På detta sätt hoppas de på att svagheter skall förbli dolda bakom de starka sidor de faktiskt bär på. Detta innebär att kvinnorna ofta drar sig till sammanhang där de kan visa sina starka sidor och undviker situationer där de svaga sidorna skulle exponeras. En kvinna berättar att hon ogärna bjuder hem vänner hem till sig med anledning av att hon sällan städar hemma, det skulle exponera hennes ojämna begåvning. Hon berättar vidare att personer ofta blir fundersamma när en högpresterande kvinna som hon inte kan städa, hon menar på att det verka sticka extra mycket eftersom hon är en vuxen kvinna och inte möter de förväntningar som finns på henne. En annan kvinna berättar att hon blev duktig i skolan, det gav henne viss respekt och god självkänsla samtidigt som hon kunde dölja andra svårigheter bakom sina skolprestationer. En tredje kvinna menar på att hon är fylld av känslor som inte syns utanpå, hon menar att vissa upplever henne som känslökall och andra trygg och “kolugn”. Hon skriver vidare:

*“I sammanhang när andra människor blir handlingsförlamade fungerar jag som bäst. I min roll som narkosläkare handlade jag rationellt. Jag skapade lugn bland mina medarbetare. Där var min oförmåga att spegla inre upplevelser i yttre beteende en tillgång” - Brattberg, G, 2017:132*

### 5.3.3 Undvikande strategier

Kvinnorna använder sig ibland av en undvikande strategi genom att välja bort vissa sammanhang. Dels, som beskrivs ovan, då kvinnorna vill dölja sina svagare sidor och dels för att situationen kräver för mycket energi. Detta kunde bland annat manifesteras sig i att de som barn drog sig undan till ensamhet, gick runt skolgården ensamma för att undvika lekarna som de inte förstod eller för att undvika de andra barnen. Som vuxna beskriver kvinnorna att de också drar sig undan, de väljer sammanhang som är bekväma och tar lagom mycket energi för att slippa bli utmattade. En av kvinnorna beskriver hur hon inte kan förmedla sina tankar och känslor i ett direkt samtal eller via telefon, så hon väljer därför istället att e-maila eller skicka sms till personer hon vill komma i kontakt med. En annan kvinna beskriver hur hon började träna dans för att försöka öva på kroppsspråk och för att kunna känna sig bekväm i danssammanhang, eftersom hennes vänner gillade att dansa. Detta fungerade inte på önskat sätt då hon märkte att det tillkom nya svårigheter, det resulterade i att hon undvek fester där dans kunde förekomma.

### 5.3.4 Konsekvenser av strategier

Även om flera av kvinnorna saknar verktyg för att helt förstå sig själva och sin omgivning kämpar de ihärdigt med att passa in i olika sammanhang och för att interaktionen med andra ska fungera friktionsfritt. Kvinnorna beskriver i flera fall att det finns en baksida med att ständigt försöka passa in och försöka vara en annan person än de egentligen är. Flera kvinnor beskriver att de genom användandet av strategier döljer sitt sanna jag och att de därför upplever en distans mellan sig själva och omgivningen i sociala situationer. Distansen påverkas även av att maskeringen i sig kräver koncentration. De beskriver vidare att de kan känna sig ensamma med anledning av att de inte visar sitt sanna jag i interaktion med andra människor. De menar även på att distansen till människor har sin grund i att de inte kan vara fullständigt närvarande i möten med dem. Att maskera sitt fungerande kräver full koncentration och det innebär

att de inte kan ha fullt fokus på att skapa en personlig kontakt. Kvinnorna beskriver även att det finns en distans inuti dem själva med anledning av maskeringsteknikerna.

*“Det känns som om jag inte längre har någon kärna. Allt som finns kvar är spegelbilder och synvillor, illusioner och kamouflage”. - Liman, L. 2017: 114.*

Att använda maskeringstekniker har även visat sig kunna leda till psykisk ohälsa. Kvinnorna skriver att det är psykiskt ansträngande att ständigt vara på sin vakt och tänka på hur man uppfattas när det gäller vad man säger både verbalt och genom kroppsspråk. Flera kvinnor beskriver att de med anledning av strategiernas krävande natur, vid något tillfälle drabbats av långvarig psykisk ohälsa. Den psykiska ohälsan kunde manifesteras sig i form av utmattning, ångest, självförakt, tvång, depression, ätstörningar eller självdestruktivitet. Två kvinnor beskriver att den psykiska ohälsan gick så långt att de vid något tillfälle planerade eller genomförde suicidförsök. Vissa beskriver hur en ständig anpassning har fått dem att lita mer på andra än sig på själva. De har blivit tillrättavisade av både professionella, familj och vänner som berättat för dem hur de bör vara i särskilda situationer, samtidigt som de fått positiv feedback när de anpassat sig. Detta har lett till att flera kvinnor ifrågasatt sin egen känsla och intuition och därmed fogat sig ytterligare. Vissa kvinnor beskriver att de hamnat i en negativ spiral de inte vågar lita på sitt eget omdöme och beter sig som omgivningen förväntar av dem. Detta kan ytterligare leda till ifrågasättande av den egna förmågan att skilja rätt från fel eftersom de inte alltid förstår varför de skall handla på särskilda sätt i olika sammanhang. Den ständiga anpassningen utefter andra människors förväntningar har även i vissa fall lett till att kvinnorna åsidosätter egna behov för att vara andra till lags. En kvinna beskriver att hon har suttit uppe många, långa nätter för att lyssna på vänners problem. Hon beskriver att hon gjorde det för att det förväntades att en vän skulle ställa upp för andra. Vidare beskriver hon att dygnsrytmen var viktig för henne, så dessa nattliga strapatser gjorde att hon var tvungen att genomgå flera sömnlösa dagar efteråt.

### 5.3.5 Analys om strategier

Alla de olika sätten som kvinnorna använder för att passera i sociala sammanhang är enligt Goffmans termer olika sätt att skyla stigmat. Goffman menar att stigmatiserade personer använder olika metoder för att hitta balans i sitt liv, att skyla stigmat är ett som

innebär att de stigmatiserade individerna får tillgång till sociala sammanhang tillsammans med andra personer som inte bär samma stigma. Om kvinnorna däremot bestämmer sig för att inte skyla stigmat, så kan umgänget med personer utan något stigma bli något svårare. Kvinnorna berättar i tidigare delar att de blivit tillrättavisade och utsatta för obehagliga situationer vid tillfällena då de brutit mot normer. De menar på att det var så pass obehagligt, både för dem själva men även för dem i omgivningen att de passar sig noga för att låta det hända igen.

Kvinnorna beskriver vidare att de använder manuella tekniker för att lära sig om det sociala samspelet och hur de till exempel gör för att få till rätt ansiktsuttryck vid rätt tillfälle. I enlighet med Goffmans termer om agerande skulle man kunna tolka kvinnornas övande som att de putsar på sina ageranden till framtida "show" eller scenframträdanden. De beskriver vidare att de har lärt sig att använda en manuell finkänslighet inför de olika framträdanden de gör, det gäller främst de olika regler om hövlighet och dekorum som de autistiska kvinnorna har svårt med. De beskriver att de har fått lära sig dessa regler av närstående personer, som kan kallas "de visa". Med råden från "de visa" får de lägga ett pussel för att kunna agera i enlighet med regler om hövlighet och dekorum när de är i en agerande roll.

Vidare skyler kvinnorna sitt stigma genom att spela med i det dramaturgiska rollspelet som de sociala situationerna innebär. Kvinnorna beskriver att de spelar med i rollen, men att spelet gör att de inte känner sig som sig själva. Goffman menar att alla människor spelar roller i det sociala livet, man tar på sig en roll för att kunna framstå som "bättre" eller mer "attraktiv" än man verkligen är. Genom användandet av en roll kan man kontrollera hur man framställer sig själv till andra och kan i och med detta komma närmare sitt mål med interaktionen. Kvinnorna spelar en roll för att smälta in, för att uppfattas som "normal". Det innebär en skillnad i vad Goffman menar när han skriver om att förbättra sitt framträdande inför andra. Kvinnorna spelar en roll för att undgå repressalier medan Goffman pratar om att människor använder roller för att få andra personers beundran. Att iklä sig olika roller kan enligt Goffman göra att man med tiden börjar identifiera sig med rollen, rollen absorberas till att bli en del av personligheten, man både känner sig som den personen man tidigare spelat och andra känner personen genom den spelade rollen. Kvinnorna i böckerna visar på en annan sida

av rollspelandet, de kan inte känna igen sig i att absorbera den spelade rollen utan beskriver snarare hur rollen bidrar till att de känner sig splittrade. De menar på att de snarare spelar en helt annan människa än att de spelar en förbättrad version av sig själva. De har samtidigt ingen önskan om att förbättra sin personlighet inför andra på ett genuint plan, vilket Goffman pekar på i teorin. Vidare menar vi på att skillnaden ligger i motivationen bakom användandet av roller. Om motivationen ligger i att man vill "förbättra" sin personlighet kan det vara enklare att absorbera den spelade personligheten än om man spelar en roll med enda motivation att smälta in eller enbart för att "passera".

Kvinnorna beskriver även att det först är när de kommit hem till "backstage" som de kan ta det lugnt och slappna av. Det blir tydligt att kvinnorna har svårt att hantera pressen "frontstage" och drar sig gärna tillbaka till den bekväma tillvaro som "backstage" innebär. De berättar att de ibland väljer bort sociala sammanhang till fördel för att få umgås med sig själva backstage. Det är en strategi kvinnorna använt genom hela sina liv då de haft svårt att förhålla sig till pressen som ett rollspelande innebär, men även att diskrepansen mellan virtuella- och faktiska sociala identiteten skaver.

## 6. Diskussion

Syftet med studien var att beskriva autistiska kvinnors erfarenheter av hanteringsstrategier. Studien visar på att alla kvinnor i de självbiografiska böckerna har erfarenhet att handlingsstrategier och använder sig av sådana. Vilka strategier de använder sig av och på vilket sätt skiljer sig åt mellan de olika kvinnorna. Det framkommer även att strategierna inte alltid är medvetna handlingar då kvinnorna på ett vanemässigt sätt använder dessa. Vidare framkommer att kvinnornas användning av hanteringsstrategier bottnar i både en inre- och yttre press att passera som NT i sociala sammanhang samt en vilja att uppleva gemenskap med andra människor. För vissa av kvinnorna leder dessa strategier till psykisk ohälsa.

### **Anledningar till strategier**

Resultatet visar i likhet med den tidigare forskningen av (Tierney, S. 2016 & Kilbey, E. 2016) att motiven bakom att använda strategier är förknippat med en upplevelse av att skilja sig från NT-personer. Detta visar sig framförallt då kvinnorna har svårt att uppfatta sociala normer och regler samt för att kommunikationssättet mellan dem och omgivningen skiljer sig åt. Det gör att sociala sammanhang skapar en känsla av stress och oro, vilket även (Tierney, S. 2016) studie visade på. Trots dessa svårigheter i kommunikationen med andra, uppger samtliga kvinnor i resultatet att de vill få kontakt med andra, dels för att inte avvika, och dels för att kunna känna social gemenskap, etablera och utveckla relationer men också för att kunna passa in. Till skillnad från den tidigare forskningen uppger kvinnorna i den här studien att de fått beröm och uppmuntran när de har anpassat sig efter NT-personers sätt att vara på, vilket ytterligare bidrar till att de använder sig av strategier eftersom de får positiva reaktioner och uppmuntran av att göra detta. En stor anledning till att kvinnorna använder sig av strategier är även att de vill undvika de negativa reaktioner, som annars kan bli följden av att vara sig själva. Omgivningen har återkommande under deras liv markerat och påpekat när de har gjort "fel" eller sagt "fel", vilket skapat ännu ett incitament för kvinnorna att försöka smälta in och framställa sig som NT. I likhet med den tidigare forskningen visar resultatet att användandet av strategier inte nödvändigtvis alltid är en medveten handling, utan att det även kan vara en undermedveten sådan.

## **Strategier**

Det framkommer att kvinnorna i resultatet använder sig av liknande strategier som den tidigare forskningen visat på. Däremot så har vi benämnt de olika strategierna lite olika. I forskningen kallas de övergripande för kamouflering, kompensation, sociala riktlinjer och maskering (Hull, L. m.fl. 2017, Bargiela, S. 2016, Tierney, S. 2016). Vi har istället valt att uteslutande använda oss av ordet strategi och därefter benämnt strategierna som ”spela en roll” och ”manuell inläring”. Dessa två kategorier återfanns i forskningen, dels i hur kvinnorna lärde sig att observera sin omgivning och studera olika filmer, böcker och människor men också i att de upplevde att de spelade en roll i interaktionen med andra NT-personer. I den här studiens resultat upptäckte vi att kvinnorna använder sig av en strategi som inte benämns i den tidigare forskningen, “undvikande strategier”. Kategorin visar att kvinnorna använder undvikande som en strategi, detta sker på olika vis som genom till exempel att undvika sammanhang de inte känner sig bekväma i eller att undvika kommunikationssätt. Genom en undvikande strategi kan kvinnorna välja vilka sammanhang de vill vara i och på så sätt påverka framställandet av sin karaktär och samtidigt inte väcka misstankar om stigma hos omgivningen.

## **Strategierna leder till**

Användandet av strategierna leder till att kvinnorna i flera fall lyckas skapa kontakt och etablera relationer med andra människor. Det leder även till att kvinnorna får en gemenskap och närhet till andra människor (Lai, M-C. m.fl. 2017., Hull, L. m.fl. 2017 & Tierney, S. 2016). Men det kräver också en enorm kognitiv ansträngning, vilket i förlängningen kan leda till psykisk ohälsa (Lai, M-C. m.fl. 2017., Hull, L. m.fl. 2017 & Tierney, S. 2016). Resultatet i studien visar likt den tidigare forskningen på att flertalet av de kvinnor som använder sig av strategier har besvärats av psykisk ohälsa genom stora delar av livet. Främst i form av ångest, stress, isolering, depressioner och utmattning. Användningen av strategier har också visat sig kunna leda till att flera av kvinnorna upplever att de tappat bort sin egen identitet och genom detta, även sina egna behov (Hull, L. m.fl. 2017 & Bargiela, S. 2016). Kvinnorna menar att de med anledning av flera års anpassning efter andra personers tyckanden och förväntningar anpassar sig till detta, och därmed åsidosatt sig själva och sina egna behov. Genom att ”spela en roll” upplevs en distans till andra människor och i likhet med den tidigare forskningen, även en upplevelse av att vara en lögnerska, osann mot sig själv och andra (Hull, L. m.fl. 2017 & Tierney, S. 2016). Att dölja sitt sanna jag, leder i vissa fall till att kvinnorna inte

kan lita på sitt eget omdöme, utan förlitar sig på andra människors riktlinjer och krav och förblir oförstående inför sitt eget sätt att fungera.

### **Den teoretiska ramen**

Den teoretiska ramen vi använt oss av har fått betydelse för resultatet som presenteras i denna studie. Dels i vilka citat vi hämtat ut från materialet, men också i tolkningen av materialet. Goffmans två teoretiska inriktningar, om stigma och det dramaturgiska perspektivet har fått oss att indirekt leta efter material som speglar den teoretiska ramen men som också inte gör det. Det är dock viktigt att resonera kring hur resultatet hade kunnat se ut med en annan infallsvinkel i form av en annan teoretisk vinkling, annan tidigare forskning och andra teoretiska begrepp. Vidare är det av vikt att belysa att vi har "lärt känna vårt material" ingående under studiens arbetsprocess, vilket resulterat i att vi är bekanta med ämnet, men kanske också att vi efter flera omkategoriseringar, fastnat för en viss del av materialet vilket vi valt att presentera.

### **Slutsatser**

Av studien så framgår det att kvinnor med autism upplever att de behöver dölja sina svårigheter för att kunna passa in vilket leder till utvecklandet och användandet av hanteringsstrategier. Strategierna fungerar som ett stöd, vilket kompenserar för de svårigheter kvinnorna ger uttryck för i sina självbiografier. Strategierna är framförallt kopplade till att dölja autismen och göra det möjligt för kvinnorna att hantera sociala sammanhang. Användandet av strategier har dock en baksida och kan leda till stress, psykisk ohälsa och en förvirring kring den egna identiteten.

### **Vidare forskning**

Idag saknas det forskning om kvinnlig autism och hur den ter sig. Framtida forskning bör därför fokusera mer på att identifiera kvinnliga uttryck av autism, för att se hur autismen uttrycker sig i ett större urval, förslagsvis i en svensk kontext. Genom att bedriva forskning inom området och öka kunskapen kan man bidra till att flickor och kvinnor med autism kan komma att diagnostiseras tidigare i livet.



## 7. Referenser

- Ahlstrand, L. (2018, 05, 23). Fallet Josefin: Detta har hänt. Svt Nyheter.  
Från: <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/sormland/fallet-josefin-detta-har-hant>
- Bargiela, S., Steward, R. & Mandy, W. (2016) The Experiences of Late-diagnosed Women with Autism Spectrum Conditions: An Investigation of the Female Autism Phenotype. *J Autism Dev Disord*, 46 (10), s. 3281–3294.  
doi: [10.1007/s10803-016-2872-8](https://doi.org/10.1007/s10803-016-2872-8).
- Brattberg, G. (2017). Enastående: Självbiografisk berättelse om livet med högfungerande autism. Stockholm: Värkstad.
- Bryman, A. (2018). Samhällsvetenskapliga metoder. (3. uppl.). Stockholm: Liber.
- Bühler, M., Österholm, T., Chipumbu Havelius, A., Hindström, S., Edfelt, D., Kosner, A., Kylberg Johnsson, A., Larsson, Y., Müller, G., Planck, A. & Thorslund, U. (2017, 03, 08). Kunskapen om autism hos flickor måste öka: Kunskapen om hur flickor och kvinnors svårigheter vid autism yttrar sig kliniskt måste bli bättre inom vården, omsorgen och skolan. Läkartidningen. Från: <http://lakartidningen.se/Opinion/Debatt/2017/03/Kunskapen-om-autism-hos-flickor-maste-oka/>
- Bühler, M., Österholm, T., Chipumbu Havelius, A., Kosner, A., Kylberg Johnsson, A., Hindström, S., Thorslund, U. & Boström, S. (2017, 02, 21). Dagens Nyheter: Synen på avvikande barn är föråldrat. Från: <https://www.dn.se/asikt/synen-pa-barns-avvikande-beteende-ar-foraldrat/>
- Dean, M., Harwood, R & Kasari, C. (2017). The art of camouflage: Gender differences in the social behaviors of girls and boys with autism spectrum disorder. *Autism*, vol. 21(6) s. 678–689.
- Denscombe, M. (2009). Forskningshandboken: för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna. (2. uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Fejes, A. & Thornberg, R. (2014). Kvalitet och generaliserbarhet i kvalitativa studier. I Fejes, A. & Thornberg, R. (red.), *Handbok i kvalitativ analys* (s.256–276). Stockholm: Liber.
- Gillberg, C. (2018). *Essence: om autism, adhd och andra utvecklingsavvikelser*. (1. uppl.). Stockholm: Natur & Kultur.
- Goffman, E. (2014). *Jaget och maskerna: en studie i vardagslivets dramatik*. (6. uppl.). Stockholm: Studentlitteratur
- Goffman, E. (2011). *Stigma: Den avvikandes roll och identitet*. Stockholm: Nordstedts.

Gould, J. (2017). Towards understanding the under-recognition of girls and women on the autism spectrum. *Autism*, vol. 21(6) s. 703–705. doi: 10.1177/1362361317706174.

Hull, L., Petrides, K. V., Allison, C., Smith, p., Baron-Cohen, S., Lai, M-C. & Mandy, W. (2017). “Putting on My Best Normal”: Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. *J Autism Dev Disord*, (47), s 2519–2534. doi: 10.1007/s10803-017-3166-5.

Johansson, I. (2013). Ett annorlunda liv. Stockholm: Forum

Kindwall, K. (2015). Diagnoskriterier för autism. Hämtad 13 maj, 2019. Från Habilitering och hälsa: Stockholms läns sjukvårdsområde.  
<http://www.habilitering.se/om-autismspektrumdiagnos/diagnoskriterier/diagnosmanualen-dsm-5/diagnoskriterier-autism>

Lundman, B. & Hällgren- Granheim, U. (2017). Kvalitativ innehållsanalys. I Höglund-Nielsen, B. & Granskär, M. (Red), Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård. (3. uppl.). Lund Studentlitteratur.

Klasén, M. (2009). Autism: autistiskt syndrom, infantil autism, kenners syndrom. Hämtad 19 maj, 2019. Från Autism och aspergerförbundet.  
<https://www.autism.se/autism>

Lai, M-C., Lombardo, V-M., Ruigrok, A., Chakrabarti, B., Auyeung, B., Szatmari, P., Happé, F. & Baron-Cohen, S. (2017). Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. *Autism*, vol. 21(6), s. 690–702. doi: 10.1177/1362361316671012.

Liman, L. (2017). Konsten att fejka arabiska: en berättelse om autism. Stockholm: Albert Bonniers förlag.

Petersson, L. (2018). Detta resulterade ofta i oro och gråt: en självbiografi om hur det kan vara att leva med Aspergers syndrom, del 2. Forshaga: Lumenos Förlag

SFS 1960: 729. Lag om upphovsrätt för litterära och konstnärliga verk. Stockholm: Justitiedepartementet.

SFS 1993: 387. Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade. Stockholm: Socialdepartementet.

SFS 2001: 453. Socialtjänstlagen. Stockholm: Socialdepartementet.

Tierney, S., Burnsa, J. & Kilbey, E. (2016). Looking behind the mask: Social coping strategies of girls on the autistic spectrum. *Research in Autism Spectrum Disorders*, vol 23 s. 73–83.

Tilli, P. (2015). Att vara vuxen med Aspergers syndrom: om identitet, relationer och vardagen. Stockholm: Gothia Fortbildning

Thurén, T. (2007). Vetenskapsteori för nybörjare. (2.uppl.). Stockholm: Liber

Vetenskapsrådet (2017). God forskningssed, Stockholm: Vetenskapsrådet.

Zander, E. (2018). Det här är autism. Hämtad 19 maj, 2019. Från Habilitering & Hälsa, Stockholms läns sjukvårdsområde. <http://www.habilitering.se/om-habilitering-halsa/organisation>

## Bilaga 1: Sökschema för självbiografierna

Databas	Datum	Sökord	Antal träffar	Utvalda böcker
Libris	190404	+Autism +självbiografi +svenska +nyast först	13	0 Ingen relevant bok fanns tillgänglig
Stockholms stadsbibliotek	190404	+Autism +bok +svenska +år fallande +biografi	77	1. Konsten att fejka arabiska 2. Att vara vuxen med aspergers syndrom
Huddinge bibliotek	190404	+Autism +skönlitteratur +svenska +utgivningsår +biografi	25	3. Detta resulterade ofta i oro och gråt 4. Ett annorlunda liv
Adlibris	190404	+Autism +nyast +svenska +e-bok	5	5. Enastående