

2 KWIETNIA

ŚWIATOWY DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU

Autyzm – co warto wiedzieć?

Poznaj, aby zrozumieć

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Jaśle



Autyzm

to inny sposób
odbierania świata
i funkcjonowania
w nim



Czym jest autyzm?

„Zaburzenie ze spektrum autyzmu (*autism spectrum disorder* – ASD) to niejednorodne zaburzenie neurorozwojowe o bardzo różnym stopniu nasilenia i manifestacjach, o przyczynach zarówno genetycznych, jak i środowiskowych. Zazwyczaj jest rozpoznawane we wczesnym dzieciństwie i utrzymuje się aż do wieku dorosłego, choć pod wpływem doświadczenia i edukacji jego postać może ulec znacznej modyfikacji.”

(“DSM-5 bez tajemnic. Praktyczny przewodnik dla klinicystów.” J. Morrison)





**Autyzm to nie choroba
to tylko inny sposób myślenia
i postrzegania świata,
który wymaga zrozumienia**



Jak objawia się autyzm ?

Objawy ASD wg DSM-5, czyli najnowszej klasyfikacji chorób psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, można podzielić na 2 główne kategorie:

1. Komunikacja społeczna:

- deficyty w społeczno-emocjonalnej wzajemności - począwszy od nieprawidłowego podejścia społecznego i nieprowadzenia dwustronnej konwersacji, poprzez zmniejszenie dzielenia się zainteresowaniami, emocjami lub afektem, do nieumiejętności nawiązywania i reagowania na interakcje społeczne,
- deficyty w niewerbalnych zachowaniach komunikacyjnych wykorzystywanych w interakcji społecznej - począwszy od słabo zintegrowanej komunikacji werbalnej i niewerbalnej, poprzez nieprawidłowości w kontakcie wzrokowym, języku ciała oraz deficyty w rozumieniu i stosowaniu komunikacji niewerbalnej, do całkowitego braku mimiki i komunikacji niewerbalnej,
- deficyty w rozwoju, utrzymywaniu i rozumieniu relacji, odpowiednio do poziomu rozwoju - począwszy od trudności w regulowaniu zachowań dostosowanych do różnych kontekstów społecznych, poprzez trudności w dzieleniu zabawy wyobrażeniowej i nawiązywaniu przyjaźni, do braku zainteresowania ludźmi.

Jak objawia się autyzm ?

2. Ograniczone i powtarzające się zachowania:

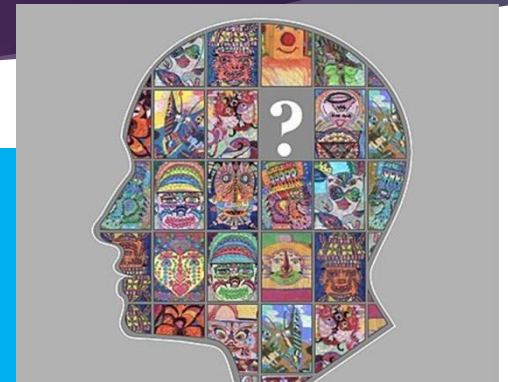
- stereotypowa lub powtarzalna mowa, stereotypowe ruchy lub stereotypowe posługiwanie się przedmiotami, proste stereotypie motoryczne, powtarzalne używanie przedmiotów, echolalia, idiosynkratyczne wykorzystanie słów i wyrażeń,
- nadmierne wykorzystanie rutyny, zrytualizowane wzory zachowań werbalnych lub niewerbalnych lub nadmierny opór wobec zmian, skrajny stres, zdenerwowanie w reakcji na małe zmiany, rytuały ruchowe, sztywne wzorce myślenia, nacisk na tę samą trasę lub identyczne jedzenie każdego dnia,
- bardzo ograniczone, utrwalone zainteresowania, które są nieprawidłowe w intensywności lub przedmiocie uwagi (silne przywiązanie do obiektu lub zainteresowanie niezwykle obiektami, zbyt ograniczone lub perseweracyjne zainteresowania),
- hiper - lub hipoaktywność na bodźce zmysłowe lub nietypowe zainteresowania sensorycznymi aspektami otoczenia, widoczna obojętność na ból/temperaturę, negatywna odpowiedź na konkretne dźwięki i tekstury, nadmierne wężanie lub dotykane przedmiotów, fascynacja światłem lub ruchem.

Osoby z ASD różnią się pomiędzy sobą:

- nasileniem objawów w poszczególnych sferach
- poziomem intelektualnym
- zdolnościami językowymi
- zaburzeniami współwystępującymi np. zaburzeniami lękowymi, nadpobudliwością
- indywidualnymi cechami charakteru i temperamentem
- zdolnościami i zainteresowaniami



Spektrum zaburzeń autystycznych



**Niskofunkcjonujące
osoby z autyzmem**

**Wysokofunkcjonujące
osoby z autyzmem**

Głęboki poziom zaburzeń

**Niski poziom
zaburzeń**

Autyzm

U osób z autyzmem zazwyczaj obserwuje się co najmniej połowę z wymienionych poniżej charakterystyk, w różnym nasileniu.

					
Trudności w kontaktach z innymi dziećmi.	Śmiech (chichot) nieodpowiedni do sytuacji.	Kontakt wzrokowy ograniczony lub brak kontaktu.	Wyraźna niewrażliwość na ból.	Chęć pozostawania w samotności.	Kręcenie przedmiotami.
					
Niewłaściwe przywiązanie do przedmiotów.	Zauważalna nadmierna ruchliwość fizyczna.	Niepodatność na zwykłe metody nauczania.	Dążenie do monotonii; opór przed zmianami.	Brak strachu przed niebezpieczeństwem.	Ciągła dziwaczna zabawa.
					
Echolalia (powtarzanie słów lub zdań).	Niechęć do przytulania.	Brak odpowiedzi na bodźce słuchowe.	Trudności w wyrażaniu potrzeb, gestykulacja.	Napady złego nastroju - rozpacz bez powodu.	Nierównomierny rozwój zdolności.

UWAGA: Zestawienie w żadnym przypadku nie może zastąpić pełnych procedur diagnostycznych.

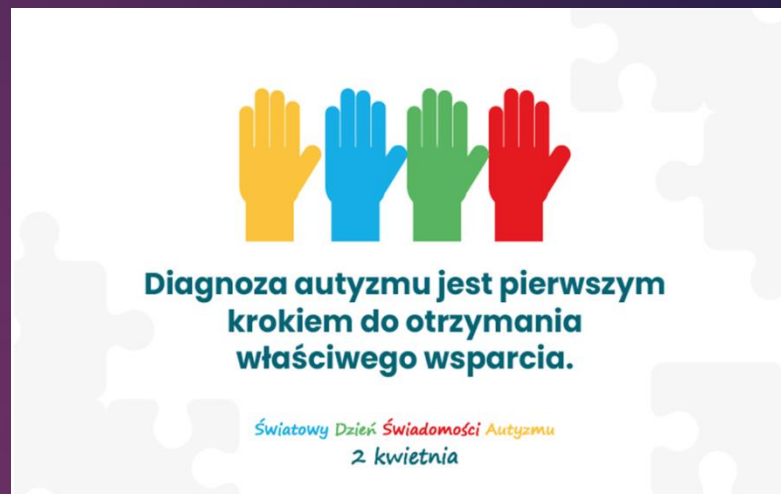
Źródło: Amerykańskie Towarzystwo Autyzmu

Infografika PAP



ASD diagnozuje Zespół specjalistów w składzie:

- LEKARZ PSYCHIATRA
- PSYCHOLOG
- PEDAGOG
- LOGOPEDA



Trzy typy zaburzenia funkcjonowania społecznego u dzieci z ASD (wg Lorny Wing):

1. **Wycofane** - często nie okazują żadnych potrzeb o charakterze społecznym, sprawiają wrażenie nieobecnych. Mają duże kłopoty w porozumiewaniu się, często nie mówią, nie nawiązują kontaktu wzrokowego. Nie poszukują wsparcia i pocieszenia, wydają się nie rozpoznawać „osób znaczących”, nie reagują na zniknięcie rodzica czy opiekuna. Ich aktywność jest bardzo ograniczona, zwykle sprowadza się do stereotypowej, schematycznej, prostej zabawy.
2. **Bierne** - pasywne w kontaktach społecznych - nie inicjują spontanicznie kontaktów, ale akceptują je. Kontakt z dorosłymi i rówieśnikami ma charakter rutynowy, wyuczony. Zwykle posługują się mową, wykonują polecenia, odpowiadają na pytania. Ich zabawa jest schematyczna, pozbawiona kreatywności i spontaniczności. Zdarza im się uczestniczyć w różnych aktywnościach wspólnie z grupą, ale przyjmują bierną postawę.
3. **„Osobliwe”** - dzieci, które aktywnie i spontanicznie próbują nawiązać kontakt z rówieśnikami lub dorosłymi, ale robią to w sposób specyficzny i zwykle mało skuteczny. Taki kontakt ma zwykle charakter jednostronny i jest w pełni zdominowany i narzucony przez osobę z ASD.

„W szkole wszystko jest takie ruchliwe, wszyscy są zajęci, wydaje się że wszystkie dzieci i wszyscy nauczyciele mają jakiś cel, a ja nigdy nie domyśliłem się do końca jaki?

Wiem, że jesteśmy tam, by się uczyć, ale wydaje się, że dzieje się tam znacznie więcej. To tak jakby zaczynać grę bez znajomości zasad i haseł.”

„Świry, dziwadła i Zespół Aspergera” Luke Jackson



Terapia osób z autyzmem

Osoba z autyzmem wymaga kompleksowej i intensywnej terapii.

Zespół specjalistów tworzy oraz realizuje **Indywidualny Program Terapeutyczny** (w placówkach oświatowych **Indywidualny Program Edukacyjno-Terapeutyczny** opracowany na podstawie **Orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego** wydanego przez poradnię psychologiczno-pedagogiczną).



Indywidualny Program Terapeutyczny

Indywidualny Program Edukacyjno-Terapeutyczny

Powinien zapewniać, dostosowane do indywidualnych potrzeb osoby z autyzmem, różnorodne oddziaływania obejmujące stymulację:

- sensoryczną
- rozwoju społeczno-emocjonalnego
- rozwoju psychoruchowego
- rozwoju poznawczego



Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

(m.in. na podstawie książki Ellen Notbohm „Dziesięć rzeczy o których chciałoby ci powiedzieć dziecko z autyzmem”)

- **Jestem pełnowymiarowym dzieckiem.**
Mój autyzm stanowi tylko część tego, kim jestem, nie definiuje mnie całkowicie.
- **Moje zmysły są rozstrojone.**
Zwykłe widoki, dźwięki, zapachy, smaki i dotyk, na które ty nawet nie zwracasz uwagi, mogą sprawić mi ból.
- **Odróżniaj "nie chcę" (mój wybór) od "nie mogę" (nie jestem w stanie).**
To nieprawda, że nie słucham poleceń. Po prostu cię nie rozumiem.



Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

- **Jestem do bólu konkretny.** Odbieram język w sposób dosłowny. Kompletnie nie rozumiem związków frazeologicznych, gry słów, niuansów, sugestii, metafor, aluzji i sarkazmu.
- **Wsluchuj się we wszystkie sposoby, na jakie próbuję się komunikować.**
Trudno mi powiedzieć, czego potrzebuję, gdy nie jestem w stanie opisać swoich uczuć. Zwracaj uwagę na język ciała, oznaki wycofania i podenerwowania.



Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

- **Jestem wzrokowcem.**

Nie mów, jak mam coś zrobić - pokaż mi. Przygotuj się, że będziesz musiał to zademonstrować wiele razy.

- **Skup się i bazuj na tym, co potrafię, a nie na tym, czego nie umiem.** Nie będę próbować nowych rzeczy, gdy wiem, że spotka się to wyłącznie z krytyką. Poszukaj moich mocnych stron, a na pewno je znajdziesz.



© backwoodsman

Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

- **Pomóż mi w interakcjach społecznych.** Naucz mnie jak bawić się z innymi.
- **Ustal, co sprawia, że tracę nad sobą kontrolę.** Utrata kontroli i wybuchy złości są bardziej przerażające dla mnie samego, niż dla ciebie. Dochodzi do nich, gdy moje zmysły są przeciążone, gdy jestem zmuszony zrobić coś co przerasta moje umiejętności społeczne lub może być spowodowane jakimś czynnikiem fizycznym. Wszystko co robię jest formą komunikacji.
- **Kochaj mnie bezwarunkowo.** Nie wybrałem sobie autyzmu. Bez twojego wsparcia mam niewielkie szanse na to, aby stać się odnoszącym sukcesy, samodzielnym dorosłym.



Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

- **Chciałbym się z Tobą przywitać, ale trudno mi wyjść z inicjatywą.** Ty pierwszy podaj mi rękę, będzie mi łatwiej to odwzajemnić, ale nie obraż się, jeśli tego nie zrobię.
- **Nie bój się kontaktu ze mną, autyzm nie jest zaraźliwy.** Chciałbym się z Tobą bawić, ale nie wiem jak. Ty wiesz, może mi pokażesz?
- **Nie patrzę ci w oczy, ale doskonale cię widzę.** Podobno mam wzrok i słuch jak sokół - tak twierdzą naukowcy.



Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

- **To, że płaczę i krzyczę nie znaczy, że jestem niegrzeczny, tylko boję się, gdy wokół jest za dużo ludzi, dźwięków i światła.**
- **Kiedy widzisz, że płaczę i krzyczę - nie komentuj tego.** Wiem, że nie zawsze powinienem. Nie myśl, że zdanie: „Taki duży, a płacze” - sprawi, że się uciszę.



Co chciałyby Ci powiedzieć osoba z ASD?

- **Boję się bardzo wielu rzeczy, które dla ciebie są proste i naturalne.** Żeby zachowywać się jak ty, muszę być naprawdę odważny i czuć się bezpieczny.
- **W jednych rzeczach jestem słabszy, a w innych lepszy od ciebie.**
- **Pozwól mi przebywać z Tobą i uczyć się od ciebie.**
- **Po prostu jestem inny.** Nie oceniaj mnie - spróbuj mnie poznać lepiej.



JAK ZACHOWAĆ SIĘ W KONTAKCIE Z OSOBĄ ZE SPEKTRUM AUTYZMU?

- ▶ bądź przyjazny, ale nie narzucaj się
- ▶ nie zniechęcaj się, gdy osoba z autyzmem, z którą rozmawiasz, nie patrzy Ci w oczy
- ▶ bądź cierpliwy, gdy rozmówca nie odpowiada natychmiast na zadawane pytania, daj mu czas na odpowiedź



JAK ZACHOWAĆ SIĘ W KONTAKCIE Z OSOBĄ ZE SPEKTRUM AUTYZMU?

- ▶ używaj krótkich zwrotów i jasnych, konkretnych sformułowań, podawaj przykłady
- ▶ unikaj abstrakcyjnych pojęć, żartów, ironii, dwuznaczności, porównań i metafor



JAK ZACHOWAĆ SIĘ W KONTAKCIE Z OSOBĄ ZE SPEKTRUM AUTYZMU?



- ▶ pamiętaj, że osoba z autyzmem może czuć się zaniepokojona w nowej sytuacji (objawem niepokoju i braku poczucia bezpieczeństwa mogą być tzw. manieryzmy ruchowe np. kołysanie się, machanie rękami, podskakiwanie - staraj się nie zwracać na nie uwagi)
- ▶ spróbuj zdobyć uwagę dziecka zanim zaczniesz mówić, np. zawołaj je po imieniu, jeśli trzeba fizycznie nakieruj je w swoją stronę

JAK ZACHOWAĆ SIĘ W KONTAKCIE Z OSOBĄ ZE SPEKTRUM AUTYZMU?



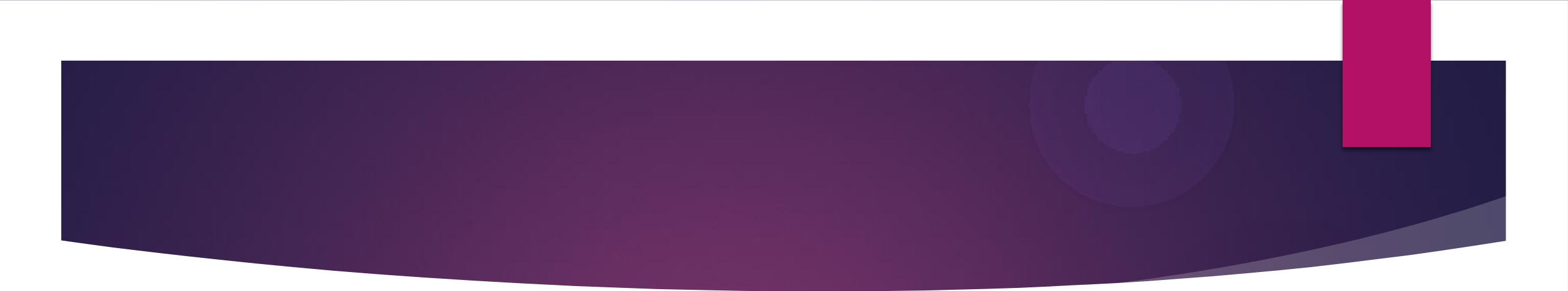
- ▶ osoby z autyzmem mają problemy z rozumieniem otaczającej je rzeczywistości – staraj się zapowiadać co się ma wydarzyć, stosuj plany, zapisuj kolejność zdarzeń
- ▶ uważaj na nadmiar bodźców, pamiętaj o odmiennej percepcji i szanuj ją.



Polecamy filmy fabularne i dokumentalne związane z tematyką autyzmu

- „Autism – The Musical”
- „Śubuk”
- „Wytchnienie”
- „Droga po marzenia”
- „Rain Man”
- „Czarny balonik”
- „Tomek i ja”
- „Temple Grandin”
- „Śniegowe ciastko – Snow Cake”
- „Dom z kart (House of Cards)”
- „Taki jestem”
- „Zakłęte serca”
- Serial „The Good Doctor”





Dziękujemy za uwagę

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Jaśle