

## Autyzm:

Autyzm jest to pewien zbiór cech i sposób zachowania się niektórych osób, związany z inną budową mózgu i połączeń między różnymi w nim miejscami. Oznacza to, że osoby z autyzmem potrzebują więcej czasu na zrozumienie niektórych informacji, każda z tych informacji (dźwięk, obraz, zapach itp.) dociera do nich często pojedynczo. Zdarza się że niektóre informacje do nich nie docierają albo docierają zbyt mocno, wtedy mogą się wystraszyć. Boją się bo czegoś nie rozumieją, albo dlatego, że informacja jest tak mocna, że sprawia im ból. Strach może być tak silny, że osoby mogą krzyczeć, zatykać uszy, uderzać siebie lub niszczyć rzeczy. Nie oznacza to, że są złe czy chcą zrobić krzywdę, tylko bardzo się boją i nie wiedzą jak sobie z tym poradzić. Czasem zdarza się, że osoby z autyzmem bardzo nie lubią zmian. Nie boją się, kiedy wiedzą że każdy dzień będzie wyglądał podobnie, że nie czekają ich żadne niespodzianki, z którymi sobie nie poradzą np. może być tak że jeśli osoba z autyzmem zawsze myje zęby po śniadaniu, a raz będzie musiała umyć zęby po nim to taka zmiana może wywołać u niej bardzo duży strach. Dlatego dziś spróbujemy poznać świat takiej osoby, bo może zdarzyć się, że będzie ona potrzebować waszej pomocy w poradzeniu sobie ze swoim lękiem. Kiedy dowiecie się, jak osoby z autyzmem widzą świat, łatwiej wam będzie ich zrozumieć i znaleźć sposób na pomoc

Dla młodzieży: Zachęcamy do skorzystania z materiałów w załączniku 1 (znane osoby ze spektrum) Spektrum autyzmu to całościowe zaburzenia rozwoju. Oznacza to, że zaburzone są wszystkie obszary funkcjonowania człowieka (emocje, zachowanie, funkcje poznawcze m.in. myślenie, rozumienie, kojarzenie, wyobraźnia, mowa, relacje z ludźmi i otoczeniem, funkcje motoryczne odpowiadające za ruchy całego ciała i ruchy precyzyjne dłoni). „Objawy autyzmu dotyczą w dużej mierze sfery komunikacji. Dziecko z autyzmem może mieć problemy z nawiązywaniem kontaktów oraz zwykłą rozmową z innymi. Wiele dzieci z autyzmem ma opóźniony rozwój mowy lub nie mówi wcale. Często nie patrzą w oczy, nie reagują na swoje imię. Duże trudności może sprawić zrozumienie intencji i zachowań ludzi w najbliższym otoczeniu. Autyzm u dzieci może przejawiać się również problemem w wyrażaniu własnych emocji i rozumieniu wewnętrznych przeżyć. Na pierwszy rzut oka może się mylnie wydawać, że osoby ze spektrum autyzmu nie lubią kontaktu z ludźmi, w rzeczywistości zazwyczaj chcą nawiązywać przyjacielskie relacje, jednak sprawia im to trudność ze względu na posiadanie niewystarczających umiejętności w tym zakresie.”

Definicja fundacji JIM

[https://jim.org/autyzm/czymjest/?gclid=EAlaIQobChMI5aqbquGm6AIVR8-yCh0EkAdbEAAyASAAEgITSfD\\_BwE](https://jim.org/autyzm/czymjest/?gclid=EAlaIQobChMI5aqbquGm6AIVR8-yCh0EkAdbEAAyASAAEgITSfD_BwE)

Propozycje zabaw pozwalających poznać świat osób ze spektrum autyzmu

1. Zaprezentowanie trudności w odbiorze informacji. Zachęcamy do zrobienia w Sali małego chaosu. Możemy np. włączyć mikser, czajnik, radio, odkurzacz. Ważne by jednocześnie włączonych było kilka źródeł dźwięku. Następnie zadajemy dziecom zadanie do wykonania np. przynieś mi 5 zielonych rzeczy albo zrób 5 podskoków (dla dzieci starszych może to być napisanie jakiegoś słowa na kartce). Ważne by nie krzyczeć do dziecka tylko mówić

naturalnym tonem. W razie potrzeby można dwukrotnie powtórzyć polecenie (nie chodzi o to, żeby zadanie było wykonane tylko, by dziecko doświadczyło trudności z odbiorem informacji przez osobę z autyzmem).

Pytania: Czy dziecko słyszało jakie było zadanie?

Czy od razu zrozumiało polecenie czy nauczyciel musiał je parę razy powtarzać? Czy to zadanie było łatwe?

Co podobało się dziecku w tym zadaniu, a co nie? Podsumowanie: Dzieci z autyzmem odbierają otaczający je świat inaczej (ani lepiej ani gorzej, po prostu inaczej).

Podobnie jak wy odbierają świat wszystkimi zmysłami, ale w przeciwieństwie do was mają bardziej lub mniej wrażliwe zmysły. Wymaga to od nich dużo wysiłku. Tak jak od was usłyszenie polecenia by zrobić np. 10 podskoków, tak samo dzieci z autyzmem aby usłyszeć jakąś informację muszą poradzić sobie z hałasem którymi mogą być dla nich zwykłe codzienne dźwięki (jadące auto, rozmowy innych ludzi, dzwonek na przerwie, szelest przekładanych kartek w książce). Zrozumienie polecenia i jego wykonanie zajmuje im też więcej czasu - pamiętacie nasz smutny mózg? Informacje docierały do niego pojedynczo, jeden po drugim, więc bardzo długo - dlatego podobnie jak wy w hałasie nie od razu usłyszeliście i zrozumieliście zadanie, podobne trudności mają osoby z autyzmem, jednak jest to ich codzienność, a nie tylko zabawa.

2. Zaprezentowanie trudności w odbiorze przez zmysły (tu dotyk i węch) Węch:

Przygotowanie: maksymalnie 3 olejki zapachowe (np. pomarańcza, winogron, jabłko – ważne żeby nie wszystkie zapachy były oczywiste dla dziecka), mieloną kawę w kubku (zneutralizuje zapach poprzedniego olejku). Należy zawiązać dziecku oczy chustą i dać mu do powąchania olejek na przemian z kawą. Zadaniem dziecka jest odgadnąć co to za zapach. UWAGA! Należy obserwować reakcje dziecka na zapach. Zdarza się że niektórzy reagują mdłościami lub bólem głowy na intensywne zapachy. Jako alternatywę można wykonać zabawę ze smakami (przy zakrytych oczach dajemy dziecku do ust różne rzeczy np. (pomarańcza, żurawina, ananas). Dziecko zgaduje co to jest.

Dotyk: Należy przygotować: kredki, papier, rękawice kuchenne, pudełko i kilka drobiazgów które zmieszczą się do pudełka (ćwiczenie będzie bardziej atrakcyjne, jeśli dodatkowo będą to przedmioty o różnych fakturach: miękkie, szorstkie, twarde, kłujące). Pierwszym zadaniem dziecka jest namalowanie rysunku ale z ubranymi rękawicami kuchennymi. Może namalować dom, drzewo, auto obowiązuje dowolność. Kiedy dziecko zakończy malowanie, zapraszamy je do „magicznego pudełka”. Zadaniem dziecka jest zgadnąć jaki przedmiot rodzic schował do pudełka (ważne by dziecko miało rękawice na rękach i nie widziało co jest w pudełku) i czy jest on miękkie, twarde, kłujące, szorstkie.

Dzieci z autyzmem często mają trudność z odbieraniem informacji z różnych zmysłów (oczy, uszy, nos, dotyk) Czasem czują za słabo, jak przez taką grubą rękawicę, czasem jednak czują za mocno, tak że sprawia im to ból, można to porównać do ukłucia igłą, ale bardzo dużo razy.

Dla dzieci starszych: Osobom ze spektrum często towarzyszy nadwrażliwość (czują za mocno) lub/i niedowrażliwość (czują za słabo) w obrębie różnych zmysłów. W przypadku nadwrażliwości napływające bodźce mogą sprawiać ból osobie ze spektrum, w związku z czym będzie ich unikać. W przypadku niedowrażliwości osoba ze spektrum będzie odbierać informacje ze zmysłów słabiej, bądź w ogóle. Autyzm jest zaburzeniem rozwojowym, w związku z czym nie jest chorobą, nie można go wyleczyć. Jest związany z inną budową mózgu i inną siecią połączeń między różnymi w nim miejscami. W niektórych miejscach tych połączeń jest mniej, w niektórych więcej. Często połączenia są słabsze, dlatego osoby z autyzmem potrzebują więcej czasu na zrozumienie różnych zadań czy wypowiedzianych słów. Można to porównać do podróży autem. Auto osób neurotypowych porusza się szybko, autostradami, nie musi stać w korkach, nie ma tam robót drogowych, każdy kierowca zna drogę. Informacja u osób z autyzmem porusza się natomiast jak „auto” w korku, często powoli, zdarza się że towarzyszy jej dużo zdenerwowania, rozpraszaczy w postaci różnych hałasów oraz strachu związanego ze zmianami i obawą przed nie znalezieniem właściwej drogi. Dodatkowo każde auto (informacje z różnych zmysłów) podróżują pojedynczo, jedna po drugiej często innymi drogami i mogą nigdy się nie spotkać. Autyzm to inny sposób widzenia i rozumienia świata, ani lepszy ani gorszy. 3. . Zaprezentowanie trudności w zakresie komunikacji związane z nierozumieniem dwuznaczności i kontekstu. Pokazujemy dziecku kilka przysłów i następnie wspólnie z dzieckiem zastanawiamy się co mogą one oznaczać. (np.: patrzeć na kogoś z góry; baba z wozu koniom łzej; gdzie kucharek sześć tam nie ma co jeść; niedaleko pada jabłko od jabłoni; darowanemu koniowi w zęby się nie zagląda; chcąc poznać przyjaciela trzeba z nim beczkę soli zjeść; dzieci i ryby głosu nie mają)

**Podsumowanie:** Dzieci z autyzmem często nie mówią, zamiast słów używają gestów, obrazków, niekiedy tabletek które są ich głosem. Niezależnie od tego, czy osoba z autyzmem mówi, czy nie, może mieć trudności z właściwym zrozumieniem tego co mówią inni – trochę jak kalambury, nie zawsze osoba z autyzmem odgadnie właściwie hasło które do niej mówicie. Często zdarza się, że osoba ze spektrum nie rozumie żartów, czy przysłów. Rozumie je dosłownie, pomijając głębsze znaczenia – nie jest to nic śmiesznego, po prostu tego nie wie. Tak jak wy nie znałście od razu wszystkich przysłów dopiero z czasem musiał je wam ktoś wytłumaczyć ich nauczyć.

Podsumowanie:

Dzieci z autyzmem inaczej niż my odbierają świat. Czasem zajmuje im to więcej czasu, jak wam zrozumienie mojego zadania z podskokami. Czasem czują świat słabiej, jak przez rękawice, czasem za mocno jak klucie igłą. Niekiedy mimo dużej chęci posiadania kolegów i koleżanek, nie potrafią właściwie zrozumieć tego co inni do nich mówią. Zwykła rozmowa to dla nich zagadka na miarę kalamburów. Ważne jest abyście pamiętali, że są to osoby, które mają takie same potrzeby jak każdy z was, tylko przez swój sposób odbierania świata jest im trudniej. Osoby ze spektrum chcą czuć otaczający je świat, chcą wiedzieć, że coś jest miękkie, twarde, kłujące. Chcą czuć zapachy, smaki. Chcą mieć kolegów/koleżanki, ale niestety nie wiedzą jak to zrobić, a często też są odrzucani bo różnią się od pozostałych dzieci. Wiele

spośród osób z autyzmem ma pewne „super moce”: np. mogą mieć super pamięć (potrafią np. zapamiętać daty z kalendarza sprzed wielu lat i pamiętać pasujący dzień tygodnia), niektórzy mają super słuch (po jednej próbie wiedzą już jak zagrać utwór na instrumencie, albo potrafią zagrać go tylko ze słuchu), niektórzy są super malarzami, a inni super matematykami (szybko obliczą skomplikowane działanie w pamięci).