



MIESIĄC KWIECIEŃ DLA AUTYZMU



2 kwietnia obchodziliśmy Światowy Dzień Świadomości Autyzmu, inaugurujący Miesiąc Wiedzy na Temat Autyzmu.

Czym jest autyzm?

Autyzm stanowi całościowe zaburzenie rozwoju, co oznacza że u dzieci z tą diagnozą obserwuje się nieprawidłowości w funkcjonowaniu we wszystkich obszarach rozwojowych. Pierwsze symptomy autyzmu pojawiają się dość wcześnie, nawet już u niemowląt. Natomiast zawsze widoczne są one do ukończenia przez dziecko 3 roku życia. Autyzm diagnozuje się na różnych etapach rozwoju i wieku człowieka, zazwyczaj u młodszych dzieci, jednak także u nastolatków lub dorosłych. W sytuacji, gdy nie podejmiemy interwencji diagnostycznej i terapeutycznej może to doprowadzić do bardzo głębokich zaburzeń w funkcjonowaniu w późniejszym okresie życia.

Pamiętajmy, że zaburzenia autystyczne często przejawiają się w zróżnicowany sposób. Nie możemy określić monogenicznych cech pod względem głębokości zaburzeń i występujących symptomów. Z tego powodu w światowej literaturze używa się określenia „spektrum zaburzeń autystycznych”, natomiast

Międzynarodowa Klasyfikacja Zaburzeń Psychiczych i Zaburzeń Zachowania ICD-10 – wykorzystuje pojęcie „całościowe zaburzenia rozwojowe”.

W Polsce nie gromadzi się dokładnych danych dotyczących liczby osób z autyzmem. Możemy jedynie oszacować tę liczbę na podstawie badań epidemiologicznych z innych krajów w świecie, w oparciu o które ocenia się, że w Polsce żyje co najmniej 60 000 osób z tym zaburzeniem. Warto podkreślić, że pomimo coraz większej znajomości tematyki autyzmu oraz zwiększonej liczebności poradni zajmujących się kompleksową pomocą osobom i rodzinom z tym zaburzeniem, nadal wielu ludzi dotkniętych autyzmem żyje „w swoim świecie” bez możliwości diagnozy i wieloaspektowej terapii.

Dlatego tak ważna jest nasza społeczna świadomość i wiedza o symptomach autyzmu.

Jak rozpoznać autyzm?

W diagnostyce autyzmu uwzględnia się wybrane zachowania dziecka, które przejawiają się w nieprawidłowościach w relacjach społecznych, komunikowaniu się oraz w nieprawidłowym rozwoju funkcjonalnej lub symbolicznej zabawy, występujące przed 3 rokiem życia (Międzynarodowa Klasyfikacja Zaburzeń ICD – 10). Jako całościowe zaburzenie rozwoju, autyzm ma wpływ na wszystkie obszary funkcjonowania dziecka. Przede wszystkim powoduje zaburzenia w relacjach społecznych z innymi ludźmi oraz trudności w podporządkowywaniu się zasadom społecznym. Zachowania te wynikają z ogólnych trudności dziecka w rozumieniu zasad i komunikatów, w nieprawidłowym odczytywaniu pojęć abstrakcyjnych, czy prozodii języka. Często u osób z autyzmem obserwuje się także stereotypie i rytuały w zachowaniu, czy nadmierne lub skrajne koncentrowanie się na niefunkcjonalnych szczegółach. U niektórych dzieci pojawiają się dodatkowo zachowania agresywne lub/i autoagresywne.

Poniższy plakat obrazuje najczęstsze symptomy zachowania dzieci z autyzmem.

SYGNAŁY AUTYZMU...

Niestandardowa zabawa zabawkami



Trudności w budowaniu relacji z innymi dziećmi



Nieadekwatny płacz lub śmiech



Nadaktywność lub pasywność



Nad i podwrażliwość na dźwięk i światło



Niezwykłe przywiązanie do przedmiotów



Brak mowy lub duże trudności



Brak akceptacji zmian



Nieświadomość zagrożeń



Jak możemy pomóc?

Od każdego z nas zależy jakość codziennego życia osoby z autyzmem. Zrozumienie, akceptacja i cierpliwość to zasadnicze zachowania, dzięki którym osobom autystycznym łatwiej funkcjonować w świecie. Nie możemy również zapomnieć o wsparciu całej rodziny dziecka z autyzmem, rodziców czy rodzeństwa. Dla nich taka nowa sytuacja życiowa również powoduje wiele niepewności, lęku o przyszłość, a także wymaga ogromnych nakładów pracy w pomoc najbliższym.



Mam Autyzm co dalej?



Moja percepcja
zmysłowa
jest **zaburzona**

Bądź
wobec
mnie
cierpliwy

Myślę w sposób
konkretny

Traktuję
język
dosłownie

Kochaj mnie
bezwzględnie

Pomagaj mi
w nawiązywaniu
kontaktów
społecznych

Staraj się
rozpoznać co powoduje
moje trudności



*Ponad
wszystko*

Jak bawiąc się, pomóc dzieciom nawiązywać relacje, komunikować się i myśleć.

Twórzcie zabawy
naprzemiennie.

Buduj wspólne pole
uwagi.

Ciesz się z codziennych
sensorycznych zabaw
spotecznych

Pomóż dziecku uczyć się
poprzez naśladowanie

Rozwijaj komunikację
niewerbalną, która stanowi
podstawę mowy i języka.

Przykłady zabaw:

1. Śpiewajcie proste piosenki.
2. Bawcie się w rymowanki i zabawy paluszkowe.
3. Podczas tych zabaw, zrób przerwę i poczekaj aż dziecko da sygnał, aby kontynuować (gest, spojrzenie, uśmiech).
4. Zabawa masami plastycznymi (ciastolina, piaskolina, pianka do golenia).
5. Podążajcie za pomysłami dziecka (to co robi), włączanie się do jego aktywności np. stukanie, wysypywanie;
6. Zabawy „a kuku”, zabawa „jest- nie ma” - raz chowa coś dziecko raz mama.
7. Wzmacnianie wszelkich wokalizacji dziecka, powtarzanie dźwięków wydawanych przez dziecko, nadawanie im znaczenia.
8. Ćwiczenie gestu wskazywania palcem (całą ręką) w sytuacjach codziennych, lub podczas czytania książeczek;
9. Zabawa relacyjna / baraszkowanie – 1 propozycja (bujanie w objęciach, turlanie po podłodze na leżąco, zawijanie w koc, ciągnięcie za nogi, kotysanie za ręce i nogi, zabawa z dużą chustą, przepychanie plecami/ stopami/ dłońmi itp.)
10. Tworzenie sytuacji wymagających upominania się o coś np. chcesz jeszcze, reagujemy na każdy rodzaj komunikatu -np. spojrzenie, ruch ciała (budowanie intencji komunikacyjnej).

Bawimy się w zabawy tematyczne.

Budujemy wzajemne relacje.

Podążaj za inicjatywą dziecka.

Bądź ciekawy i atrakcyjny dla dziecka, baw się dobrze!

11. Używamy wielu wyrażen dźwiękonaśladowczych.

12. Zabawy z momentem kulminacyjnym - czekanie na reakcję dziecka np. w zabawie „Tu sroczka kaszkę ważyła” żeby dziecko podniosło rączki do góry.

13. Modelowanie sytuacji sprzyjających dokonywaniu wyboru przez dziecko np. w co chce się bawić, co chce jeść na kolację, jaką koszulkę chce nałożyć, (w ten sposób budowanie poczucia sprawstwa).

14. Bawimy się wspólnie w zabawy tematyczne
- zabawy autami - wyścigi, parkowanie (z częstym użyciem onomatopei)

- zabawy misiami (karmienie, usypianie, wizyta u lekarza, telefonowanie)

15. Zabawy naprzemiennie (raz „ja”, raz „ty”):

- rzucanie i łapanie, turlanie piłki;

- zbijanie baniek dłonią lub plastikową łapką;

- wrzucanie drobnych elementów (monety, korale) do skarbonki (np. pudełko z niewielkim otworkiem);

- budowanie wieży z klocków lub piramidka z kótek (4 klocki) budowana w sposób naprzemienny. "Teraz ty" - ze wskazaniem na dziecko, "Teraz ja" - ze wskazaniem na siebie.

- gra na cymbałkach, bębenku;

- puszczanie samochodu.

Dziecko z autyzmem, jeśli dostanie odpowiednią przestrzeń, specjalnie przygotowaną na względu na swoje zaburzenia, staje się wspaniałym partnerem dialogu i zabawy. Jeśli damy mu przyzwolenie na inicjatywę, zadziwi nas swoimi umiejętnościami budowania interakcji. W terapii dziecka z autyzmem wykorzystujemy ZABAWĘ. Pozwólmy dziecku, aby cię nauczyło. Wszystkie dzieci są ekspertami od zabaw. Zejdź na podłogę i podążaj za dzieckiem.

„Jeśli zaczniesz od akceptacji nic nie może pójść źle. Wystarczy robić to, co robi dziecko. Jeśli twoje dziecko biega – biegaj z nim. Jeśli rysuje – rysuj z nim. Po prostu rysuj. Jeśli twoje dziecko wkłada i wyklada obiekty do pudełka lub ustawia w linii samochody rób to z nim. Zrób to aby poczuć i zsynchronizować się z dzieckiem. Bądź elastyczny eksperymentuj spróbuj czegoś i zobacz jak dziecko zareaguje. Jeśli nie reaguje pozwól mu odejść. Spróbuj czegoś innego później.

Pamiętaj nie ma innego celu niż zabawa.

Spokojnie nie spiesz się. Bądź obecny. Znajdź radość z chwili, którą dzielisz ze swoim dzieckiem” (<https://zrozumiemautyzm.pl/zabawa-to-nie-tylko-przyjemnosc/>)





Źródło: Razem uczymy się mówić, E. Weitzman, J. Greenberg, Gdańsk 2014

Bibliografia

1. Metoda wczesnego startu dla dziecka z autyzmem (ESDM), Sally J. Rogers, Geraldine Dawson, Laurie A. Vismara, Kraków 2015
2. Autyzm i AAC, Alternatywne i wspomagające sposoby porozumiewania się w edukacji osób z autyzmem, pod redakcją B.B. Kaczmarek, A. Wojciechowskiej, Kraków 2015
3. Dotrzeć do dziecka z autyzmem. Metoda Floortime, Stanley I. Greenspan, Serena Wieder, Kraków 2014
4. Razem uczymy się mówić, E. Weitzman, J. Greenberg, Gdańsk 2014

Zachęcamy do odwiedzenia stron fundacji, zajmujących się tematem autyzmu:

<https://www.facebook.com/fundacjaalpha/>

www.ponadwszystko.com

www.sysapsis.org.pl

<https://zrozumiecautyzm.pl>

<https://www.facebook.com/jimhelp/>

<https://synapsis.org.pl/>

Zapraszamy do obejrzenia teledysku Tymka Misiury, wyjątkowego artysty,
pacjenta Fundacji Alpha

https://www.youtube.com/watch?time_continue=6&v=07Sj372uoJg&feature=emb_logo

Opracowały: Anna Izdebska, Sylwia Oleszko