

ELEMENTARZ



AUTYZMU

Niniejsza publikacja powstała na podstawie postów publikowanych na Facebook Fundacji Prodeste filii Wrocław.

Autorkami tekstów są:
Joanna Ławicka i Joanna Jakś

A JAK AUTYZM

#ELEMENTARZAUTYZMU

W jakim wieku zaczyna się u dziecka autyzm?

Rozwój w spektrum zaczyna się od urodzenia (czy nawet - w okresie prenatalnym). Odmiennosc rozwoju można dostrzec w dowolnym momencie życia. Można także przeżyć życie w spektrum i nigdy się o tym nie dowiedzieć.

A Skoro elementarz - to startujemy literą A. Więcej informacji w: <https://prodeste.pl/fundacja/autyzm/> Przede wszystkim, należy zauważyć, że odmiennosci rozwojowe można zauważyć już u bardzo małych dzieci – nawet przed pierwszym rokiem życia!

Zwrócić uwagę powinno, jeżeli:

- dziecko nie podąża wzrokiem za wzrokiem drugiej osoby,
- dziecko nie patrzy tam, gdzie dorośli pokazuje,
- dziecko nie obserwuje ludzi lub interesuje się nimi mniej niż przedmiotami,
- dziecko nie pokazuje innym rzeczy, które je zainteresują,
- dziecko nie chwali się albo robi to bardzo rzadko,
- dziecko nie zachęca innych do uczestniczenia w zabawach, które podejmuje.

U starszych dzieci zaobserwować możemy:

- opóźniony rozwój mowy lub specyficzny sposób korzystania z niej,
- nietypową zabawę, odmienną od rówieśników – w szczególności trudności z zabawą „na niby”,
- problem z uczestniczeniem w zabawach z regułami,
- ograniczone kontakty z rówieśnikami,
- trudności z określeniem potrzeb i emocji ludzi,
- trudności z rozumieniem tego, że ludzie myślą inaczej niż dziecko.

Warto podkreślić, że cokolwiek zaniepokoi rodziców – spotkanie ze specjalistą jest jedynym sposobem na uzyskanie rzetelnej wiedzy o dziecku. Szukanie odpowiedzi tylko w Internecie może spowodować opóźnienia w podjęciu korzystnych dla dziecka i jego środowiska działań.

B JAK BLISKOŚĆ

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy moje dziecko nie
pragnie bliskości?

Dzieci autystyczne nie chcą się izolować i nie "żyją w swoim świecie". Potrzebują miłości i wsparcia tak samo jak każde dziecko. Jednak ich ekspresja potrzeb i emocji jest inna. Musisz nauczyć się "czytać" swoje dziecko.

fundacja
Pr@deste

B jak Bliskość - Musisz nauczyć się czytać swoje dziecko.

Jeśli nie jesteś dzieckiem a dorosłą osobą w spektrum autyzmu - by rozpoznać i zaspokajać swoją potrzebę bliskości - potrzebujesz wspierać swoją samoświadomość.

C JAK CHOROBA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Dlaczego autyzm nie jest chorobą, skoro jest w ICD-10?

Klasyfikacja ICD-1 zawiera różne czynniki i zjawiska, które mogą wpływać na kondycję człowieka - wśród nich znajdziemy również np. ubóstwo czy ciążę. Współczesna wiedza o spektrum autyzmu wskazuje na to, że jest to szczególny rodzaj rozwoju człowieka, który może wymagać różnego rodzaju wsparcia, zależnie od kondycji danego człowieka.

Pródeste fundacja

C - jak Choroba

Czy autyzm jest chorobą skoro widnieje w ICD-10?

Nie.

Spektrum autyzmu to wzorzec rozwojowy, odmienny od najczęstszego w populacji ludzkiej.

Charakteryzuje się innym, niż typowy postrzeganiem świata i myśleniem o otoczeniu – w którym ważniejsze wydają się być zjawiska nieożywione, niż ludzie. Z autyzmu nie można wyleczyć, ponieważ nie jest chorobą.

Ważnym jest natomiast, aby nauczyć się z nim żyć. Tak, jak osoby z każdą odmiennością rozwojową, tak osoby ze spektrum napotykają różne trudności i warto dać im narzędzia, by sobie z nimi radziły. Nie da się z osoby z autyzmem „zrobić” neurotypowej. Można jednak wspierać ich rozwój i zapobiegać wtórnym konsekwencjom, takim jak niepełnosprawność intelektualna, czy poważne zaburzenia emocjonalne.

Chcesz wiedzieć więcej?

O JAK DIAGNOZA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Co oznacza diagnoza?

Diagnoza oznacza, że człowiek rozwija się inaczej niż większość ludzi dookoła niego. Powinna stanowić wskazówkę dla samej osoby diagnozowanej oraz jej otoczenia. Szczególnie w zakresie wsparcia, jakiego może wymagać w poszczególnych sytuacjach.

fundacja
Pro:deste

D jak Diagnoza.

Dlaczego Dobra Diagnoza jest tak ważna?

Przeczytajcie tekst w naszym zasobniku: <https://prodeste.pl/autyzm-zespol-aspergera-diagnoza/>

Doświadczenie procesu diagnozy oraz forma jej przekazania, jest niezmiernie ważna, dla wszystkich członków rodziny.

Możecie posłuchać również doświadczeń z diagnozą naszych fundacyjnych koleżanek **Aleksandra Oszczęda** i **Joanna Jakó**

<https://www.youtube.com/watch?v=Ey74vB4GeSE>

https://www.youtube.com/watch?v=b8WA-uzoX_8&t=359s

E JAK ECHOLALIA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Co to jest echolalia?

Echolalie to powtarzanie - pojedynczych słów, całych zdań lub nawet dłuższych fragmentów np. wypowiedzi, piosenek czy filmów.

Wśród osób w spektrum autyzmu mogą stanowić szczególny sposób komunikacji - mogą służyć do wyrażenia tego co myślę, przeżywam i czuję.

fundacja
Prodeste

E jak Echolalia.

Spójrzmy na echolalie jak na szczególny rodzaj wyrażania potrzeb. To niezwykle ważne!

Eliminując echolalie, możemy zabrać człowiekowi możliwość wyrażania emocji i potrzeb, czy komunikowania się.

Dla niektórych osób w spektrum autyzmu, to integralny element osobowości.

Więcej o rozwoju w spektrum: <https://prodeste.pl/fundacja/autyzm/>.

F JAK FIKSACJE

#ELEMENTARZAUTYZMU

Co zrobić z fiksacjami mojego dziecka? Jak je wyeliminować?

Przede wszystkim zobacz, co to zachowanie **znaczy** dla Twojego dziecka.

Czy jest to **pasja**, która nadaje sens jego życiu? Wtedy włączając się w aktywność dziecka, masz możliwość budowania z nim relacji i wspólnego pola uwagi.

Czy może jest to **sposób na wyrażanie** jakiejś emocji lub poradzenie sobie z trudnymi przeżyciami? W tej sytuacji pomóż dziecku nazwać emocje i bezpiecznie je przeżyć.

fundacja
Pr@deste

F "Fiksacje", to tak naprawdę zachowania, które mają ogromne znaczenie.

To mogą być pasje nadające życiu sens i poczucie bezpieczeństwa.

Kody komunikacyjne i emocjonalne pozwalające wyrazić emocje i potrzeby.

Komunikaty o tym, że dziecku dzieje się coś trudnego w emocjach, że żyje w lęku.

Eliminowanie "fiksacji" bez rozszyfrowania ich znaczenia sprawiają, że bezpowrotnie tracimy możliwość nawiązania bezpiecznej relacji.

G JAK GENIUSZ

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy to prawda, że jeśli moje dziecko otrzymało diagnozę ZA to będzie małym geniuszem?

Jest to jeden z **mitów** o spektrum autyzmu, że osoby z Zespołem Aspergera to "mali profesorowie", "geniusze".

Diagnozę ZA otrzymują osoby, które nie mają opóźnień w rozwoju intelektualnym i w rozwoju mowy, ale nie muszą być wybitnie zdolne. Może stać się tak, że człowiek z ZA, w swojej pasji wyspecjalizuje się w jakiejś dziedzinie, **jeśli** będzie miał do tego możliwości i predyspozycje.

fundacja
Prodeste

G Diagnoza Zespołu Aspergera określa sposób rozwoju człowieka - w mniejszościowej, autystycznej ścieżce.

Nie determinuje jego możliwości czy życiowych osiągnięć.

Człowiek z ZA może być "zwykłym człowiekiem" i ma do tego prawo.

Ten mit jest o tyle szkodliwy, że czasami stawia przed dziećmi wyzwania, którym nie są w stanie sprostać, ponieważ otoczenie nie dostrzega kosztów emocjonalnych, które ponosi człowiek w spektrum autyzmu, próbując sprostać codziennym wyzwaniom.

H JAK HISTERIA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Jak opanować histerię mojego dziecka?

Pamiętaj o tym, że tak zwana histeria to po prostu ogrom emocji, które **zawładnęły Twoim dzieckiem**.

Ono nie robi tego przeciwko Tobie i nic nie chce "wymusić". Po prostu straciło zasoby, by nad sobą panować. Pomyśl o nim jak o kimś, kto bardzo cierpi i okaż mu swoją, **bezgraniczną miłość**.

Pródeste fundacja

H Jak opanować histerię mojego dziecka?
Spróbuj poczuć to, co czuje Twoje dziecko. Zastosuj swoją empatię...

Zapomnij o tym, że dzieci manipulują i wymuszają! Nikt nie przychodzi na świat skłonny do manipulacji!

Pomóż Twojemu dziecku NATYCHMIAST poczuć się lepiej... Ono straciło nad sobą kontrolę i bardzo cierpi. Nie dodawaj mu bólu próbując wywoływać poczucie winy i strachu.

Zastosuj zestaw ratunkowy. Więcej o zestawach ratunkowych przeczytasz na blogu dr Aśki Ławickiej:

<https://hackingthesociety.blogspot.com/.../zestaw...>

I JAK INTELEKT

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy to prawda, że nie da się zmierzyć IQ dziecka ze spektrum?

Testy IQ powinny być używane wobec osób ze spektrum wyłącznie przez bardzo doświadczonych diagnostów, którzy potrafią ocenić wynik w kontekście **ogólnego funkcjonowania dziecka**. W przeciwnym wypadku wynik może być źle zinterpretowany - w "obie strony".

Podstawą oceny musi być **ogólna wiedza o rozwoju człowieka**.

Pr@deste fundacja

Wiele osób uważa, że nie ma możliwości, by określić jaki jest intelekt osoby ze spektrum autyzmu. Prawdą jest, że popularne testy są dostosowane do osób nieautystycznych. Nie znaczy to jednak, że nie możemy stwierdzić, jakie są możliwości intelektualne osoby autystycznej. Przy diagnozie musimy wziąć pod uwagę jednak wiele czynników, dlatego takiej oceny dokonywać powinien specjalista doskonale znający specyfikę rozwoju osób ze spektrum.

Mity o inteligencji osób ze spektrum:

- wszystkie osoby ze spektrum są niepełnosprawne intelektualnie;
- osoby autystyczne nie mogą być niepełnosprawne intelektualnie - to tylko wina złych testów, że nie są w stanie dostrzec "ukrytego w ciele", niezwykłego potencjału osób autystycznych;
- osoba autystyczna, sprawna intelektualnie musi być sprawna życiowo i świetnie sobie radzić z nauką, pracą i rolami życiowymi;
- niepełnosprawność intelektualna przekreśla szanse na szczęśliwe życie;
- osoby niepełnosprawne intelektualnie muszą nauczyć się jak najwięcej, bo nawet jeżeli nie rozumieją, czego się uczą - to sprawi, że będzie im "łatwiej w życiu".

POWYŻSZE ZDANIA TO OKRUTNE I KRZYWDZĄCE MITY!!!

JAK JEDZENIE

#ELEMENTARZAUTYZMU

Moje dziecko nic nie je! Czy zmuszać je do jedzenia?

Wiele osób ze spektrum je bardzo wybiórczo. Smak, zapach, konsystencja a nawet wygląd potrawy mogą sprawić, że jest ona "niejadalna". Zmuszanie dziecka do jedzenia, a nawet "próbowania" może zaostrzyć problem i doprowadzić do fobii żywieniowej. Naprawdę, nie warto!
Z większości produktów da się ułożyć sensowną dietę bez obciążeń emocjonalnych dla dziecka.

fundacja
Pr@deste

JWybiórczość pokarmowa to sytuacja w której Twoje dziecko je tylko bardzo ograniczoną ilość pokarmów. Kiedyś takie dzieci nazywano niejadkami i przekonywano rodziców, że powinni koniecznie zmuszać swoje dzieci do jedzenia wszystkiego. Uczono ich, że nie wolno "odpuszczać" a niejadek ma wyczyścić talerz nawet kosztem łez, wymiotów i wielogodzinnego siedzenia przy stole.

Dzisiaj już wiemy na szczęście, że takie podejście to szkodliwa bzdura.

W większości wypadków wybiórczość nie stanowi zagrożenia dla zdrowia dziecka nawet wtedy, gdy to, co ono je jest ewidentnie niezgodne z zasadami zdrowego odżywiania. Musisz jednak pamiętać, że przyczyną wybiórczości są specjalne potrzeby sensoryczne. Szczególnie w wypadku młodszych dzieci, najlepszym "lekarstwem" jest czas, cierpliwość i...

Rozwijanie samoświadomości dziecka!

- Alu, nie lubisz zielonych rzeczy...
- Stasiu, od grudek w jedzeniu robi ci się niedobrze...
- Kasiu, nienawidzisz, kiedy coś jest kwaśne...
- Ignacy, obrzydza cię jedzenie, które dotyka się na jednym talerzu, wolisz, żeby wszystko było osobno;
- Zosiu, najbardziej lubisz, jak coś ci chrupie między zębami...

Dzięki podobnym komunikatom pomożesz Twojemu dziecku poznać swoje potrzeby bez wywoływania lęku i jeszcze większej niechęci do jedzenia.

Jeżeli Twoje dziecko już zdradza niestety objawy lęku przed jedzeniem - skontaktuj się ze specjalistami rozumiejącymi zarówno problematykę autyzmu, jak i neofobii żywieniowej. Naszym zdaniem warto, byś zwrócił/zwróciła się w tej sprawie do **Neuromind Ośrodek Wspierania Rozwoju**.

K JAK KARY

#ELEMENTARZAUTYZMU

Jak skutecznie karać dziecko?

ZAPOMNIJ O KARACH! One mogą sprawić tylko jedno: Twoje dziecko będzie się Ciebie bało i straci zaufanie do Ciebie i ludzi ogółem. Kary to prosta droga do traumy więzi, która jest podłożem do kształtowania się zaburzonej osobowości. Osoby ze spektrum autyzmu są bardziej podatne na traumę. **Nie karaj.** Są inne możliwości skutecznego wychowywania dziecka.

fundacja
Pro:deste

K Ogrom rodziców w Polsce nie wyobraża sobie wychowania dzieci bez kar i nagród. Podobnie, większość specjalistów nie widzi innej drogi. Rodzice, którzy decydują się nie karać i nie nagradzać swoich dzieci w najlepszym wypadku uważani są za dziwacznych. Niestety, większość z nich spotyka się z pogardą i agresją oraz próbami podważania ich kompetencji rodzicielskich.

Pamiętaj! To, że większość ludzi dookoła Ciebie coś robi, nie oznacza, że tak jest wszędzie na świecie! Dzieci można wychowywać na różne sposoby.

Nie łudź się, że jeżeli nie karzesz dziecka lecz tylko stosujesz nagrody to Twoje dziecko nie dostaje kar! Każdy brak nagrody - jest niczym innym, lecz karą.

Jak wychowywać dzieci bez kar i nagród?

Wskazówki znajdziesz w książkach:

- Jasper Jull "Twoje kompetentne dziecko. Dlaczego powinniśmy traktować dzieci poważniej?"; "Zamiast wychowania o sile relacji z dzieckiem" (i inne książki tego autora)
- Bo Hejlskov Elven "Nie gryzę, nie biję, nie krzyczę"
- Katherine Reynolds Lewis "Dobre wieści o złym zachowaniu"
- Joanna Ławicka "Człowiek w spektrum autyzmu. Podręcznik pedagogiki empatycznej".

L JAK LECZENIE

#ELEMENTARZAUTYZMU

Jak leczyć autyzm?

Stany w spektrum autyzmu nie są chorobami, dlatego ich nie leczymy. Dookoła tego tematu narosło dużo mitów i zwykłych oszustw. Uważaj na osoby, które twierdzą, że autyzm można leczyć dietą, suplementami lub w inny, niezwykły sposób. Nawet, jeżeli mówią, że w ten sposób można "poprawić funkcjonowanie" dziecka. Pamiętaj też, że dzieci ze spektrum **chorują tak samo jak każdy człowiek** i należy je leczyć, gdy są chore.

fundacja
Pr@deste

L Stany w spektrum autyzmu (autism spectrum conditions ASC) nie są chorobami, lecz charakterystyką rozwoju. Dlatego możemy mówić o tym, że ktoś po prostu rozwija się w spektrum autyzmu.

Rozwoju w spektrum autyzmu nie leczymy. To tak, jakbyśmy chcieli leczyć rude kolor włosów, leworęczność lub nieheteronormatywność.

Część osób autystycznych jest niepełnosprawna. Niepełnosprawności nie leczymy. Możemy pomagać osobom niepełnosprawnym organizując ich środowisko tak, by maksymalnie podnieść jakość ich życia.

Możemy usprawniać niektóre funkcje, ale musimy pamiętać, że nadrzędnym celem ma być poprawa jakości życia osoby.

Osoby autystyczne chorują!

Chorują tak samo, jak każdy człowiek, a niektóre problemy zdrowotne występują częściej wśród osób ze spektrum autyzmu:


choroby autoimmunologiczne;

problemy gastroenterologiczne, wśród nich - niezwykle często - zaburzenia psychosomatyczne manifestujące się w obrębie układu pokarmowego;

choroby i zaburzenia psychiczne/emocjonalne - z uwagi na niekorzystne doświadczenia życiowe i traumy;

Jeżeli dostrzegasz u dziecka niepokojące objawy cierpienia - skontaktuj się z lekarzem. Unikaj szarlatanów i oszustów, którzy często wykorzystują do tego, by Cię zwabić swoją pozycją zawodową - wśród nich są także dyplomowani lekarze. Pamiętaj, jeżeli ktoś obiecuje Ci wyleczenie z autyzmu, albo poprawę funkcjonowania dziecka poprzez diety, suplementy, różne substancje - wykorzystuje Twoją naiwność. Jedyne, czego możesz być pewnym to tego, że Twój portfel będzie chudszy. I pamiętaj, że zawsze znajdą się osoby, które będą twierdziły, że jakaś "interwencja" pomogła. Nawet, jeżeli była to interwencja szeptuchy czy egzorcysty. Takie przypadki też są znane.

Spróbuj posłużyć się zdrowym rozsądkiem a nie wiarą w cuda.

 Jeżeli potrzebujesz wsparcia jako rodzic, by móc poradzić sobie z naturalnymi procesami żalu, lęku i trudności w akceptacji odmienności swojego dziecka oraz mądrze pokierować swoimi, dalszymi działaniami - skorzystaj z pomocy i wybierz konsultacje dla rodziców. Takich konsultacji możesz szukać w:

Fundacja Prodeste tel.: 77 441 7707

Fundacja ALEKlasa - wspieramy edukację i rozwój dzieci z Zespołem Aspergera tel.: 736 063 980

UNIWERSYTET DLA RODZICÓW, specjalistyczna poradnia psychologiczno - pedagogiczna, tel.: 22-822-24-46

Fundacja Autism Team, tel.: 507 07 88 06

M JAK MOWA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy moje dziecko będzie mówić?

Możliwości rozwoju mowy werbalnej są bardzo różne w całym spektrum autyzmu. Niezależnie od tego, jak rozwija się Twoje dziecko ze spektrum autyzmu pamiętaj jednak, że **mowa jest tylko jednym z wielu, sposobem komunikacji**. Nie pozwól sobie wmówić, że musisz zrobić wszystko, żeby zaczęło mówić. Pamiętaj, że najważniejsza jest możliwość wyrażania siebie, która warunkuje zdrowie psychiczne i dobrą jakość życia.

fundacja
Pr@deste

MDla wielu rodziców kwestia rozwoju mowy u dziecka ze spektrum autyzmu wydaje się być najważniejsza. Tymczasem, żeby człowiek mógł rozwinąć mowę, potrzebuje bardzo wielu umiejętności. Jego sprawność intelektualna musi pozwalać mu rozwinąć mowę - bardzo wiele osób niepełnosprawnych intelektualnie, które nie są autystyczne - także nie mówi. Musi wyodrębnić drugiego człowieka jako podmiot z otoczenia nieożywionego, rozumieć, że z człowiekiem można zbudować ufną relację, opartą na wymianie komunikatów niewerbalnych. Musi komunikować się niewerbalnie. Osoby nieautystyczne także to robią na długo przed tym, niż zaczną mówić.

I najważniejsze...

Twoje dziecko musi czuć się bezpiecznie. Człowiek w poczuciu zagrożenia i lęku nie może rozwinąć kompetencji relacyjnych i komunikacyjnych. Twoje dziecko nie rozwinie mowy komunikatywnej, jeżeli będzie się bało ludzi. Przymusem można nauczyć człowieka wypowiadać słowa, ale nikt nie jest w stanie zmusić nikogo do komunikacji. Zdrowa i bezpieczna relacja pozwala się komunikować zawsze. Nawet, jeżeli nie używamy mowy.

N JAK NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy każda osoba ze spektrum jest niepełnosprawna?

Każda osoba ze spektrum doświadcza w swoim życiu trudności wynikających z bycia **mniejszością rozwojową**.

W niekorzystnych okolicznościach, te trudności mogą stać się niepełnosprawnością. Osoba autystyczna może także mieć różne niepełnosprawności, tak jak każdy.

Rozwój w spektrum autyzmu nie wyklucza żadnej niepełnosprawności, tak samo jak rozwój nieautystyczny,

fundacja
Pr@deste

N Rozwój w spektrum autyzmu dotyczy niewielkiej części ludzi. Oficjalne statystyki mówią, że około 2% ludzi rozwija się w spektrum, ale wiemy, że dane te są wciąż niedoszacowane. Niemniej, zapewne nie jest ich więcej niż 10% społeczeństwa.

To oznacza, że niemal każdego dnia, zdecydowana większość ludzi rozwijających się w spektrum doświadcza...

STRESU MNIEJSZOŚCIOWEGO

Jeżeli okoliczności w jakich znajdzie się osoba autystyczna są szczególnie niekomfortowe, jeżeli doświadcza ona cierpienia z powodu swojej odmienności, traum i braku akceptacji - może się zdarzyć, że trudności, jakich doświadcza staną się istotną niepełnosprawnością.

Ponadto, rozwój w spektrum autyzmu nie chroni przed tymi samymi niepełnosprawnościami, które dotyczą ludzi nieautystycznych.

Wśród osób rozwijających się w spektrum:

- około 35% to osoby niepełnosprawne intelektualnie;
- są osoby niepełnosprawne ruchowo;
- są osoby niewidome i głuche (oraz słabowidzące i słabosłyszące a także głuchoniewidome);
- są osoby z trisomią 21;
- są osoby z każdą, inną niepełnosprawnością;

Bo ludzie w spektrum autyzmu to przede wszystkim ludzie!

I nic, co ludzkie, nie jest im obce

O JAK ORZECZENIE

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy orzeczenie nie będzie
stygmatyzować dziecka?

Twoje dziecko może otrzymać orzeczenie o niepełnosprawności a jeżeli chodzi do szkoły to także orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego. Orzeczenia **wydawane są na jakiś, określony czas** i mają na celu **ułatwić Twojemu dziecku życie**. Nie masz obowiązku ujawniania orzeczenia, jeżeli nie chcesz. Nie musisz go także wyrabiać, jeżeli czujesz, że Twojemu dziecku nic nie ułatwi.

fundacja
Pr@deste

O Osoba rozwijająca się w spektrum autyzmu, jeżeli doświadcza trudności, które stają się niepełnosprawnością lub jest niepełnosprawna z dowolnego powodu, może otrzymać orzeczenie o niepełnosprawności i/lub orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego.

Wielu rodziców martwi się, że takie dokumenty stygmatyzują dziecko i boją się o nie wystąpić.

Tymczasem, ten lęk często ma źródło w rodzicielskiej trudności z zaakceptowaniem niepełnosprawności dziecka. W wypadku osób przed 16 rokiem życia, orzeczenie o niepełnosprawności zawsze wydawane jest na jakiś, określony czas. Rodzic nie ma także obowiązku ujawniania nigdzie takiego dokumentu. Orzeczenie ma na celu ułatwienie życia tak dziecku, jak i jego rodzinie.

Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego jest wydawane przez Poradnię Psychologiczno - Pedagogiczną. Dziecko dostaje je na określony etap edukacyjny.

Ten dokument wskazuje, na jakie szczególne potrzeby muszą zwrócić nauczyciele w szkole oraz jak musi być zorganizowany dla dziecka proces edukacyjny. Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego ma ułatwić dziecku życie w placówce, rodzicowi - egzekwowanie jego praw a dyrektorom - uzyskanie środków na organizację wsparcia dla dziecka w szkole.

Jeżeli potrzebujecie wsparcia w kwestiach orzecznich, możecie zgłosić się do Społecznego Pogotowia Interwencyjnego przy Fundacja Autism Team.

P JAK PLAN AKTYWNOŚCI

#ELEMENTARZAUTYZMU

Jaki jest sens stosowania planu,
jeżeli moje dziecko i tak jest
schematyczne?

Zadaniem planu jest przywrócenie dziecku
bezpieczeństwa. Jeżeli tego nie zrobimy - ono będzie
starło się poczuć bezpiecznie, narzucając innym swoje
potrzeby. Plan pozwala mu uczyć się akceptować
potrzeby innych,

fundacja
Pr@deste

Plan aktywności to wspaniały sposób na wsparcie bardzo wielu osób ze spektrum autyzmu. To wizualne przedstawienie różnego typu procesów, w które zaangażowane jest dziecko. Plan może być dzienny, tygodniowy, długoterminowy lub - dotyczyć konkretnej czynności. Za pomocą planu możesz zwizualizować dziecku niemal każdy proces samoobsługowy i niemal każde wydarzenie.

Co jest ważne?

Plan nie służy wywieraniu na dziecko presji, ani tym bardziej - zmuszaniu go do czegokolwiek. Dziecko wcale nie musi wypełnić planu w 100%! Zastanów się, jak często udaje Ci się zrealizować swój, wewnętrzny plan na 100% a potem... bądź bardziej elastyczny wobec dziecka.

Plan nie "usztyni dziecka", ani nie "pogłębi jego stereotypowości". Plan jest narzędziem, które zwiększa poczucie bezpieczeństwa dziecka. No... chyba, że używasz go przemocowo, to wtedy nie. Nie rób tego, a w krótkim czasie zobaczysz, że sprzyja on spokojnemu przyjmowaniu rzeczywistości;

Plany wspierają rozwój pamięci proceduralnej. Dzięki samodzielnemu wykonywaniu czynności samoobsługowych z planem - ciało dziecka uczy się i automatyzuje różne procesy.

Więcej o planach przeczytasz w naszym, fundacyjnym Zasobniku: <https://prodeste.pl/czy-plan-aktywnosci-pomaga/>

Możesz też obejrzeć film na naszym profilu: <https://www.facebook.com/100190961392690/videos/620436142020341>

R JAK RODZINA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy nasza rodzina będzie kiedyś
normalnie żyć?

Rodzina w której wychowuje się nietypowe dziecko, staje się nietypowa. To nie oznacza braku możliwości realizowania swoich potrzeb, ale na pewno oznacza konieczność przeorganizowania wielu rzeczy tak, by te potrzeby mogły być realizowane.

Oraz... weryfikacji priorytetów.

fundacja
Pr@deste

R Normalne życie... A może raczej - życie zgodne z własnymi wyobrażeniami i marzeniami?

Jeżeli w Twoich marzeniach były pewne rzeczy, których dziś nie możesz realizować, bo Twoje autystyczne dziecko na nie źle reaguje - możesz mieć uczucie straty. To zupełnie normalne. Wszyscy żyjemy w wymiarze marzeń i rzeczywistości. Jeżeli rzeczywistość nie dogania marzeń, szczególnie w tak wrażliwym obszarze, jak wychowanie dziecka - masz prawo przeżywać smutek, rozczarowanie a nawet rozgoryczenie i złość.

Spróbuj jednak zastanowić się nad tym, co z tych marzeń jest dla Ciebie szczególnie ważne i nad tym, czy możesz tak przebudować swoje życie, by jednak próbować te marzenia spełniać. Bardzo często jest tak, że za "nie mogę" stoi mnóstwo nieujawnionych przed samym/samą sobą wewnętrznych przekonań, które nas blokują.

Żeby pomóc sobie zbudować życie, w którym będziesz mógł i mogła realizować własne potrzeby, mając jednocześnie szacunek dla potrzeb dziecka, warto:

poszukać dobrego psychoterapeuty dla siebie, żeby popracować nad własnym systemem emocjonalnym i własną dojrzałością emocjonalną. Nie martw się, nie ma ludzi idealnych pod tym względem i absolutnie każdy ma coś, co może w tym obszarze zrobić dla siebie. A Tobie to będzie szczególnie przydatne.

jeżeli czujesz duży opór przed pracą z psychoterapeutą, możesz spróbować poszukać innego specjalisty, który pomoże Ci na nieco płytszym poziomie przeorganizować swoje życie. Z pomocą może przyjść psychoedukacja lub doradca rodzinny.

spróbuj wypisać swoje zaniedbane potrzeby. Zastanów się, które z nich są Twoje, a które mógłbyś dzielić z dzieckiem.

pamiętaj, że nic nie jest dane na zawsze i co jakiś czas trzeba weryfikować swoje cele i przebudowywać życie na nowo.

O tym, jak dbać o siebie przeczytasz także w naszym zasobniku:

<https://prodeste.pl/rodzicu-odczep-sie-od-siebie-czyli-o.../>

S JAK SZCZEPIENIA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy szczepienia powodują autyzm?

Teoria o autyzmie poszczepiennym została już dawno obalona.

Lekarz, który zapoczątkował antyszczepionkową historię głosząc, że autyzm powodowany jest przez szczepienia – został pozbawiony prawa wykonywania zawodu.

Niestety, ciągle rzesze ludzi powielają ten szkodliwy pogląd, czerpiąc istotne zyski z przerażenia rodziców, naciągając ich na duże wydatki przekonując, że należy dzieci ze spektrum „odtruwać ze szczepionek”.

Pródeste fundacja

S Skoro elementarz, to i ta elementarna wiedza. I tak wiemy, że jest szeroka grupa osób, która nie zgadza się z nauką.

Nie będziemy wchodzić w polemikę pod tym postem.

Fakt jest taki, że szczepienia nie powodują autyzmu.

Bardzo przejmującym zjawiskiem jest to, że wielu rodziców, poszukując wsparcia i pomocy dla swoich dzieci, wpada w ręce osób czerpiących zyski z "odtruwania ze szczepień", itp. procederów.

Polecamy obejrzeć wystąpienie autora świetnej książki pt. „Neuroplemiona”. Steve Silberman mówi o zapomnianej historii autyzmu. Jest tam również fragment o szczepieniach.

Film można oglądać z polskimi napisami.

<https://www.youtube.com/watch?v= MBiP3G2Pzc>

T JAK TERAPIA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Na jakie terapie najlepiej zapisać
dziecko z diagnozą?

W naszym przekonaniu terapia dla osoby ze spektrum autyzmu potrzebna jest tylko wówczas, gdy potrzebna jest osobom o typowym rozwoju. W problemach emocjonalnych, kryzysach życiowych, depresji, poczuciu głębokiej alienacji prowadzącej do kryzysów, zaburzeniach osobowości itp. Jeżeli jest konieczna – terapia osoby ze spektrum autyzmu powinna być dobrowolna.

fundacja
Prodeste

T Na jakie terapie najlepiej zapisać dziecko z diagnozą?

To pytanie, które towarzyszy wielu rodzicom, po otrzymaniu diagnozy swojego dziecka.

W trosce o jego rozwój, pełni niepokoju, poszukują rozmaitych wyjść, rozwiązań, form terapii.

Dziś chcemy Was zaprosić do przeczytania dość długiego tekstu o diagnozie, który jest dostępny w naszym zasobniku:

<https://prodeste.pl/autyzm-zespol-aspergera-diagnoza/>

Doświadczenie procesu diagnozy oraz forma jej przekazania, jest niezmiernie ważna, dla wszystkich członków rodziny.

Możecie posłuchać również doświadczeń z diagnozą naszych fundacyjnych koleżanek **Aleksandra Oszczęda** i **Joanna Jakś**

<https://www.youtube.com/watch?v=Ey74vB4GeSE>

https://www.youtube.com/watch?v=b8WA-uzoX_8&t=359s

Rozwój w spektrum autyzmu ma zawsze bardzo indywidualny charakter. Często wiele umiejętności dziecko nabywa w zupełnie innym tempie, niż jego nieautystyczni rówieśnicy. Warto o tym pamiętać, podejmując decyzję odnośnie form wsparcia, jakie chcemy zapewnić naszemu dziecku.

Zachęcamy do tego, by dobierając zajęcia dla dziecka - myśleć przede wszystkim z poziomu potrzeb dziecka i jego pasji.

Tylko w dobrostanie emocjonalnym, znając swoje granice i potrzeby, człowiek ma gotowość do rozwoju. W przeciwnym wypadku, będąc pełnymi dobrej woli, możemy zafundować dziecku niepotrzebny stres i traumę. Być może przyspieszymy u dziecka osiągnięcie jakiejś umiejętności, ale może to wiązać się z tak silnym obciążeniem, że dziecko w przyszłości nie będzie potrafiło cieszyć się ze swoich osiągnięć i wykorzystywać ich w życiu.

O tempie i umiejętnościach mówiły również Ola i Asia tutaj: <https://fb.watch/5AxDhDQr-O/> .

U JAK UWAGA

#ELEMENTARZAUTYZMU

Moje dziecko nie skupia się na niczym, jak zmobilizować je do nauki?

Uwaga człowieka w spektrum autyzmu, najczęściej zorientowana jest na dostrzeganie szczegółów i analizowanie zależności. Większość ludzi nie zwraca uwagi na szczegóły, ich umysły dążą do syntezy i upraszczania wszystkiego. Dlatego uwaga ludzi ze spektrum często się rozprasza. Literówka w tekście, plama na ekranie, to sprawy, które mogą całkowicie wybić człowieka ze stanu koncentracji.

fundacja
Prodeste

U Czasami bywa tak, że uwaga i koncentracja dziecka ze spektrum autyzmu, nie są jedynymi czynnikami uniemożliwiającymi naukę.

Podchodząc do zagadnienia uczenia się, warto zacząć od tego, jak działają zmysły dziecka w spektrum. Czy nie jest w stanie przeciążenia?

Jaka jest jego aktualna kondycja emocjonalna?

Jak myśli jego mózg? Może łatwiej będzie przyswoić wiedzę w wersji zobrazowanej lub w tabelkach. Może nie umie złapać meritum i sensu, gdy wypowiadamy zbyt wiele słów na raz, bo nie wie co jest tak naprawdę ważne?

Czy wie i rozumie sens tego co robi? Czy wie jaki jest cel tego działania?

Zapraszamy do tekstu z naszego zasobnika - o perspektywie dziecka w odrabianiu prac domowych.

<https://prodeste.pl/prace-domowe-perspektywa-dziecka/>

W JAK WZROKOWY KONTAKT

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czy moje dziecko będzie kiedyś
patrzyło mi w oczy?

Kontakt wzrokowy jest w jednych kulturach ważny, w innych nie. W Polsce jest ważny i ludzie lubią go nawiązywać. Jednak kontakt wzrokowy to przede wszystkim narzędzie do uzyskiwania różnych informacji. Znacznie ważniejsze od tego, czy dziecko patrzy Ci w oczy jest to, czy rozumie jakie informacje może w ten sposób uzyskać.

fundacja
Pró:deste

W Czy wiesz o tym, że w Japonii nikt nie zawraca sobie głowy czymś takim, jak kontakt wzrokowy? A nawet gorzej! W tej kulturze patrzenie w oczy jest zarezerwowane dla szczególnie intymnych relacji. Nikt nie patrzy sobie w oczy ot tak. To niegrzeczne i niekulturalne.

Jeżeli to zrozumiesz, będzie Ci łatwiej pojąć, że ograniczony kontakt wzrokowy nie jest objawem żadnej strasznej patologii rozwoju.

Po prostu - dla części ludzi jest on z różnych powodów trudny i w zasadzie - należałoby to po prostu uszanować.

Zamiast zmuszać dziecko do kontaktu wzrokowego, warto wspierać je w rozumieniu tego, jaką wiedzę o świecie może uzyskać, gdy od czasu do czasu spojrzy na drugiego człowieka. To pomoże mu świadomie regulować kontakty.

A czego dowiadujemy się dzięki kontaktowi wzrokowemu?

Przede wszystkim, czy druga osoba ma skierowaną uwagę na nas, czy nie. Istnieje mnóstwo mitów mówiących o tym, że kontakt wzrokowy jest niezbędny, by rozumieć cudze emocje i stany. To nieprawda! Gdyby tak było, osoby niewidome byłyby pozbawione tych informacji.

Jeżeli chcesz dowiedzieć się więcej o roli kontaktu wzrokowego w komunikacji - zazwyczaj dwa razy do roku prowadzimy szkolenie o wspieraniu komunikacji osób w spektrum autyzmu.

Zajrzyj na : prodeste.pl/sklep

Y JAK YOUTUBE

#ELEMENTARZAUTYZMU

Jak zabronić dziecku oglądania głupich filmów na YT?

To, co dla Ciebie jest głupie może być dla Twojego dziecka istotą jego życia. Może, zamiast zabraniać, lepiej spróbować "wkręcić się w temat" i zgłębiać go razem z dzieckiem? A co, jeżeli dziecko zbliża się do treści niebezpiecznych? **Rozmawiać, rozmawiać, rozmawiać.** Zakazy i kontrola czynią te rzeczy jeszcze bardziej atrakcyjnymi.

fundacja
Pr@deste

YouTube, TikTok i inne popularne wśród dzieci platformy spędzają rodzicom sen z powiek. Na początek warto się zastanowić, czy to, w co angażuje się moje dziecko jest tylko "głupie", czy może jest niebezpieczne?

To, co ogląda moje dziecko jest "głupie"...

W tej sytuacji kluczowa jest... rozmowa. Spróbuj dowiedzieć się, dlaczego właśnie te treści są atrakcyjne dla Twojego dziecka. Podejdź do tego z otwartością. Obejrzyj co nieco z dzieckiem. Okaż mu swoje zaufanie i ciekawość. Jest więcej niż pewne, że znajdziesz wówczas wspólną płaszczyznę do budowania ufnej relacji. To, że dla Ciebie coś nie jest interesujące nie oznacza od razu, że jest głupie!

Moje dziecko interesuje się treściami niebezpiecznymi!

Po pierwsze - czy Ci się to podoba, czy nie - Twoje dziecko realizuje jakieś swoje potrzeby. Spróbuj do nich dotrzeć. A następnie mu o tym powiedz: "słuchaj, wydaje mi się, że potrzebujesz tego i tego i to jest powód dla którego szukasz takich treści."

Większość zachowań ryzykownych u ludzi ma źródło w niezaspokojonych potrzebach emocjonalnych. Tylko wówczas, gdy je odkryjesz możesz naprawdę skutecznie wspierać swoje dziecko.

Po drugie - musisz zdawać sobie sprawę, że na pewnym etapie rozwoju dzieci szukają treści kontrowersyjnych. Jeżeli przejawia się to tylko w nieprzyzwoitych rozmowach na czatach, albo w przeklinaniu - nie masz się czym martwić. Wytłumacz dziecku, że to normalne. Prawie każdy przechodzi przez ten etap. W ten sposób ludzie uczą się, że kontrowersje są atrakcyjne tylko w jakimś, ograniczonym zakresie. Jednocześnie pomóż dziecku zrozumieć, że w każdej sytuacji - może to prowadzić do konsekwencji w postaci chociażby interwencji innych dorosłych, którzy odkryją takie rozmowy, czy aktywności.

Jeżeli natomiast Twoje dziecko sięga do naprawdę szkodliwych treści - porozmawiajcie o tym, dlaczego to jest dla niego atrakcyjne! Nie oceniaj, nie startuj z pozycji złości i chęci ograniczenia, czy ukarania dziecka.

Wyjaśnij spokojnie swoje obawy. Warto, żebyś jako rodzic, pogłębił swoją wiedzę o tym, w co angażuje się Twoje dziecko. Jednak to, co jest najważniejsze to poszukanie sposobów na wyjaśnienie dziecku, dlaczego szuka takich a nie innych obrazów:

"wiem, że wiele razy w życiu doświadczyłeś odrzucenia i przemocy ze strony innych ludzi. Dlatego ten film w którym ktoś robi drugiej osobie krzywdę może ci się wydawać atrakcyjny. Dzięki temu nie czujesz się już słaby/słaba. Masz poczucie, że to ty jesteś tym silnym."

"Wydaje mi się, że budzi się w tobie zainteresowanie seksem. Ludzie w takiej sytuacji często szukają mocnych bodźców. Być może oglądasz pornografię, bo to pozwala ci zaspokoić twoje pożądanie. Wydaje ci się, że tak właśnie wygląda seks między ludźmi?"

"Zauważyłam, że interesują cię narkotyki/alkohol/cokolwiek. Wiesz, bardzo często jest tak, że człowiek, który nie radzi sobie ze swoimi emocjami i zdarzeniami w życiu szuka pocieszenia w różnych substancjach. To zupełnie normalne i wiele osób tak robi. Myślę, że ważniejsze jest jednak, żeby zobaczyć dlaczego tak jest."

Jeżeli będziesz dziecku zakazywać, wdrażać kontrolę rodzicielską zamiast rozmów - nie będziesz mieć pola do rozmowy o tym, co leży u podłoża zachowań Twojego dziecka. Straszenie go też nie przyniesie skutku. Niezaspokojone potrzeby i rozedrgane emocje nie znikną tylko dlatego, że coś ograniczysz, czy czegoś zakazesz.

Na koniec pamiętaj. Jeżeli Twoje emocje w obliczu aktywności internetowej dziecka są zbyt silne, byś mógł/mogła nad nimi panować - warto porozmawiać ze specjalistą. I wspólnie poszukać drogi do tego, by zrozumieć i pomóc zrozumieć.

Tak, Internet to nie jest piaskownica i plac zabaw. To miejsce w którym można znaleźć wiele, czasem szkodliwych treści. Ale kluczowe jest dotarcie do tego, co powoduje, że Twoje dziecko ich szuka.

Mały powrót do początku: uważaj!

Większość treści jest tylko "głupia" a nie szkodliwa. Przeczytaj ponownie punkt pierwszy.

Z JAK ZACHOWANIE

#ELEMENTARZAUTYZMU

Czym są zachowania trudne ?

"Zachowania trudne to zachowania, które stwarzają problemy ludziom w otoczeniu osoby, która tak właśnie się zachowuje. Nikt z niepełnosprawnością intelektualną, autyzmem, ADHD lub innymi zaburzeniami rozwoju nie jest diagnozowany lub leczony z tego powodu, że doświadcza jakichś problemów.[...]

Rzeczywistym powodem diagnozowania jest jednak to, że trudności w radzeniu sobie i w nawiązywaniu kontaktu z taką osobą mają jej bliscy."

Bo Hejlskov Elven - Nie gryzę, nie biję, nie krzyczę.

fundacja
Pródeste

Z „Nasze wyobrażenie o zachowaniu trudnym często opiera się na wiedzy ludzi funkcjonujących stosunkowo dobrze.[...] Dlatego nasze metody często wynikają z założenia, iż każde zachowanie jest racjonalne i rozmyślnie, a zatem można sprawić, by ludzie wybierali inaczej, jeżeli tylko konsekwencje pewnych zachowań będą wystarczająco jasne i oczywiste, lub też jeśli karząc i napominając, doprowadzimy do tego, że zachowanie trudne stanie się problemem dla osoby, która tak właśnie się zachowuje.

Ma się rozumieć, że nie zawsze tak jest. Często zachowanie, które personel bądź rodzice uważają za trudne, wcale takie nie jest dla tego, komu rzeczywiście sprawia problem.[...]

Najbardziej powszechne oczekiwania, które ja w swojej pracy uważam za przyczyny trudnych zachowań to:

- oczekiwanie kontroli poznawczej,
- oczekiwanie łatwości porozumiewania się z ludźmi,
- oczekiwanie całościowego oglądu sytuacji,
- oczekiwanie cierpliwości,
- oczekiwanie przystosowania się,
- oczekiwanie empatii,
- oczekiwanie ustępliwości,
- oczekiwanie nadwyżki emocjonalnej."

Zachowania trudne, to jeden z najczęstszych tematów, nad którymi pochylają się rodzice i specjaliści.

Przywołaliśmy cytaty z książki pt. "Nie gryzę, nie biję, nie krzyczę", której autorem jest Bo Hejlskov Elven.

Przedmowę do polskiego wydania (zajrzyjcie do wydawnictwa **Biała Plama**) napisała dr **Aśka Ławicka** autorka m.in. Człowiek w spektrum autyzmu. Podręcznik pedagogiki empatycznej - <https://prodeste.pl/e-book-czlowiek-w-spektrum-autyzmu.../>

Każdemu człowiekowi doświadczającemu w kontakcie z osobą ze spektrum autyzmu zachowań trudnych, z całego serca polecamy te dwie pozycje książkowe, które w wyjątkowy sposób wyjaśniają czym w istocie są owe zachowania i w jaki sposób postępować w ich obliczu.

fundacja Prodeste

Fundacja Prodeste

ul. Krakowska 51/16

45-018 Opole

tel. 77 441 77 07

KRS: 0000316914

NIP: 754-295-62-18

REGON: 160224439

Jesteśmy organizacją pożytku publicznego.

Możesz wesprzeć działalność statutową Fundacji wpłacając darowiznę lub przekazując 1% swojego podatku.

Numer konta darowizn

82 1750 1194 0000 0000 2120 2584

www.prodeste.pl

www.facebook.com/prodeste