

## Periodyk Budowania Świadomości o spektrum autyzmu...czyli Gdy się oswoisz, to się nie boisz...

### Dzień Świadomości Autyzmu

2 kwietnia to Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Został on ustanowiony w 2008 r. Jego celem jest propagowanie wiedzy na temat autyzmu i budowanie wrażliwości społecznej w tym zakresie.

### Czym jest autyzm?

Autyzm jest zaburzeniem rozwoju związanym z nieprawidłowym funkcjonowaniem układu nerwowego. Przy odpowiednich metodach terapeutycznych można zmniejszyć jego nasilenie. Jeszcze niedawno uważano, że autyzm dotyczy głównie chłopców – był diagnozowany u nich niemal cztery razy częściej niż u dziewcząt. Stąd też symbolicznym kolorem autyzmu stał się niebieski. Najnowsze badania pokazują jednak, że autyzm w takim samym stopniu dotyka mężczyzn, jak i kobiety.



### Polska na niebiesko i różowo...

W Światowym Dniu Świadomości Autyzmu wiele budynków zostaje podświetlonych na niebiesko i różowo. To wyraz solidarności z osobami z autyzmem i ich rodzinami. Kolory te symbolizują fakt, że autyzm dotyka zarówno kobiety, jak i mężczyzn.

Celem akcji jest zwiększenie świadomości społecznej na temat autyzmu oraz zwrócenie uwagi na potrzebę większej empatii i tolerancji dla odmiennych możliwości i potrzeb osób ze spektrum autyzmu. Kampania przyczynia się również do kształtowania właściwych postaw prospołecznych oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu.

### Jak objawia się autyzm?

1. Osoby z autyzmem mają kłopoty z nawiązywaniem i utrzymywaniem relacji społecznych. Mogą unikać kontaktu wzrokowego nawet w stosunku do rodziców.



2. U dzieci z autyzmem występuje opóźniony rozwój mowy. Część z nich nigdy nie nabywa umiejętności posługiwania się mową- do komunikowania się z innymi używają gestów, mimiki, obrazków.



3. Autystyczne osoby w odmienny sposób odbierają też wrażenia zmysłowe: dźwięki, obrazy, zapachy czy dotyk. Mogą inaczej niż Ty reagować na światło a nawet na ból. Potrafią być rozdrażnione przez bodźce płynące z otoczenia lub wręcz przeciwnie zafascynowane nimi.



4. Niekiedy wyróżniają się nietypowym zainteresowaniem przedmiotami. Wiele dzieci bawi się w specyficzny, powtarzalny sposób. Wielokrotnie wykonują tę samą czynność wykorzystując przedmioty w inny sposób.



### Każdy z nas jest wyjątkowy!!!

Autyzm diagnozuje się u około 1 na 100 dzieci. Oznacza to, że w naszym kraju żyje około 400 tysięcy osób z tym zaburzeniem. Cztery razy częściej występuje u chłopców niż u dziewczynek. Na co dzień osoby te często spotykają się z brakiem akceptacji, negatywnymi komentarzami czy odrzuceniem...

### Co możesz zrobić?

**"Poznaj. Zrozum. Nie oceniaj. Akceptuj"**



Każdy z nas może wyrazić swoją solidarność z osobami z autyzmem włączając się w globalną akcję:

**"Zaświeć na niebiesko!"**

W tym dniu symbolem łączności jest kolor niebieski. Możemy tego dnia ubrać się na niebiesko, propagować logo akcji w Internecie a także wesprzeć finansowo organizacje działające na rzecz osób z autyzmem.



### Najpopularniejsze mity na temat autyzmu

#### 1. Autyzm to choroba...

Autyzm nie jest chorobą, lecz zaburzeniem rozwojowym. Oznacza to, że deficyty w komunikowaniu się, nawiązywaniu relacji społecznych czy w zachowaniu, pojawiające się w ciągu pierwszych lat życia, będą towarzyszyć człowiekowi już do samego końca. Innymi słowy – autyzm jest czymś, czego nie da się wyleczyć. Jednak odpowiednio przeprowadzone działania, takie jak np. terapia, mogą

poprawić funkcjonowanie dziecka lub dorosłego w otaczającym go świecie.

## 2. Autyzm wywołują szczepionki, niewłaściwa postawa rodzicielska, zanieczyszczenia środowiska lub zła dieta.

Nic z tych rzeczy! Nie ma żadnych naukowych badań, które potwierdzałyby słusność tych hipotez. Naukowcy od lat zajmują się szukaniem przyczyn autyzmu i wciąż ciężko jest im jednoznacznie ustalić, co go wywołuje. Najnowsze badania wskazują na podłoże neurologiczne, genetyczne i środowiskowe.

## 3. Osoby dotknięte autyzmem, nie okazują uczuć, nie kochają, ani nie przytulają się do innych.

Jest to bardzo krzywdzące uogólnienie. Co prawda, sfera emocji u osób z autyzmem jest zaburzona, jednak nie można stwierdzić, że nie czują oni miłości ani innych ciepłych uczuć do bliskich sobie osób. Mają jedynie problem z ich okazaniem czy też odczytywaniem intencji innych, przez co ich relacje społeczne są dość skomplikowane. Część osób z autyzmem z chęcią przytula się do swoich bliskich i szuka kontaktu fizycznego, część jednak rzeczywiście tego unika.

## 4. Osoby z autyzmem są agresywne.

Stwierdzenie to należy do krzywdzących. Oczywiście, zachowania te mogą się pojawiać – tak jak pojawiają się u osób niedotkniętych autyzmem, jednak nie jest to objaw autyzmu. Jest to wynik frustracji, pojawiający się na skutek problemów z komunikowaniem swoich potrzeb czy braku rozumienia sytuacji społecznych. Trudne zachowania mogą wskazywać także na zaburzenia integracji sensorycznej.

## 5. Wszystkie osoby z autyzmem nie mówią.

Jest to kolejna nieprawdziwa informacja. Osoby z autyzmem komunikują się na różnym poziomie, a ich mowa jest specyficzna. Jednak prawidłowo przeprowadzona terapia przyczynia się do tego, że u większości dzieci z autyzmem rozwija się umiejętność komunikowania i mowy. Informują o swoich potrzebach i możliwe jest przeprowadzenie z nimi konkretnej, logicznej rozmowy.

Osoby z zespołem Aspergera często bardzo sprawnie posługują się mową, mają jedynie problem z użyciem języka we właściwym kontekście sytuacyjnym. Problemem mogą być niektóre żarty czy metafory, które osoby te odbierają w sposób dosłowny. Faktem jest, że część dzieci i dorosłych z autyzmem nie mówią i muszą wspomagać się komunikacją alternatywną – nie jest to jednak zasada i nie dotyczy wszystkich osób dotkniętych tym zaburzeniem.

## 6. Osoby z autyzmem mają wybitne uzdolnienia.

Czy to prawda? Niekoniecznie. Statystycznie rzecz ujmując, wśród osób z cechami ze spektrum autyzmu odsetek osób o nadprzeciętnej inteligencji jest taki sam, jak wśród reszty społeczeństwa. Tylko część z nich ma wybitne zdolności, które pozwalają na szczególne osiągnięcia w różnych dziedzinach, jak np. matematyka, fizyka czy chemia. Takie osoby nazywamy sawantami. Należy do nich Daniel Tammet, który z pamięci potrafi wyrecytować 22 514 cyfr liczby pi i posługuje się biegle jedenastoma językami. Uzdolnienia te jednak wiążą się z deficytami z zakresu funkcjonowania społecznego. Spotkaliśmy się też z określeniem osób ze spektrum autyzmu, jako osób z niepełnosprawnością umysłową. Tymczasem najnowsze badania wykazują, iż jedynie 30% osób ma niepełnosprawność umysłową w różnym stopniu, większość

jest w normie intelektualnej, niekiedy nawet wyższą od przeciętnej.

## 7. Można rozpoznać osobę z autyzmem po jej wyglądzie.

Na pierwszy rzut oka nie da się stwierdzić czy ktoś ma autyzm. Ludzie ze spektrum autyzmu nie różnią się od nas fizycznie, tak jak chociażby jest to w przypadku osób z zespołem Downa. Dlatego warto powstrzymać się, gdy następnym razem zechcemy skrytykować rodzica dziecka, które dziwnie zachowuje się w kolejce do sklepu czy na placu zabaw. Nie zawsze przyczyną jest tu brak dobrego wychowania, a mylną oceną można komuś zrobić dużą krzywdę.



## 8. Autyzm jest winą rodziców.

Cała awantura rozpoczęła się od nieopatrnych słów badacza Leo Kanner wypowiedzianych w... 1943 roku jakoby chłodne,

zdystansowane matki miały być przyczyną autyzmu. Kanner sam zdecydowanie wycofał się ze swojej wczesnej opinii już ponad 70 lat temu, ale ona wciąż pokutuje w społeczeństwie raniąc wiele osób. Nadal nie znamy jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, co powoduje autyzm. Wiemy jednak, że rodzice nie mają żadnego wpływu na to czy ich dziecko rodzi się z autyzmem, czy też nie.

## 9. Uczeń z autyzmem powinien iść do szkoły specjalnej.

To rodzic decyduje gdzie najlepiej będzie uczyło się jego dziecko. Można wybierać wśród szkół specjalnych, integracyjnych i oczywiście, masowych. Pojawia się także coraz więcej placówek czy klas tylko dla dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu.

## 10. Autyzm to choroba psychiczna, upośledzenie umysłowe.

Według klasyfikacji ICD-10 Światowej Organizacji Zdrowia WHO autyzm jest całościowym zaburzeniem rozwoju, co znaczy, że ma wpływ na wszystkie obszary funkcjonowania danej osoby. Nie jest jednak chorobą psychiczną. Nie jest także tożsamy z niepełnosprawnością intelektualną, wiele osób ze spektrum autyzmu posiada inteligencję równą lub wyższą od normy.



*Nauczyłem się, że każda istota ludzka, z niepełnosprawnością lub bez, musi starać się robić wszystko, co w jej mocy i dążąc do szczęścia osiągnie szczęście. Widzisz, dla nas autyzm jest normalny – więc nie możemy być pewni, jak wygląda twoja „normalność”. Ale tak długo, jak możemy nauczyć się kochać siebie, nie jestem pewien, jak ważne jest czy jesteśmy normalni, czy autystyczni. - Naoki Higashida*

*Dziękujemy za uwagę, życzymy miłej lektury  
Samorząd Uczniowski SP 109 w Łodzi*