

**Бережіть себе та своїх
близьких!**



**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності
Кіровоградської області**

**ЯК ЗРОЗУМІТИ ТА ПІДТРИМАТИ
ЛЮДЕЙ З АУТИЗМОМ?**



м. Кропивницький

Наша адреса:

Україна, 25009, Кіровоградська обл.,
місто Кропивницький, вул.Глинки,
будинок 2
тел. 0522 330015
e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua
сайт: www.kr.dsns.gov.ua
ми у Facebook:



Якщо ви бачили одну дитину з аутизмом — це означає, що ви бачили лише одну дитину з аутизмом. Двох однакових осіб з розладами спектра аутизму не існує.

Через що виникає аутизм?

Наразі відомо, що генетичний фактор є одним із ключових у розвитку розладу. Іншим чинником є органічне ураження центральної нервової системи. У дітей з аутизмом порушуються процеси сприйняття та обробки інформації, неналежним чином функціонують мережі мозку, які відповідають за організацію поведінки загалом, соціальної зокрема.

Аутизм — це не хвороба, яку ми можемо вилікувати. Це, швидше, стан вразливості, який потребує чутливого ставлення до людини.

ДІТИ

Які перші прояви аутизму?

Червоними прапорцями є такі ознаки:

- дитина майже не встановлює зоровий контакт або робить це у незвичний спосіб;
- дитина виявляє значно менше цікавості, ніж очікується, до того, що відбувається;
- ви помітили, що дитина ніби перебуває у власному світі, бавиться сама;
- малюк не наслідує поведінку та ігри інших людей, зокрема батьків;
- дитина починала говорити, а потім перестала та/або розвиток мовлення не відповідає віку дитини;
- дитина уникає будь-якого контакту — не любить, коли до неї торкаються, обіймають тощо;
- відсутня реакція на прості вказівки та/або звернення до дитини — при тому, що поведінка в інших ситуаціях вказує на те, що зі слухом дитини все гаразд;
- дитина механічно та багаторазово повторює почуті слова, наприклад, з телепрограм; — не використовує жестів і міміки при спілкуванні, повторює останні слова речень, звернених до неї;

- має стереотипні рухи, наприклад, крутіння головою, розгойдування тощо;
- дитину важко зупинити, відволікти від одноманітних повторюваних дій;
- різко реагує на будь-які зміни у звичних ритуалах. Наприклад, наполегливо вимагає їсти лише з певного посуду, одягатися тільки у визначений одяг, ходити тільки визначеним шляхом тощо.

Якщо ви спостерігаєте в дитини кілька ознак із перелічених, варто відвідати спеціаліста/ку. Звісно, діагноз не встановлюється лише на основі перелічених ознак. Існують певні діагностичні критерії, якими керується фахівець/чиня.

Що можна і що не варто робити батькам

- Можна й потрібно робити все, що й у випадку дітей, які не мають червоних прапорців розвитку. Зокрема — задовольняти фізичні та психологічні базові потреби дитини.
- При цьому є велика потреба у кваліфікованій і комплексній допомозі з боку фахівців/чинь для належного розвитку. Зокрема для можливості розвинути необхідні навички для соціальної взаємодії, де є дефіцити.
- Важливо усвідомлювати, що попри деякі порушення в роботі, мозок завжди має потенціал до навчання. За допомогою спеціальних методик можна коригувати небажану поведінку дітей із аутизмом, сприяти розвитку мовлення і соціалізації.
- Важливо мати чіткий план дій, щоб розуміти, куди рухатись далі і як найкраще організувати допомогу. Кількість послуг, які пропонують фахівці/чині є неймовірно великою, проте не всі вони є потрібними для дитини з аутизмом.

ДОРΟΣЛІ

Як розпізнати та підтримати?

- У дорослих спектр ознак також є широким — від легких проявів до важких симптомів. Визначальним є наявність

функціонального мовлення та рівень інтелекту. Якщо доросла людина достатньо добре може комунікувати, то важко одразу розпізнати певні ознаки. Щобільше, для людей із легким спектром ознак можуть бути характерні неймовірні, навіть вражаючі здібності в обмеженому колі інтересів. Часто емоційна чутливість залишається впродовж усього життя.

- У підлітковому віці можна спостерігати розвиток суміжних розладів (тривожних, депресії тощо), які маскуються за цією вразливістю.

На що звернути увагу при взаємодії з людиною, яка має аутизм:

- Інколи може виглядати, що людина вас не чує, не зауважила, не розуміє чи ігнорує. Не робіть передчасних висновків, дайте час і простір для відповіді. Часом, привітної посмішки з вашої сторони чи привітання може бути достатньо.
- Люди з аутизмом легше сприймають візуальну інформацію, ніж звуки. Це пов'язано з особливостями сенсорної обробки інформації. Тому краще для ефективного спілкування застосовувати короткі фрази, паузи та уникати порівнянь.
- Щоб зменшити сенсорне навантаження, у супермаркетах та інших місцях скупчення людей можна створити більш комфортні умови перебування — наприклад, організувати “тиху годину”, коли не грає музика.
- Людина з аутизмом може поводитись незвично — розхитуватися, махати руками, ходити колами по кімнаті тощо. Намагайтесь поважати і не звертати увагу на таку поведінку.
- Емоційні реакції, які ми можемо спостерігати, є типовими для людей з аутизмом і потребують часу. Після заспокоєння людина може відчувати надмірне сенсорне навантаження, розгубленість, страх і розчарування. Можна запропонувати допомогу, та у випадку відмови або відсутності будь-якої реакції, не приймайте це на власний рахунок.