

**PORADNIA
PSYCHOLOGICZNO – PEDAGOGICZNA
NR 1 W ZAMOŚCIU**

Joanna Blaszka

***Autyzm.
Poradnik dla rodziców***

Zamość 2016

„NIC NIE WSKAZYWAŁO NA TO...”.

*Po kilkunastomiesięcznym okresie prawidłowego rozwoju, dziecko może zacząć wycofywać się z kontaktów, przestaje reagować na głos i widok najbliższych mu osób, a także na dźwięk swojego imienia. Sprawia wrażenie, jakby nie słyszało. Nie potrafi utrzymać kontaktu wzrokowego - „wyłącza się”. Przestaje mówić. Zwykle bawi się w ten sam sposób np. układa coś w szeregu. Nie obserwuje zabawy innych dzieci i nie bawi się z nimi. Przejawia emocje nieadekwatne do sytuacji. Bywa, że nie reaguje na bodźce dochodzące z otoczenia, albo wykazuje lęk przed nimi. **Rozwój fizyczny przebiega najczęściej prawidłowo, ale widoczny jest regres w innych sferach – w zakresie komunikacji, kontaktów społecznych, zachowania i umiejętności zabawy.** Fakt ten jest sygnałem, że trzeba skorzystać z pomocy specjalistów.*

Na regres w rozwoju malucha wskazują rodzice w co trzecim przypadku autyzmu.

Zdarza się też, że nieprawidłowości rozwoju obserwowane są już w ciągu pierwszych kilku miesięcy życia dziecka.

CZYM JEST AUTYZM?

Autyzm jest **całościowym zaburzeniem rozwoju dziecka.**

Oznacza to, że u dotkniętych nim dzieci obserwuje się objawy nieprawidłowego funkcjonowania we wszystkich obszarach rozwoju. Występują zwłaszcza nieprawidłowości w relacjach społecznych – z innymi osobami (nawet z najbliższymi członkami rodziny), komunikowaniu się – przekazywaniu i odbiorze informacji oraz w rozwoju zabawy (dziecko nie potrafi się bawić tak, jak inne dzieci w jego wieku, zajmuje się np. układaniem zabawek w szeregu, obracaniem elementów w palcach, stukaniem przedmiotami), w zachowaniu (np. pojawia się agresja, lęk przed zmianami, powtarzające się dziwne ruchy, uporczywe powracanie do wybranych czynności).

Pierwsze symptomy autyzmu, jak wspomniano powyżej pojawiają się bardzo wcześnie, ale zawsze są widoczne przed ukończeniem przez dziecko 3 roku życia. Choć autyzm można zdiagnozować już u bardzo małych dzieci, to bywa, że diagnozę taką otrzymują również nastolatki, a nawet osoby dorosłe. Nie podjęcie terapii może prowadzić do głębokich zaburzeń funkcjonowania w późniejszym wieku.

JAK SPRAWDZIĆ, CZY MOJE DZIECKO MA AUTYZM?

Jeśli rodzice, opiekunowie są zaniepokojeni zachowaniami swojego dziecka wstępnie mogą:

- **skorzystać ze strony internetowej <http://badabada.pl/ankieta/>.**

Zamieszczona tam ankieta **jest przeznaczona dla rodziców dzieci w wieku 16 do 30 miesięcy.** Została opracowana w celu oceny ryzyka wystąpienia zaburzeń ze spektrum autyzmu. Po jej wypełnieniu i przesłaniu on-line rodzic otrzymuje informację zwrotną, z ewentualnymi danymi kontaktowymi do poradni specjalistycznych,

- **porównać osiągnięcia rozwojowe swojego dziecka z listą umiejętności rozwojowych odpowiadających jego wiekowi** (podaną przez Fundację Synapsis <http://synapsis.org.pl/zycie-z-autyzmem/dla-rodzicow-i-opiekunow>).

Jeśli otrzymane informacje/wyniki są niepokojące, niejednoznaczne rodzice **w pierwszej kolejności** powinni udać się do najbliższej publicznej poradni psychologiczno – pedagogicznej, gdzie bezpłatnie przeprowadzone zostaną specjalistyczne badania, obserwacje dziecka. Specjaliści dokonają diagnozy, udzielą rodzinie wsparcia, poinformują o dostępnych formach pomocy i terapii, także w poradni.

W Zamościu działają dwie publiczne poradnie psychologiczno – pedagogiczne:

- Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna Nr 1, ul. Okrzei 24, tel.84 639-56-99 (przyjmuje dzieci zamieszkujące na terenie Zamościa, a także spoza Zamościa uczęszczające do zamojskich przedszkoli, ośrodków, szkół),
- Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna Nr 2, ul. Okrzei 24, tel. 84 639-59-96 (przyjmuje dzieci spoza Zamościa, zamieszkujące w powiecie zamojskim).

Jeśli rodzice, opiekunowie ciągle czują niepewność, czy to na pewno autyzm, mimo otrzymanej już diagnozy, mogą dodatkowo skorzystać z konsultacji w specjalistycznych ośrodkach.

Najbliższe specjalistyczne ośrodki diagnozy i terapii autyzmu:

I. Chełm: Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "MARMED"

- **Poradnia dla dzieci z autyzmem**, ul. Szymanowskiego 6, 22-100 Chełm, tel. (082) 563 90 74,

II. Lublin: NZOZ Centrum Medyczne SANUS - Poradnia dla dzieci z autyzmem, ul. Kiwerskiego 3, 20-240 Lublin, tel. (081) 747 39 99, 0 668 136 582.

III. Lublin: NZOZ Centrum Terapii Autyzmu Alpha - Poradnia dla osób z autyzmem i pokrewnymi zaburzeniami rozwoju, ul. Cicha 10, 20-078 Lublin, tel. (081) 532 58 06.

IV. Warszawa: Fundacja Synapsis, ul. Ondraszka 3, 02-085 Warszawa, tel./fax (+48 22) 825 87 42.

UWAGA: W przypadku długiego oczekiwania na diagnozę nie można czekać z oddziaływaniami terapeutycznymi. Powinny one być podjęte już na podstawie wstępnego rozpoznania, bez czekania na potwierdzenie ostatecznej diagnozy. **Im wcześniej podjęta terapia, tym większa szansa na wyrównanie problemów rozwojowych dziecka.**

CZY MOŻNA WYLECZYĆ AUTYZM ?

Nie ma leku na wyleczenie zmian w mózgu, które są czynnikami powodującymi autyzm. Przy właściwych oddziaływaniach niektóre objawy autyzmu mogą z czasem być bardziej łagodne - mniejsze (ale będą się utrzymywały), inne mogą zniknąć, mogą też pojawić się nowe.

Systematyczna praca z dzieckiem umożliwi poprawę jego umiejętności komunikacyjnych, społecznych, zabawy, wpłynie na polepszenie ogólnego stanu funkcjonowania.

Najważniejsze jest współuczestnictwo rodziców w procesie terapii. Ścisła współpraca ze specjalistami, zarówno w zakresie przekazywania im swoich spostrzeżeń, realizacji ich zaleceń w domu, ale też aktywnego udziału w zajęciach terapeutycznych. Pozwoli to rodzicom czuć nad przebiegiem terapii, zauważać jej efekty.

CZY DIETA JEST POMOCNA W TERAPII?

Najczęściej stosowanymi dietami w przypadku dzieci, jak i dorosłych osób z autyzmem jest **dieta bezglutenowa, bezcukrowa, bezmleczna**. Wprowadzenie diety jest procesem długotrwałym i trudnym, ale rodzice podejmują się tego trudu, by pomóc swojemu dziecku.

Wielu z nich twierdzi, że po wprowadzeniu określonej diety obserwują poprawę funkcjonowania dziecka. Trudno jest jednak jednoznacznie ocenić jej skuteczność, gdyż łącznie z dietą prowadzone są przecież różnego rodzaju terapie, stosowane są środki farmakologiczne, suplementy.

Jeżeli zdecydują się Państwo na stosowanie tak radykalnej diety, to musi być ona stosowana przy współpracy z dietetykiem (najlepiej doświadczonym w pracy z dziećmi z zaburzeniami ze spektrum autyzmu).

CZY OSOBY Z AUTYZMEM SĄ NIEPEŁNOSPRAWNE INTELEKTUALNIE (UPOŚLEDZONE UMYŚLOWO)?

Autyści w odmienny sposób odbierają i przetwarzają informacje, ale wcale nie musi to łączyć się z niskim ilorazem inteligencji – niepełnosprawnością intelektualną. Bywa jednak, że przyczyny, które spowodowały autyzm równocześnie powodują inne problemy w funkcjonowaniu mózgu, takie jak niepełnosprawność intelektualna.

Osoby autystyczne, które nie mają obniżonych możliwości intelektualnych mogą, dzięki wcześnie podjętej terapii dość dobrze funkcjonować w rodzinie, przedszkolu, szkole, w dorosłym życiu. Zaś osoby, które jednocześnie są upośledzone umysłowo, poprzez odpowiednie oddziaływania, uzyskują możliwość optymalnego rozwoju swoich umiejętności (odpowiednio do ich możliwości). Wśród autystów mogą też być tzw. sawanci – osoby posiadające w jednej bądź kilku sferach genialne zdolności, odznaczające się doskonałą pamięcią.

GDZIE KORZYSTAĆ Z TERAPII, NAUCZANIA DZIECI Z AUTYZMEM?

Dzieci z diagnozą autyzmu, które nie uczęszczają jeszcze do szkoły mogą (na podstawie opinii wydanej przez poradnię psychologiczno-pedagogiczną) korzystać z **zajęć wczesnego wspomaganie rozwoju** - od momentu rozpoznania autyzmu do podjęcia nauki w szkole. Są to najczęściej indywidualne zajęcia prowadzone przez odpowiednich specjalistów (psychologa, pedagoga, logopedę, rehabilitanta), w wymiarze od 4 do 8 godzin w miesiącu. Organizowane mogą być w przedszkolach, szkołach, w tym w specjalnych, w innych formach wychowania przedszkolnego, w ośrodkach, poradniach psychologiczno-pedagogicznych.

Od 3 r.ż. dziecko autystyczne może być objęte kształceniem specjalnym (na podstawie orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego wydanego przez publiczną poradnię psychologiczno - pedagogiczną).

Dzieci posiadające takie orzeczenia mogą uczęszczać do przedszkola ogólnodostępnego, przedszkola z oddziałami integracyjnymi, przedszkola specjalnego, szkoły ogólnodostępnej, szkoły z oddziałami integracyjnymi lub specjalnej. Ostatecznego wyboru rodzaju przedszkola, szkoły dokonują rodzice dziecka i każda wybrana instytucja musi brać pod uwagę ich decyzję.

Uwaga: Dziecko autystyczne objęte kształceniem specjalnym może także niezależnie od tego korzystać z zajęć wczesnego wspomaganie rozwoju (na etapie edukacji przedszkolnej – do momentu podjęcia nauki w szkole).

Zajęcia wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka prowadzone są w następujących zamojskich placówkach:

- Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej Nr 1 (ul. Stefana Okrzei 24),
- Ośrodka Rehabilitacyjno – Edukacyjno – Wychowawczym (ul. Orlicz - Dreszera 14),
- Ośrodka Rehabilitacyjno - Terapeutycznym dla Dzieci Niepełnosprawnych „Krok za Krokiem” (ul. Peowiaków 6a),
- Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym (ul. Śląska 45 A).

Zamojskie przedszkola z oddziałami integracyjnymi:

- Przedszkole Miejskie z Oddziałami Integracyjnymi Nr 7 (ul. Asnyka 3),
- Przedszkole Miejskie z Oddziałami Integracyjnymi Nr 13 (ul. Wąska 7),

Zamojskie przedszkole specjalne (dla dzieci z autyzmem):

- Przedszkole Nr 3 Specjalne (przy Specjalnym Ośrodku Szkolno – Wychowawczym, ul. Śląska 45 A).

Zamojskie szkoły podstawowe z oddziałami integracyjnymi:

- Szkoła Podstawowa Nr 7 z Oddziałami Integracyjnymi (przy Zespole Szkół Nr 2 - ul. Sienkiewicza 5),
- Szkoła Podstawowa Nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi (przy Zespole Szkół Nr 1- ul. Peowiaków 30A).

Szkoła Specjalna w Zamościu:

Szkoła Podstawowa Nr 11 Specjalna (przy Specjalnym Ośrodku Szkolno - Wychowawczym - ul. Śląska 45 A).

***Z CZEGO WYNIKAJĄ TRUDNE ZACHOWANIA DZIECI AUTYSTYCZNYCH?
JAK SOBIE Z NIMI RADZIĆ?***

Dzieci z autyzmem zachowują się tak, jakby żyły w swoim świecie, a otoczenie było im obojętne, albo ich drażniło. Ponieważ mają problemy z komunikowaniem, wyrażaniem swoich potrzeb, uczuć. Nietypowe reakcje, zachowania są dla nich jedynym sposobem, by pokazać co czują.

Dzieci te w inny sposób „odczuwają” otoczenie. Odbierane przez nie bodźce mogą być dla nich bardzo nieprzyjemne, niezrozumiałe i w znaczący sposób mogą przeszkadzać w codziennym funkcjonowaniu. Ich system nerwowy nie jest w stanie bez zakłóceń zbierać informacji pochodzących od zmysłów. Specjaliści określają te

trudności **zaburzeniami sensorycznymi**. Zaburzenia dotyczące jednego lub kilku zmysłów uwidaczniają się poprzez nietypowe – określane przez otoczenie jako „dziwne” zachowania. Dziecko autystyczne może bronić się przed dotykiem, unikać dotykania różnych przedmiotów, źle reagować na intensywne światło lub wręcz przeciwnie domagać się pulsującego i kolorowego, zatykać uszy w sytuacjach dość często niezrozumiałych dla innych, obwąchiwać wszystko, itp.

Może więc się bronić przed jakimiś bodźcami, albo wręcz się ich domagać, poszukiwać. Mówimy wówczas o **nadwrażliwości sensorycznej albo podwrażliwości sensorycznej, poszukiwaniu wrażeń sensorycznych**.

Powyższe zaburzenia powodują, że dzieci autystyczne starają się na swój sposób stwarzać dla siebie warunki, w których będą się czuć bezpiecznie. Starają się radzić sobie z docierającymi do nich bodźcami, porządkują sobie otoczenie. Stały schemat podczas spacerów, powtarzalność czynności, a więc możliwość przewidywania co się za chwilę wydarzy daje im poczucie bezpieczeństwa, zaś nowe sytuacje stanowią zagrożenie, powodują lęk.

Stereotypie – np. kręcenie się wokół własnej osi, kiwanie się, podskoki, wyginanie rąk, wprawianie przedmiotów w ruch wirowy, powtarzanie pojedynczych dźwięków, itp. są sposobem dziecka na dostarczanie sobie odpowiednich do jego potrzeb stymulacji - poprawy funkcjonowania układu nerwowego, a tym samym samopoczucia.

Pomocna jest w tym zakresie **terapia integracji sensorycznej (SI)**. Odbywa się ona w sali specjalnie do tego przystosowanej i wyposażonej w odpowiednie przyrządy. Podczas sesji dziecko huśta się w hamaku, toczy w beczce, balansuje na kołysce, itp. Przez przyjemną i interesującą dla dziecka zabawę następuje poprawa funkcjonowania układu nerwowego, co wpływa na ułatwienie poznawania otoczenia, eliminowanie „dziwnych zachowań”- własnych sposobów stymulacji (wspomnianych powyżej).

Specjaliści ukierunkowują pracę rodzica z dzieckiem w domu, podpowiadają co może być przyczyną różnych nietypowych zachowań, jak sobie z nimi radzić.

Reasumując, wynikiem powyższych problemów dzieci autystycznych w „odbiorze otoczenia”, komunikowaniu się z nim są występujące u nich różnorodne trudne zachowania. Najczęściej są to stereotypie (autostymulacja), zachowania lękowe, nadpobudliwość, agresja, autoagresja (agresja skierowana na własną osobę, samookaleczanie), opór, specyficzne odżywianie się, kłopoty ze snem, zachowania autoerotyczne.

Trudne zachowanie może bezpośrednio wynikać z czegoś, co jest z pozoru nieistotne, a ma kluczowe znaczenie dla danej sytuacji - np. podczas mycia zapach mydła. **Ważne jest więc odnalezienie przyczyny.**

Jak postępować?

- Trzeba rozważyć, czy zachowanie dziecka nie wynika ze złego samopoczucia, odczuwanego bólu, o którym nam nie może powiedzieć. Może trzeba pokonać ból.
- Zastanówmy się, czy być może dziecko przekazuje swoim zachowaniem komunikat typu: „drażni mnie” – np. zapach, dźwięk; lub inny komunikat (wniosek można wyciągać obserwując dziecko, analizując całą sytuację). Pomogą w tym podpowiedzi terapeutów.

- Należy wcześniej objaśniać dziecku co będzie się za chwilę działo, gdzie ono pojedzie, itp. **Ważne jest, by to, co dzieje się w otoczeniu było dla niego przewidywalne.**
- Trzeba budować z dzieckiem dobry kontakt, pracować nad komunikacją z nim, by chciało ono wchodzić w relacje z innymi, mogło przekazywać informacje, łatwiej uczyło się pożądanых zachowań.
- Czasami **nie należy zwracać uwagi** na niewłaściwe zachowania – jeśli nikomu one nie zagrażają (np. w przypadku wymuszania czegoś krzykiem). Reakcja rodziców (nawet ta, która naszym zdaniem jest dla dziecka nieprzyjemna) może dla niego być nagrodą. Celem zachowania było zwrócenie na siebie uwagi i jeśli na nie zareagujemy dziecko osiągnie ten cel. Szybko też nauczy się jak manipulować dorosłym.
- **Stosujmy wzmocnienia pozytywne** bezpośrednio po pożądanym zachowaniu, które chcemy wzmocnić, nad którym pracujemy. Jeżeli w następstwie działania osoby z autyzmem będzie jakieś przyjemne dla niej wydarzenie, nagroda – to zwiększa się prawdopodobieństwo, że to samo zachowanie powtórzy ona w przyszłości.
Nagrodą może być jedzenie, picie, zabawa, ulubiona zabawka, itp. oraz odpowiednia pochwała. Jest to bardzo indywidualne. Rodzic wie, co naprawdę dziecko ucieszy. Jednak należy się upewnić, czy jest to dla niego przyjemne.
Ale uwaga: nie wzmocniamy niewłaściwych zachowań np. poprzez przytulenie, pogłaskanie. Zdarza się przecież, że przy krzyku dziecka, piskach rodzic próbuje w ten sposób uciszyć, uspokoić malucha.
- Na pewien czas można rezygnować ze stawiania wymagań, unikania sytuacji wyzwalaających trudne zachowania, pozwalając na przyjemne dla danej osoby działania, aby ją „wyciszyć”, ale jest to rozwiązanie chwilowe. Należy „przepracować” konkretne sytuacje, poszukać rozwiązań, które pozwolą na stopniowe oswojenie się z nowymi, trudnymi dla niej doznaniem.

Z pewnością nie da się uniknąć wszystkich negatywnych zachowań dziecka, lecz istotne jest, by ograniczyć je do minimum. Wobec tego powinniśmy uważnie czuwać nad otoczeniem osoby autystycznej, analizować konkretne sytuacje oraz pracować nad właściwym sposobem komunikowania się z nią.

TRUDNOŚCI DZIECKA AUTYSTYCZNEGO W KOMUNIKOWANIU SIĘ. JAK SIĘ Z NIM POROZUMIEWAĆ?

Trudności dziecka autystycznego w zakresie komunikowania się mogą polegać na:

- opóźnionym lub braku rozwoju mowy,
- braku komunikowania się poprzez gesty, mimikę, postawę ciała (gdy nie ma mowy). Dzieci z autyzmem aby coś uzyskać, otrzymać to, co chcą posługują się ciałem innej osoby jak przedmiotem, prowadząc ją do upragnionego obiektu i popychając jej rękę w danym kierunku,
- nierozumieniu złożonych wypowiedzi,
- występowaniu mowy echolalicznej (powtarzanie za kimś zasłyszanych dźwięków, słów, całych wypowiedzi),
- braku inicjowania rozmowy, zadawania pytań, czy komentowania wydarzeń lub wypowiedzi innych osób. Najczęściej występują prośby, protest lub ewentualnie odpowiedzi na proste pytania. Nie obserwuje się zwykle

potakiwania lub uśmiechania się odpowiednio do sytuacji. *Niektóre dzieci mówią płynnie i mają bogate słownictwo, ale nie inicjują i nie podtrzymują rozmowy,*

- specyficznym sposobie mówienia. Często jest to mówienie monotonnym, niezmiennym tonem,
- mówieniu o sobie w 3 os. l. poj., np.: "Marek chce jeść" lub "On chce jeść",
- braku rozumienia przenośni, porównań, wieloznaczności słów, dowcipów.

W celu poprawy komunikacji z dzieckiem należy:

- kierować do niego proste, krótkie komunikaty, pytania,
- w razie potrzeby przy poleceniu demonstrować oczekiwane czynności,
- prowokować dziecko do tego, by wskazało o co mu chodzi, czy nazwało (uczmy przekazywania informacji o swoich potrzebach),
- uczyć je dokonywania wyboru spośród 2 możliwości poprzez wskazanie, czy użycie gestu „tak”, „nie”,
- naśladować dźwięki wydawane przez dziecko i zachęcać do naśladowania naszych dźwięków, słów – odpowiednio do sytuacji.

Nawet jeśli dziecko nie mówi wielkim sukcesem jest kiedy w inny sposób przekazuje informacje.

JAK BAWIĆ SIĘ Z DZIECKIEM AUTYSTYCZNYM? NA CZYM POLEGA TERAPIA W ŚRODOWISKU RODZINNYM?

Większość autystycznych dzieci spędza czas układając piramidy z klocków lub różnych innych przedmiotów, machając sznureczkami, czy wprawiając coś w wirujący ruch, układając zabawki w szeregu. Zabawy te pozwalają dziecku na pozostanie we własnym, zamkniętym, ale dla niego bezpiecznym świecie. Umożliwiają one uniknięcie niechcianego kontaktu, skupienie się na wykonywaniu czynności w określonym schemacie. Jak już wspomniano jest to metoda radzenia sobie z niezrozumiałą rzeczywistością.

Dobór przedmiotów do zabawy często bywa dziwaczny, nielogiczny. Autystyczne dzieci nie używają do zabawy lalek czy pluszaków, *wybierają zazwyczaj obiekty mechaniczne. Często używają przy tym rzeczy niezgodnie z ich właściwym przeznaczeniem*, np. skrobą łopatką po podłodze czy postukują nią w meble.

Zwykle unikają nowej, nieznannej czynności. Lubią stałe elementy: tą samą trasę spaceru, ten sam przebieg dnia, ten sam schemat zabawy. Naruszenie konstrukcji z klocków, przestawienie zabawek wywołuje często krzyk, protest. Dziecko jest najspokojniejsze, gdy tkwi zatopione w wybranej przez siebie czynności.

Jeżeli dziecko wciąż bawi się w wyżej opisany, czy podobny sposób, nie prowadzi to do rozwoju nowych umiejętności. Konieczne jest **nauczenie zabawy**, co nie jest łatwe, ale ma głębokie uzasadnienie. Podczas ukierunkowanej przez dorosłych zabawy najłatwiej jest dziecku poznawać otoczenie, pokonywać swoje obawy, nauczyć się nawiązywać i podtrzymywać kontakt z drugą osobą, dzielić z nią pole uwagi (dziecko obserwuje co robi dorosły, włącza się do tego, a także po pewnym czasie chce się pochwalić przed nim wytworem swojego działania, sukcesem, sprawdza reakcje dorosłego).

Od czego zacząć naukę zabawy?

- By „wejść w świat dziecka autystycznego” dobrze jest początkowo włączyć się do jego zabawy, naśladować jego ruchy, odgłosy, a później stopniowo dodawać do tej zabawy swoje elementy, propozycje.
Wtedy stopniowo ta monotonna zabawa staje się coraz bardziej urozmaicona, coraz bardziej adekwatna do wieku malucha.
- Aby zmobilizować dziecko do zabawy należy je nią zaciekawić. Zabawa powinna być łatwa, zrozumiała, a jednocześnie atrakcyjna.

ZABAWY

1. **Zabawy paluszkowe**, których propozycje można znaleźć w książce o tym tytule, czy w Internecie. Dostarczają one małemu dziecku delikatnych bodźców przez dotyk jego paluszków, szyi, rączek. Proste rymowanki, wzmocnione intonacją, poparte gestem i dotykiem przyciągają uwagę dziecka, poprawiają nasz kontakt z nim, rozwijają orientację w schemacie ciała oraz są źródłem radości. Można tu wymienić takie zabawy jak: „Myszka” („Idzie myszka do braciszka, tu zajrzała, tu wskoczyła, a na koniec tam się skryła”), „Buzia robi „am am”, oczy patrzą tu i tam, tutaj swoje uszy mam, a na nosku sobie gram!”, itp.
2. **Zabawy z baraszkowaniem, huśtanie dziecka, kołysanie, upadanie na poduszki, zawijanie w koc, kołderkę**. Umożliwiają bliski kontakt z dzieckiem, pogodny nastrój u niego, a nawet głośny śmiech.
3. **Zabawy związane z uczestnictwem w pracach domowych** - zwłaszcza w kuchni, gdzie dziecko dotyka różnych faktur, manipuluje, obserwuje, naśladuje, czuje zapachy, smakuje. Są to atrakcyjne zabawy, a jednocześnie jest to doświadczanie, poznawanie otoczenia.
4. **Zabawy podczas codziennych spacerów z wykorzystaniem tego, co napotkamy po drodze** - śnieg, wodę, liście, piasek, ziemię, kamyki, trawę (niech poczuje to rękę dziecka, czy także stopy).
5. **Zabawy, które przede wszystkim sprzyjają rozwojowi mowy i innych form komunikacji z dzieckiem:**
 - A. *Rozwijające słownictwo, rozumienie mowy:*
 - nazywanie przez rodziców (czy także przez dziecko) eksponowanych przedmiotów, obrazków, objaśnianie przy tym dziecku (np. funkcji tych przedmiotów), opowiadanie treści obrazków.
Należy przy tym pamiętać, że komunikaty powinny być krótkie, proste;
 - dopasowanie nazwy do przedmiotu (np. wrzucamy piłki, połów tu kółko), obrazka do przedmiotu (tu jest piłka - obrazek, a gdzie nasza piłka - wśród zabawek) lub dopasowywanie do siebie takich samych przedmiotów (np. wkładamy tu kredki - zbierane wśród rozsypanych innych przedmiotów), itp.;
 - zabawy **ze wskazywaniem** („tu jest...”) - eksponowanie i wskazywanie przedmiotów, obrazków. Na początku może to być wskazywanie z dzieckiem, następnie prowokowanie do wskazywania („gdzie jest jabłko?”, „tu jest jabłko”) Ewentualnie można zachęcać jednocześnie, by dziecko powtarzało nazwy, nazywało;
 - gry, zabawy które polegają na **naśladowaniu** – począwszy od prostych, atrakcyjnych dla dziecka czynności, ruchów (z nazywaniem tego, co robimy – np. rzucamy piłkę, turlamy piłkę, chodzimy po mostku, przytulam lalkę);

B. Sprzyjające kontaktowi wzrokowemu z drugą osobą:

- zabawy w „a kuku”;
- zabawy z maskami - ich zakładaniem i zdejmowaniem przed lustrem (dziecko i dorosły);
- malowanie przy lustrze twarzy dziecka i sobie (farbami do twarzy) lub smarowanie kremem (jeśli dziecko nam na to pozwoli, toleruje dotyk twarzy). Nazywamy przy tym czynności, pozwalamy wcześniej dotykać farby, kremu;
- powtarzanie za dzieckiem wydobywanych przez niego dźwięków, wykonywanych ruchów podczas zabawy,
- wypowiedzanie jego imienia, powstrzymanie się z podaniem mu atrakcyjnych dla niego przedmiotów,
- nucenie, śpiewanie przy codziennych czynnościach, zabawie z dzieckiem,
- rytmizowanie mowy – rytmiczne wypowiedzanie poleceń, nazywanie czynności;

6. Zabawy z wykorzystaniem mas, materiałów plastycznych. Często możliwość lepienia z ciekawej w dotyku masy, czy malowania pędzlem, kreślenia kredą, itp. wyzwala w dziecku tłumione dotąd emocje. Bywa, że dzieci dość długo potrafią się skoncentrować na tego rodzaju zabawach, korzystają z podpowiedzi innych osób, naśladują.

Rysujmy z dzieckiem na zaporowanej szybie, na mące, na tablicy, markerami na dużym arkuszu papieru, wykorzystajmy książeczki do malowania wodą - niech dziecko czuje się sprawcą czynności, cieszy się z pozostawionego przez siebie śladu, niech ma przyjemność z obcowania z dorosłym;

7. Granie na instrumentach (czy także wydobywanie dźwięków z przedmiotów codziennego użytku). Zachęcanie do wydobywania dźwięków, odtwarzania ich – powtarzania za dorosłym. Może być przy tym jednocześnie nucenie, śpiewanie, rytmizowanie mowy.

8. Wspólne słuchanie muzyki, śpiewanie (przy nagraniach rytmicznych, prostych piosenek dziecięcych). Możemy przy tym budować z dzieckiem z klocków, wrzucać coś do pojemniczków, itp.; Wykorzystać można też **zabawy naśladowcze** – dźwięków (np. powtarzanie fragmentów refrenu: „bam, bam, bam..”) i ruchów – ilustrowanie treści ruchem.

9. Zabawy z „udawaniem”, w których „udajemy”, że przedmioty są czymś innym, albo ożywiamy przedmioty, maskotki, lalki.

10. Różnorodne zabawy zachęcające do współdziałania, gdzie dziecko włącza się do zabawy. Wiele zależy tu od pomysłowości rodziców. To większość wymienionych już powyżej zabaw. Np. dziecko łapie rzucaną mu piłkę, wznosi wspólnie z drugą osobą budowle z klocków, jeździ samochodzikiem po „ulicy”, obserwując i mijając samochodzik drugiej osoby, tocząc samochodzik do kogoś, itp.

Ważne jest, by dziecko obserwowało czynność drugiej osoby, wykazywało zainteresowanie nią i chciało włączyć się do tej czynności.

Uczmy je wykonywania czynności naprzemiennie - „ja”, „ty”, „teraz ja”, „teraz ty”.

Z czasem rodzicowi coraz łatwiej będzie dobierać zabawy do potrzeb dziecka, występujących u niego trudności. Początkowo wskazówek udzieli mu terapeuta, nauczyciel pracujący z maluchem.

Ważne, aby zabawy angażowały dziecko, zachęcały go do kontaktu z drugą osobą.

Wychowywanie dziecka autystycznego nie jest łatwe, jednak jest pewne, że rodzinę czekają też momenty piękne, radosne, momenty nieopisanego szczęścia.

INNE FORMY POMOCY RODZICOM DZIECI AUTYSTYCZNYCH

Rodzice, opiekunowie mogą też skorzystać z usług opiekuńczych lub/i specjalistycznych usług opiekuńczych. W tym celu należy zgłosić się do Ośrodka Pomocy Społecznej.

Prawo do różnych świadczeń uzyskane jest z tytułu niepełnosprawności dziecka. Niepełnosprawność jest orzekana przez **powiatowe/miejskie zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności**. Orzeczenia stanowią podstawę do przyznania różnego rodzaju ulg i uprawnień.

Kontakt w Zamościu:

Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności

ul. Peowiaków 8, 22-400 Zamość. Tel.: 84 638-52-46.

POLECANA LITERATURA:

- o Sabik M., Szczypczyk A.: Zabawy dla dzieci z autyzmem, Harmonia, 2013 r.,
- o Zawiślak B.: Dziecko autystyczne. Prawdziwa opowieść o Maciusiu, Impuls Kraków 2012 r.,
- o Delacato C.H.: Dziwne i niepojęte. Autystyczne dziecko, Fundacja Synapsis, Warszawa 1995 r.,
- o Kaufman B. N.: Przebudzenie naszego syna. Zwycięstwo miłości nad chorobą, Fundacja Synapsis, Warszawa 1994 r.,
- o Kaufman B.N.: Uwierzyć w cud, Fundacja Synapsis, Warszawa 1995 r.,
- o Pisula E.: Autyzm u dzieci, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2000 r.,
- o Pisula E.: Małe dziecko z autyzmem. Diagnoza i terapia, Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005 r.,
- o Wesołowska M.: Pomóż mi opanować strach przed światem, Wydawnictwo Studio X, Warszawa 2002 r.,
- o Zóller D.: Gdybym mógł z wami rozmawiać... , Fundacja Synapsis, Warszawa 1995 r.,
- o Życ z autyzmem. Wybrane zagadnienia dotyczące problematyki osób dorosłych z autyzmem, Wydawnictwo Jak, Kraków 2002 r.

Powyższy poradnik opracowano na podstawie własnych doświadczeń w pracy z dzieckiem autystycznym, a także z wykorzystaniem informacji ze strony internetowej **synapsis.org.pl**.
Opracowanie skonsultowano z psychologiem, logopedami Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej Nr 1 w Zamościu (Anną Teterycz, Urszulą Pawełczak, Grażyną Dawid).

mgr Joanna Błaszka - pedagog