

Количество публикаций по аутизму едва ли не больше, чем количество самих людей с аутизмом, но это не прибавило ясности в понимании проблемы.

Лео Каннер

Аутизм – достаточно распространенное нарушение психофизического развития, встречающееся не реже, чем слепота



и глухота. Аутиста можно встретить где угодно: на детской площадке, в парке, общественном транспорте, магазине и т.п.

Термин “аутизм” происходит от латинского “autos”, что означает “сам”. У человека страдающего аутизмом, затруднено формирование социальных контактов с внешним миром и другими людьми. Такие люди испытывают огромные трудности в общении и социальной адаптации.

**ИМ НУЖНА НАША ПОДДЕРЖКА, ПОНИМАНИЕ И ПОМОЩЬ.**



# Как общаться с человеком, у которого аутизм?



## СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА:

**1** Люди с аутизмом склонны понимать вещи буквально и часто имеют проблемы с «чтением между строк». Они считают, что все всегда говорят то, что думают. Для них не понятны такие средства общения, как мимика или тон голоса, шутка или ирония, устойчивые выражения и поговорки. Поэтому общаясь с ними, нужно быть одновременно добрым и говорить прямо, четко и последовательно. Например, если Вы устали от темы разговора, то так просто и скажите: «Мне бы хотелось поговорить о чем-нибудь другом».

**2** Они могут задавать много вопросов, чтобы удостовериться, что правильно понимают то, что Вы им

говорите. Не обижайтесь и не раздражайтесь, будьте терпеливы и конкретизируйте сказанное, объясните, что Вы имели в виду. Ведь многие вещи, которые естественны для Вас, им даются с дополнительными усилиями.

**3** Не стоит ожидать от аутичного человека зрительного контакта, потому что он происходит за счет сознательного усилия, а эта работа отвлекает его от прослушивания и понимания того, что Вы говорите. Большую часть времени аутисты не смотрят в глаза.

**4** Не говорите слишком громко и не кричите на человека с аутизмом. Это очень болезненно для него.

**5** Иногда аутист может делать определенные повторяющиеся движения или вести себя странно, например, раскачиваться, трясти кистями рук, принимать странные позы, мычать под нос. Для него такое поведение является способом справиться с этим запутанным миром. Подобные виды поведения – это утешение и способ снять стресс. Пожалуйста, не пытайтесь забрать их у него. Позвольте ему быть аутичным! Не обращайтесь к нему.

**6** Не трогайте человека с аутизмом без предупреждения - это заставит его отдернуться. Аутистам не нравятся неожиданные касания.

АУТИЗМ - ЭТО РАССТРОЙСТВО, ХАРАКТЕРИЗУЮЩЕЕСЯ ВЫРАЖЕННЫМ И ВСЕСТОРОННИМ ДЕФИЦИТОМ СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ И ОБЩЕНИЯ, А ТАКЖЕ ОГРАНИЧЕННЫМИ ИНТЕРЕСАМИ И ПОВТОРЯЮЩИМИСЯ ДЕЙСТВИЯМИ.



ЧАСТО МАЛЕНЬКИЙ РЕБЕНОК С АУТИЗМОМ ВЕДЕТ СЕБЯ ТАК, БУДТО ОН НАСТРОЕН «НА СВОЮ ВОЛНУ», ОН МОЖЕТ НЕ ПРОЯВЛЯТЬ ИНТЕРЕСА К ИГРАМ ДРУГИХ ДЕТЕЙ И ДАЖЕ УПОРНО ОТКАЗЫВАТЬСЯ ОТ УЧАСТИЯ В ОБЩИХ ИГРАХ, ЕГО БЫВАЕТ СЛОЖНО ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ ЧЕМ-ТО, ЧТО ЕМУ ПРЕДЛАГАЕТ ВЗРОСЛЫЙ

МНОГИЕ ДЕТИ С АУТИЗМОМ ГОРАЗДО ПОЗЖЕ ДРУГИХ НАЧИНАЮТ ГОВОРИТЬ И МОГУТ НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЖЕСТЫ.

ВМЕСТО ЭТОГО ОНИ ПОЛЬЗУЮТСЯ РУКАМИ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ, ПОДВОДЯТ ВЗРОСЛЫХ К ТЕМ ПРЕДМЕТАМ, С КОТОРЫМИ ХОТЯТ ЧТОБЫ ВЗРОСЛЫЕ ЧТО-ТО ДЕЛАЛИ. ДРУГИЕ ДЕТИ МОГУТ РАНО НАЧИНАТЬ ГОВОРИТЬ И ЗАПОМИНАТЬ МНОГО СЛОВ, НО НЕ ИСПОЛЬЗУЮТ ИХ В СВОЕЙ РЕЧИ.

ЧАСТЫЕ ПОВТОРЕНИЯ ЛЮБИМЫХ ЦИТАТ ИЗ МУЛЬТФИЛЬМОВ И КНИЖЕК ИЛИ СЛОВА И ФРАЗЫ, УСЛЫШАННЫЕ ОТ ДРУГИХ. ЧАСТО ДЕТИ С АУТИЗМОМ ХУЖЕ ПОНИМАЮТ ОБРАЩЕННУЮ К НИМ РЕЧЬ. ЧАСТО ТАКЖЕ ОНИ ПОЗЖЕ ДРУГИХ ДЕТЕЙ НАЧИНАЮТ ВЫПОЛНЯТЬ ИНСТРУКЦИИ, МОЖЕТ КАЗАТЬСЯ ЧТО ОНИ НЕ СЛЫШАТ ОБРАЩЕННЫЕ К НИМ СЛОВА.

У ТАКИХ ДЕТЕЙ ЗАМЕЧАЕТСЯ СВОЕОБРАЗИЕ, ОГРАНИЧЕННОСТЬ И СТЕРЕОТИПНОСТЬ ПОВЕДЕНИЯ, ИГР И ИНТЕРЕСОВ. МНОГИЕ ДЕТИ С АУТИЗМОМ ИГРАЮТ В ИГРУШКИ НЕОБЫЧНЫМ ОБРАЗОМ, НАПРИМЕР, ВЫСТРАИВАЮТ ИХ В РЯД ИЛИ РАСКИДЫВАЮТ.



МОГУТ ЧАСТО СОВЕРШАТЬ ПОВТОРЯЮЩИЕСЯ ДЕЙСТВИЯ, ИНТЕРЕСОВАТЬСЯ НЕОБЫЧНЫМИ ПРЕДМЕТАМИ, СТРАННЫМ ОБРАЗОМ ДВИГАТЬСЯ, НАПРИМЕР, ВЗМАХИВАЯ РУКАМИ, РАСКАЧИВАЯСЬ НА МЕСТЕ ИЛИ БЕГАЯ ПО КРУГУ.

**Аутизм, или расстройства аутистического спектра (РАС),** — термин, используемый для описания группы расстройств развития центральной нервной системы

Эти расстройства проявляются главным образом нарушениями в трех сферах:

### 1. Общение

Как человек общается с детьми и взрослыми (нарушения социального взаимодействия)

### 2. Разговор

Как человек разговаривает, пользуется ли жестами или выражением лица (нарушения в области коммуникации)

### 3. Поведение

Как человек ведет себя (своеобразие, ограниченность и стереотипность интересов и деятельности)

К расстройствам аутистического спектра (РАС) относятся: детский аутизм, атипичный аутизм, синдром Аспергера, органический аутизм и аутистическое расстройство. Все эти термины описывают разные проявления одного и того же нарушения. Аутизм часто сочетается с другими нарушениями. Значительная часть людей с РАС (от 25 до 50%) имеют сопутствующую умственную отсталость, часто у них имеются расстройства моторики и координации, проблемы с желудочно-кишечным трактом, нарушения сна. Для людей с РАС также характерны особенности восприятия информации, трудности с концентрацией внимания и раздражительность.

**Ребенок с аутизмом может появиться в любой семье, вне зависимости от достатка, образования, социального статуса родителей. В том, что у ребенка аутизм, нет ничьей вины. Аутизм – не вина родителей, бабушек, дедушек и тем более, самого ребенка, а биологическое расстройство.**

К подростковому возрасту примерно у 10–30% детей с аутизмом развивается эпилепсия. У значительной части людей с аутизмом интеллект соответствует норме, нередко у людей с аутизмом есть удивительные способности в области зрительного восприятия, памяти, музыкального слуха, математики и других наук. Некоторые люди с аутизмом находят себя в искусстве благодаря своему необычному взгляду на мир. **Вопреки распространенному мифу, люди с аутизмом не стремятся жить в собственном мире, наоборот, многие очень заинтересованы в общении с другими, способны устанавливать глубокие эмоциональные связи с важными для них людьми, однако не имеют достаточных навыков для того чтобы общаться так, как это делают их сверстники.**

Каждый человек с аутизмом уникален в своих проявлениях, и порой на первый взгляд сложно понять, что объединяет людей с расстройствами аутистического спектра. Некоторые (около 20–25%) так и не начинают говорить и общаются, используя альтернативные способы коммуникации (жесты, обмен карточками или письменный текст). Во взрослом возрасте им может требоваться много поддержки и заботы, они не могут жить самостоятельно. У других людей с аутизмом развивается речь и другие навыки социального взаимодействия, они могут посещать школу, поступать в высшие учебные заведения и работать.

**2 апреля был объявлен Генеральной Ассамблеей ООН Всемирным днем распространения информации о проблеме аутизма еще в 2007 году.**

2 апреля по всему миру зажигаются синие огни. Синим светом подсвечиваются здания, памятники, мосты и другие постройки в разных городах. Много семей вечером по всему миру погасят свет и зажгут синие фонари у себя дома.



Почему же именно синий? С чем связан выбор этого цвета? Дело в том, что, по статистике, аутизм встречается у мальчиков почти в 5 раз чаще, чем у девочек. За последние годы акция «Зажги синим!» (Light It Up Blue) приобрела широчайшую популярность.



Так же символом информированности о проблеме аутизма является ленточка с изображением паззла. Узор на ленточке символизирует сложность заболевания, разные цвета и формы – то, как много совершенно разных людей живёт с этим заболеванием.

## Что делать, если вы стали случайным свидетелем истерики, связанной с аутизмом?

1. Истерики у детей случаются нередко, и это касается не только детей с аутизмом. Однако гораздо труднее успокоить ребенка, если у него есть аутизм.
2. Важно понять, что ребенок в состоянии истерики уже прошел тот этап, когда он может прислушаться к чужим уговорам. Он потерял контроль над собой.
3. При наличии аутизма истерика связана с более высоким риском причинения себе вреда. Это может выглядеть очень страшно. Это также значит, что в этот момент приоритет родителей — это безопасность ребенка, а не удобства окружающих.
4. В первую очередь, вам необходимо помнить, что в случае аутизма нет никаких «рецептов на все случаи». Так что никакая реакция не может подходить для любой ситуации.
5. Самое главное — доверяйте родителям и их знанию своего ребенка. Всегда позволяйте семье играть ведущую роль в отношении ребенка.
6. Не бойтесь подойти к родителям и спросить, можно ли им чем-то помочь. Будьте готовы принять ответ «нет».
7. Если кто-то будет негативно комментировать ситуацию или возмущаться — отвечайте вместо родителей, что истерика была вызвана трудностями ребенка, и что ситуация не имеет отношения к родительскому воспитанию.
8. Продолжительность истерики может быть

9. Даже если вы просто предложите помощь и при этом проявите терпение и понимание, то уже одним этим шагом вы окажете родителям неоценимую поддержку.
10. Воздержитесь от каких-либо советов родителям. Скорее всего, это не первая истерика, с которой им приходится справляться



В подготовке буклета использованы материалы:

<http://autism.tilda.ws>  
<http://outfund.ru>

2019 год



**2 апреля — всемирный день информирования о проблемах аутизма**

**Апрель - месяц информирования об аутизме**

**Что такое аутизм?**

**Почему пазлы и синий цвет?**

разной. Она не зависит ни от вас, ни от родителей. Лучшая помощь с вашей стороны — это ваше спокойствие и попытки успокоить окружающих.