

CO JE AUTISMUS? CESTY JAK POMOCI AUTISTUM

AUTISMUS je postizeni ktere se projevuje v tom jak osoba komunikuje s druhymi a jak vnima svet okolo sebe.

Autisti maji nejvetsi problem v techto trech oblastech.

- Problemy s porozumenim a pouzivanim jazyka k dorozumeni se
- Problem po socialni strane a ve vztazich k lidem
- Omezenou predstavivost a neflexibilni mysleni

Mnoho autistu ma neobvykle reakce na smyslove podnety jako zvuky, svetlo a doteky.

Take myvaji problem s ucenim jako napr. Dyslexie nebo jine problemy.

Lide s tak zvanym Aspergerovym syndromem nemaji vetsinou problem s ucenim ale maji vsechny ty ostatni vyse jmenovane problemy.

Autismus se casteji projevuje u muzu nez u zen.

Autisti nejsou lide s fyzickym postizenim. Proto je pro ostatni lidi tezke porozumet tomu jake to je byt autista.

PROBLEMY S JAZYKEM A KOMUNIKACI

Mozne problemy s :

- Porozumenim, pouzivanim gestikulace a zmeneneho tonu hlasu
- Tezkosti s tim jak reagovat na otazky a instrukce
- Opakuji co bylo receno. Rika se tomu "efekt ozveny"
- Jak zacit a pokracovat v konverzaci
- Berou fraze doslova coz zpusobuje problem v porozumenim prislovim a vtipum
- Pouzivaji slova ,jejichz smyslu nerozumi
- Mluvi o tom, co je zajima, bez ohledu na to nebo aniz si povsimnou, ze to druhe nezajima
- Nekteri autisti nemluvi vubec

Jak muzete pomoci

- Pritahnete pozornost cloveka pred tim, nez s nim zacnete mluvit (napr. Poklepanim mu na rameno nebo vyslovenim jeho jmena)
- Pouzivejte takova slova , kterym osoba rozumi
- Mluvte jasne ve kratkych vetach

- Nepoužívejte věty se zkrutým významem. Autista vám odpoví "ano" na otázku " Máš hodinky" - mineno "kolik je hodin?"
- Používejte obrázky na pomoc porozumění
- Nechte jim čas aby mohli reagovat na to , co bylo řečeno
- Přemyslejte o jiných formách komunikace jako psaní, znaková řeč, obrázky..

PROBLEMY V OBLASTI SOCIÁLNÍ

Možné problémy s :

- Porozuměním pocitům druhých lidí
- Vhodným vyjádřením svých vlastních pocitů
- Chce komunikovat s druhými ale neví jak
- Vztahy nemůže najít kamarády
- Nerozumí sociálními pravidly pro různé příležitosti
- Nerad se dělí s ostatními
- Nerad se setkává s lidmi
- S rozpoznáním emocí ostatních lidí, jejich zájmu a koníčky
- Nehledá u druhých útechu.

Jak můžete pomoci

- Akceptujte, že osoba potřebuje čas o samotě
- Zkuste jasně vyjádřit své pocity. Pokud jste šťastní, řeknete, že jste šťastní.
- Objasněte pravidla určité situace
- Podpořte osobu aby se zapojila do spolupráce s ostatními např. Když mají rádi pocity aby se zapojili do skupiny, která se zabývá pocity
- Během určité doby můžete pomoci lidem vytvořit sociální návyky, tím, že doma nacvičíte jak reagovat v určitých situacích
- Pomozte osobě porozumět jejich vlastním pocitům. Např. Dejte dítěti jeho oblíbenou hračku a řeknete mu: "Tohle tě dělá šťastným"

Omezena predstavivost a neflexibilni mysleni

Nekteri autisti

- Maji radi strukturu a rutinu
- Chteji delat kazdy den to same
- Tezce nesou zmenu
- Tezce nachazi porozumeni predmetum, ktere vyzaduji predstavivost napr. Pribehy, pohadky
- Maji problem stirn uhadnout, co si druzi myslí
- Maji omezene zajmy
- Zkousi vnutit druhym rutinu
- Maji problem s cinnostmi vyzadujicimi predstavivost. Kdyz reknete autistovi aby namaloval dum, zepta se vas : " ktery dum "

Cesty jak muzete pomoci:

- Udelejte osobe rozvrh s pouzitim objektu, fotografii, obrazku
- Dejte jim cas na jejich oblíbenou cinnost
- Pripravte je na zmenu tim, ze o ni budete dopredu mluvit
- Pouzivejte vizualni pomucky ,jako rozvrh k vysveleni 0 zmenach
- Mente veci postupne
- Zkuste dite zaujmout tak, aby melo vice zajmu, kdyz napriklad zbira obaly od cokolad, zkuste ho nasmerovat aby se zajimal o to z ktere zeme pochazeji
- Zkuste postupne menit zajmy v hobby napr. Kdyz dite rado trha papir, zkuste mu predstavit konicek, ktery pouziva papir napr. Vyrabeni veci z papiru
- Podporujte nove zajmy, pokud ma dite rado vodu- at se uci plavat
- Pomozte mu rozvijet predstavivost . Napr. drzte v ruce papir a reknete: "Co jeste muzi udelat s timhle kusem papiru?" Mozne odpovedi: rozstrihat ho, vystrihnout neco, neco do papiru zabalit

Chovani

Kvuli problemum , ktere autistic vetsinou maji, muze se jejich chovani nekdy jevit nevhodne

Protoze:

- Se snazi komunikovat
- Nerozumi socialnim pravidlum
- Strachuji se nebo jsou frustrovani
- Delaji radi urcitou vec ale nerozeznaji nasledky. Napr. Jeden clovek autista mel rad zvuk rozbijejiciho se skla ale nechapal, ze nemuze rozbijet sklo na verejnosti

Nekdy nevite, proc se autista chova jak se chova. Psycholog, doctor nebo ucitel vam muze pomoct.

"Protoze autista vypada "normalne" ostatni lide si myslí, ze zlobi a nebo ze ho rodice nezvladaji.

Tak casto lide komentuji na toto tema. "

Rodic

Cesty jak pomoci :

- Pracujte s osobou na zlepšení komunikace.
- Usmernete chovani do socialne prijatelných forem. Napr. Kdyz osoba rada tleska hodne nahlas podporte je at se uci bubnovat
- Pokud ma osoba strach nebo se ji neco stalo najdete klidne misto,kde se muze uklidnit
- Pokud vite co vetsinou dite uklidni (hracka?), mejte ji po ruce
- Dejte jim na vybranou
- Jdete k doktoru, pokud maji zdravotni problem
- Snazte se je pomalu uvezt do situaci, ktere jsou pro ne tezke
- Dejte jim cas na oblíbenou cinnost v bezpecnem prostredi

Silne stranky

- Vetsina autistu se snaze uci s pomoci vizualnich pomucek jako jsou predmety, obrazky a psane slovo.
- Nekteri autistic jsou dobri v detail a jsou velice presni
- Co se jednou nauci to si vetsinou pamatuji

- Nekteri se soustredi na to, co je zajima dlouhou dobu a vybiraji si praci, ktera je spojena s jejich zajmem
- To, ze maji radi strukturu a rutinu, dela autisty dobrými a spolehlivými zamestnanci tam, kde je rutina zapotrebi

Co zapricinuje autismus

Pricina autismu se doposud stale zkouma. Soucasny vyzkum napovida, ze pricinou jsou mozne kombinace dvou faktorů: zdedene a podminek za kterých se vyvijí mozek.

Autismus není zapricinen vychovou, okolím a není to ani chyba cloveka sameho

Je autismus vylecitelny?

Není. Autisticke deti vyrostou v autisticke dospelé. Dobre vzdelani, vcasna diagnoza a podpora muze pomoci lidem, aby se ucili a rozvijeli.

Informace muzete ziskat :

Linka pomoci Po - Pa, 10.00 -16.00 hod.

Tel: 0845 0704004

Minicom: 0845 0704003

Email: autismhelpline@nas.org.uk

Linka pomoci ma pristup ke tlumocnickym sluzbam. Nekdo nam musi rict jakou red mluvíte a my vam zavolame nazpet .