

# О людях с аутизмом ....

- **Что такое аутизм?**

День 2 апреля провозглашен ООН Всемирным днем распространения информации об аутизме, который отмечается ежегодно, начиная с 2008 года. И это не случайно. В последние годы в Республике Беларусь, как и во всём мире, растёт количество детей, имеющих аутистические нарушения (расстройства аутистического спектра). Сейчас говорят об аутизме как о главной проблеме современного здравоохранения, и называют его самой быстрой по скорости распространения формой нарушения развития.

**Аутизм** – это нарушение развития, которое влияет на коммуникацию и отношения с другими людьми, а также на восприятие и понимание окружающего мира.

Сейчас проводятся обширные исследования в области аутизма. Однако на сегодня нет однозначно определённых медицинских средств его диагностики и лечения, нет ни одной общепринятой концепции причин аутизма. В качестве его причины выделяют более 60 различных факторов (генетический, инфекционный, эндокринный, токсический....). Ситуация такова, что в любой семье может появиться такой ребёнок.

Феномен аутизма существовал задолго до его понятийного определения. Термин «аутизм» впервые был введён в 1911г. швейцарским психиатром Е.Блейлером при описании шизофрении. Первое описание аутизма как синдрома было дано американским детским психиатром Лео Каннером в 1943 году. Синдром, описанный Каннером, получил название синдром Каннера или детский аутизм. Каннер описал классический аутизм, который характеризуется нарушениями в 3 областях: **недостаток социального взаимодействия; недостаток взаимной коммуникации; наличие стереотипных форм поведения** (навязчивые и бесцельные действия). Независимо от Каннера, почти в то же самое время, в 1944 году, австрийский психиатр Ганс Аспергер описал детей, у которых возникают большие проблемы в общении, несмотря на нормальный, а иногда даже очень высокий интеллект. Сам Аспергер называл их «маленькими профессорами», а описанный им синдром получил название синдром Аспергера. Люди, страдающие этим синдромом, отличаются нестандартными или слаборазвитыми социальными способностями. У них обязательно есть один или несколько узких, но очень интенсивных интересов. Это может быть интерес к средствам передвижения, к компьютерам, математике,

астрономии, живописи, или запоминание дат и умение безошибочно называть, каким днём недели была та или иная дата. Всё это нормальные интересы обычных людей; необычность заключается в силе интереса. Когда такой человек занимается тем, что его интересует, он в прямом смысле слова ничего не видит и не слышит, демонстрируя в интересующей области редкую компетентность и проявляя феноменальную память. Альберт Эйнштейн, Исаак Ньютон, режиссер Стивен Спилберг, лауреат Нобелевской премии экономист Вернон Смит, доктор Тэмпл Грандин - у этих людей тоже был синдром Аспергера.

### • Как распознать человека с аутизмом?

Особенность расстройств аутистического спектра – огромное разнообразие симптомов и проявлений. Они проявляются у разных детей по-разному и часто изменяются у одного и того же человека в процессе его развития. Нет единого поведения, которое всегда встречается при данных расстройствах, однако, имеются общие признаки, присутствующие у большинства людей с данным нарушением.

- ✓ Нарушения социального взаимодействия (способности делиться, поддерживать дружеские отношения, вести разговор...). Трудности с социальным взаимодействием могут приводить к тому, что людям с аутизмом трудно заводить друзей и сохранять дружбу. Однако сами люди с аутизмом могут стремиться к дружбе и к общению с другими людьми – они просто не уверены, как именно этого добиться.
- ✓ Нарушения общения (низкий уровень или отсутствие соответствующих возрасту контактов с другими людьми). Для людей с расстройствами аутистического спектра мимика и прочий «язык тела» — это такой же чужой язык, как если бы все вокруг говорили по-древнегречески.
- ✓ Отсутствие или задержка речи, или характерные отличия в речи. Некоторые люди с аутизмом не могут говорить вообще, или их способность использовать речь для общения очень ограничена. Но они люди могут научиться выражать свои мысли и общаться с другими людьми с помощью различных методов альтернативной коммуникации, например, печатать на компьютере, использовать язык жестов или систему карточек с визуальными символами. У других людей с аутизмом навыки речи развиты очень хорошо, но у них все равно есть речевые трудности – им трудно понять, как обмениваться репликами при разговоре; они могут повторять то, что только что

сказал другой человек (это явление называется «эхолалия»); или же они очень долго говорят о своих интересах, игнорируя реакцию собеседника.

- ✓ В состоянии возбуждения совершает повторяющиеся движения (раскачивания, вращение предметов...)
- ✓ Ритуальность действий, ограниченные или стереотипные шаблоны поведения, любовь к рутине. Один молодой человек с аутизмом посещал службу дневного пребывания. Он приезжал туда на такси, заходил в дверь службы, стучался, и его пускали внутрь. Однажды дверь открылась до того, как он успел постучаться, и оттуда вышел человек. Вместо того чтобы просто войти в открытую дверь, он вернулся в такси и начал всю последовательность заново. Все дело в том, что людям с аутизмом окружающий мир кажется очень непредсказуемым и запутанным местом. Жесткая, фиксированная рутина частично решает эту проблему – она позволяет им знать, что и когда случится в течение дня. Рутинa может включать один и тот же путь в школу или на работу или одну и ту же еду на завтрак.
- ✓ Необычные, часто стереотипные интересы и занятия. Например, один человек с аутизмом любил коллекционировать мусор. Однако поддержка и мотивация помогли ему перенаправить свой интерес на переработку мусора и охрану окружающей среды.
- ✓ Нарушение сенсорного восприятия: зрение, слух, осязание, обоняние, вкус, чувство баланса и ощущений собственного тела. Ощущения могут многократно усиливаться (гиперчувствительность), или они могут быть сильно ослаблены (гипочувствительность). Например, большинство людей могут блокировать звуки на заднем фоне, а человеку с аутизмом они покажутся невыносимо громкими и отвлекающими. Такие интенсивные ощущения могут вызывать приступы сильной тревожности и даже физическую боль. Гипочувствительность может приводить к тому, что люди почти не чувствительны к боли или температуре.
- ✓ Ошибочное восприятие времени и пространства, непонимание, «что происходит» в самой обычной ситуации. Люди с аутизмом рассказывают, что для них окружающий мир – это хаос из людей, мест и событий, в котором им бывает невозможно разобраться.

• **Что делать, если рядом человек с аутизмом?**

- ✓ Будьте терпеливы – людям с аутизмом часто трудно понять, что думают, чувствуют или знают другие люди.
- ✓ Будьте внимательны - людям с аутизмом, даже с развитыми речевыми навыками, выражают эмоции скорее поведением, чем словами.
- ✓ Показывайте – большинство людей с аутизмом лучше воспринимают информацию зрительно, а не на слух.
- ✓ Не торопитесь - во время разговора человек с аутизмом нуждается в продолжительных паузах, чтобы обработать словесную информацию.
- ✓ Не стесняйтесь повторить – многим людям с аутизмом трудно уделять внимание более чем одному ощущению в один момент времени (например, если они что-то слушают, то им сложно одновременно понять, что именно они видят).
- ✓ Будьте конкретными – люди с аутизмом мыслят очень конкретно, а не абстрактно, интерпретируют выражение речи буквально и не знают о скрытом смысле слов.
- ✓ Проявите уважение – люди с аутизмом очень чутко реагируют на агрессию или резкое поведение, так как не всегда могут правильно понять мотив и эмоцию другого человека.

**У человека с аутизмом есть не только аутизм, но ещё и его мечты, надежды, цели, таланты, любовь, доброта, чувство юмора, ум, интересы, желания и люди, которые любят его таким, какой он есть. Нужно только поверить в него и поддержать в нужный момент.**

**Давайте будем помнить о том, что все мы разные!!!!**