

9. Pasistenkite suprasti, kas mane trikdo. Mano įniršis, pykčio protrūkiai, man yra baisiau nei Jums. Taip atsitinka, nes mano jutimai per daug stimuliuojami. Atminkite, kad bet koks mano elgesys yra bendravimo su aplinka būdas. Kai žodžiais negaliu, elgesiu parodau, kas aplinkoje man nepatinka.

10. Jei esate mano šeimos narys, mylėkite mane besąlygiškai. Meskite iš galvos tokias mintis, kaip „Jei tik jis galėtų...“ arba „Kodėl jis negali?..“ Jūs juk taip pat neišpildėte visų savo tėvų lūkesčių. Aš nepasirinkau autizmo. Be Jūsų paramos, man nepavyks tobulėti...



Kantrybės. Kantrybės. Kantrybės. Autizmas yra viena iš mano gebėjimų, o ne sugebėjimų. Tiesa, kad man nelabai sekasi palaikyti akių kontaktą ir bendrauti su kitais žmonėmis, bet aš bent jau niekada nemeluoju, neapgaudinėju, neapkalbinėju ir neteisiu kitų žmonių. Tiesa ir ta, kad aš turbūt niekada nebūsiu toks, kaip Sabonis, Nausėda ar Grybauskaitė, bet mano sugebėjimas pastebėti mažiausias detales ir į tai sutelkti dėmesį yra panašūs į Einšteino, Mocerto ar Van Gogo. Jie taip pat turėjo autizmą.

Būkit mano advokatais, mano draugais ir pamatysite, kaip toli aš galiu nueiti...

Pagal Ellen Notbohm knygą „Kiekvienas autistiškas vaikas norėtų, kad jūs žinotumėte dešimt dalykų“ paruošė logopedė Danutė Urbšienė



BALANDŽIO 2-OJI TARPTAUTINĖ AUTIZMO SUPRATINGUMO DIENA

**Vilniaus lopšelis-
darželis „Saulėtekis“
2022-04-02**

Kiekvienas autistiškas vaikas norėtų, kad Jūs žinotumėte dešimt dalykų:

- 1. Visų pirmiausia ir svarbiausia – aš esu vaikas. Aš turiu autizmo spektro sutrikimą.** Autizmas yra tik vienas mano charakterio aspektų, tačiau tai neapibrėžia mano asmenybės.
- 2. Jūs, kaip suaugęs, galite suprasti, kas Jūs esate, o aš – ne.** Jei norite apibūdinti save, Jūs galite tai padaryti. Aš, kaip vaikas, vis dar bandau atsiskleisti. Nei Jūs, nei aš dar nežinome, ką aš sugebu. Mano sensorinis suvokimas yra sutrikęs. Suprasti visus savo pojūčius man gali būti pats sunkiausias „darbas“. Tai reiškia, kad įprasti ženklai, garsai, kvapai, skoniai, prisilietimai, man gali būti skausmingi. Man atrodo, kad aplinka, kurioje esu, yra man priešiška. O aš atrodau užsisklendęs ar priešiškas Jums. Supraskite, aš bandau tik save apginti.
- 3. Prašau prisiminkite, kad yra skirtumas tarp „nedarysiu“ ir „negaliu“.** Impresyvioji ir ekspresyvioji kalba, žodynas man yra didžiulis iššūkis. Tai nereiškia, kad aš nesiklausau Jūsų nurodymų.

Kai man ką nors sakote iš kito kambario, aš tai suprantu maždaug taip „%&%#q“. Vietoj to, geriau ateikite ir man tiesiai paprastais žodžiais pasakykite: „Nebežais kompiuteriu. Dabar pietausime“.

- 4. Aš mėstau labai konkrečiai, t.y. suprantu kalbą pažodžiui.** Aš labai sutrinku, kai Jūs sakote „Pristabdyk arklius“, geriau sakykite „Nebėgiok“ ar kiti posakiai, kalambūrai, dviprasmybės, metaforos, užuojautos ir sarkazmas man nesuprantami.
- 5. Turėkite kantrybės dėl mano riboto žodyno.** Man sunku pasakyti, ko aš noriu, kai nežinau žodžių, kuriais galėčiau nusakyti savo jausmus. Aš galiu būti alkanas, išsigandęs, suirzęs, bet aš to negaliu įvardinti žodžiais. Visi nori, kad aš kalbėčiau, bet kartais aš tik atkartoju kaip papūga. Tai vadinama echolalija.
- 6. Aš labiau kreipiu dėmesį į vizualinius stimulus.** Geriau ne pasakok man ką daryti, o parodyk it pakartok daug kartų. Suprasti ką veiksiu šiandien, man padės dienotvarkė su

paveikslėliais. Dienotvarkė padės man išvengti streso. Iš pradžių ji turėtų būti sudaryta iš nuotraukų ir paveikslėlių, vėliau, jei man pavyks, galėsiu pereiti prie simbolių ir žodžių.

- 7. Prašau sutelkite dėmesį į tai, ką aš galiu, o ne į tai, ko aš negaliu.** Atkreipkite dėmesį į mano stipriąsias puses. Ką aš moku, kuo aš domiuosi.
- 8. Padėkite man bendrauti.** Atrodo, kad aš nenoriu žaisti su kitais, bet aš tiesiog nežinau, kaip pradėti žaisti ar bendrauti. Jei galite, paskatinkite kitus vaikus, kad mane pakviestų žaisti. Geriausiai man sekasi struktūruoti žaidimai, kurie turi aiškia pradžią, eigą ir pabaigą, bet aš nemoku skaityti veidų išraiškos, kūno kalbos ar emocijų, todėl prašau pasakykite, kaip tinkamai turėčiau reaguoti. Pvz., jei aš imu juoktis, kai kas nors pargriūva, tai nereiškia, kad man juokinga, aš tiesiog nežinau, kaip man reaguoti. Išmokykite mane šito...