

2 KWIETNIA

ŚWIATOWY DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU



OPRACOWAŁA
BARBARA JUREK

Światowy Dzień Świadomości Autyzmu

Światowy Dzień Świadomości Autyzmu to międzynarodowe święto poświęcone podnoszeniu świadomości na temat zaburzeń ze spektrum autyzmu oraz promowaniu akceptacji, integracji i wsparcia dla osób z autyzmem.

Święto stawia sobie za cel zwiększanie wiedzy społeczeństwa na temat problemów osób z tym zaburzeniem i ich rodzin.



Światowy Dzień Świadomości Autyzmu

Święto obchodzone corocznie 2 kwietnia z inicjatywy Jej Wysokości Sheikha Moza bint Nasser – małżonki emira Kataru, popartej przez Zgromadzenie Ogólne Organizacji Narodów Zjednoczonych rezolucją z 18 grudnia 2007 (A/RES/62/139) i opublikowaną 21 stycznia 2008 roku.

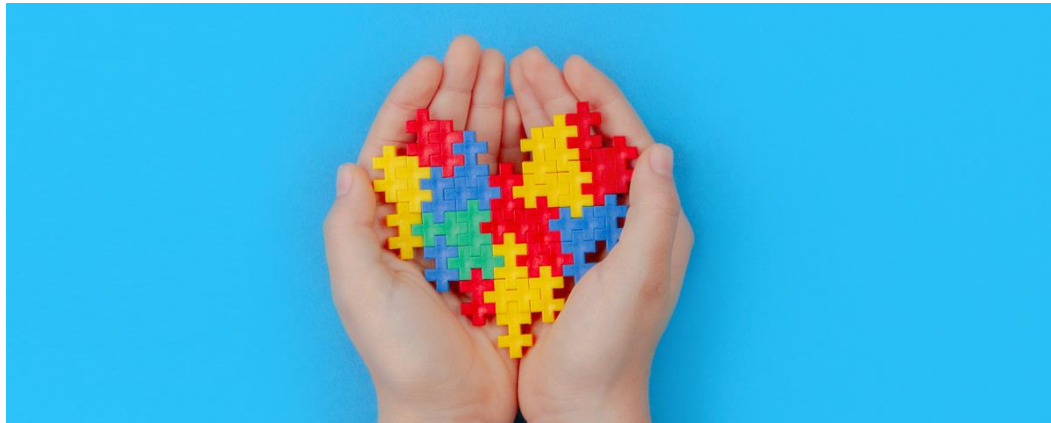


Jej Wysokości Sheikha Moza bint Nasser

Wizja i inicjatywy Jej Wysokości pomogły w realizacji praw dzieci niepełnosprawnych i ich społeczności, zarówno w państwach arabskich, jak i na całym świecie.

Autyzm

Autyzm zgodnie z Międzynarodową Statystyczną Klasyfikacją Chorób i Problemów Zdrowotnych należy do grupy całościowych zaburzeń rozwojowych i charakteryzuje się występowaniem zaburzeń w trzech sferach funkcjonowania człowieka: interakcji społecznych, komunikacji oraz zachowania (stereotypowy repertuar zainteresowań i aktywności).



Nazwa „autyzm” pochodzi od greckiego słowa „autos”, co w tłumaczeniu oznacza „sam”.

Symbole autyzmu

Najbardziej rozpoznawalnym symbolem autyzmu jest kolor niebieski, puzzle, ale coraz częściej stosuje się też znak nieskończoności i motyla, które podkreślają różnorodność i inkluzyjność osób w spektrum.



Symbole autyzmu, niebieski kolor

Niebieski jest uznawany za najgłębszy z kolorów, rozptywający się w nieskończoności horyzontu. Jako barwa najczystsza i najzimniejsza zarazem staje się najbardziej odrealnioną ze wszystkich barw.

Niebieski kolor ma symbolizować uczucie spokoju i akceptacji w świecie, który czasami może być bardzo głośny i trudny dla osób w spektrum.

Organizacja Autism Speaks zachęca wszystkich w ten dzień do noszenia niebieskich ubrań lub używania niebieskich świateł. [Kampania nosi nazwę Light It Up Blue - Zaświeć się na niebiesko i ma być rozpoznawalnym symbolem autyzmu](#). Akcja rozprzeczniła się niemal na cały świat. W wielu polskich miastach instaluje się niebieskie światła na budynkach użyteczności publicznej, a liczne placówki organizują niebieski dzień.



Symbole autyzmu, puzell



Puzzel jako symbol autyzmu pojawił się w 1963 roku, stworzony przez brytyjską organizację National Autistic Society. Początkowo miał sugerować, że osoby z autyzmem cierpią z powodu „zagadkowej przypadłości” i był przedstawiany z łkającym dzieckiem, co podkreślało tragiczny wymiar autyzmu w oczach społeczeństwa.

W 1999 roku Autism Society of America wprowadziła wstążkę złożoną z kolorowych puzzli, symbolizującą złożoność spektrum autyzmu i nadzieję na wczesne rozpoznawanie sygnałów autyzmu.

Od 2005 roku popularny jest niebieski puzel promowany przez Autism Speaks, choć symbol ten jest krytykowany przez osoby w spektrum za stereotypizację i sugerowanie, że autyzm dotyczy głównie chłopców.

Symbole autyzmu, znak nieskończoności

Alternatywą dla puzzla jest symbol nieskończoności, często w odcieniach tęczy lub jednolitym kolorze. Reprezentuje on inkluzywność, integrację osób z autyzmem z neurotypowym społeczeństwem oraz zamiłowanie do matematyki i liczb, które łączy wiele osób w spektrum. Symbol nieskończoności nie ma początku ani końca, co podkreśla ciągły rozwój i różnorodność doświadczeń osób autystycznych.



Symbole autyzmu, motyl

Motyl jest stosunkowo nowym symbolem autyzmu i symbolizuje piękno w różnorodności, zmiany w czasie oraz rozwój osobisty. Podkreśla, że osoby w spektrum autyzmu rozwijają się w swoim tempie i mają unikalną perspektywę świata. Motyl jest pozytywnym symbolem zmian i różnorodności, w przeciwieństwie do tradycyjnego puzzla, który bywa postrzegany jako stygmatyzujący.



Czym jest AUTYZM

Autyzm to zaburzenie neurorozwojowe, które kształtuje sposób, w jaki osoby autystyczne postrzegają otaczający je świat oraz wchodzą w interakcje z innymi ludźmi.

Ważne jest, aby zaznaczyć, że autyzm nie jest chorobą, lecz integralną częścią **tożsamości** danej osoby. W Europie diagnoza autyzmu stawiana jest średnio u około **1 na 100 dzieci**.

Co ciekawe, zaburzenie to występuje u chłopców niemal **trzykrotnie częściej** niż u dziewcząt.



Autyzm – objawy



Osoby z autyzmem

- Prezentują unikalne style porozumiewania się z ludźmi i budowania relacji społecznych.
- Wykazują trudności w budowania interakcji społecznych.
- Unikają kontaktu wzrokowego.
- Mają problemy z odczytywaniem sygnałów społecznych , takich jak gesty, czy mimika.
- Unikają zabaw z rówieśnikami.
- Posiadają trudności z interpretowaniem i posługiwaniem się językiem w sposób charakterystyczny dla ich rówieśników.
- Trudno utrzymać im relacje rówieśnicze i społeczne.



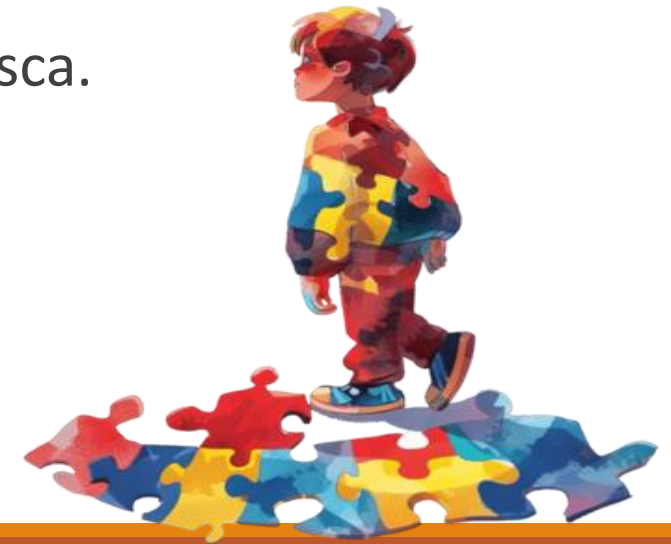
Autyzm, poznaj zanim ocenisz

Pamiętaj, że osoba z autyzmem może czuć się zaniepokojona w nowej sytuacji.

Objawem niepokoju i brakiem poczucia bezpieczeństwa mogą być manieryzmy ruchowe np. kołysanie się, machanie lub trzepanie rękami, podskakiwanie.

Nie zwracaj na to uwagi. To nie jest przejaw agresji i złych intencji. Jeżeli te objawy będą się nasilać, to może oznaczać, że sytuacja jest zbyt trudna dla osoby ze spektrum autyzmu. Zaproponuj wówczas przejście do spokojniejszego miejsca.

Możesz też zapytać, w jaki sposób możesz pomóc.



Kontakty społeczne - charakterystyczna cecha osób z autyzmem

Problemy z nawiązywaniem i podtrzymywaniem kontaktów społecznych są jednymi z kluczowych trudności w Spektrum Autyzmu.

Osoby z autyzmem mogą unikać kontaktu wzrokowego z innymi, także z rodziną.

Niektórzy z nich nie lubią być przytulani lub dotykani. Ludzie z autyzmem mogą nadmiernie koncentrować się na wybranych przez siebie przedmiotach, nie zwracając uwagi na inne osoby.



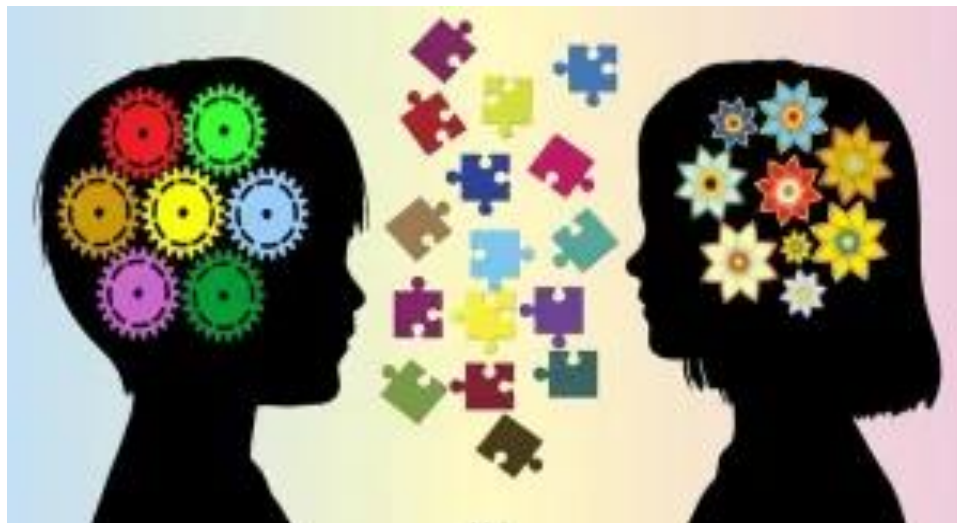
Autyzm, posługiwanie się mową

- U dzieci z autyzmem rozwój mowy z reguły następuje z opóźnieniem.
- Spora grupa dzieci w ogóle nie rozwija umiejętności posługiwania się mową.
- Co ważniejsze, dzieci z autyzmem nie próbują zastępować braku mowy poprzez używanie gestów, wskazywanie palcem, mimikę, przynoszenie przedmiotów lub wskazywanie obrazków w książeczkach itp.



Autyzm, posługiwanie się mową

Niektóre osoby mówią, ale nie rozumieją w pełni znaczenia wypowiedzianych słów i mają trudności w prowadzeniu rozmowy. Mogą mówić śpiewnie lub bardzo mechanicznie. Zdarza się, że powtarzają pojedyncze słowa lub całe zdania usłyszane przed chwilą lub np. w telewizji. Mają też problemy w reagowaniu na głos, uśmiech i ekspresję emocji innych ludzi oraz z precyzyjnym rozumieniem kierowanych do nich wypowiedzi.



Autyzm, wrażliwość sensoryczna

Osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu inaczej niż my odbierają dźwięki, światło, obrazy, inaczej odczuwają dotyk, zapach, smak czy ból. Mogą być np. rozdrażnione, zaniepokojone lub przeciwnie – zafascynowane określonymi bodźcami, odbłyskami światła albo dźwiękiem szkolnego dzwonka.

Z problemów z przetwarzaniem bodźców sensorycznych biorą się specyficzne zainteresowania osób z autyzmem określonymi przedmiotami lub ich częściami.

Problemy sensoryczne mogą powodować także, że osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu będą unikać przebywania w grupie ludzi, zakrywać uszy, odmawiać zakładania niektórych ubrań, jedzenia określonych potraw itp. Świat wokół nich może się im jawić jako chaotyczny, splątany.



Savoir vivre wobec osób z autyzmem

- Upewnij się, że osoby z autyzmem rozumieją o czym mówisz i o co chodzi.
- Bądź przewidywalny. Uprzedzaj o zmianach. Nie zaskakuj.
- Bądź przyjazny, ale nie narzucaj się. Nie oceniaj i nie krytykuj, nie komentuj.
- Nie zniechęcaj się, że osoba z którą rozmawiasz nie patrzy ci w oczy lub unika kontaktu wzrokiem.
- Bądź cierpliwy, daj czas na odpowiedź, gdy rozmówca zwleka z odpowiedzią lub długo się zastanawia.
- Używaj krótkich zwrotów i jasnych konkretnych sformułowań. Podawaj przykłady.
- Unikaj żartów , ironii, drwiny, dwuznaczności, porównań i metafor.

Wspieranie osób z autyzmem

∞ Jak wspierać osoby z autyzmem? ∞

Pomaganie osobom z autyzmem jest bardzo ważne, aby mogły czuć się **akceptowane** i **szczęśliwe**.

 **Warto zawsze słuchać**, co osoby z autyzmem mają do powiedzenia, i **uwzględniać ich potrzeby**.

 **Trzeba być cierpliwym**, kiedy coś sprawia im trudność.

 **Można tworzyć spokojne i uporządkowane otoczenie**, które pomaga im czuć się komfortowo.

Nie oceniaj, bo to rani. Doceniaj bo to wzmacnia

Osoba z autyzmem nie potrzebuje współczucia. Potrzebuje zrozumienia, akceptacji i realnego wsparcia. Potrzebuje przestrzeni, w której każdy człowiek – niezależnie od sposobu, w jaki odczuwa świat – ma prawo czuć się bezpiecznie i być sobą.



Sławne osoby z autyzmem

Elon Musk – Lider Nowoczesnych Technologii.

Anthony Hopkins – Aktor, który wyróżnia się w Hollywood.

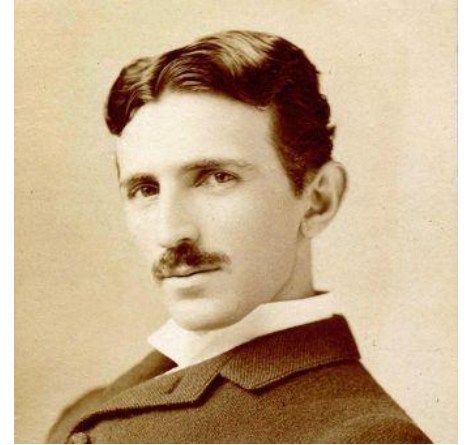
Greta Thunberg – Głos Młodego Pokolenia.

Lionel Messi argentyński piłkarz i najsukuteczniejszy strzelec w historii klubu FC Barcelona.

Vincent Van Gogh, Karol Darwin, Thomas Edison, Leonardo da Vinci, Benjamin Franklin,

Albert Einstein, Wolfgang Amadeusz Mozart, Hans Christian Andersen,

Ludwik van Beethoven, [Nicola Tesla](#), Issac Newton, Woody Alen, Bob Dylan...

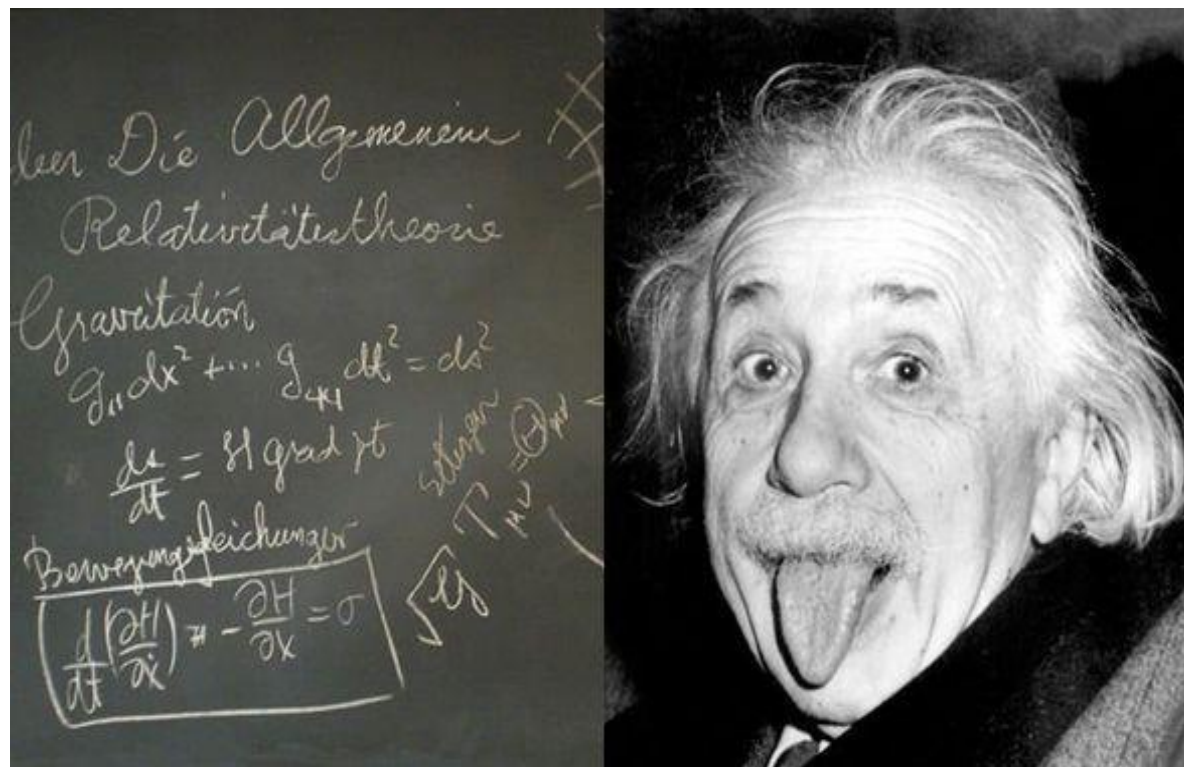


Albert Einstein - „Nigdy nie przestawaj zadawać pytań”

Niektórzy uważają, że geniusz stojący za $E=mc^2$ mógł należeć do spektrum autyzmu. Dlaczego?

Mówił z opóźnieniem, a kontakty towarzyskie nie były jego specjalnością. Miał wyjątkowe skupienie i sposób myślenia.

To dość szalone myśleć, że te cechy mogły być częścią tego, co uczyniło go tak genialnym umysłem.



Filmy do obejrzenia

- Świat oczami dzieci ze spektrum autyzmu.
- Autyzm. Poznaj, zanim ocenisz - Fundacja JiM.
- Autyzm. Chcemy być sobą!
- Autyzm wprowadza zmysły w błąd- zachowania.
- Autyzm wprowadza zmysły w błąd- metro.
- Autyzm wprowadza zmysły w błąd- zmysły.
- Światowy Dzień Świadomości Autyzmu.



Dziękuję

Źródła informacji

<https://www.mozabintnasser.qa/en-gb/her-highness/biography>

<https://izp.wnz.cm.uj.edu.pl/pl/swiatowydzienswiadomosciautyzmu/>

<https://www.twojpsycholog.online/zakres-pomocy/zaburzenia-dzieci-i-mlodziezy/autyzm>

<https://www.przystanbrzdaca.com/post/kolory-i-symbole-autyzmu>

<https://numo.so/pl/journal/famous-people-with-autism#historyczne-postacie-z-autyzmem>