

**Миф 7:** Аутизм можно диагностировать только в детстве

Появления аутизма можно обнаружить после года, когда у детей начинается социальное поведение, чем ярче проявления, тем раньше они бросаются в глаза родителям. Однако, человек может прожить всю жизнь не зная, что у него аутизм. Возьмите, к примеру, историю знаменитой шотландской певицы Сьзен Бойл, которая прославилась, благодаря шоу. И только став известной, в возрасте 50 лет ей диагностировали синдром Аспергера, что, по словам Сьюзен, принесло ей колоссальное облегчение.

**Миф 8:** Люди с РАС никогда не смотрят в глаза собеседнику

Раньше считалось, что этот симптом должен быть у каждого человека с аутизмом, но это не так. Нарушения социального взаимодействия и коммуникации разнообразны, это касается и использования жестов во время беседы, и выражения лица, и интонирования голоса, и позы, и многого другого. Все это может оказаться сложным для человека с аутизмом, но именно избегание зрительного контакта сильнее всего бросается в глаза нейротипичному человеку.

**Миф 9:** Аутизм вызывают прививки

Многие специалисты (что уж говорить о мамах!) считают, что существует причинно-следственная связь между возникновением аутизма и профилактической вакцинацией. Правда, по мнению ученых, сами прививки — не причина аутизма, но при предрасположенности малыша к нему вакцинация может стать пусковым механизмом возникновения нарушений функций головного мозга.

**Миф 10:** Люди с аутизмом агрессивны / опасны для общества

Агрессия не входит в диагностические критерии аутизма. Программы помощи, направленные на развитие коммуникации и социальных навыков, помогают справиться с нежелательным поведением.

## «Важно говорить»

### Аутизм: реальность и мифы



## Аутизм — это...

### **Миф 1:** Аутизм - психическое заболевание

Аутизм – это не болезнь, а нарушение развития, связанное с особенностями работы центральной нервной системы. Не существует «таблетки от аутизма». И все же это не означает, что такому человеку нельзя помочь. Современные программы поддержки помогают аутичным людям справляться со многими трудностями и развивать свой потенциал. А вот сторонние заболевания, которые встречаются у людей с аутизмом в каких-то случаях чаще, чем у нейротипичных людей, можно и нужно лечить.

### **Миф 2:** Аутизм – это приговор

Аутизм - это не приговор. Страх перед диагнозом обусловлен отсутствием информации об аутизме и нехваткой эффективных методов помощи в России, что приводит к ложным представлениям об аутизме. Специальные программы обучения и различные терапевтические методики, которые могут практиковать как специалисты, так и родители, могут существенно снизить выраженность проблем в развитии. Нередки случаи полного исчезновения симптомов. Правда, чем меньше ребенок, тем больше вероятность полного излечения и тем на меньший срок лечение растягивается. Если двухлетнего ребенка можно за год-полтора вывести из спектра, то у 4-х летнего лечение может растянуться примерно на 5 лет, и чем старше ребенок, тем труднее наладить и отрегулировать его взаимодействие с социумом.

### **Миф 3:** Аутизм передается по наследству

Этот пункт сложно однозначно отнести к мифам, так как связь аутизма и генетики определенно есть. Но, к огромному сожалению, пока точно не выявлен ген или группа генов, отвечающих за развитие аутизма, а значит, невозможно утверждать с достоверностью, передается или нет этот синдром по наследству.

### **Миф 4:** Дети с аутизмом не испытывают эмоций

Дети с расстройствами аутистического спектра, разные, как и все остальные люди. Они могут быть эмоциональны, могут быть замкнуты.

Одни могут иметь страхи, другие – нет. Одни ласковые, другие не терпят прикосновений. Всех их будут объединять сложности разной степени выраженности в области социальной коммуникации, умения подстраиваться под других людей, общаться и учиться во взаимодействии с другими. Именно поэтому часто используют термин расстройство аутистического спектра.

### **Миф 5:** Если к 3 годам ребенок не говорит – у него аутизм

Отсутствие речи – самый настораживающий фактор, который позволяет родителям дать скоропалительный диагноз своему ребенку. Между тем, отсутствие речи может быть как в рамках нормы (в это время у ребенка активно развиваются другие отделы мозга), так и симптомом других заболеваний: сенсорной и моторной алалии, афазии, ринолалии, иногда заикания и дизартрии. Как видите, не только аутизм затормаживает речевое развитие. И наоборот, люди с диагнозом “аутизм” могут говорить, свободно выражая свои мысли. Конечно, если к 3 годам ребенок молчит – нужно срочно начинать заниматься с ним вне зависимости от причин недоразвития речи. И чем раньше вы начнете занятия – тем больше шансов ему заговорить.

**Миф 6:** Все аутичные люди обладают гениальными способностями / Все люди с аутизмом имеют интеллектуальные нарушения.

Люди с аутизмом очень разные.

Это целый спектр расстройств, а значит, и разный уровень выраженности трудностей, связанных с социальной коммуникацией и социальным взаимодействием, а также повторяющимся поведением и особенностями обработки информации. У одних людей есть выдающиеся способности, они успешно работают и адаптируются, а у других — выраженные трудности с бытовыми навыками, коммуникацией, обучением и многим другим.

**50% согласно современным исследованиям, более чем у половины людей с аутизмом нет проблем с интеллектом.**

## 20 СОВЕТОВ, КАК ОБЩАТЬСЯ С АУТИСТОМ

### При вступлении в контакт учитывай настроение. Когда общаешься с аутистом, обрати внимание на его настроение и желание коммуницировать.

- ✓ При вступлении в контакт учитывай настроение: Когда общаешься с аутистом, обрати внимание на его настроение и желание коммуницировать. Уважай личное пространство и не навязывай общение, если видишь, что человек не готов.
- ✓ Используй прямые и понятные выражения: Говори ясно и просто, избегай двусмысленности и сленга. Это поможет аутисту лучше понять твои слова и намерения.
- ✓ Снижай уровень шума и стимулов: Помни, что некоторые аутисты могут быть чувствительны к шумам и ярким светам. Если возможно, выбирай тихое и спокойное место для общения.
- ✓ Используй визуальные подсказки: Иллюстрируй свои слова с помощью жестов или рисунков, это может сделать твои объяснения более понятными для аутиста.
- ✓ Уважай особенности восприятия: Помни, что у аутистов могут быть различные особенности восприятия информации. Они могут лучше понимать текст, чем устную речь, или наоборот.
- ✓ Избегай перегрузки информацией: Предоставляй информацию постепенно и структурируй свои рассказы. Излишняя информация может быть слишком сложной для восприятия.
- ✓ Задавай конкретные вопросы: Вместо общих вопросов типа “Как дела?”, задавай конкретные вопросы, которые могут помочь аутисту лучше сориентироваться.
- ✓ Будь терпелив: Дай аутисту время на ответ, особенно если это требует глубокого размышления или организации мыслей.
- ✓ Избегай использования метафор и иронии: Аутисты могут буквально воспринимать речь, поэтому метафоры и ирония могут вызвать путаницу.
- ✓ Узнай об интересах аутиста: Поддерживай беседу на темы, которые интересны аутисту. Обсуждение их увлечений может создать прочную связь.
- ✓ Избегай навязчивых коррекций: Если аутист сказал что-то не совсем правильно, не спеши исправлять его. Скорее, просто

продолжай общение, а правильное использование слов придет со временем.

- ✓ Помогай в преодолении проблем с общением: Если замечаешь, что аутист испытывает трудности с общением, предложи свою помощь или задай уточняющие вопросы.
- ✓ Будь внимателен к невербальным сигналам: Чтение невербальных сигналов может быть сложным для аутиста. Помни об этом и обращай особое внимание на свои мимику и жесты.
- ✓ Поощряй социальное взаимодействие: Если видишь, что аутист старается вступить в контакт или инициировать диалог, поддержи его и прояви интерес к беседе.
- ✓ Используй специальные образовательные материалы: Существуют образовательные материалы и игры, которые специально разработаны для обучения социальным навыкам аутистов. Они могут быть полезны в обучении коммуникации.
- ✓ Будь поддерживающим и понимающим: Отношения строятся на взаимном уважении и поддержке. Будь понимающим и терпеливым, и это поможет создать доверительную атмосферу.
- ✓ Помогай с адаптацией к изменениям: Если планы меняются, старайся предупредить аутиста заранее и помоги ему адаптироваться к новой ситуации.
- ✓ Не стесняйся задавать вопросы: Если у тебя есть вопросы или сомнения, касающиеся аутизма, не стесняйся задать их аутисту самому или его близким. Это проявление интереса и желание понять лучше.
- ✓ Обрати внимание на успокаивающие методы: Многие аутисты могут использовать определенные методы для снятия стресса или тревоги, такие как повторяющиеся движения или использование специальных предметов. Помогай, если это не нарушает их комфорт.
- ✓ Цени индивидуальность: Каждый человек, включая аутистов, уникален. Уважай и цени их индивидуальные особенности и стремления. Открытость и понимание помогут создать гармоничные и доверительные отношения.

Если ты когда-либо сталкивался с ситуацией, когда общение с аутистом казалось сложным или непонятным, то ты не одинок. В мире есть множество людей с расстройствами аутистического спектра, и понимание их особенностей может сделать общение с ними более гармоничным и приятным для обеих сторон.

### ЧТО ТАКОЕ АУТИЗМ

Аутизм – это разнообразное нейроразвивающее расстройство, которое влияет на социальные взаимодействия, коммуникацию, поведение и образ мышления у человека. Аутизм относится к спектру аутистических расстройств (САР), что означает, что у разных людей он проявляется с разной степенью тяжести и в различных комбинациях симптомов.

#### Основные характеристики аутизма включают:

- ✓ Ограниченность интересов: Аутисты могут проявлять чрезмерный интерес к определенным предметам или темам, часто настолько сосредотачиваясь на них, что это становится главной занятостью.
- Отклонения в коммуникации: Многие люди с аутизмом
- ✓ испытывают трудности в невербальной коммуникации, мимике, жестах и интонациях. Они также могут испытывать трудности в установлении и поддержании социальных связей.
- ✓ Повторяющиеся поведенческие шаблоны: Люди на спектре аутизма могут проявлять повторяющиеся движения, жесты или действия, что называется стереотипиями. Они также могут настаивать на однообразии и предсказуемости.
- ✓ Сенсорные перегрузки: Аутисты часто могут быть гиперчувствительными к звукам, запахам, текстурам и другим стимулам окружающей среды, что может вызывать стресс и тревогу.

Важно понимать, что аутизм не является болезнью или чем-то, что нужно “лечить”. Это просто другой способ восприятия и обработки информации у некоторых людей. С подходящей поддержкой и пониманием окружающих, люди с аутизмом могут достичь успеха, развиваться и находить свое место в обществе.

ГКОУ «Волгоградская школа-интернат №2»

## «Важно говорить»

# 20 СОВЕТОВ, КАК ОБЩАТЬСЯ С АУТИСТОМ



Волгоград, 2025