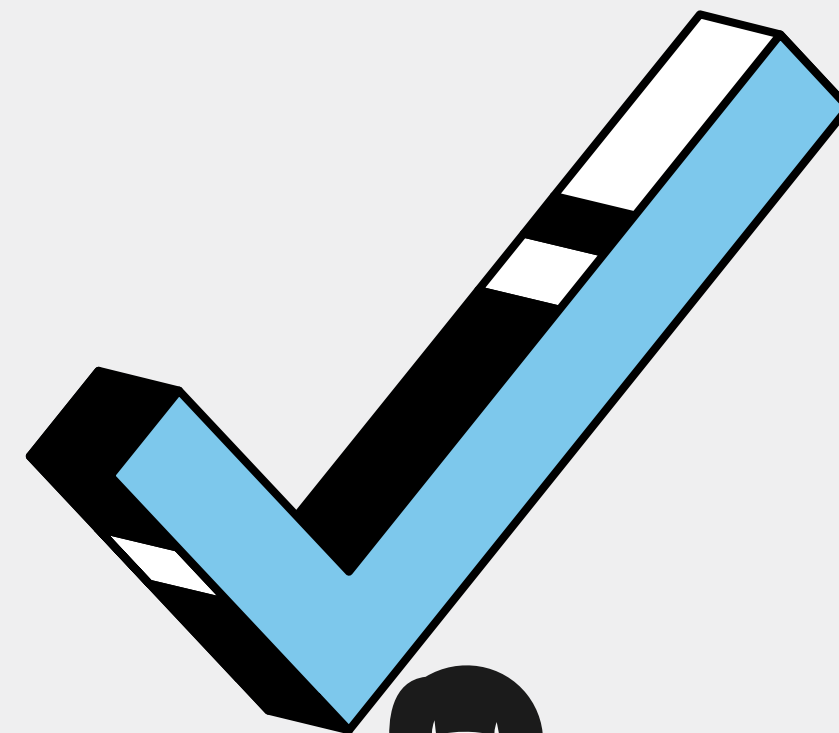
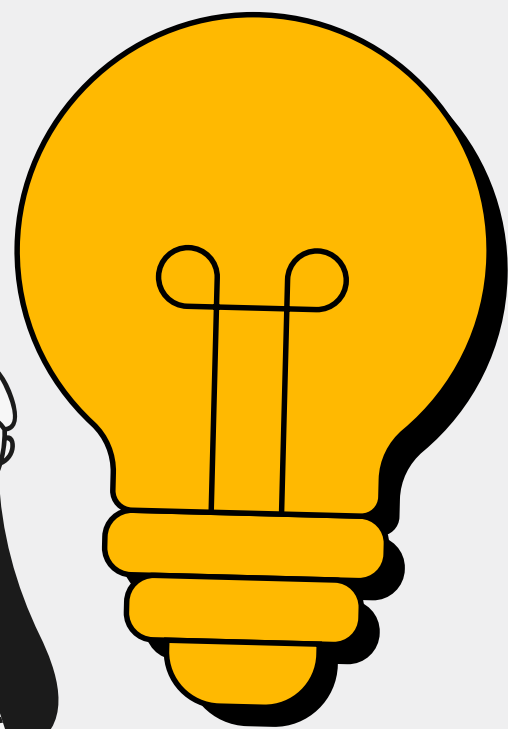
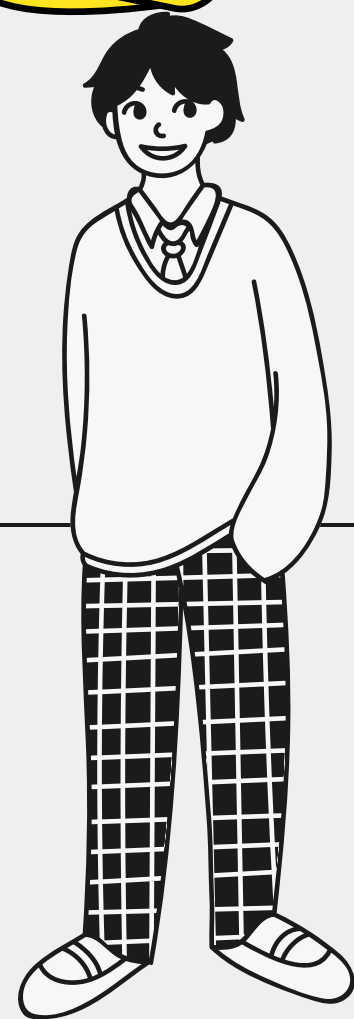
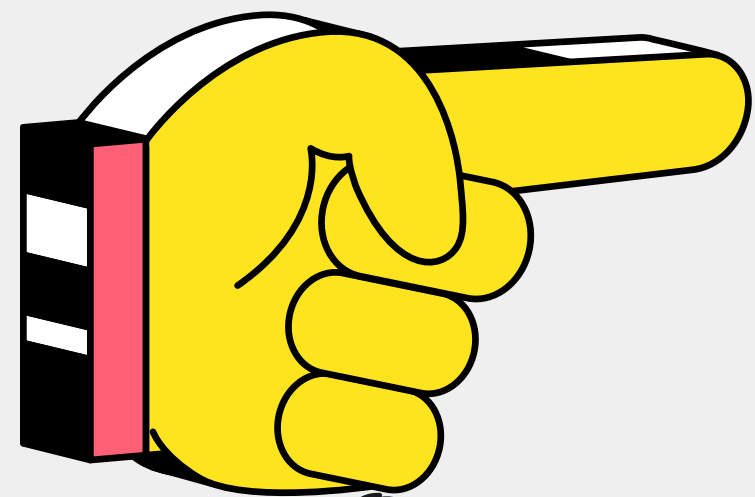


# ZROZUMIEĆ AUTYZM





# PRZYDATNE LINKI DO MATERIAŁÓW FILMOWYCH

[Amazing things Happen - Polish \(Narrated by Kayah\)](#)

**DLA MŁODSZYCH**

**DLA STARSZYCH**

[Jak wygląda życie z autyzmem?](#)

[Autyzm wprowadza zmysły w błąd - Zachowania](#)

[Tacy Jak Wy - Autyzm - Polish Translation -Just Like You - Autism](#)

# SYMPTOMY AUTYZMU - ZROZUM JE I ZAAKCEPTUJ!



Osoby z autyzmem mogą mieć problem z wyrażaniem i interpretowaniem emocji na twarzy

Czasem osoby z autyzmem nie potrafią rozpoznać jak się czujesz tylko patrząc na twoją twarz. Jeżeli twoja koleżanka, czy kolega z autyzmem ma niejasny wyraz twarzy lub w ogóle nie ma na niej żadnych emocji, może to oznaczać, że w tym momencie jest bardzo skoncentrowana na jakichś swoich myślach.

Jeżeli chcesz dowiedzieć się jak ta osoba się w tym momencie czuje, czy czego chce – po prostu ją o to zapytaj.

# SYMPTOMY AUTYZMU - ZROZUM JE I ZAAKCEPTUJ!



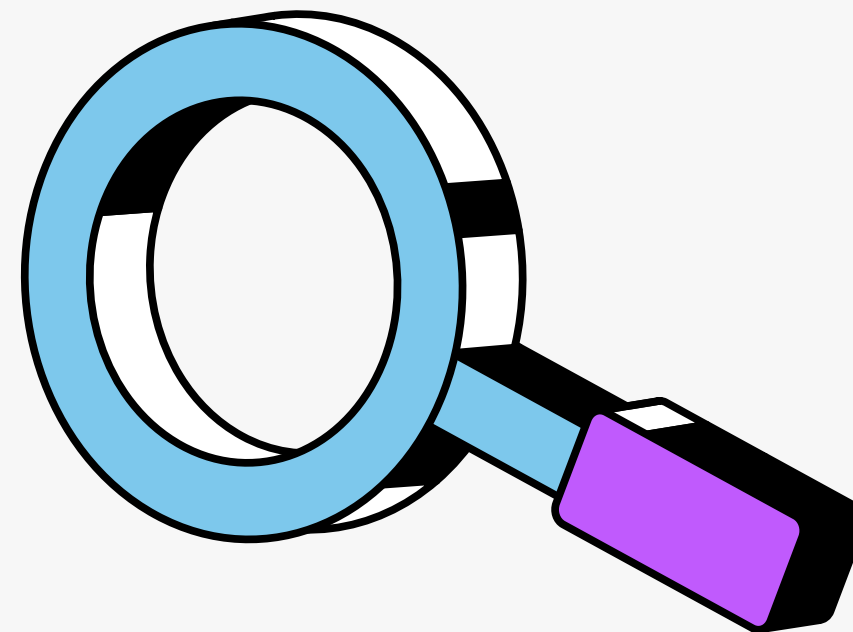
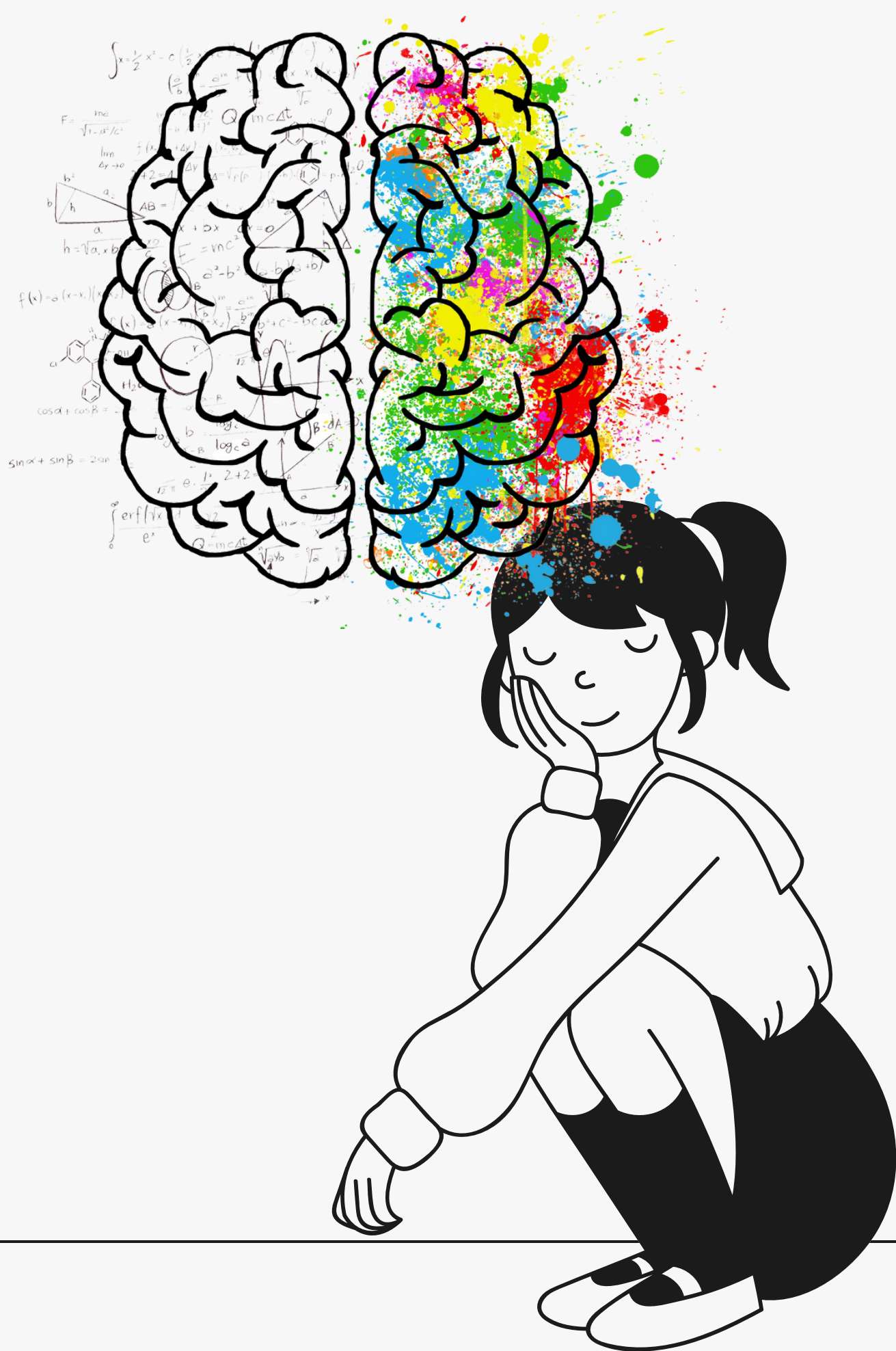
Niektóre osoby z autyzmem, często intensywnie interesują się jakąś jedną rzeczą lub dziedziną. Ale tak naprawdę, bardzo, bardzo intensywnie tym się interesują – tak jakby żadne inne tematy nie istniały! Ich ulubionym tematem może być np. jakaś konkretna gra wideo, jakieś określone zwierzę, albo starożytny Egipt. Czasem osoby z autyzmem nie rozmawiają o żadnej innej rzeczy oprócz swojego ulubionego tematu. W takiej sytuacji – kiedy chcesz porozmawiać o czymś innym – należy wprost o to poprosić: „czy możemy porozmawiać teraz o ...?”

# SYMPTOMY AUTYZMU - ZROZUM JE I ZAAKCEPTUJ!



Autyzm wpływa na to, jak dzieci postrzegają świat i odbierają zmysły. Sytuacje, które wydają się zupełnie normalne dla większości osób mogą być wyjątkowo bolesne dla dzieci z autyzmem. Autyzm może wpływać na to jak osoby, które są nim dotknięte słyszą różne rzeczy. Ich mózgi nie potrafią ignorować hałasu. Autyzm może zmieniać to jak odbiera się zapach i smak różnych produktów. Może wpływać na to jak czuje niektóre rzeczy. Są ubrania, które bardzo drażnią mi skórę niektórych ludzi z autyzmem.

**A**UTYZM  
**MOŻE**  
**WPROWADZAĆ**  
**ZMYSŁY W BŁĄD**

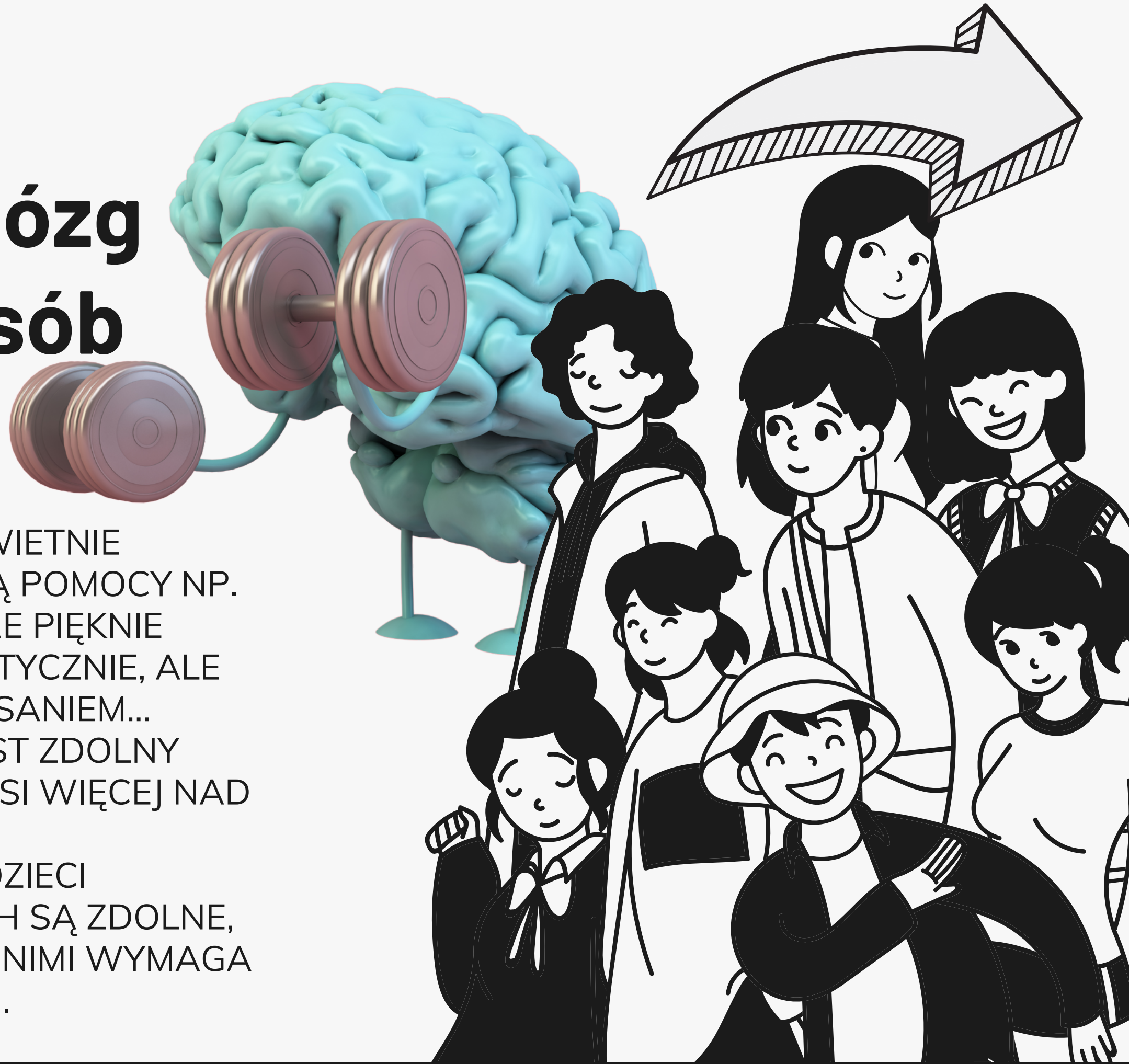


# NIE MOŻNA STWIERDZIĆ „PO WYGLĄDZIE”, ŻE KTOŚ MA AUTYZM

Nikt nie „wygląda” autystycznie. Kiedy jakaś osoba ma autyzm oznacza to, że jej mózg pracuje inaczej.



# Tak naprawdę to u każdej osoby mózg pracuje w jakiś sposób **INACZEJ!**



Z PEWNOŚCIĄ ZNASZ KOLEGÓW, KTÓRZY ŚWIETNIE CZYTAJĄ I POTRAFIĄ PISAĆ, ALE POTRZEBUJĄ POMOCY NP. W NAUCE MATEMATYKI. SĄ TEŻ DZIECI, KTÓRE PIĘKNIE MALUJĄ, SĄ BARDZO UTALENTOWANE PLASTYCZNIE, ALE MAJĄ PROBLEMY Z PŁYNNYM CZYTANIEM I PISANIEM... KAŻDY Z NAS MA DZIEDZINY, W KTÓRYCH JEST ZDOLNY ORAZ TAKIE, W KTÓRYCH JEST SŁABSZY I MUSI WIĘCEJ NAD NIMI PRACOWAĆ.

TAK JAK WSZYSTKIE INNE DZIECI, RÓWNIEŻ DZIECI Z AUTYZMEM W NIEKTÓRYCH CZYNNOŚCIACH SĄ ZDOLNE, ALE Z INNYMI MAJĄ PROBLEMY I PRACA NAD NIMI WYMAGA OD NICH CZĘSTO BARDZO DUŻEGO WYSIŁKU.

# Dlaczego osoby ze spektrum autyzmu to robią?



Podczas gdy trudno stwierdzić „po wyglądzie”, czy ktoś ma autyzm, czy też nie, to można zaobserwować osoby, które wykonują różne czynności w nietypowy sposób, inaczej niż ich rówieśnicy. Np. kręcą się wokół własnej osi przez bardzo długi czas, albo nieustannie podskakują lub kołyszają się do tyłu i do przodu.

Te powtarzalne czynności, które osoby z autyzmem wykonują to tzw. samostymulacja/autoregulacja, która sprawia, że czują się wtedy lepiej, są bardziej zrelaksowane, zadowolone, lub jest to dla nich sposób na zablokowanie, odcięcie się od zbyt dużego hałasu wokół nich (na który bywają wrażliwe).



**Zastanów się, dlaczego te miejsca często wywołują w ludziach z autyzmem poważny dyskomfort?**





# Po prostu wytłumacz zasady !

Czasem trudne bywa dla osób ze spektrum atyzmu zapytanie o to czy mogą się dołączyć do gry, czy mogą się z resztą pobawić, porozmawiać. Również mogą nie do końca rozumieć, które dzieci i w co się bawią oraz jak włączyć się w ich grę, jak rozpocząć i kontynuować rozmowę. Oprócz zapytania wprost kolegi, czy koleżanki o to czy chce się w tym momencie z innymi pobawić, warto również w prosty sposób wytłumaczyć na czym polega gra lub zabawa oraz kto się w nią teraz bawi.



# KAŻDY CZASEM „DZIWNIE” SIĘ ZACHOWUJE



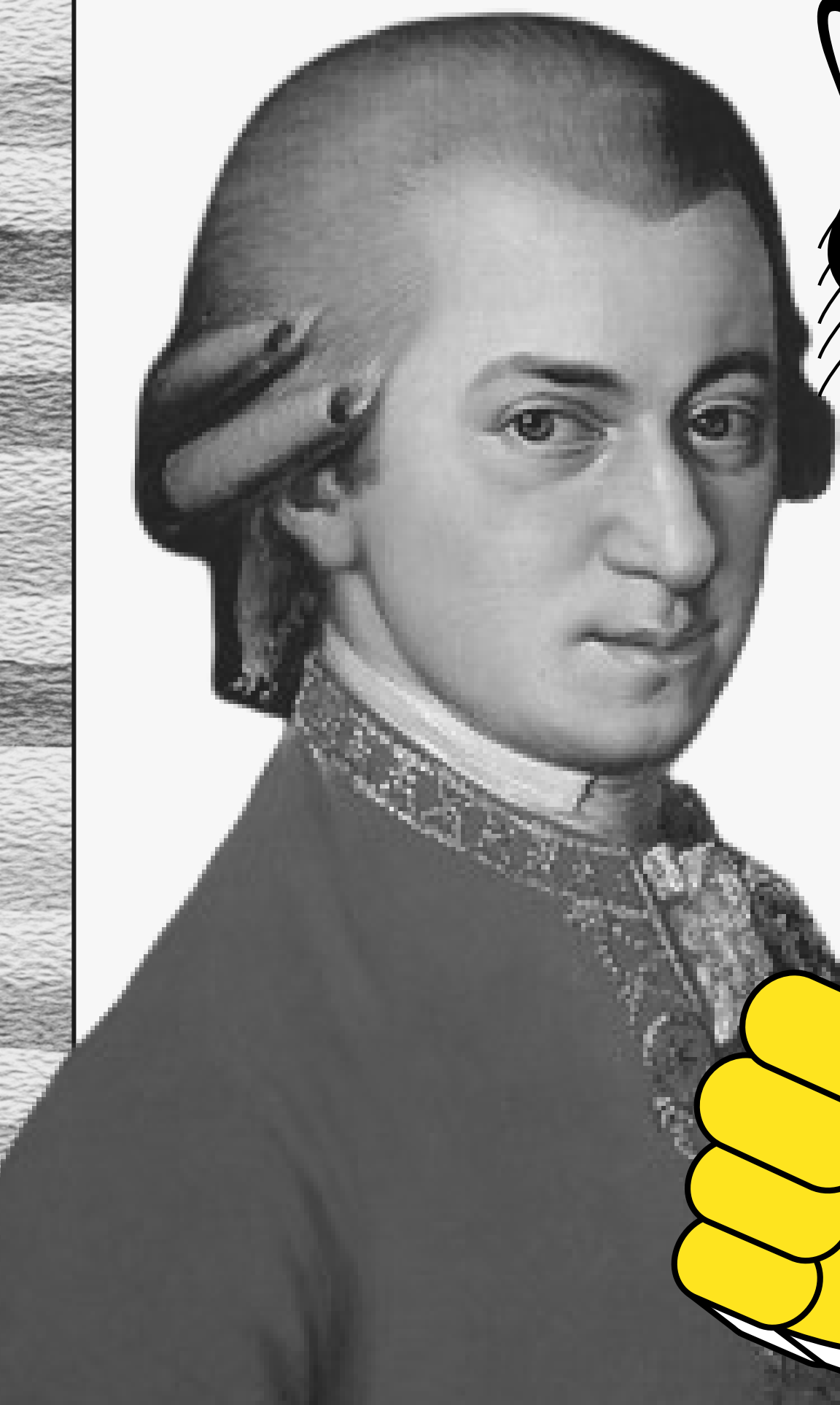
Wszyscy od czasu do czasu i w różnych sytuacjach zachowujemy się dziwnie. Niektórzy kiedy są znudzeni, albo bardzo intensywnie się na czymś koncentrują, obgryzają paznokcie, stukają nogą, czy nucą sobie nieświadomie. Inni mamroczą do siebie, są wybredni w kwestii jedzenia lub zakładają tylko określone ubrania. Osoby z autyzmem również mogą mieć w/w zachowania. Różnica polega jednak na tym, że im dużo trudniej jest z nich zrezygnować, zaprzestać tych czynności, a nad niektórymi zapanować.





U argentyńskiego piłkarza zdiagnozowano spektrum autyzmu w wieku 8 lat. Eksperci uważają, że to paradoksalnie pomogło mu osiągnąć tyle w futbolu. Nilton Vitulli, członek organizacji pozarządowej "Autyzm i Rzeczywistość" mówi, że ludzie w spektrum autyzmu szukają szablonów pewnych zachowań i starają się je powtórzyć. Według niego, widać to sposobie poruszania się po boisku Messiego. Dodaje, że ludzie z tym zespołem mają doskonałą pamięć, co wykorzystuje w swojej grze gracz FC Barcelony.

# Lionel Messi



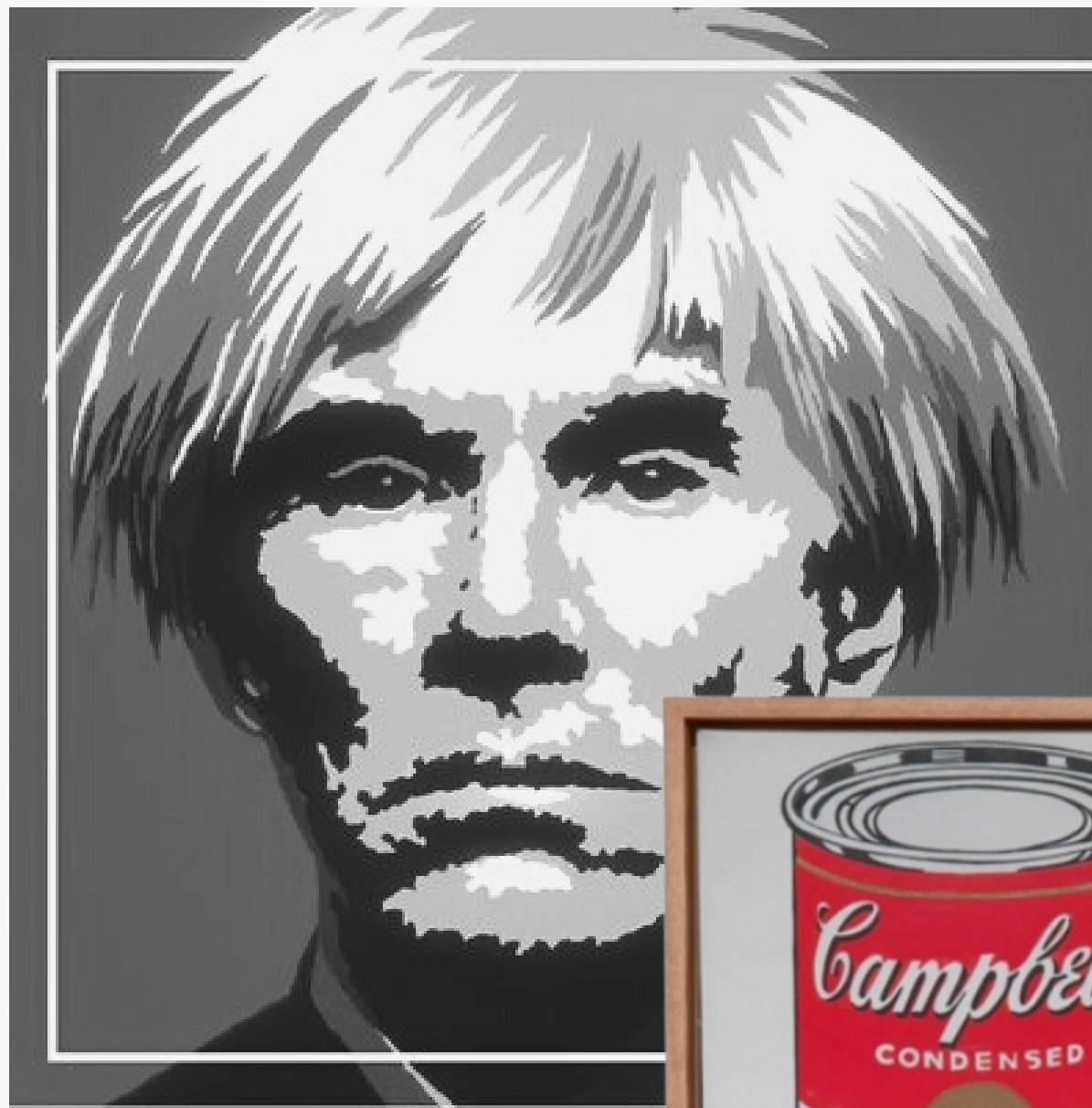
# Wolfgang Amadeusz Mozart

Choć określenie "syndrom Aspergera" zostało sformułowane dopiero sto lat po śmierci kompozytora, to wielu historyków twierdzi, że austriacki geniusz muzyki miał autyzm. Tak wynika z jego sposobu zachowania i z analizy jego listów. Wolfgang Amadeusz Mozart razem z Haydnem i z Beethovenem jest zaliczany do trójki klasyków wiedeńskich. Zostawił po sobie kilkaset różnych utworów, w tym ponad 50 symfonii i 13 oper.

# Daryl Hannah



Jedną z niewielu postaci z Hollywood, która przyznała się do autyzmu jest amerykańska aktorka Daryl Hannah. Twierdzi, że to jest powodem, dla których unika grania w wysokobudżetowych produkcjach i rzadko pojawia się na wystawnych bankietach i filmowych premierach. Nie pojawiam się na premierach nie dlatego, że czuję się ponad to, że uważam się za lepszą, ale dlatego, że jestem przerażona - tłumaczy aktorka. Największą sławę aktorce przyniosły role na początku lat 80. Wtedy zagrała w takich filmach jak "Kraj dla twardzieli", "Łowca androidów", "Wall Street", czy "Stalowe Magnolie".



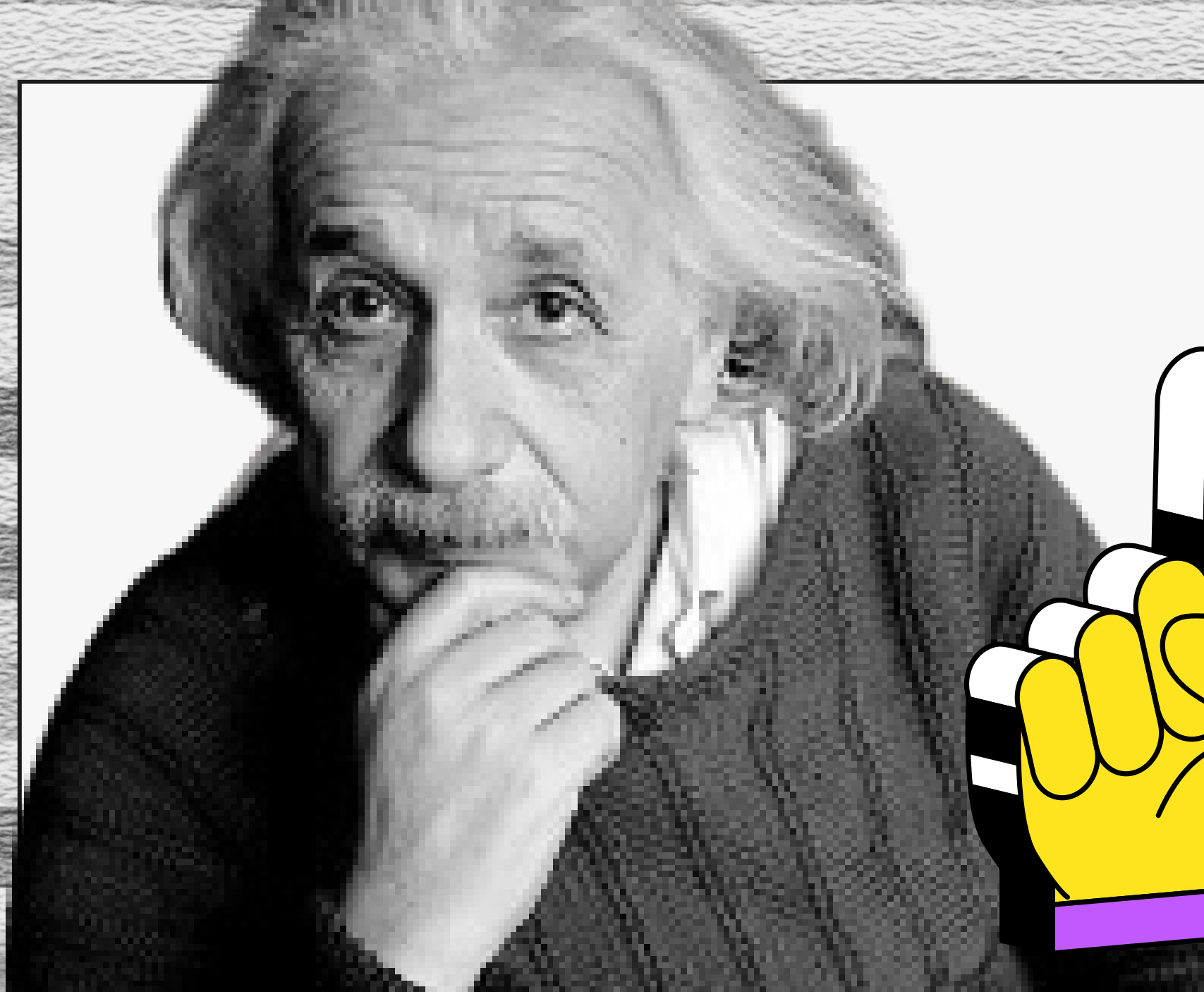
# Andy Warhol

Twórca pop-artu również mógł mieć zaburzenia ze spektrum autyzmu. Wielu oceniało go jako ekscentryka i dziwaka, a naukowcy twierdzą, że miał typowe objawy ze spektrum .

W dzieciństwie miał problemy w szkole, a przez całe życie jego relacje z ludźmi były osobliwe.

Jak wspominają przyjaciele, Warhol od małego gromadził wiele przedmiotów, których w ogóle nie rozpakowywał i ich nie używał. Jego mieszkanie wyglądało jak mauzoleum - oceniał jego psychiatra.

Andy Warhol to amerykański artysta, jeden z głównych przedstawicieli pop-artu. Jego dzieła charakteryzowały się prostymi i seryjnymi kompozycjami.

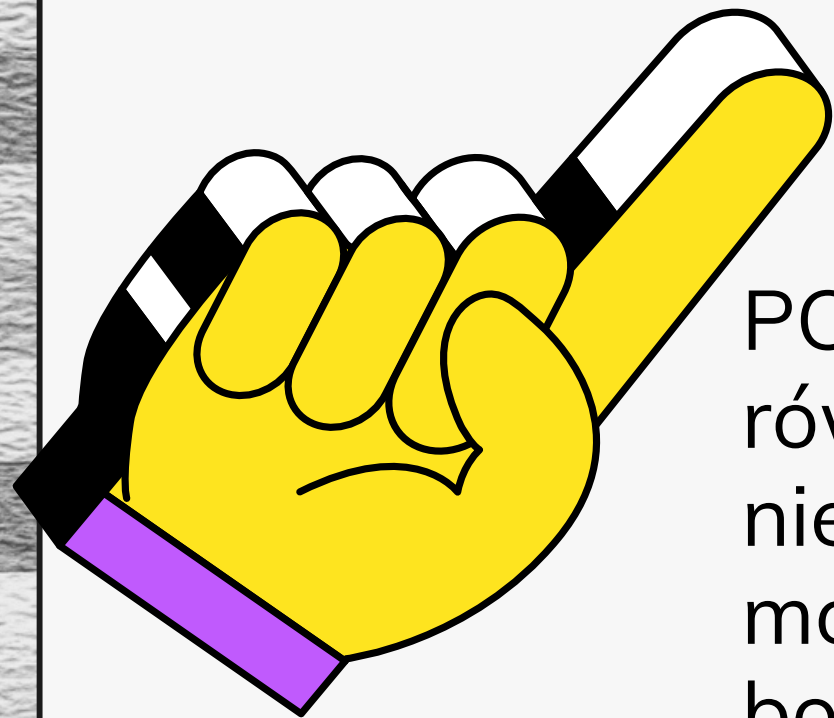


# Albert Einstein

Naukowcy z Uniwersytetów Cambridge i Oksford twierdzą, że wybitny naukowiec miał objawy typowe dla spektrum autyzmu. W dzieciństwie był samotnikiem, często powtarzał swoje słowa. Już jako profesor swoim ekscentrycznym zachowaniem podczas wykładów często wprawiał słuchaczy w zakłopotanie. Einstein to jeden z największych fizyków-teoretyków XX wieku, twórca ogólnej i szczególnej teorii względności. W 1921 roku otrzymał nagrodę Nobla za dokonania w dziedzinie fizyki,

$$E = mc^2$$

# Poczuj się jak osoba ze spektrum autyzmu!



PORA NA DOŚWIADCZENIA . Celem tych działań jest pokazanie, że również my jesteśmy źródłem dźwięków, zapachów czy niekoniecznie przyjemnego dotyku i czasem nawet mając dobre intencje możemy zaatakować osobę w spektrum autyzmu nieprzyjemnymi bodźcami. Dlatego wywierana przez nas presja czasu czy porównywanie do innych, zbyt nachalny doping, może stanowić dodatkową trudność dla osoby w spektrum, a nawet budzić w niej całkiem zrozumiałą irytację i niechęć. Pamiętaj o tym na szkolnym korytarzu, w klasie, czy w miejscach użyteczności publicznej!



# DOŚWIADCZENIE PIERWSZE- WZROK

Nakładamy okulary ochronne pokryte wazeliną lub okulary częściowo pozaklejane nieprzeźroczystą taśmą. Wykonujemy zadania:

1. czytanie i przepisanie do zeszytu w kratkę fragmentu tekstu
2. układanie puzzli
3. kolorowanie mandali (za pomocą zakreślaczy i kredek
4. uzupełnianie krzyżówek
5. rozwiązywanie zadań matematycznych w zeszycie w kratkę



# DOŚWIADCZENIE DRUGIE- SŁUCH



Nakładamy na uszy słuchawki bądź nauszniki, a następnie zjadamy marchewkę. W wypadku braku słuchawek można po prostu zakryć sobie uszy rękoma. W tle puszczaemy irytującą muzykę. Zadaniem uczestnika jest wykonać szybkie polecenia słuchowe, np. : najpierw idź prosto przez 10 kroków, następnie skręć w prawo (daj 7 kroków) i zrób 8 przysiadów,,

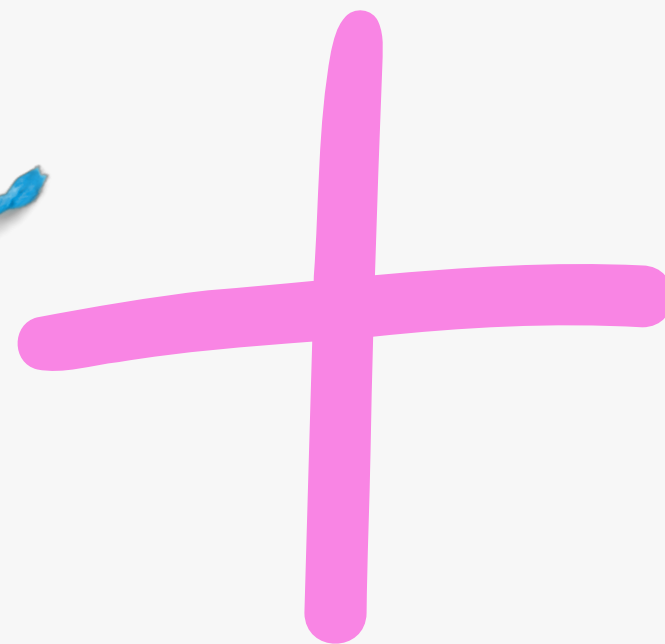
# DOŚWIADCZENIE DRUGIE -ZMYSŁ DOTYKU



Nakładamy rękawice robocze/ogrodnicze, można nałożyć jedną, dwie, mogą być nałożone odwrotnie. Zwracamy uwagę uczniom aby skupili się na tym co/jak czują. Rozdzielamy zadania:

1. nawlekanie włóczki jako sznurówek do trampek i zawiązanie ich,
2. zapinanie i rozpinanie guzików koszuli
3. przewlekanie wełny przez drewniane klocki z otworkami

# DOŚWIADCZENIE TRZECIE -ZMYSŁ RÓWNOWAGI



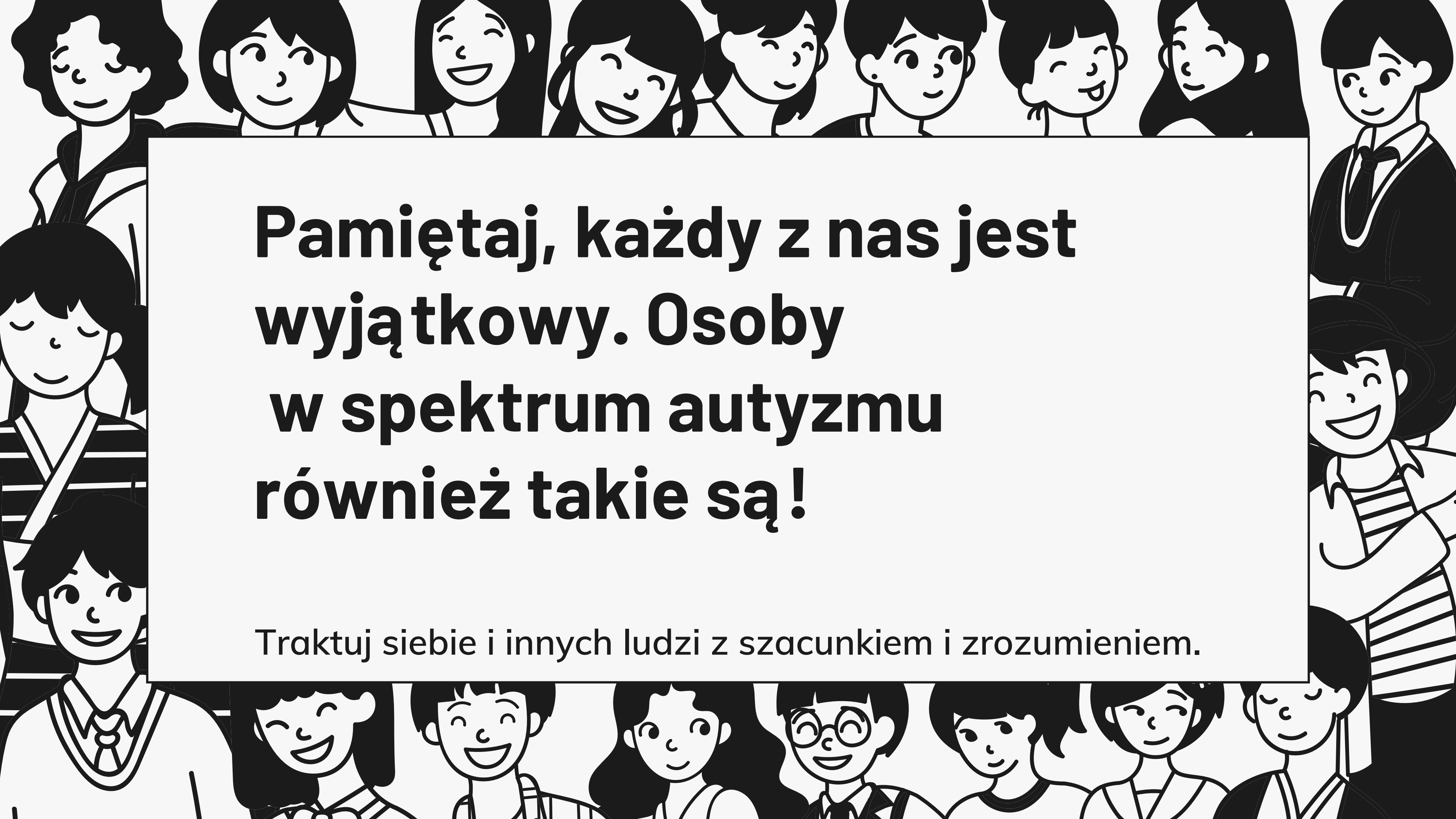
Nakładamy okulary ochronne. Należy uciąć kawałek wełny, mniej więcej długości przeciętnej skakanki (najlepiej w dwóch wersjach – minimalnie dłuższej lub minimalnie krótszej). Uczestnik ma wykonać 5 podskoków jak na skakance.

# PORA NA NASZE REFLEKSJE

1. Czy łatwo było Wam wykonać zadania?
2. Co ułatwiłoby Wam wykonywanie zadań?
3. Jak się czuliście w swoich rolach?

PODSUMOWANIE: Prowadzący rysuje na tablicy dłoń. Zadaniem uczniów jest napisanie na niej takiej cechy, która go czyni wyjątkowym w grupie ( pod względem wyglądu, zachowania, osiągnięć )  
Wybrany uczeń odczytuje wszystkie wypisane cechy.  
Nauczyciel pyta: Jaki wniosek płynie z naszego dzisiejszego spotkania, warsztatów?  
(Każdy z nas jest wyjątkowy. Jesteśmy różni- to jest ciekawe!)





**Pamiętaj, każdy z nas jest  
wyjątkowy. Osoby  
w spektrum autyzmu  
również takie są!**

Traktuj siebie i innych ludzi z szacunkiem i zrozumieniem.