

Jak pomóc dziecku ze spektrum autyzmu w nabyciu jak największej samodzielności i zrozumieć ich sposób myślenia

Rozwijanie umiejętności życiowych u dzieci z autyzmem lub zespołem Aspergera.

Część II

Uczenie umiejętności życiowych dziecka ze spektrum na podstawie pomysłów i przykładów

1. NAUKA UCZENIA SIĘ

Osoby ze spektrum są w stanie nauczyć się umiejętności życiowych, ale na swój własny sposób. Dlatego przy nauczaniu i wspieraniu dziecka niezbędne jest zrozumienie tych różnic i pamiętanie o nich. Pomoże to zrozumieć, jak autyzm wpływa na proces uczenia się. Należy spojrzeć na dziecko z perspektywy autyzmu, wtedy zrozumiemy pewne zachowania dziecka.

Bardzo dobrze wpłynie na relacje dziecka z ZSA - Rodzic / Opiekun czy nauczyciel umiejętność dostrzegania dobrych stron, wszelkich korzyści związanych z tym, jakie jest nasze dziecko .

Przykład: Rodzice dzieci z ZSA często narzekają, że ich dziecko za dużo chce być samo i nie interesują się innymi. Nie widzą, że zdolność rozwijania się w samotności to coś pozytywnego. Nie chodzi o to, aby sprawić, żeby dziecko przestało lubić samotność, ale o to, żeby umiało funkcjonować w niej i poza nią.

Widzicie różnicę?

Przykład: Upartość – często dzieci z ZSA słyszą „jesteś strasznie uparty”. To dobra cecha, choć ciągle wymaga nauki kiedy warto być upartym, a kiedy nie. W uporze dzieci z ZSA najlepsze jest to, że nie robią tego, co ludzie każą robić, jeśli oni sami tego nie chcą. Pozytywem tej cechy jest to, że Rodzic nie musi się martwić, że dziecko ulegnie wpływom rówieśników, nikt nie nakłoni go wypicia czegoś, wypaleniu czegoś jeśli sam nie będzie tego chciał.

Chodzi tutaj o docenienie każdego pozytywnego wpływu z każdej cechy dziecka, znalezienie rzeczy, które naprawdę cenimy w naszym dziecku.

Ważne jest, byśmy analizując wszystkie cechy naszego dziecka zwrócili uwagę jak autystyczny mózg się uczy, jakie wiążą się z tym trudności, zrozumieli, że niektóre „złe cechy” – jak bycie upartym samotnikiem – mogą mieć w codziennym życiu znaczenie pozytywne. Nauczmy się cenić dziecko za to, jakie jest teraz, zamiast skupiać się tylko i wyłącznie na jego trudnościach i problemach.

Większość osób będących gdzieś w spektrum uczy się inaczej niż typowe dzieci. Niezależnie od poziomu IQ, nasycenia trudności sensorycznych, zdolności rozumienia i używania języka oraz wszystkich innych różnic – łączą te wszystkie osoby pewne problemy w uczeniu się.

Przede wszystkim znacznie trudniej jest im wyciągać wnioski. Nawet jeśli uda im się dojść do zawiłych, ukrytych informacji w jednej konkretnej sytuacji, w innej może już to być już nie do osiągnięcia.

Umiejętność, którą potrafią wykorzystać w jednym pomieszczeniu / budynku/ kontekście, może stać się zupełnie bezużyteczna, kiedy znajdą się kilka metrów dalej od tej sytuacji.

Wiedza o kontekście (zrozumieniu), gdzie i kiedy dane zachowanie jest stosowne, oraz uogólnianiu, a więc stosowaniu wiedzy na temat całej sytuacji w małym elemencie, nie należy do mocnych stron osób z ZSA.

Nawet wysoki poziom wiedzy nabytej w szkole nie ma u dzieci z ZSA żadnego wpływu zdolność łączenia podstawowej, praktycznej wiedzy z jednej dziedziny z inną.

Jedną z rzeczy, które należy wcześniej opanować, jest np. to, jak, kiedy, gdzie i czy w ogóle można przejść przez ulicę. Zazwyczaj typowe dzieci posiadają już tę umiejętność na przełomie trzeciej klasy. Dzieci z ZSA o kilka lat starsze mogą np. umieć przejść przez drogę, w każdym miejscu gdzie jest postawiony znak STOP, ale wszystko potrafi się skomplikować na przejściach ze światłami drogowymi. Trzeba zrozumieć jak bardzo ciężko jest zbierać informacje z różnych źródeł, by móc jakoś zrozumieć otaczający świat.

Dziecko z ASP już od najmłodszych lat nie można wyręczać w codziennych czynnościach, na przykładzie przejścia przez drogę- proszę zobaczyć różnicę w stopniu usamodzielnienia się:

- dziecko z ZSA , które od wczesnego dzieciństwa przechodzi przez jezdnię z osobą dorosłą, to jej zostawia zajęcie się wszystkimi związanymi z tym szczegółami. Nie wystarczy ciągłe tłumaczenie, wyjaśnianie dorosłych na czym polega cały proces ze zmieniającymi się światłami, ponieważ dziecko nie bardzo to interesuje, a cały system wydaje im się wystarczająco zrozumiały. Oczywiście dla niego jest, że kiedy wyświetla się osoba idąca/ zielone światło czy napis STOP, należy przejść przez ulicę lub stać.

Dziecko z nabytą taką całkowicie logiczną wiedzą nagle staje przed dylematem. Jeśli zacznie przechodzić na zielonym duże przejście , co mam zrobić, gdy zacznie światło mrugać. Oczywiście dla dziecka z ZSA jest wtedy informacja, że na czerwonym nie może przebywać na jezdni i że musi się szybko znaleźć na chodniku – a to oznacza szaleńczy bieg ku najbliższemu krawężnikowi.

Na długim przejściu przez jezdnię dla tych osób często to oznacza, że biegiem wracają do punktu wyjścia. W związku z tym, przejście na drugą stronę ulicy czasem zajmuje tym osobom sporo cykli świateł. W końcu uda się rozpracować, po co są niektóre wysepki na środku jezdni, ale tu też należy wiedzieć, że niekoniecznie muszą one być ograniczone krawężnikami, że wystarczą same namalowane, białe linie.

Dziecko, które zawsze będzie otoczone opieką osoby dorosłej, samo nie ma szans i chęci do usamodzielnienia się, nie widzi takiej potrzeby, - po co skoro zawsze jest wszystko dobrze, wystarczy, że schowa się w cieniu osoby dorosłej. Skłaniając dziecko do samodzielności, do wykonywania konkretnych czynności całkowicie samemu -skłaniamy go do myślenia jak to należy zrobić, na jakie przeszkody napotyka i jak te przeszkody ma pokonać.

Nie mówimy tu o „rzuceniu kogoś na głęboka wodę” i pozostawieniu samemu sobie, należy stopniowo uczyć tak, aby to dziecko było o krok przed nami i decydowało co ma dalej robić – my jesteśmy w tym momencie „jego bezpieczeństwem”, czyli kimś kto go zatrzyma, gdy widzimy, że to co robi zagraża bezpieczeństwu.

1. Mów to, co musisz powiedzieć

Kiedy uczysz dziecko z ZSA , naprawdę musisz sam nauczyć się mówić dokładnie to chcesz powiedzieć. Cały nasz typowy system porozumiewania się jest oparty na założeniu, że słowa nie muszą dosłownie odpowiadać temu, co chcemy powiedzieć, żeby zostały zrozumiane. Tak wiele z tego co mówimy, jest interpretowane w zależności od kontekstu, tonu i społecznego porozumienia, że nie musimy być dosłowni i zbyt dokładni.

. Lecz zupełnie inaczej to wygląda w przypadku dziecka ze spektrum autyzmu. Trzeba im podawać nowe informacje za pomocą dosłownego, przyjaznego użytkownikowi języka. Może nie dotyczy to dosłownie każdej sytuacji, to nie jest tak, że nigdy nie można używać niedosłownego języka, sarkazmu czy ironicznego humoru przy dzieciach z ZSA – wszystko to jest typowe, stanowi część życia takiego dziecka i może być nawet wykorzystywane do nauki w zależności od danego dziecka i konkretnej sytuacji.

Należy jednak pamiętać, że dawanie niedostównych poleceń czy wskazówek osobom ze spektrum to najkrótsza droga do wywołania niepożądanego zachowania. Trudno jest być "posłusznym", kiedy nie ma się pojęcia czego dokładnie Rodzice / Opiekunowie i nauczyciele oczekują.

Pamiętajmy więc, aby prosić dokładnie o to czego oczekujemy, a nie o coś abstrakcyjnego.

Podam przykład: dziewczynka w wieku szkolnym była na obiedzie u swojej przyjaciółki. Kiedy chciała, żeby podano jej chleb, mama koleżanki powiedziała do niej „A jakie jest magiczne słowo?” Dziewczynka została zbita z tropu, nie wiedziała o co chodzi, przez myśl przechodziły jej wszystkie znane jej zaklęcia i szybko grzecznie powiedziała „Abrakadabra”

Po reakcji mamy koleżanki, która dalej pytała o magiczne słowa zorientowała się, że nie jest to prawidłowa odpowiedź, więc zaczęła wymawiać kolejne znane jej zaklęcia typu „hokus – pokus, sezamie otwórz się itd” W końcu powiedziała do dziewczynki, po długim czasie, że powinnam powiedzieć „poproszę”, skoro chciałam aby mi coś podano.

To najwyraźniej próbowała zakomunikować dziewczynce mama koleżanki swoją prośbą o magiczne słowa.

Niestety dziewczynka ze spektrum nauczyła się wtedy jedynie tego, że:

- mama przyjaciółki jest dziwna
- nie ma oporów przed poprawianiem zachowania gościa przy innych w czasie posiłku.

I było to jedno z tych zdarzeń, które umocniły jej zdziwienie tym, jak zachowują się dorośli z jej otoczenia.

Jeśli chcesz, aby dziecko powiedziało „proszę”, to właśnie to mu powiedz, jasno i jednoznacznie „Proszę”.



Zasady dla dziecka ze spektrum są bardzo ważne i często spostrzegane są w sposób dosłowny – dlatego trzeba być bardzo rozważnym przy ich układaniu, zwłaszcza tych pisemnych. Dziecko z autyzmem zazwyczaj zrobi dokładnie to, czego wymagają zasady.

Przykład: Dziecko autystyczne zobaczyło w Sali kartkę z napisem „Zasady naszej klasy”. Jedna z nich brzmiała „nie bijemy naszych przyjaciół”.

Dosłowne znaczenie dla dziecka z autyzmem zostało zrozumiane jako, że nie może bić tylko przyjaciół, że istnieje tylko i wyłącznie jedno konkretne ograniczenie do tego kogo możemy bić.

Bez problemu zatem możemy bić wrogów, czy ludzi, których za bardzo nie lubimy, albo wobec których w danym dniu nie jesteśmy przyjaźnie nastawieni.

Napisanie takiej zasady dla dziecka ze spektrum powinno brzmieć „Nie bijemy ludzi”

Dziecko autystyczne czasami ma problem ze zrozumieniem, że porządne walnięcie kogoś raz czy drugi może negatywnie wpłynąć na jego relacje z tą osobą. Trzeba mu wytłumaczyć i wprost powiedzieć, że nie wolno uderzyć nawet jeden raz.



Jednym z błędów jest mówienie dziecku ze spektrum, że „nie może” czegoś zrobić albo, że „musi” wykonać jakąś czynność przed rozpoczęciem drugiej ,kolejnej. Powinieneś drogi Rodzicu / Opiekunie zdawać sobie sprawę z możliwych dosłownych wyzwań, dlaczego? Bo możesz zostać zupełnie inaczej zrozumiany niż to co miałeś na myśli.

Przykład:

mama mówi dziecka z ZSA „musisz” posprzątać w pokoju, zanim zjesz obiad. Może się zdarzyć, że dziecko z mamą wejdzie w długą dyskusję, w której niestrudzenie będzie wyjaśniało,, że jego zdolność przyjmowania pożywienia nie jest w żaden sposób zależna od tego, w jakim stanie jest jego pokój. Osoby z zespołem Aspergera często czerpią niezwykłą przyjemność z udowadniania innym, że się mylą.

Znacznie bezpieczniej jest powiedzieć, po prostu „Posprzątaj swój pokój, teraz”



Chcesz sprzątać swój pokój i mieć przy tym dużo zabawy?

Użyj samochodu zdalnie sterowanego! :)

SPRZĄTANIE POKOJU

BEZ MUZYKI



Z MUZYKĄ



Słowa takie jak „nie może” czy „musi” nie zawierają zbyt wiele informacji, więc jeśli nie dołożymy do nich dodatkowych instrukcji, mogą być nie zrozumiałe dla dziecka ze spektrum. Przecież to oczywiste, że „możemy” wlać do wanny tyle wody, że się przeleje – wystarczy tylko odrobina wysiłku i korek wciśnięty w odpływ.

Widzisz mamo 🤔 jest sposób żeby to zrobić, nie ma, że” nie można” – czy nie jesteś dumna, że udało mi się to samodzielnie wymyślić?

Innymi słowy, jeżeli powie się do dziecka, że czegoś „nie może” zrobić, lepiej poprzeć to przekonującym uzasadnieniem. Np. można powiedzieć „Taka jest zasada.” Samo „nie możesz” dziecko ze spektrum może uznać za brak precyzji wypowiedzi osoby mówiącej.

„Taka jest zasada” - to pierwszy podawany powód. Wszystkie inne są drugorzędne, gdyż z innymi powodami można się już kłócić.

Tak więc, należy mieć świadomość, że myślenie dosłowne może wpłynąć na sposób, w jaki dzieci spostrzegają pojęcia takie jak „nie można”, „musi”, „trzeba”. Nie chodzi o to, że nie można nigdy ich używać, ale należy uważać na potencjalne pułapki.

1. Przekazuj informacje na kilka różnych sposobów

Kiedy dziecko ze spektrum ma problemy z przetworzeniem otrzymywanych informacji, dobrym rozwiązaniem jest przekazanie tych samych informacji na inne sposoby. Przede wszystkim musi je to coś fascynować, muszą widzieć potrzebę.

Pomoce wzrokowe i demonstracje są kluczowe w nauczaniu każdego dziecka, tym bardziej z zaburzeniem ze spektrum autyzmu. Ludzie z zasady niewiele się uczą z samych tylko instrukcji słownych. Kiedy słowa i czyny rodziców są sprzeczne, wszystkie dzieci będą raczej powtarzać zachowanie, niż postępować wg wytyczonych zasad.

Dzieci z autyzmem wyłapują sporo pośrednich informacji z rzeczy, na których naturalnie się koncentrujemy. Oznacza to, że jeśli uda się rodzicowi naprawdę skupić na sobie ich uwagę, będą robić to, co rodzic robi, a nie to, co mówi. Np. nauczą się krzyczeć, ponieważ zdecydowanie skupiają na rodzicu uwagę, kiedy to on krzyczy, nawet jeśli nie mają pojęcia, dlaczego rodzic krzyczy.

Wiele dzieci ze spektrum ma trudności z przetwarzaniem języka, nie potrafi rozumieć tego, co się im przekazuje słowami.

Istnieją zatem dzieci i dorośli ze spektrum, którzy wydają się nieposłuszni, a którzy w rzeczywistości nie potrafią po prostu przetworzyć zbyt wielu poleceń słownych. Nie można przecież wykonać poleceń, których się nie rozumie.

W takich sytuacjach pomoce wzrokowe stają się niezbędne.

Dzieci, które nie rozumieją komunikacji werbalnej, są bardziej podatne na mentalne wycofywanie się i trzeba im rzucić linę ratunkową, zanim zrezygnują z uczestniczenia we wszystkich interakcjach.

Rodzice / Opiekunowie, prawie każdy z kim dziecko ma kontakt bardzo często wydają dzieciom polecenia, jednocześnie informując o konsekwencjach nieposłuszeństwa czy nagrodzie za posłuszeństwo. Usłyszenie tego wszystkiego to często zdecydowanie za mało dla dziecka ze spektrum, należy używać jasnych zasad z wykorzystywaniem pomocy wzrokowych.

Korzystają z pomocy wzrokowych dajesz dzieciom ze spektrum sygnał, czego od nich oczekujemy. Np. na wykresach harmonogramu zajęć w domu powinny być zobrazowane wszystkie nagrody, na które może dziecko zapracować wykonując zadania, jak i te rzeczy, które może stracić, gdyby zadań nie wykonało.

Używając pomocy wzrokowych, które zawierają rozrysowane harmonogramy czy wykresy rzeczy do zrobienia oraz listy tego, na co można zapracować lub co stracić, możemy pomóc dziecku nauczyć się, jak działa zasada przyczyny i skutku.



Takie wzrokowe przypomnienia są bardzo pomocne. Można tysiąc razy powiedzieć „masz codziennie ścielić swoje łóżko”, a i tak nie będzie to znaczyło tyle, co jasna lista z małym obrazkiem pościelonego łóżka do odznaczenia każdego dnia.





WSZYSCY, PROSZĘ
SIĘ ZATRZYMAĆ!
PROSZĘ PRZEMYŚLEĆ,
CO Z TEGO WYNIKA!

Bibliografia:

Jennifer Mcilwee Myers

„Rozwijanie umiejętności życiowych u dzieci z autyzmem lub zespołem Aspergera”

Gdańsk 2020 r - wydanie I