

*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 III

cd.

1. Jak przekazać informacje - Mów językiem, który twoje dziecko zrozumie

Z każdym dzieckiem jest się czasem trudno porozumieć. Ważne by mieć na uwadze, że porozumienie się z ludźmi nie zależy tylko od takich elementów, jak poziom IQ, czy liczba opanowanych słów. U dzieci ze spektrum należy zwrócić uwagę na to, jak reagują na różne formy komunikacji werbalnej i niewerbalnej.

Od naszego podejścia do dziecka, od jasnych, krótkich komunikatów, dawaniu prawdziwych instrukcji, które mają sens - zależy zrozumienie informacji przez dziecko. Często chcą one z nami współpracować, chcą zrozumieć, może nie lubią chodzić do szkoły, ale będą wtedy przynajmniej pracować z nami i uczyć się nowych umiejętności życiowych – jeśli nie są zbyt zmęczone czy głodne i jeśli mają odpowiednie przerwy na zabawę i odpoczynek.

Pomoc wzrokowa może polegać na czymś tak prostym jak pokazanie czynności, którą dziecko ze spektrum ma powtórzyć.

Pierwsza próba nauczania dziecka umiejętności życiowych powinna polegać na zwykłym wykonywaniu czynności razem z dzieckiem wszystkich jej etapów z krótkim opisem i pokazaniem dziecku, czego od niego oczekujemy.

Pamiętajmy o jednej rzeczy, a mianowicie nie starajmy się organizować czasu dziecku tak, aby „nic, tylko się uczyło, uczyło i uczyło, cały czas siedem dni w tygodniu”. Dzieci muszą mieć kiedyś odpocząć i przetrawić informacje zdobyte w ciągu dnia.

Podając instrukcje słowne należy pamiętać, że w większości przypadków mniej słów działa lepiej – starać się mówić krótko, prosto i jasno.

Przykłady:

- Posprzątaj swój pokój zaczynając o pierwszej po południu
- Posprzątaj swój pokój teraz
- Odłóż zabawki do skrzynki

Wydając jakiegokolwiek polecenia nie należy oczekiwać, że dziecko wykona listę zadań podanych jednocześnie. Należy wydawać jedno maksymalnie dwa polecenia na raz.

Staraj się przekazywać informacje obrazowo lub wykonując jakąś czynność dotyczącą tematu np. ucząc o przyimkach zamiast skupiać się tylko na książce, pokaż dziecku swoją postawą co to jest przyimek np. „nauczycielka pobiegła dookoła kosza”, „nauczycielka stała w koszu” – nie bój się używać wszystkiego co może pomóc dziecku w zrozumieniu i zapamiętaniu.

1. Powtarzanie i wytrwałość

Większość osób z autyzmem, zespołem Aspergera, autyzmem wysoko funkcjonującym czy całościowym zaburzeniem rozwoju łączy kilka cech charakteryzujących uczenie się.

Jedną z najbardziej przydatnych i ważnych jest to, że bardzo dobrze uczą się przez powtarzanie.



Dziecko ze spektrum najlepiej uczyć w czytelny dla niego sposób i w różnych sytuacjach, dla których dana informacja ma znaczenie. Jest to bardzo ważne, ponieważ dzieci te z reguły słabo generalizują zdobytą wiedzę.

Powtarzanie tej samej informacji słowami, ilustracjami czy np. śpiewając – w różnych sytuacjach, w których ma ona zastosowanie, może im pomóc przezwyciężyć daną trudność.

Dziecko powinno widzieć sens i potrzebę zdobywania takich informacji. Przykładem tu może być powtarzanie jakiejś instrukcji w kontekście niezwiązanym z realną potrzebą jej wykorzystania – efekt nauki – nieskutecznie, dziecko nie widzi potrzeby zdobycia tej konkretnej informacji.

Wspomniana wcześniej nauka przechodzenia przez jezdnię oraz przy uczeniu znaków drogowych – ważne jest, aby ćwiczenia z tą partią wiedzy wykonywać w ich naturalnym środowisku.

Wiele jest osób ze spektrum, które zatrzymają się przed każdym znakiem stop na drodze do szkoły, ale zupełnie zignorują takie same znaki w innych miejscach, ponieważ wiedza ta nigdy nie została zgeneralizowana.

Jeśli uczymy dziecko ze spektrum robić zakupy, to miejmy na uwadze, że dla większości z nich pieniądze, to dość trudny temat do opanowania nawet przez już dorosłe osoby z ZSA. Mogą oni z tego powodu narobić sobie sporych długów, nierealistycznie korzystając z kart debetowych, kredytowych itp. Trzeba mieć na uwadze inny sposób myślenia, przykład: poinformowana dorosła osoba z ASP, że zrobiła dług w banku – zupełnie szczerze nam może odpowiedzieć, że „to niemożliwe, żeby nie miał pieniędzy, przecież zostały mi jeszcze czeki”. Pamiętajmy o innym sposobie myślenia osób ze spektrum.

Dla osób niemogących uzyskać niezależności trudność ze zrozumieniem sposobu funkcjonowania pieniędzy, również może być poważnym problemem. Niezrozumienie, że rodzina czy opiekunowie muszą realistycznie ograniczać zakupy, wydatki na przyjemności np. wychodzenie do restauracji, lubiane aktywności, może doprowadzić do niekontrolowanych napadów złości czy depresji.



1. Okazje do nauki, okazje do osiągnięcia sukcesu

Dzieci z ZSA uczą się umiejętności życiowych najlepiej, kiedy „lekcje” są generalizowane poprzez powtarzanie ich w różnych środowiskach, są powtarzane wiele razy, odbywają się w prawdziwych sytuacjach, w których podawane informacje mają znaczenie.

Robienie zakupów spożywczych to świetna okazja do nauczania dziecka istotnych umiejętności życiowych: znajdowanie różnych przedmiotów na podstawie podanych wskazówek Rodzica / Opiekuna , wskazówek słownych, wzrokowych – to bardzo może pomóc uogólnić dziecku pojęcia kolorów czy kształtów.

Przykład” „Pokaż palcem czerwone jabłko” - wykonanie tego polecenia wymaga zdolności uogólnienia koloru czerwonego na wiele jego odcieni występujących w przyrodzie, wymaga też zrozumienia, że nie wszystkie jabłka są czerwone.

Sklepy spożywcze pełne są też wspaniałych pomocy wzrokowych, wszystkie reklamy wypełnione są kolorowymi obrazkami. Dopasowywanie przedmiotu z reklamy do przedmiotów w sklepie to świetna zabawa, a poza tym uczy istotnej umiejętności skupienia się na znalezieniu kilku konkretnych rzeczy.

Kiedy dzieci w szkole uczą się różnych pojęć, jak np. więcej od/mniej od, można wprowadzić je do wyprawy na zakupy, próbując dojść, który produkt jest najtańszy. Z niektórymi dziećmi można przerobić też wtedy pojęcie robienia zapasów, kiedy dany produkt jest bardzo przeceniony.

Wszystko to są bardzo ważne rzeczy. Mało przydatna jest zdolność zapamiętania wielu liczb, jeśli nie potrafi się stwierdzić, czy obniżona cena danego produktu, z którego często się korzysta, to dobra okazja czy też nie.



1. Pomóż dziecku osiągać stopniowe sukcesy

Choć okazje do nauki można znaleźć wszędzie, to takie, które umożliwią dziecku z ZSA odniesienie sukcesu nie jest już takie łatwe. Z reguły dzieci ze spektrum uczą się złożonych czynności małymi lub bardzo małymi krokami.

Istotne jest ustawienie wszystkiego tak, żeby złożone razem kilka mniejszych elementów zadania dawało jakieś pozytywne informacje zwrotne czy wyraźną oznakę odniesione sukcesu.

Pamiętajmy, że osoby ze spektrum muszą uczyć się radzić sobie z frustracją i błędami – których w ich życiu jest już i tak ponad miarę.

Za mało sukcesów, a za dużo frustracji daje razem wyuczoną bezradność. Za mało doświadczenia w przezwyciężaniu frustracji i innych przeszkód powoduje brak odporności na frustrację. Dlatego tak ważne są sukcesy wynikające z działań małymi krokami.

Ucząc dziecko uczestnictwa w zakupach czy przeprowadzania prostych transakcji, starajmy się ułożyć wszystko tak, żeby co jakiś czas dziecko odnosiło sukces. Kiedy prosisz dziecko, żeby znalazło różne rzeczy w sklepie, zacznij od tego produktu, który jest dla Ciebie w zasięgu wzroku i mniej więcej na wysokości wzrostu dziecka. Nie zaczynaj nigdy od proszenia dziecka o znalezienie rzeczy, których może nawet wcale nie ma w sklepie.



Ludziom z ZSA nie łatwo jest przyjmować porażki, na które wszyscy jesteśmy skazani. Dużo poniesionych porażek prowadzi do „wyuczonej bezradności” - oznacza to, że poddaje się zanim na dobre zacznie coś robić. Po co się starać i wysilać, kiedy taki sam wynik osiąga się, nic nie robiąc.

Przed Rodzicami / Opiekunami, nauczycielami, terapeutami starających się uczyć dziecko umiejętności życiowych stoi bardzo ważne wyzwanie – jak nauczyć dziecko robienia nowych rzeczy bez prowokowania sytuacji, w których poczuje się ono przytłoczone niepowodzeniem.

Najważniejsze jest cały czas uważnie obserwować dziecko, jego sukcesów i porażek. Jeśli dziecko ze spektrum robić coś co zagraża bezpieczeństwu – szybko zapobiegamy takiemu wydarzeniu, lecz następną czynnością o której powinniśmy pamiętać jest analiza co właściwie doprowadziło do wystąpienia takiej sytuacji, problemu. Trzeba na to spojrzeć z punktu widzenia osoby ze spektrum, mając na uwadze jej inny od typowego sposobu myślenia.

Uważna obserwacja dziecka jest jedną z metod w jakim stopniu dziecko opanowało pewien rodzaj czynności, jak np. robienie zakupów.



Do zadań składających się razem na osiągnięcie sukcesu przez dziecko, a które spoczywa na rodzicu jest wcześniejsza wiedza rodzica w jakim sklepie jest dana rzecz, ile kosztuje, zdolność oceny czy dana rzecz kosztuje mniej czy więcej, niż może na nią przeznaczyć oraz znajomość swojego dziecka czy wykonana takie zadania jak: wybieranie spośród kilku przedmiotów, znajdowanie towaru w sklepie, rozmawianie z pracownikami sklepu, w tym wymienianie uprzejmości, płacenie za zakupy i leczenie reszty.

W ten sposób można pomóc dziecku w osiągnięciu sukcesu., a w bilansie wieczornym zapewniając mu więcej pozytywnych doświadczeń niż porażek.



Szansa na odniesienie sukcesu i poczucie pewnej samodzielności, które powoli wzrasta u dziecka, stają się motywatorami nieodłącznie związanymi z zadaniem czy zbiorem zadań

Przykład: Mama dziecka ze spektrum po wcześniej nauce małymi krokami nad umiejętnościami robienia zakupów, poczynawszy od znajdowania przedmiotów – poprzez kolejne co raz trudniejsze etapy jak określanie który z towarów jest droższy, który tańszy, który towar można kupić za konkretnie wymienioną kwotę pieniędzy , aż pewnego dnia postanowiła złączyć kilka tych umiejętności razem.

Pewnego dnia poinformowała syna, że po szkole pojedą kupić dla niego buty i dodała do domowego harmonogramu zajęć zakup nowych butów.

Zaprowadziła syna do szkoły, następnie sama udała się na poszukiwanie butów, . Przejrzała wybór w kilku sklepach, aż znalazła taki, w którym było kilka par w odpowiednim przedziale cenowym, podobnych do tych, które już się jej synowi podobały. Dowiedziała się, że są dostępne w różnych rozmiarach.

Następnie niczego nie kupując, wróciła do domu. Po odebraniu syna ze szkoły, zabrała go do sklepu, o którym już wiedziała, że jest w nim kilka par butów, z których syn może sobie wybrać. Powiedziała mu, ile dokładnie jaką sumę pieniędzy może wydać i czekała na niego przed samym wejściem do sklepu – dając synowi poczucie całkowitej samodzielności.

Dziecko po wcześniejszych już naukach małymi krokami, było już w stanie sprostać takiemu zadaniu. Chwile mu zajęło zdecydowanie, które buty podobają się mu najbardziej, wybrał parę w odpowiedniej cenie i dokonał zakupu.

Oczywiście dużo prościej byłoby dla mamy zabrać syna ze szkoły na zakupy, bez wcześniejszego swojego zwiadu.

Jeszcze łatwiej byłoby, gdyby mama sama kupiła buty.

Ale gdyby nie udała się na zwiad obuwniczy, mogłoby się to skończyć tym, że chodziłaby z synem od sklepu do sklepu, podczas gdy on nie znajdując odpowiednich butów, stawałby się coraz bardziej sfrustrowany i przytłoczony wszystkim problemami sensorycznymi związanymi z robieniem zakupów: światłem w sklepie, zapachem nowych ubrań i ogólną dużą ilością bodźców dźwiękowych.

Gdyby to mama kupiła buty, syn nie miałby możliwości nabycia doświadczenia w samodzielnym robieniu zakupów. Zupełnie nie rozumiałby trudności związanych z wybraniem konkretnego przedmiotu, operowaniem ograniczonym budżetem czy nie miałby okazji doświadczyć tych wszystkich interakcji, w które wchodzi się robiąc zakupy.

Ta mama przeprowadziła do zadanie w najbardziej dla siebie pracochłonny sposób. Musiała poświęcić wiele czasu, który mogłaby zaoszczędzić, wybierając „łatwiejszą” metodę, ale ten prostszy sposób poradzenia sobie z tą kwestią byłyby źródłem wielu trudności w przyszłości tego dziecka.



Są osoby z autyzmem czy zespołem Aspergera, które w dorosłym życiu nigdy same nie kupiły sobie nawet skarpetek. Niektóre osoby z ZSA mają tak poważną niepełnosprawność, że nie jest to możliwe, ale często taka sytuacja ma miejsce dlatego, że rodzice i opiekunowie wybrali łatwiejszą drogę robienia wszystkiego za nie, za każdym razem.

Trudno jest zajmować się czterdziestolatkiem z autyzmem i radzić sobie z jego wybuchem szału na wieść o tym, że nie ma już nigdzie jego ulubionego rodzaju skarpetek, koszulek czy czegokolwiek. Taka osoba ze spektrum bez doświadczenia w robieniu zakupów po prostu nie rozumie, że nie można kupić tego, czego nie ma.

Kiedy ktoś już się nauczy, że czasami w sklepach nie ma tego, co nam się wydaje, że powinno w nich być, może przejść do jeszcze trudniejszego zadania : szukania nowej marki czy radzenia sobie z już posiadanym rzeczami.

1. Wykorzystaj zainteresowania twojego dziecka

Każde zainteresowanie dziecka, każda jego fascynacja może być bardzo pomocna przy uczeniu go umiejętności życiowych.

Rodzice i pedagodzy czasami starają się ograniczyć takie zainteresowania, nie jest to dobre rozwiązanie, należy wyznaczyć odpowiednie granice/ ustanowić zasady i ograniczenia, tak żeby te zainteresowania nie stały się poważnym problemem.

Przy radykalnym ich pozbyciu się skutkiem będzie tylko mnóstwo bólu i rodzic/ opiekun stanie się wrogiem swojego dziecka – a tego żaden rodzic/ opiekun nie chce.

Metoda „skazywania na sukces” wymagająca wykorzystania ulubionych zainteresowań dziecka jest dobra nie tylko dla budowania wiary we własne umiejętności, lecz jest to też świetny sposób do wprowadzania motywacji tam, gdzie wydaje się, że jej brak.

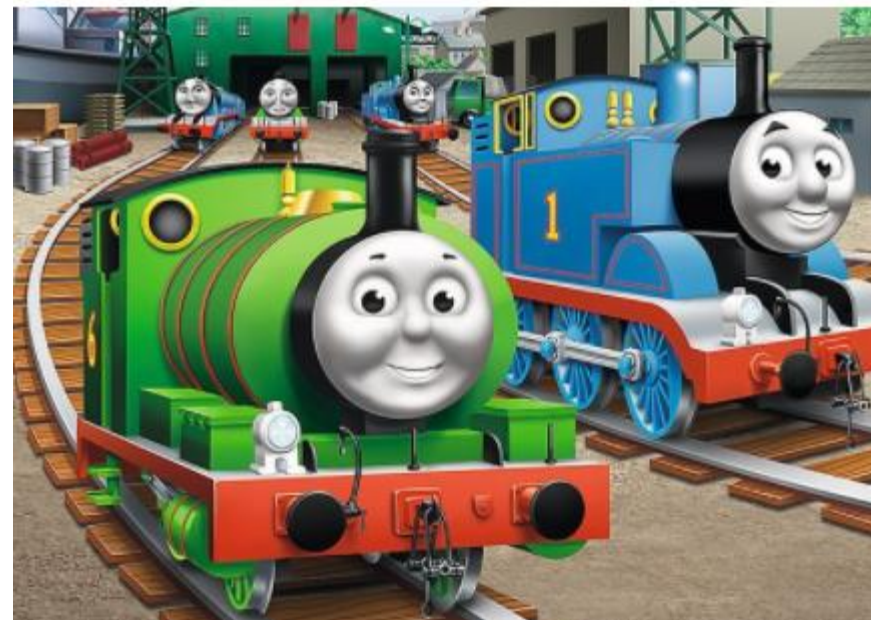
Przykład: chcemy, aby nasze dziecko opanowało jedną z podstawowych umiejętności życiowych, jak uczestniczenie w zabawie równoległej, ale większość dzieci ze spektrum może nie widzieć żadnego powodu dla siedzenia z innymi dziećmi i robienia tego samego co one.

W tym miejscu zwracamy uwagę na szczególne zainteresowania dziecka, obserwujemy co przyciąga jego uwagę, a następnie dyskretnie włączamy to w zadanie, którym dziecko ma się zająć.

Wykorzystujemy tu jego zainteresowania, aby skupić jego uwagę na wykonywanych zadaniach.

Np. Jeśli dziecko jest zafascynowane bajką „Tomek i przyjaciele”, możemy ją wykorzystać do zmotywowania dziecka do czekania na swoją kolej – w bajce jest pokazane dziecku jak niezwykle ważne jest, aby pociągi czekały na swoją kolej, aż będą mogły opuścić tor boczny i wjechać na główny.

To samo można zrobić, żeby nakłonić dziecko do robienia ważnych rzeczy, takich jak stanie w kolejce, branie
kąpieli itd.



Jeśli dziecko lubi np. cyfry, liczby i wszystko co z nimi związane, słucha z zaciekawieniem programów o takiej tematyce – można to wykorzystać i np. zamiast nakłaniać dziecko do siedzenia razem z innymi dziećmi w czasie sesji malowania palcami, pokazać mu kartkę z narysowaną na niej cyfrą i to, jak można za pomocą farb wodzić palcem wzdłuż jej kształtu.

. Dziecko ma szansę odkryć wtedy jak fajnie się można bawić pracami plastycznymi i samo w którymś momencie chętnie dołączy do grupy innych dzieci w czasie malowania palcami, rysowania i innych czynności, do których można było jakoś włączyć kartkę z narysowaną liczbą.

Po jakimś czasie czynności te będą dziecku sprawiać na tyle dużo przyjemności, że będzie uczestniczył w nich nawet wtedy, kiedy nie będą już zawierały liczb.



Można pomyśleć jak wykorzystać zainteresowania dziecka, do osiągnięcia innych naszych celów, np. kontynuując zainteresowanie dziecka cyframi, liczbami: można wyciąć z tektury szablony cyfr, przykładać je w odpowiednich momentach (tzn wtedy kiedy dziecko popatrzy na nas) do swojej twarzy i głośno wymawiać ich wartość.

Na początku dziecko zupełnie przypadkowo będzie łąpać kontakt wzrokowy z osobą trzymającą cyfrę, później już będzie patrzeć zupełnie świadomie, przekona się, że kontakt wzrokowy to nic strasznego.

Kontakt wzrokowy u większości dzieci ze spektrum jest czymś bardzo trudnym do utrzymania, wywołuje w nich dziwne uczucia od niepokojących po bolesne, im bardziej się dzieci zmusza do tego poleceniami typu „patrz mi w oczy” tym bardziej kojarzą one ten fakt z wrogością, karą czy drażliwością.

Dzięki takiej metodzie wykorzystującej zainteresowania (jak na przykładzie cyfr) dziecko nawiązuje kontakt z przyjemnością, kojarzy mu się przyjemnie. Za każdym razem, gdy ćwiczymy to z nim dziecko uczy się, że spojrzenie komuś w oczy jest dla niego dobrym sposobem na np. wygraną w super zabawie, nie jest zaś nieumyślnie uczony czuć, że kontakt wzrokowy to tylko kolejne irracjonalne i wrogie żądanie (w którym dziecko nie wie co ten dziwny wokół niego świat od niego chce i wymaga).

Nastawienie, które prowadzi do zwycięstwa lub niepowodzenia:

Rodzice / Opiekunowie dzieci ze spektrum autyzmu mają największe znaczenie i wpływ na swoje dziecko, są najpotężniejszymi, najskuteczniejszymi i najważniejszymi nauczycielami spośród wszystkich osób z którymi od dzieciństwa poprzez dorastanie ma styczność dziecko z ZSA. To Rodzice / Opiekunowie są zawsze na pierwszym miejscu – nawet jeśli oni sami myślą, że jest inaczej.

Dlatego tak ważne jest, aby poświęcali oni swój czas na interakcjach z dzieckiem , ośmielaniu go, i wprowadzaniu w jego życie porządku i dyscypliny, aby nie wybierali „łatwiejszych ścieżek”. Ciężko jest to pogodzić z trudami codziennego życia, pracą zawodową itd., ale warto. Warto też pamiętać jak to powiedział Tom Lehrer „Co z tego wyniesiesz, zależy od tego co w to włożysz”.

Ciężka praca w roli rodzina naprawdę popłaca, z reguły wszystkie dzieci, a już w szczególności ze spektrum najlepiej rozwijają się w uporządkowanym rytmie dnia i mają szanse na sukces, kiedy uczy się je umiejętności życiowych.

Wytrwałość, uporządkowanie, ustalanie zasad, uczenie – wszystko to ma znaczenie, nawet jeśli wydaje się nam, że nie ma, że nie damy już rady, że nie mamy już sił – to wszystko ma ogromne znaczenie, znaczenie którego w danej chwili nie widać, nie można odczuć – znaczenie, które jest odczuwalne nie w teraźniejszości, lecz dopiero w przyszłości dorosłego dziecka ze spektrum.

Np. Wymyślanie pomocy wzrokowych odpowiednich dla naszego dziecka może okazać się naprawdę męczące.

Podobnie jak pozwalanie dziecku na robienie różnych rzeczy samodzielnie, kiedy szybciej, łatwiej, czystiej i po prostu lepiej można to zrobić samemu przez rodzica.

. To naprawdę wymaga większego wysiłku, kiedy trzeba wytrwać w swoim dążeniu przy dziecku, które przejawia niejednokrotnie cechy dużej upartości, które odmawia nauki czasami najprostszych, podstawowych czynności dotyczących swojej osoby, które nie widzi potrzeby nauki tych czynności – z bardzo oczywistego powodu wg niego – po co ma się uczyć funkcjonowania społecznego, skoro on ma przy sobie zawsze rodziców, którzy przecież wszystko za niego zrobią, przygotują, zabezpieczą?

Dziecko ze spektrum w takiej sytuacji nie widzi potrzeby swojej nauki – zobaczyć ją może tylko wtedy i zmienić tok swojego myślenia, gdy rodzic będzie stwarzał mu takie sytuacje, aranżował je.

Rodzic/ Opiekun dla swojego dziecka powinien być „bardziej uparty” od niego, opanowany, stanowczy, konsekwentny, czasami twardszy od skały.

Tego właśnie trzeba, wymagana jest od Rodzica / Opiekuna umiejętność bycia bardziej upartym od swojego dziecka, bez krzyczenia, wrzeszczenia, gestykulowania czy pogarszaniu sytuacji w inny sposób.

Przeciwieństwem takiej postawy jak w/w wobec dziecka ze spektrum jest postawa Rodzica / Opiekuna, który się już poddał, załamał przytłoczony wszystkim trudami życia –nie oceniamy takiej postawy, nie krytykujemy, nie miejmy odwagi powiedzieć niczego przykrego do nikogo z otoczenia. Osądzanie innych nie jest w niczym pomocne, a może wręcz przeciwnie zadziałać, jeszcze bardziej kogoś załamać. Może właśnie ten Rodzic jest tylko w chwilowym momencie załamania, przytłoczenia- osądzaniem nikomu nie pomożemy, a zaszkodzić można bardzo.

Gdy Rodzic nawet całkowicie odpuścił i robi absolutne minimum - jeśli na co dzień ktoś nie żyje się z dzieckiem w takim położeniu w jakiej jest ten Rodzic, po prostu większość z nas tego nie zrozumie. W następnej chwili powinno się mieć na uwadze, że jeśli dziecko ze spektrum zjawia się w szkole punktualnie, najedzone, zadbane, czyste, jeśli Rodzic potrafi go uspokoić w trudnych, różnych chwilach - to naprawdę już świadczy o tym, że Rodzic bardzo ciężko pracuje.

Nadzieja i przekonanie, że warto podjąć wysiłek i nie ustawać w podejmowaniu kolejnych prób, potrafią zmienić ludzi, znajdują oni siły w sobie, podnoszą się, wstają, walczą dalej dla swojego dziecka . Cudze osądy potrafią skutecznie odebrać motywację do zmian.

Nastawienie, które prowadzi do niepowodzenia:

Prawdziwa niezależność dziecka w pewnym wieku, nie bierze się z pozwalania dziecku na robienie czego chce przez cały dzień. Nawet największy /najmniejszy poziom niezależności może zostać całkiem zniszczony przez pozwalanie dziecku na zbyt wiele. Oddanie mu dowodzenia nad całym swoim życiem promuje wydłużone, być może niekończące się dzieciństwo.

Jako Rodzic / Opiekun wspieraj dorosłą niezależność, a nie wieczne dzieciństwo.

Dużo rodziców popełnia ten błąd w procesie uczenia swojego dziecka umiejętności życiowych potrzebnych do niezależności.

Pozwalanie na robienie wielu rzeczy bez nadzoru, bez wyznaczania granic czy zasad wcale nie pomaga dziecku wykształcić umiejętności życiowych.

Przykładowo pozwalanie ośmiolatkowi z autyzmem na chodzenie spać o dowolnej porze, jedzenie czego chce i kiedy chce, nie pomoże mu stać się bardziej niezależnym. Właściwie jedynie to wykształci w nim niewłaściwe nawyki, które w końcu mu zaszkodzą, niezależnie od tego, czy jako dorosły byłby „silnie autystyczny” czy „wyleczony”. Nie będzie on niezależnie, będzie jedynie coraz bardziej rozpuszczony.

W prawdziwym świecie, co i kiedy jemy, ma ogromny wpływ na to, jak funkcjonujemy. Również czas snu i rozrywki (oglądanie telewizji, gry komputerowe itd) odbijają się na naszym zdrowiu. To dziecko powinno zostać nauczone dobrych nawyków i mieć określone, realne granice. Żadne dziecko, czy to ze spektrum, czy każde inne, nie może podejmować wszystkich tych decyzji samodzielnie oraz jednocześnie nauczyć się podejmowania dobrych decyzji i wykształcić dobre nawyki.

Dziecko, które samo decyduje, kiedy idzie spać, może łatwo stać się nastolatkiem czy dorosłym, który nigdy się nie wysypia, nawet w najbardziej sprzyjających warunkach. Dziecko, które nie musi siadać z rodziną do stołu, podczas posiłku, będzie miało poważne problemy w życiu dorosłym, w którym okazje towarzyskie tak często skupiają się wokół jedzenia.

Dobre zachowanie przy stole, wchodzenie w interakcje z innymi w czasie posiłku i zwykła zdolność jedzenia w obecności innych osób o ustalonej porze to bardzo ważne umiejętności życiowe – wykorzystywane w dorosłym życiu np. podczas dołączania do kolegów w pracy podczas lunchu czy spotkań z przyjaciółmi.

Innym problemem będzie już, że kiepska dieta w dzieciństwie, brak snu to ma wpływ na postępy w szkole, na wyniki w nauce, na zdobyte potem wykształcenie i adekwatnie do wykształcenia wykonywana praca zawodowa w przyszłości.

Tak wiele zależy od odpowiedniego podejścia do dziecka w jego dzieciństwie przez jego Rodziców / Opiekunów. To jaką postawę przyjmą może decydować o jego dorosłym życiu, o tym dziecko osiągnie dojrzałą niezależność, czy też będzie trwało w stanie dziecięcej zależności.





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