**JAK WSPIERAĆ DZIECKO Z ZESPOŁEM ASPERGERA**

**Sabina Wilim-Mierzwa**

1. **Co to takiego „Zespół Aspergera”?**

 Zespół Aspergera (ZA) jest zaburzeniem ze spektrum autyzmu.

W obowiązujących w Polsce klasyfikacjach medycznych znajduje miejsce wśród całościowych zaburzeń rozwojowych, polegających na poważnej dezorganizacji funkcjonowania w aspektach poznawczych, społecznym, emocjonalnym i behawioralnym.

Wśród cech charakterystycznych dla dzieci z ZA, można wymienić min.:

- zaburzenia w sferze relacji społecznych, nieumiejętność interakcji z rówieśnikami, brak potrzeby interakcji z rówieśnikami, słabe rozumienie sygnałów społecznych, nieadekwatne do sytuacji zachowania społeczne i reakcje emocjonalne;

- wąskie zainteresowania;

- powtarzające się, rutynowe zachowania;

- nietypowe cechy mowy i języka, np.: opóźniony rozwój mowy, formalny i pedantyczny język, nietypowa prozodia, dziwne brzmienie głosu;

- problemy z komunikacją niewerbalną, np.: ograniczona gestykulacja i ekspresja mimiczna, niezdarny język ciała, nieadekwatna mimika;

- niezdarność motoryczna.

**2. Zasady w pracy z dzieckiem z ZA – w domu i w szkole:**

- akceptacja i zrozumienie ograniczeń dziecka z ZA;

- odpowiednia organizacja otoczenia z uwzględnieniem specyficznych potrzeb dziecka;

- stosowanie jasnego systemu zasad oraz pozytywnych i negatywnych konsekwencji;

- bazowanie na mocnych stronach dziecka, jego uzdolnieniach i zainteresowaniach.

**3. Porady dla rodziców**

**-** za każdym razem, gdy zwracasz się do dziecka, przywołuj je do kontaktu wzrokowego, dodaj polecenie „popatrz na mnie”;

- zwracaj dziecku uwag, aby patrzyło na ciebie, gdy chce ci coś przekazać;

- analizuj wraz z dzieckiem mimikę i gestykulację postaci przedstawionych na ilustracjach w książkach oraz bohaterów bajek i filmów, wspólnie zastanawiajcie się, co one oznaczają;

- zacznijcie od podstawowych i najbardziej wyrazistych emocji, tj.: złość, smutek, radość, strach;

- starajcie się wyszukiwać w książkach i czasopismach wyrazy twarzy ukazujące różne natężenie emocji danej emocji;

- mimikę, gestykulację, postawę ciała możecie ćwiczyć w domu przed lustrem;

- starszym dzieciom i nastolatkom warto wytłumaczyć, jaki jest cel używania mimiki i gestykulacji;

- można korzystać z książek poświęconych mowie ciała;

- ćwicząc wyrażanie i rozpoznawanie emocji, zwróć uwagę na kontekst, żarty, skecze;

- naucz dziecko zabawy, począwszy od najprostszych, np.: gry dla dwóch osób, domino, bierki, gry planszowe, a następnie stwarzaj sytuacje, w których dziecko będzie mogło bawić się z rówieśnikiem;

- podkreślaj, że w grze najważniejsza jest zabawa a nie wygrana;

- jak najwcześniej ucz dziecko różnych zabaw tematycznych (np.: w sklep, lekarza, fryzjera), modyfikację wprowadzaj stopniowo;

- stwarzaj sytuację, w której dziecko będzie mogło przećwiczyć zabawę tematyczną z innym zaprzyjaźnionym dzieckiem;

- spotkania z rówieśnikami powinny mieć stopniowo mocno ustrukturyzowany charakter, wymaga twojego współtowarzyszenia;

- stopniowo dajemy więcej swobody;

- nigdy nie karz dziecka za to, że nie wie, jak się zachować;

- tłumacz, wyjaśniaj i trenuj z dzieckiem właściwe zachowania w sytuacjach społecznych;

- od małego ucz dziecko rozpoznawania i nazywania poszczególnych emocji;

- jeśli twoje dziecko wyraża emocje w sposób nieadekwatny do sytuacji, zaproponuj mu bardziej odpowiednie i skuteczne sposoby okazywania własnych przeżyć, przećwiczcie rożne możliwości;

- możesz układać z dzieckiem proste historyjki społeczne, dzięki którym otrzyma gotowy schemat właściwego zachowania;

- przećwicz z dzieckiem różne sposoby rozładowania trudnych emocji, np.: złości (rysowanie swojej złości na kartce, zgniatanie kartki a potem prostowanie jej, ćwiczenia gimnastyczne, przytulenie do rodzica, spacer, masaż);

- nauka radzenia sobie z trudnymi emocjami powinna uwzględniać techniki relaksacyjne, np.: głębokie oddechy, odliczanie od 20 do 1, rozluźnianie mięśni.

**4. Znane osoby z Zespołem Aspergera:**

**Bill Gates, Alfred Hitchcock, Hans Christian Andersen, Michał Anioł, Wolfgang Amadeusz Mozart oraz Thomas Edison i Thomas Jefferson.**

**Prawdopodobnie** Lionel Messi, piłkarz z klubu FC Barcelona.

**Bibliografia:**

*Jak pracować z dzieckiem z ZA w domu i w szkole,* I. Banaszczyk, I. Chromik-Kovacs

*Wspomaganie rozwoju dziecka z autyzmem i ZA,* M. Mikołajczak

*Autyzm w pigułce. Przyczyny, diagnoza, terapie, leczenie,* E. Niezgoda

<https://zdrowie.tvn.pl/a/znani-ludzie-z-zespolem-aspergera-bill-gates-messi-mozart-i-edison>