

**Szanowni Państwo,**

temat spektrum autyzmu pojawia się coraz częściej w rozmowach o rozwoju dzieci. Warto przyjrzeć się mu bliżej, aby lepiej zrozumieć potrzeby dzieci oraz świadomie je wspierać.

## **Czym jest spektrum autyzmu?**

Autyzm jest zaburzeniem neurorozwojowym. Jego przyczyny nie są w pełni poznane — uważa się, że na jego wystąpienie wpływają zarówno czynniki genetyczne, jak i środowiskowe. Autyzm oddziałuje całościowo na rozwój i funkcjonowanie człowieka.

Może objawiać się m.in.:

- trudnościami w nawiązywaniu kontaktów,
- powtarzalnymi, schematycznymi zachowaniami,
- ograniczonymi i sztywnymi zainteresowaniami.

Objawy mogą mieć różne nasilenie, dlatego każda osoba w spektrum ma unikalne potrzeby i doświadczenia.

Dla określenia spektrum autyzmu używa się skrótu **ASD** (Autism Spectrum Disorder). W języku polskim stosuje się również określenie **całościowe zaburzenia rozwojowe (CZR)**.

Termin „spektrum” podkreśla różnorodność funkcjonowania osób z autyzmem.

## **Osoby w spektrum autyzmu mogą funkcjonować bardzo różnie:**

- nie mówić i wymagać stałej opieki oraz wsparcia (często z niepełnosprawnością intelektualną),
- mówić w ograniczonym stopniu i częściowo osiągać samodzielność,
- komunikować się sprawnie i funkcjonować z pewnym wsparciem,
- być w pełni samodzielne — pracować, zakładać rodziny i dopiero w dorosłości otrzymać diagnozę.

## Co jest charakterystyczne dla spektrum autyzmu?

Najczęstsze trudności dotyczą:

- budowania relacji i dostosowywania się do reguł społecznych,
- rozumienia emocji i reakcji innych ludzi,
- rozumienia pojęć abstrakcyjnych,
- interpretowania komunikatów wyrażanych nie wprost.

Objawy różnią się w zależności od wieku, poziomu rozwoju oraz cech indywidualnych. Mogą pojawić się bardzo wcześnie lub dopiero w wieku przedszkolnym, szkolnym czy nawet w dorosłości.

Każda osoba w spektrum jest inna — dlatego tak ważne jest indywidualne podejście i dopasowanie wsparcia.

## Wczesne sygnały (0–3 lata)

U małych dzieci objawy mogą obejmować:

- brak reakcji na imię,
- unikanie kontaktu wzrokowego,
- brak wskazywania palcem,
- ograniczoną mimikę i gestykulację,
- nieadekwatny uśmiech społeczny,
- brak zainteresowania zabawą z innymi dziećmi,
- sprawianie wrażenia „bycia we własnym świecie”,
- echolalie (powtarzanie słów),
- nienaturalny ton głosu.

## Objawy w wieku przedszkolnym i szkolnym

- trudności w relacjach z rówieśnikami,
- narzucanie zasad zabawy,
- brak zainteresowania relacjami społecznymi,
- sztywność myślenia,
- trudności w adaptacji do zmian,
- układanie przedmiotów w szeregi,

- zabawa w izolacji,
- silne, wąskie zainteresowania,
- trudności w prowadzeniu rozmowy,
- wybiórczość pokarmowa,
- zaburzenia sensoryczne.

## **Autyzm u nastolatków**

W okresie dorastania mogą pojawić się:

- trudności w rozumieniu zasad społecznych,
- nadmierna bezpośredniość,
- problemy z przestrzeganiem norm grupowych,
- trudności w interpretacji emocji i intencji,
- problemy emocjonalne i stresowe,
- trudności w relacjach rówieśniczych,
- niska samoocena.

## **Na czym polega diagnoza?**

Diagnoza ASD obejmuje:

- wywiad rozwojowy,
- obserwację zachowania,
- ocenę funkcjonowania poznawczego i językowego,
- analizę trudności i mocnych stron.

## **Kiedy diagnozuje się autyzm?**

- pierwsze objawy mogą być widoczne między 12. a 24. miesiącem życia,
- diagnozę można postawić zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości,
- im wcześniejsza diagnoza, tym szybciej można wdrożyć wsparcie.

## **Czynniki zwiększające ryzyko**

### **Genetyka**

- większa częstość występowania w rodzinach,
- wyższe ryzyko dla rodzeństwa,
- powiązania z niektórymi zespołami genetycznymi.

### **Płeć**

- częstsza diagnoza u chłopców,
- u dziewczynek objawy mogą być maskowane.

### **Wiek rodziców**

- wyższy wiek ojca (i w mniejszym stopniu matki) może zwiększać ryzyko.

### **Czynniki okołoporodowe**

- wcześniactwo,
- niska masa urodzeniowa,
- powikłania porodowe,
- infekcje w ciąży.

### **Inne trudności rozwojowe**

- opóźnienia rozwoju,
- problemy językowe,
- trudności neurologiczne.

ASD wynika z połączenia wielu czynników — nie ma jednej konkretnej przyczyny. Czynniki ryzyka zwiększają prawdopodobieństwo, ale nie przesądzają o diagnozie.

## **Polecane książki o autyzmie**

### **1. Na początek – zrozumienie autyzmu**

- „*Mózg autystyczny*” – Temple Grandin
- „*NeuroTribes*” – Steve Silberman
- „*Autyzm. Przewodnik*”

### **2. Dla rodziców i opiekunów**

- „*Logistyka autyzmu*” – Kate Wilde

- „1001 porad dla rodziców i terapeutów dzieci z autyzmem”
- „Rozwój dziecka z autyzmem”

### **3. Perspektywa osób w spektrum**

- „Aspergirls” – Rudy Simone
- „Dziewczyna w spektrum” – Ewa Furgat
- „Kobiety i dziewczyny ze spektrum autyzmu”
- „Oczami Autysty” Adam Siłkowski
- “Chłopiec z Saturna” Peter Schmidt
- „Wszystko mam bardziej” Jacek Hołub

### **4. Dla dzieci i początkujących**

- „Atypowy. O chłopcu w spektrum autyzmu”
- „Sekretna księga asperdzieciaka” Jennifer Cook O’Toole, 2013 – poradnik dla młodzieży z ZA, autysta autyście wyjaśni najlepiej, must have dla rodziców nastolatków

Szkolni specjaliści