

Sposoby porozumiewania się, odbierania, przekazywania informacji w autyzmie

podjęcie praktyczne



Unikalny sposób postrzegania świata

Osoby z autyzmem mają unikalny sposób postrzegania świata, który różni się od doświadczeń neurotypowych dzieci , dorosłych. Ich zmysły są często wyostrzone, co sprawia , że dźwięki , obrazy i inne bodźce mogą być dla nich niezwykle intensywne. Dla nich otoczenie może być przytłaczające, ponieważ zauważają każdy szczegół, co utrudnia im skupienie się na konkretnej sytuacji.

Percepcja sensoryczna



Nadwrażliwość

Osoby w spektrum autyzmu mogą być nadwrażliwe na bodźce sensoryczne co oznacza że odczuwają je intensywniej niż ich rówieśnicy, mogą być dla nich przytłaczające.



Zmniejszona wrażliwość

Z drugiej strony niektórzy mogą mieć zmniejszoną wrażliwość na bodźce, co sprawia, że nie zauważają pewnych bodźców, które dla innych są oczywiste.

Te różnice w percepcji sensorycznej mogą prowadzić do różnych reakcji na sytuacje, które dla osób neurotypowych są normalne.



Ludzie z autyzmem mogą reagować na bodźce w sposób, który wydaje się nieproporcjonalny, co może być mylące dla dorosłych a nawet źle odbierane.

Bodźce dźwiękowe



Przytłaczające dźwięki

Dźwięki mają ogromny wpływ na sposób w jaki osoby z autyzmem postrzegają świat. Dla wielu, dźwięki mogą być przytłaczające i prowadzić do trudności w koncentracji, do zachowań nie akceptowalnych społecznie.



Uspokajające dźwięki

Z drugiej strony, niektóre dźwięki, mogą działać uspokajająco i wyciszająco.

Bodźce wzrokowe



Wzrokowe bodźce odgrywają kluczową rolę w sposobie , w jaki osoby z autyzmem postrzegają i odbierają swoje otoczenie. Ilość i jaskrawość barw, szczegółów , wzorów może być przytłaczająca prowadzi do trudności w skupieniu , koncentracji.

**Czasami osoby mogą być mniej wrażliwe na bodźce wzrokowe, co sprawia , że nie zauważają szczegółów, które dla innych są oczywiste
Wizualne przetwarzanie informacji może być wyzwaniem w codziennych sytuacjach .**

Bodźce dotykowe



Zaburzony zmysł dotyku

Zaburzony zmysł dotyku sprawia, że źle oceniają przedmioty gdy są zimne – gorące, ostre – tępe.



Próg bólu

Podwyższony lub obniżony mają próg bólu odczuwania bodźców zewnętrznych.

KOMUNIKACJA

Komunikacja z osobami z autyzmem wymaga prostoty, dosłowności i cierpliwości:



Prosty i dosłowny język

Używanie prostego i dosłownego języka – unikanie metafor, idiomów i niejasnych sformułowań. Konkretne i jasne instrukcje, precyzyjne oczekiwania.

Wsparcie wizualne

Wspieranie komunikacji wizualnie. Stosowanie pomocy wizualnych – rysunki, obrazy, fotografie czy piktogramy, materiały graficzne.

Aspekty niewerbalne

Gesty, mimika czy ton głosu może być trudny do odczytania dla osób w spektrum autyzmu.

Cierpliwość i czas

Cierpliwość i czas na reakcję.

Jasność przekazu

Unikanie wielu wątków w temacie rozmowy.

Precyzja informacji

Precyzowanie nowych informacji.

Zaimki w wypowiedziach

Problemy z zaimkami w wypowiedziach osób z autyzmem.

Emocjonalne reakcje osób z autyzmem

Osoby z autyzmem często doświadczają intensywnych emocjonalnych reakcji na bodźce zewnętrzne, co może prowadzić do różnych trudności w codziennym życiu. To rodzi dla osoby z autyzmem szereg konsekwencji:



Trudności z koncentracją
Trudno jej się skoncentrować.



Analiza sytuacji
Nie jest w stanie dokonać właściwej analizy sytuacji.



Nadmiar bodźców
Gubi się w nadmiarze bodźców.



Poczucie
bezpieczeństwa
Traci poczucie bezpieczeństwa.



Frustracja
Frustracja.



Przeciążenie sensoryczne

Przeciążenie sensoryczne może wywołać lęk, strach, panikę a w skrajnych przypadkach prowadzi do wybuchów złości, agresji i autoagresji.

Zatem osoby w spektrum autyzmu mogą reagować na bodźce ze świata zewnętrznego w sposób , który wydaje się nieproporcjonalny, co może być mylące dla innych ludzi , którzy nie rozumieją z czego takie reakcje wynikają.

Praktyczne strategie w pracy z osobami w spektrum autyzmu.

Wspieranie osób z autyzmem w życiu wymaga zastosowania konkretnych strategii, które pomagają im radzić sobie z wyzwaniami związanymi z ich unikalną percepcją. Osoby pracujące mogą wprowadzić różne metody, aby ułatwić zaburzonym osobom funkcjonowanie w społeczeństwie:



- Wizualne harmonogramy.
- Powtarzalność czynności dnia codziennego.
- Przerwy sensoryczne.
- Komunikacja alternatywna.
- Przyjazne środowisko sensoryczne.
- Poczucie bezpieczeństwa.
- Indywidualne podejście do potrzeb.

KLUCZOWE WNIOSKI

- Osoby w spektrum autyzmu mają wyostrzone zmysły, co może prowadzić do sensorycznego przetłoczenia.
- Wzrokowe bodźce , takie jak jasne światła i złożone wzory, mogą być dla nich przytłaczające.
- Różnice w percepcji dźwięków mogą wpływać na ich zdolność do koncentracji i analizy sytuacji.
- Stosowanie komunikacji alternatywnej.
- Codzienne życie osób z autyzmem może być utrudnione przez trudności w skupieniu się na zadaniach z powodu nadmiaru bodźców.
- Emocjonalne reakcje na bodźce zewnętrzne mogą obejmować lęk , frustrację i wybuchy emocjonalne.
- Wspieranie osób w ich percepcji wymaga zastosowania praktycznych strategii dostosowanych do ich indywidualnych potrzeb.