

- Jeśli dziecko ma problemy ze zrozumieniem ogólnego obrazu w zakresie komunikacji i kontaktów międzyludzkich, zapewne będzie się też zmagać z wtórnymi objawami takimi jak niepokój, unikanie rówieśników, uporczywe szukanie jednoznaczności, zainteresowanie przedmiotami, a nie ludźmi oraz niedopasowanie do otoczenia.
- Zespół Aspergera i autyzm łączy problemy z zauważaniem innych osób, czyli z teorią umysłu. Osoby dotknięte zespołem Aspergera potrafią sprawnie się wypowiadać; autyzm zazwyczaj ogranicza tę zdolność.
- Dzieci z zespołem Aspergera *wydają się* mniej zainteresowane nawiązywaniem relacji międzyludzkich i mają większe kłopoty z teorią umysłu niż dzieci z niewerbalnymi trudnościami w nauce i zaburzeniami semantyczno-pragmatycznymi.
- Dzieci z niewerbalnymi trudnościami w nauce charakteryzują się problemami z pragmatyką języka, orientacją przestrzenną oraz koordynacją ruchową.
- Hiperleksja charakteryzuje się obecnością od wczesnego wieku fascynacją słowem pisanym.
- Pojęcie „autyzmu wysokofunkcyjnego” jest używane przez różnych autorów jako określenie zaburzenia autystycznego o niskim stopniu upośledzenia mowy i zdolności intelektualnych, zespołu Aspergera bądź zaburzeń PDD-NOS.

Zaburzenia ze spektrum autystycznego, takie jak zespół Aspergera, zazwyczaj występują w połączeniu z innymi schorzeniami, najczęściej ADHD, zaburzeniami lękowymi lub obsesyjno-kompulsywnymi oraz problemami z integracją sensoryczną.

Rozdział 6

Zespół Aspergera i jego leczenie

Tony Attwood

Taki mózg funkcjonuje inaczej, a nie wadliwie. Dla dziecka priorytetem jest poszukiwanie wiedzy, doskonałości, prawdy oraz zrozumienie świata, a nie uczucia i kontakty towarzyskie. Może to prowadzić do rozwinięcia cennych talentów, ale również do słabości w świecie relacji międzyludzkich.

Wprowadzenie do tematyki zespołu Aspergera znajdziesz w rozdziale 5, dotyczącym zaburzeń ze spektrum autystycznego.

Dostosowanie się do bycia innym

Z samej definicji dziecko dotknięte zaburzeniem rozwojowym, takim jak zespół Aspergera, różni się od innych malców. Rodzice i specjaliści z czasem postawią odpowiednią diagnozę i znajdą terapię, którą można opisać profil zachowań małego pacjenta. Jednak samo dziecko także rozpoznaje, że jest inne od swoich rówieśników, i nie jest mu to obojętne. Niektóre dzieci z zespołem Aspergera chowają te emocje w sobie, podczas gdy inne otwierają je uzewnętrzniają.

Ukrywanie myśli i uczuć

Depresja

Dzieci z zespołem Aspergera nie angażują się w sposób instynktowny w zabawy lub relacje z rówieśnikami i mogą przez to stać się obiektem kpin, złośliwości oraz wykluczenia, co w efekcie często prowadzi do nadzarpnięcia ich pewności siebie. Zdolności towarzyskie i umiejętności nawiązywania przyjaźni są bardzo cenne przez dzieci, a brak sukcesów w tych dziedzinach może doprowadzić niektórych malców do ukrywania myśli i uczuć, swojej samokrytyki oraz wycofania z życia towarzyskiego. U takich dzieci, nawet już w wieku sześciu lat, może pojawić się wtórna depresja jako skutek świadomości bycia innymi.

Wyobrażenia

Bardziej konstruktywną metodą ukrywania myśli i uczuć może być ucieczka w świat wyobraźni. Dziecko tworzy ciekawą i złożoną wymyśloną rzeczywistość, czasem zaludnioną wyobrażonymi przyjaciółmi. W tym świecie fantazji małe odnosi sukcesy towarzyskie i edukacyjne. Czasem tak bujna wyobraźnia może doprowadzić do zainteresowania się dziecka czytaniem i pisaniem fikcji literackiej. Ucieczka w wyobraźnię może być konstruktywną metodą psychologiczną, ale bywa groźna w wieku nastoletnim, jeśli prowadzi do zaprzestania innych form aktywności i do błędnego interpretowania intencji czy stanu umysłu dziecka przez otoczenie.

Uzewewnętrznianie myśli i uczuć

Gniew i arogancja

Alternatywą dla chowania w sobie negatywnych myśli i uczuć wywołanych poczuciem odmienności jest ich uzewnętrznianie. „To nie moja wina, tylko wasza”. Dziecko może rekompensować sobie brak zdolności towarzyskich całkowicie zaprzeczając wszelkim problemom i rozwijając w sobie arogancję postawę wobec innych osób. Wszelka chęć pomocy dziecku lub propozycje terapii

spotykają się z gwałtownym odrzuceniem. Mogą się pojawić kłopoty wychowawcze. Niestety, jednym ze skutków arogancji, wyparcia i niezdolności do empatii, charakterystycznych dla zespołu Aspergera, jest szukanie rozwiązań towarzyskich problemów i niepowodzeń w fizycznej agresji.

Imitacja

Bardziej konstruktywną psychologicznie metodą uzewnętrzniania myśli i uczuć jest obserwowanie i imitowanie cech rówieśników odnoszących sukcesy towarzyskie. Dziecko uczy się, jak się zachowywać wobec innych, stając się kimś innym. Niektórzy malcy dofknięci zespołem Aspergera mogą być niezwykle sprawni w obserwowaniu i kopiowaniu gestów, tonu głosu czy elementów charakterystycznej manieri. Może to stanowić konstruktywny sposób zapobiegania towarzyskiemu wykluczeniu, jeśli dziecko naśladuje właściwy model zachowania. Niestety, niektóre nastolatki z zespołem Aspergera imitują postępowanie popularnych szkolnych łobuzów.

Czy powinieneś objaśnić dziecku postawioną diagnozę?

Zdecydowanie tak. Doświadczenie kliniczne wskazuje na to, że objaśnienie dziecku z zespołem Aspergera szczegółów dotyczących jego diagnozy jest niezwykle ważne. Pomaga to zapobiec rozwojowi niewłaściwych mechanizmów kompensacyjnych oraz zachęca dziecko do poddania się terapii.

Ćwiczenie atrybutów

W opracowanym przeze mnie „ćwiczeniu atrybutów” stworzenie listy „Zalet” i „Problemów” dziecka pomaga objaśnić postawioną diagnozę malcowi i jego rodzinie. Lekarz spotyka się z pacjentem i członkami jego rodziny. Najpierw do ściany przymocowuje się duże arkusze (można też użyć dużej białej tablicy i kolorowych markerów). Każdy arkusz dzieli się na dwie kolumny: „Zalety” i „Problemy”. Osobiście zawsze proponuję, aby jako pierwszy

ćwiczenie wykonał któryś z członków rodziny pacjenta, identyfikując swoje własne silne strony oraz problemy. Mogą one dotyczyć praktycznych umiejętności, wiedzy, cech osobowości, sposobów wyrażania i kontrolowania uczuć itp. Po wysunięciu przez pierwszą osobę kilku propozycji, które lekarz zapisuje na arkuszu bądź tablicy, pozostali członkowie rodziny starają się uzupełnić listę. Lekarz dba o to, aby ćwiczenie miało pozytywny wydźwięk, odpowiednio komentując poszczególne pozycje i starając się, aby na liście znalazło się więcej zalet niż problemów. Dzięki temu dziecko może obserwować przebieg ćwiczenia i brać w nim udział, a kiedy przyjdzie jego kolej, będzie wiedziało, co ma zrobić.

Lekarz komentuje wszystkie zalety i problemy wymienione przez dziecko z zespołem Aspergera, po czym wyjaśnia, że naukowcy często zajmują się szukaniem schematów. Kiedy znajdują powtarzalny wzór, lubią go jakoś nazwać. W tym miejscu przedstawia się postać doktora Hansa Aspergera, który ponad 60 lat temu pracował w swojej klinice w Wiedniu z dziećmi o podobnych cechach. Opublikował on pierwszy kliniczny opis tych zaburzeń, które stały się znane jako zespół Aspergera.

Lekarz zazwyczaj mówi do dziecka: „Gratulacje, masz zespół Aspergera”, po czym wyjaśnia, iż to wcale nie oznacza, że dziecko jest szalone, złe lub wadliwe, ale po prostu *inaczej* myśli. Dyskusja jest kontynuowana i podawane są przykłady tego, że niektóre z talentów czy zalet dziecka wręcz wynikają z zespołu Aspergera, np. imponująca wiedza na temat Titanika, zdolność rysowania z fotograficzną dokładnością, umiejętność dostrzegania szczegółów czy naturalny talent matematyczny. Celem tej prezentacji jest zapoznanie dziecka z zaletami zespołu Aspergera.

Kolejny etap polega na omówieniu problemów oraz strategii wspierania rozwoju konkretnych zdolności w domu i szkole. Można poruszyć temat znaczenia współpracy ze szkolnym psychologiem, terapii pedagogicznej czy stosowania leków pomagających kontrolować emocje, a także zastanowić się nad sposobami sku-

teczniejszego nawiązywania relacji międzyludzkich. Lekarz przedstawia podsumowanie zalet i problemów związanych z zespołem Aspergera oraz wspomina o osobach, które pomimo tego zaburzenia, a może nawet dzięki niemu, odniosły sukces w świecie nauki, technologiach informacyjnych, polityce czy sztuce – np. Einsteinie, Thomasie Jeffersonie i Mozarcie.

Osobiście zawsze kończę ćwiczenie przedstawiając kilka własnych przemyśleń na temat zespołu Aspergera. Osoby dotknięte tym schorzeniem mają inne priorytety, odmiennie myślą i postrzegają świat. Ich mózg funkcjonuje inaczej, a nie wadliwie. Dla dziecka priorytetem jest poszukiwanie wiedzy, doskonałości, prawdy oraz zrozumienie świata, a nie uczucia i kontakty towarzyskie. Może to prowadzić do rozwinięcia cennych talentów, ale również do słabości w świecie relacji międzyludzkich.

Nawiązywanie przyjaźni: czynniki motywujące i zachęcanie Pięć etapów nawiązywania przyjaźni

Mając za sobą obserwacje rozwoju społecznego ponad tysiąca dzieci i dorosłych z zespołem Aspergera, zidentyfikowałem pięć etapów dotyczących procesu nawiązywania bliskich relacji z innymi ludźmi.

- Zainteresowanie otoczeniem.
- Chęć zabawy z rówieśnikami.
- Nawiązywanie przyjaźni.
- Szukanie partnera.
- Podtrzymywanie partnerstwa.

Zainteresowanie otoczeniem

Małe dzieci z zespołem Aspergera mogą nie być zainteresowane poczynaniami swoich rówieśników. Zazwyczaj bardziej pragną zrozumieć otaczający je fizyczny świat, a nie relacje między-

ludzkie, a na podwórku chętniej badają system kanalizacyjny przedszkola lub świat roślin i owadów niż bawią się z kolegami. Towarzyskie gry innych dzieci wydają im się nudne i obwarowane niezrozumiałymi zasadami. Dziecko woli samotność.

Chęć zabawy z rówieśnikami

Na początku nauki w szkole dzieci z zespołem Aspergera uważają, że ich rówieśnicy znajdują przyjemność w kontaktach towarzyskich, i same także chcą się w nie zaangażować. Jednak pomimo swoich zdolności intelektualnych, pod względem biegłości w kontaktach międzyludzkich znajdują się co najmniej dwa lata za rówieśnikami i mogą mieć istotne problemy z udziałem w zabawach wymagających wzajemności i współpracy. Dziecko z zespołem Aspergera może pragnąć stać się częścią grupy, odnosić towarzyskie sukcesy oraz znaleźć przyjaciela. Często dzieje się tak, kiedy dziecko boleśnie zda sobie sprawę z tego, że odróżnia się od rówieśników. Wtedy może zacząć wcielać w życie wymienione powyżej strategie dostosowawcze.

Nawiązywanie przyjaźni

Na etapie gimnazjum dziecko może zacząć nawiązywać prawdziwe przyjaźnie. Takie relacje często trwają bardzo krótko, a dziecko z zespołem Aspergera bywa w nich zbyt dominujące lub nadmierne restrykcyjnie postrzega przyjaźń. Niektóre zwykłe dzieci, które są z natury miłe, tolerancyjne i opiekuńcze, potrafią być dobrymi przyjaciółmi. Czasami przyjaźń łączy podobnych do siebie młodych ludzi, izolujących się od otoczenia i dzielących takie same zainteresowania.

Szukanie partnera

Na późniejszym etapie okresu dojrzewania nastolatki z zespołem Aspergera mogą poszukiwać czegoś więcej niż platonicznej przyjaźni z podobnie myślącymi rówieśnikami i okazują chęć znalezienia partnera. Młodzi ludzie mogą się czuć zagubieni w

obliczu nowych aspektów nastoletnich przyjaźni, zwłaszcza tych dotyczących seksualności. Nastolatki dotknięte zespołem Aspergera często zaczynają o wiele wyraźniej zdawać sobie sprawę z własnej odmienności i potrzebują partnera, a nie przyjaciela. Pragną znaleźć kogoś, kto ich zrozumie i zapewni im emocjonalne wsparcie, oraz pokieruje ich krokami w świecie kontaktów międzyludzkich. Kogoś, kto weźmie na siebie rolę matki.

Podtrzymywanie partnerstwa

W końcu, zapewne po osiągnięciu większej dojrzałości emocjonalnej i społecznej, osoba z zespołem Aspergera może znaleźć partnera na całe życie. Jednak obie strony zapewne będą wymagać pomocy poradni małżeńskiej, aby skuteczniej dopasować się do siebie w takim nietypowym związku. Warto także sięgnąć po fachową literaturę omawiającą te kwestie.

Dopiero zaczynamy projektować programy terapeutyczne zachęcające dzieci do nawiązywania przyjaźni. Rodzice mogą wspierać malców w domu, ale szkoła także musi zdawać sobie sprawę z konieczności opracowania specjalnego planu rozwoju zdolności społecznych u dzieci z zespołem Aspergera, prowadzenia szkoleń kadry pedagogicznej i zdobywania odpowiednich materiałów. Opisane poniżej propozycje dotyczące nawiązywania przyjaźni stworzono z myślą o kolejnych etapach rozwoju dziecka.

Wiek od 3 do 6 lat

Dorośli jako przyjaciel

Mate dzieci dotknięte zespołem Aspergera mogą preferować kontakt i zabawę z osobami dorosłymi, a nie z rówieśnikami. To bardzo ważne, aby dorośli, zwłaszcza rodzice, obserwowali naturalne formy zabawy dziecka – zauważając wybierane gry, przedmioty, zasady i słownictwo. Potem mogą razem z dzieckiem ćwiczyć te same zabawy, samemu wcielając się w rolę rówieśników malca. Wymaga to używania „dziecięcej mowy” zamiast dorosłego języka. Rodzic powinien dawać przykład zachowań charakterystycznych

sobie sprawę z myśli i uczuć swoich rówieśników, a także z tego, że ich zachowania i komentarze mogą ranić, zarówno fizycznie, jak i emocjonalnie. Większość dzieci jest przygotowana do okazjonalnego ukrywania swoich intencji oraz do akceptowania i dostosowywania się do wpływów, preferencji i celów swoich towarzyszy zabaw. Coraz rzadziej dochodzi do głosu podział na stronę dominującą i uległą, a coraz częściej mamy do czynienia z obustronną pomocą. Około ósmego roku życia typowe dzieci rozumieją już, że najlepszy przyjaciel to nie tylko ulubiony kompan podczas zabawy, ale także ktoś, kogo można poprosić np. o pomoc przy naprawie komputera czy o wsparcie w chwilach stresu bądź przygnębienia.

Towarzyskie Opowieści

Carol Gray, nauczycielka i ekspert ds. dzieci doświadczających zaburzeń ze spektrum autystycznego, opracowała strategię Towarzyskich Opowieści, która niezwykle skutecznie pomaga dzieciom zrozumieć typowe sygnały i reakcje charakterystyczne dla konkretnych sytuacji międzyludzkich. Wsparcie polega nie tylko na powiedzeniu, co należy robić, ale przede wszystkim na wyjaśnieniu, dlaczego istnieją pewne zasady postępowania i oczekiwania. Dzieci z zespołem Aspergera będą potrzebować tego typu praktycznego wsparcia, aby właściwie odnosić się do swoich rówieśników na podwórku i w klasie. Towarzyska Opowieść jest pisana wspólnie przez dziecko i rodzica, odzwierciedlając aktualny poziom zdolności czytelniczek malca. Jest to opis konkretnej sytuacji, umiejętności lub pojęcia przedstawiony za pośrednictwem odpowiednich sygnałów międzyludzkich, perspektyw i wspólnych reakcji. Celem jest podzielenie się dokładnymi informacjami w sposób komfortowy i zrozumiały dla zaburzonego dziecka. Pierwsza Towarzyska Opowieść (i co najmniej połowa kolejnych) powinna opisywać, utwierdzać i konsolidować istniejące zdolności i wiedzę dziecka. To pozwoli uniknąć sytuacji, w której Opowieść kojarzy się tylko z porażką. Towarzyskie Opowieści mogą również

dla dobrego przyjaciela, ale także odgrywać sceny sprzeczek czy drobnych złośliwości. Można prezentować dziecku właściwe i niewłaściwe reakcje na różne bodźce. Jeśli dziecko poćwiczy z rodzicem, który potrafi z łatwością kierować tempem zabawy oraz liczbą oferowanych wskazówek, będzie potem mogło wykorzystać zdobytą wiedzę w kontaktach z kolegami i koleżankami. Także starsze rodzeństwo może wcielić się w tę rolę i przygotować młodszego brata lub siostrę do stanięcia oko w oko z grupą rówieśniczą.

We wczesnym dzieciństwie prawdziwy przyjaciel to ktoś, kto się z nami dzieli, uczciwie towarzyszy nam w zabawach i pomaga. To ważne, aby dorosły wybierał zabawy umożliwiające obu stronom równomierne zaangażowanie oraz współpracę zamiast rywalizacji, a także uczące czekania na swoją kolej. Przykładowo, poćwiczcie naprzemiennie odnajdywanie i łączenie elementów układanki. Aby zachęcić dziecko do pomocy, dorosły może udawać problemy bądź poprosić malca o wsparcie, informując go, że prawdziwi przyjaciele zawsze sobie pomagają.

Filmy dokumentalne

Wykorzystaj kamerę wideo do nakręcenia krótkich ciekawych filmów pokazujących codzienne towarzyskie doświadczenia dziecka. Przykładowo, sfilmuj dziecko bawiące się z rówieśnikami w piaskownicy lub angażujące się w grę w berka albo chowanego. Dzięki pauzowaniu i ponownemu odtwarzaniu możesz skupiać się na konkretnych sygnałach i reakcjach. Małe dzieci z zespołem Aspergera często lubią oglądać filmy i telewizję. To ćwiczenie można wykorzystywać do rozwijania zdolności nawiązywania relacji międzyludzkich.

Wiek od 6 do 9 lat

Na tym etapie typowe dziecko zaczyna rozumieć, że potrzebuje towarzystwa do niektórych zabaw, oraz że koledy też muszą lubić daną grę, aby zabawa była udana. Malce coraz lepiej zdaje

być sposobem na rejestrowanie dokonań dziecka z zakresu zdobywania wiedzy i poznawania nowych strategii działania. Przygotowanie takich tekstów pozwala innym zrozumieć punkt widzenia malca oraz przyczyny, dla których jego zachowanie może się wydawać nerwowe, agresywne czy buntownicze.

Towarzyskie Opowieści wykorzystują pozytywny język i konstruktywne podejście. Proponują, co robić, zamiast zakazywać. Tekst zawiera *zdania opisowe* przedstawiające fakty lub stwierdzenia; jednak jedną z przyczyn sukcesu tych historii jest zastosowanie *zdań subiektywnych*. Mają one na celu objaśnianie spojrzenia danej osoby na jej otoczenie oraz świat jej umysłu. Zdania subiektywne opisują myśli, emocje, przekonania, opinie, motywacje i wiedzę. Ich zadaniem jest wspomaganie rozwoju teorii umysłu. Carol Gray zachęca do używania także *zdań pomocy*, wskazujących, kto może wesprzeć dziecko, co stanowi bardzo ważny aspekt kontrolowania emocji, a także *zdań kierujących*, sugerujących reakcję lub kilka możliwych reakcji w danej sytuacji. *Zdania potwierdzające* objaśniają wspólne wartości, opinie lub zasady, prezentując uzasadnienie wprowadzenia kodeksów zachowań i konieczności posłuszeństwa. *Zdania kontrolne* są pisane przez dziecko w celu zidentyfikowania osobistych strategii działania oraz przypomnienia sobie obranych celów. Towarzyska Opowieść wymaga także tytułu, który powinien odzwierciedlać jej główne cechy lub kryteria. Carol Gray opracowała metodę Towarzyskiej Opowieści w taki sposób, aby tekst bardziej opisywał niż kierował.

Choć taka opowieść zapewnia opis i uzasadnienie tego, co należy zrobić, potrzebne są jeszcze okazje do ćwiczenia nowych zdolności międzyludzkich w prawdziwych sytuacjach towarzyskich. Nauczyciele i rodzice mogą trenować różne aspekty zabaw z wybranymi dziećmi rozumiejącymi trudności, z jakimi zmagają się malcy dotknięci zespołem Aspergera.

Wiek od 9 do 13 lat

Na trzecim etapie przyjaźni towarzysza wybiera się w oparciu o konkretne cechy charakteru i zdolności. Przyjaciel to ktoś, kto szczerze się o nas troszczy, a także podziela nasze poglądy, opinie i wartości. Dziecko odczuwa silną potrzebę bycia lubianym przez rówieśników oraz dzielenia z nimi doświadczeń i myśli. Docenia osoby, na których może polegać, i które są w stanie posłużyć radą nie tylko w kwestiach praktycznych, ale także w sprawach osobistych. Potrzebuje towarzystwa i starannej doбира przyjaciół, nawiązując z wybranymi osobami trwalsze relacje. Na tym etapie następuje wyraźny podział według pici, a presja rówieśnicza zaczyna odgrywać coraz większą rolę. Akceptacja grupy i wyznawanie przez nią wartości stają się ważniejsze od opinii rodziców. Przyjaciele pomagają sobie nawzajem także w zakresie radzenia sobie z emocjami. Jeśli dziecko jest przygnębione, bliski przyjaciel może zapewnić mu wymaganą dawkę wsparcia i optymizmu; jeśli zmaga się z gniewem, przyjaciel może je uspokoić i uchronić przed wpakowaniem się w kłopoty.

Inżynieria społeczna

Gdy grupa rówieśnicza stanie się bardzo ważna dla budowania pewności siebie dziecka, nauczyciele i rodzice będą musieli zastosować kilka strategii z zakresu tzw. „inżynierii społecznej”. Rodzice mogą np. wybrać potencjalnego przyjaciela dla dziecka i zaaranżować rodzinną wycieczkę bądź domową zabawę z udziałem tej osoby, uważnie nadzorując spotkanie i kierując nim w taki sposób, aby dzieci dobrze się ze sobą bawiły. Być może okaże się konieczne zachęcenie grupy rówieśników do lepszego poznania dziecka z zespołem Aspergera.

Zachęcanie do odgrywania roli mentora

Dzieci, które mają dobry kontakt z kolegami dotkniętymi zespołem Aspergera, można zachęcać do odgrywania roli mentorów w klasie, na podwórku i w codziennych sytuacjach towarzyskich.

Ich rady mogą się okazać cenniejsze od rad rodziców czy pedagogów. Jest również ważne, aby zachęcać przyjaciół lub rówieśników do pomagania zaburzonym dzieciom w panowaniu nad własnym nastrojem. Koledzy mogą zainteresować i uspokoić takie dziecko, gdy zaczyna się stawać zbyt pobudzone, rozwiać jego obawy, gdy coś je niepokoi, lub pocieszyć w chwilach przygnębienia. Dzieci z zespołem Aspergera potrzebują także porady i zachęty, aby odwzajemnić otrzymane wsparcie emocjonalne. Trzeba je nauczyć, jak rozpoznawać objawy stresu lub pobudzenia u innych, i jak na nie reagować. W tej grupie wiekowej może się sprawdzić metoda Towarzyskich Opowieści podejmujących takie tematy jak wygłaszanie komplementów, wsparcie emocjonalne czy uważne słuchanie.

Zdolność pracy zespołowej

Na tym etapie istniejące programy terapeutyczne skupiają się raczej na rozwijaniu w dzieciach zdolności pracy zespołowej, a nie nawiązywania przyjaźni. Nastolatek może chętniej wziąć udział w programie terapeutycznym dotyczącym współdziałania w sporcie lub pracy, obrażając się na sugestię, że potrzebuje pomocy w znalezieniu przyjaciół.

Zajęcia teatralne

Kolejną strategią pomocy nastolatkom wrażliwym na publiczne postrzeganie ich jako osób mających niewielu przyjaciół są zajęcia teatralne. Jest to szczególnie skuteczna metoda w przypadku młodszych nastolatków, którzy mogą w ten sposób ćwiczyć sposoby prowadzenia rozmowy i opowiadania o sobie, poznawać tajniki mowy ciała, mimiki i barwy głosu, a także wcielić się w rolę osób odnoszących towarzyskie sukcesy.

Wiek od 13 do 18 lat

W poprzednim przedziale wiekowym mieliśmy do czynienia z nie-wielką grupą bliskich przyjaciół, ale na tym etapie rozwoju liczba zawieranych przyjaźni oraz siła nawiązywanych relacji ulegają zwiększeniu. Dziecko może mieć różnych przyjaciół do różnych celów, np. osoby udzielające wsparcia emocjonalnego, towarzyszy żartów czy specjalistów od różnych praktycznych dziedzin. Przyjaciel staje się kimś, kto „akceptuje mnie takiego, jakim jestem” lub „ma takie samo spojrzenie na życie”. Przyjaciel pozwala młodemu człowiekowi wzmocnić poczucie tożsamości i pasuje do jego osobowości.

Samopomoc

Na rynku dostępnych jest wiele książek obfitujących we wskazówki pomocne dla osób dotkniętych zespołem Aspergera. Niektóre z nich zostały napisane przez ludzi zmagających się z tym zaburzeniem. Istnieją także grupy wsparcia założone przez rodziców dzieci z zespołem Aspergera, gdzie młodzi ludzie mogą rozmawiać na takie tematy jak przyjaźń, seksualność, szkoła itp. Każda z takich grup jest zazwyczaj koordynowana przez zespół rodziców wspierany radami specjalistów, których często zaprasza się do udziału w spotkaniach.

Internet

Internet stał się współczesnym odpowiednikiem sali balowej, umożliwiając młodym ludziom nawiązywanie kontaktów. Wielką zaletą tej formy komunikacji dla osób z zespołem Aspergera jest to, iż dzięki niej mogą one z większą elokwencją wyrażać siebie i swoje uczucia poprzez słowo pisane, a nie bezpośrednio rozmową. Jednak rodzice muszą uważnie nadzorować internetowe przyjaźnie, gdyż młodzi ludzie z zespołem Aspergera są podatni na skrzywdzenie przez kogoś, kto tylko udaje dobre intencje.

Propozycje terapii dla wszystkich etapów przyjaźni

Pozytywne komentarze

Dzieci z zespołem Aspergera potrzebują większej liczby pozytywnych komentarzy. Rozwiązując zadanie matematycznie dzieci wiedzą, czy uzyskały prawidłowy wynik, gdyż mogą to sprawdzić na kalkulatorze. Układając puzzle wiedzą, że osiągnęły cel, gdy wszystkie elementy układanki do siebie pasują i tworzą obrazek. Ale skąd dziecko ma wiedzieć, czy osiągnęło sukces w kontaktach towarzyskich? To bardzo ważne, aby dorośli oraz rówieśnicy uważali właściwe zachowania dziecka i pozytywnie je komentowali. W przeciwnym razie dziecku pozostaną jedynie krytyczne uwagi, gdy popelni towarzyską gafę.

Książki o przyjaźni

Istnieją książki, powieści i poradniki napisane dla dzieci w różnym wieku, opisujące różne aspekty przyjaźni. Rodzice mogą czytać te publikacje dzieciom z zespołem Aspergera. Z podobnych książeczek można także korzystać w szkole, opierając na ich treści klasowe dyskusje.

Sztuka rozmowy

Patologiczne mowy mogą poprowadzić z dziećmi indywidualne lub grupowe zajęcia, starając się rozwijać u uczniów pragmatyczne aspekty języka. W kolejnych etapach przyjaźni dziecko będzie potrzebowało wsparcia w „sztuce prowadzenia rozmowy”.

Unikanie szkolnej przemocy i drwin

Szkoła może wprowadzić zmodyfikowany program walki z przemocą przystosowany do potrzeb dzieci z zespołem Aspergera. Wierzymy, że włączenie takich dzieci w wir życia towarzyskiego to właściwe rozwiązanie, jednak nie da się uniknąć tego, że czasem stają się one obiektem drwin, przemocy czy świadomego odrzucenia. Dysponujemy różnymi programami, które mogą pomóc ograniczyć podobne zjawiska w szkołach.

Radzenie sobie z emocjami

Terapia poznawczo-behawioralna

Badania, doświadczenie kliniczne oraz autobiografie pacjentów potwierdziły, że dzieci dotknięte zespołem Aspergera mają istotne problemy z rozumieniem i wyrażaniem emocji, a także grożą im zaburzenia lękowe, depresja lub problemy z panowaniem nad gniewem. Jednakże dopiero zaczynamy się uczyć, w jaki sposób modyfikować skuteczne psychologiczne programy, takie jak terapia poznawczo-behawioralna (TPB) dla potrzeb dzieci z zespołem Aspergera. TPB rozwijano i dopracowywano przez kilkadziesiąt lat, a jej skuteczność w zmniejszeniu reakcji pacjenta na takie uczucia jak lęk, smutek czy gniew potwierdziły rygorystyczne naukowe badania.

Terapia poznawczo-behawioralna skupia się na aspektach bezpośrednio dotyczących dzieci z zespołem Aspergera, które doświadczają trudności i zaburzeń w postrzeganiu myśli i uczuć (a zwłaszcza w decydowaniu, czy dane zachowanie było świadome, czy przypadkowe), jak również mają skłonność do dosłownego interpretowania słów i postępowania innych osób.

TPB przeznaczona dla dzieci z zespołem Aspergera składa się z dwóch etapów. Pierwszym z nich jest *edukacja afektywna*, w ramach której dziecko uczy się o emocjach. Ta część terapii polega m.in. na pracy nad związkiem między myślami, uczuciami i zachowaniem. Dziecko uczy się, jak ujmować emocje w słowa i właściwie postrzegać różne sytuacje.

Kolejnym etapem jest *restrukturyzacja poznawcza*, polegająca na zaplanowaniu zajęć umożliwiających ćwiczenie nowych zdolności poznawczych.

Emocjonalny Warsztat

Niżej podpisany (Tony Attwood) opracował koncepcję Emocjonalnego Warsztatu, skuteczną strategię „restrukturyzacji poznawczej” i jedno z głównych ćwiczeń pozwalających naprawić konkretne uczucie.

Już małe dzieci rozumieją, że w warsztacie znajdują się różnorakie narzędzia pozwalające naprawiać maszyny i inne przedmioty. Terapeuta pracuje z dzieckiem w celu rozpoznania narzędzi mogących posłużyć do rozwiązania danego problemu dotyczącego negatywnych emocji, zwłaszcza lęków, smutku i gniewu. Narzędzia można podzielić na takie, które:

- szybko i konstruktywnie uwalniają energię emocjonalną;
- powoli uwalniają energię emocjonalną;
- wspomagają zdolność myślenia.

Narzędzia fizyczne

Młotek może reprezentować narzędzia lub działania, które w sposób fizyczny uwalniają energię emocjonalną. Opiekun rysuje młotek na dużym arkuszu, po czym obok zapisuje odpowiednio i bezpieczne fizyczne ćwiczenia proponowane przez dziecko. W przypadku małych dzieci może to być np. bieganie, skakanie na trampolinie czy zabawa na huśtawce. Starsze dzieci mogą zająć się jakimś sportem lub tańcem, aby wyładować nadmiar energii.

Narzędzia relaksacyjne

Takie narzędzia pomagają się uspokoić i spowolnić pracę serca. Można je oznaczyć rysunkiem pędzla, a w skład tej kategorii czynności mogą wejść np. rysowanie, czytanie i słuchanie muzyki. Dzieci z zespołem Aspergera często najlepiej się relaksują w samotności. Mogą potrzebować miejsca, w którym nikt im nie będzie przeszkadzał, gdzie skutecznie podreperują swoje emocje. Małe dzieci mogą się uspokajać poprzez delikatne bujanie oraz powtarzanie tych samych czynności, np. ściskanie miękkiej piłeczki.

Narzędzia towarzyskie

Ta grupa narzędzi pozwala wykorzystywać innych ludzi do kontrolowania własnych emocji. Cel polega na znalezieniu osoby

(bądź zwierzęcia), która jest w stanie polepszyć nastrój dziecka. Wspólne spędzanie czasu musi być przyjemne i wolne od stresu, jaki czasem towarzyszy kontaktom międzyludzkim, zwłaszcza w większej grupie. Pamiętaj o powiedzeniu: „dwoje to para, troje to tłum”.

Narzędzia intelektualne

Dziecko może zaproponować inny typ narzędzia (np. klucz), którego wizerunek będzie reprezentował tę kategorię narzędzi, wykorzystywanych do zmieniania mentalności, wzbogacania wiedzy lub walki z niewłaściwymi przekonaniem. Dziecko zachęca się do używania siły intelektu w celu kontrolowania uczuć za pomocą różnych technik. W chwilach stresu młody człowiek może stosować metodę wewnętrznego dialogu, np. komentarze „Potrafię kontrolować emocje” lub „Potrafię zachować spokój”. Takie słowa dodają dziecku otuchy i pewności siebie.

Narzędzia specjalnych zainteresowań

Dzieci z zespołem Aspergera mogą doświadczać szczególnie intensywnej przyjemności, gdy oddają się swoim pasjom, w większym stopniu niż w przypadku innych pozytywnych doświadczeń. Młodego człowieka warto zachęcać do rozwijania swoich zainteresowań i odzyskiwania dzięki temu równowagi emocjonalnej stanowiącej przeciwwagę dla przyjemności. Czynność, której oddaje się dziecko, może je czasem całkowicie pochłaniać i niemal hipnotyzować, ale bywa to skutecznym sposobem na odseparowanie się od negatywnych emocji takich jak lęk czy gniew. Kiedy dziecko z zespołem Aspergera jest bardzo zestresowane, najskuteczniejszym sposobem na jego uspokojenie jest pozwolenie mu na samotne zajęcie się ulubioną czynnością.

Lecarstwa

Czasem dzieciom dotkniętym zespołem Aspergera przepisuje się leki pomagające kontrolować emocje. Jeśli dziecko zdradza wy-

raźne oznaki zaburzeń lękowych lub klinicznej depresji (mogącej objawiać się napadami gniewu, poirytowania czy apatii), wtedy warto zapisać mu odpowiednie leki. Jednak należy zadbać o to, aby środki farmakologiczne nie były jedynym narzędziem znajdującym się w naszym Emocjonalnym Warsztacie.

Nauka: zdolności i style

Profil zdolności przyswajania wiedzy

Dzieci z zespołem Aspergera charakteryzują się nietypowym i nierównym profilem zdolności przyswajania wiedzy, a ich styl nauki może wprowadzać nauczycieli w zakłopotanie. Niektórzy uczniowie mogą być utalentowani w zakresie czytania, matematyki i zdolności mechanicznych. Część dzieci w testach inteligencji uzyskuje wyniki mieszczące się w normie, ale u części wyniki wskazują na lekkie upośledzenie.

Badania wykazały, że dzieci z zespołem Aspergera mogą lepiej radzić sobie z bodźcami werbalnymi niż wzrokowymi. Jednak te same badania pokazują, że niektórzy malcy należący do tej samej kategorii zaburzeń wykazują odwrotną tendencję. Ogólnie pedagogzy i lekarze są zdania, że badania profilu zdolności intelektualnych lub zdolności przyswajania wiedzy nie powinny być wykorzystywane do potwierdzania diagnozy, a jako źródło cenowych informacji dotyczących stylu nauki dziecka.

Styl nauki

„Językowcy” i „wzrokowcy”

Jeśli dziecko ma wyższy poziom inteligencji werbalnej, na podstawie jego stylu nauki można je nazwać „językowcem”. Taki młody człowiek odnosi większe sukcesy edukacyjne czytając o przerabianych tematach, a nie uczestnicząc w klasowych zajęciach. Z kolei dziecko, które jest „wzrokowcem”, lepiej przyswaja informacje ilustrowane pokazami, filmami i wykresami, zgodnie z zasadą, że „obraz jest wart tysiąc słów”. Takie dzieci

mogą mieć naturalny talent inżynierski. Jednak czasem obrazowi rozwiązania znajdujące się w umyśle młodego człowieka nie towarzyszą słowa pozwalające je zaprezentować innym. Dziecko ma problem z przetłumaczeniem myśli na mowę. W przypadku obu grup stosowany program terapeutyczny może być skuteczniejszy, jeśli poszczególne zagadnienia są prezentowane na ekranie komputera, a nie w społecznym i językowym kontekście szkolnej klasy.

Strach przed popełnieniem błędu

Dziecko może się zmagać z patologicznym strachem przed porażką lub popełnieniem błędu i z tej przyczyny unikać pewnych działań, jeśli stwarzają one ryzyko niedoskonałości. Ten strach może być silniejszy niż pozytywny wpływ danego ćwiczenia. Można użyć techniki Towarzystwa Opowieści, aby wyjaśnić młodemu człowiekowi, że umiejętność uczenia się na błędach jest ważniejsza od zdobywania wiedzy poprzez sukcesy, a popełnienie błędów nie oznacza, że dziecko jest głupie. Dzieci z zespołem Aspergera mogą być na tym punkcie bardzo wrażliwe.

Rozwijanie motywacji

Użytecznym sposobem motywowania dziecka jest odwoływanie się do jego intelektualnej próżności, poprzez zastępowanie otwarcie okazywanej radości beznamiętnymi komentarzami o tym, że wyniki pracy dziecka pokazują, jak jest ono mądre. Zwyczajowe pochwały ze strony nauczyciela mogą nie być równie skuteczne co w przypadku innych dzieci. Takie podejście pomaga przezwyciężyć częsty problem z motywacją.

Przystosowanie do egzaminów i testów

Dziecko może potrzebować więcej czasu, dodatkowego nadzoru oraz możliwości skorzystania z klawiatury komputera zamiast odręcznego pisania. W przeciwnym razie uczeń z zespołem Aspergera może nie radzić sobie z szybkimi testami, ze względu

na nadmierny pedantyzm, problemy z szybką pracą, zbytnią podatność na rozproszenie szczegółami oraz trudności z odręcznym piśmem.

Nauczyciel lub rodzic może być zmuszony do wcielenia się w rolę sekretarki, ułatwiając dziecku pisanie pracy. Bez tej pomocy młody człowiek napotka problemy z funkcjami wykonawczymi, a zwłaszcza organizacją i planowaniem.

Jednotorowe myślenie

Dziecko może preferować swoje własne pomysły od rozwiązań wypracowanych przez innych uczniów lub propozycji nauczyciela i prezentować bardzo nieelastyczny sposób myślenia. Trudno jest mu zmienić metodę pracy, gdy dotychczas stosowana strategia okaże się nieskuteczna, a w przypadku ingerencji z zewnątrz łatwo traci wątek. Nauczyciele muszą wyjaśniać dziecku, że istnieje wiele sposobów rozwiązania tego samego problemu, a często naj-
mądrzejszym wyjściem jest zmiana podejścia lub poproszenie o pomoc.

Szczególne zainteresowania

Dzieci z zespołem Aspergera mogą odkryć w sobie różne szczególne pasje już w wieku dwóch czy trzech lat. Często zainteresowania te dotyczą fragmentów przedmiotów, np. obracania kółek samochodzików czy przetaczania przycisków.

Kolejnym etapem jest fascynacja niektórymi dzieci konkretną kategorią przedmiotów i ich kolekcjonowanie. Czasem w skład kolekcji wchodzi typowe obiekty zbierane także przez pozostałe dzieci, np. ciekawe kamyczki, ale malec może gromadzić również dość ekscentryczne przedmioty, np. siateczki zakrywające odpływ zlewu.

Zabawy dziecka także mogą być dość oryginalne. Pewien malec interesował się toaletami i na podwórku udawał, że sam jest zatkanym sedesem. Inne dziecko podczas szkolnego balu przebiegał-

ców wystąpiło w kostiumie pralki, gdyż właśnie to urządzenie budziło jego największe zainteresowanie.

Kolejnym etapem jest gromadzenie informacji dotyczących jakiegoś tematu lub zagadnienia, np. transportu, zwierząt czy elektroniki. Niektóre tematy pasują do wieku dziecka, np. Kubuś Puchatek, dinozaury, zamki czy gry komputerowe; inne wydają się nietypowe, np. odkurzacz lub systemy alarmowe. Powody zainteresowania się danym zagadnieniem zazwyczaj nie mają nic wspólnego z modą, a jedynie z wewnętrznymi odczuciami dziecka.

Obiekty fascynacji młodego człowieka zmieniają się z wiekiem, ale to dziecko o tym decyduje, a nie rodzic bądź nauczyciel, a w miejsce jednej pasji pojawia się kolejna. Złożoność i liczba zainteresowań zmieniają się w zależności od poziomu rozwoju dziecka i jego zdolności intelektualnych. Z czasem dziecko zaczyna ciekawić coraz bardziej skomplikowane tematy, np. okресy historyczne lub konkretne państwa i ich kultura.

Szczególne zainteresowania dziewczynek

Doświadczenie kliniczne wskazuje, że chłopcy i dziewczęta dotknięci zespołem Aspergera różnią się pod względem swoich zainteresowań. Dziewczynki mogą rozwinać w sobie fascynację lalkami, zwierzętami lub literaturą. Niektóre z ich zainteresowań pasują do wieku i płci, ale są nietypowe pod względem intensywności. Fascynacja lalkami może prowadzić do zgromadzenia olbrzymiej kolekcji, którą dziewczynka będzie wolała się bawić w samotności, a nie z koleżankami. Zabawa lalkami może przybierać postać szczegółowego odgrywania scen znanych z telewizji czy codziennego życia. Zainteresowanie zwierzętami może stać się tak intensywne, że dziecko zaczyna się zachowywać jak zwierzę, a jeśli np. ciekawia je konie, to chce nocować w stajni. Zainteresowanie literaturą może skłonić dziewczynkę do zbierania książek i wielokrotnego czytania tych samych pozycji ulubionych autorów, a także do zaciekawienia się klasycznymi dziełami takimi jak dra-

maty Szekspira czy powieści Charlesa Dickensa lub Henryka Sienkiewicza. Nie jest to spowodowane chęcią osiągnięcia sukcesu na lekcjach języka polskiego, ale szczerym zainteresowaniem wielkimi pisarzami i ich twórczością.

Nastoletnie zainteresowania

W wieku nastoletnim młody człowiek może zacząć się interesować elektroniką i komputerami, literaturą fantasty i science fiction, a czasem jakąś konkretną osobą. Wszystkie te sfery zainteresowań odzwierciedlają pasję rówieśników, jednak również tutaj mamy do czynienia z fascynacją o innej intensywności i ukierunkowaniu. Dziecko może mieć naturalny talent do języków programowania czy grafiki komputerowej. Zainteresowanie literaturą fantasty może doprowadzić do opracowania własnych systemów RPG i na przykład rozwinięcia talentu do rysowania. Fascynację konkretną postacią można zinterpretować jako nastoletnie „zakochanie” (chyba, że chodzi o postać historyczną lub mityczną), choć intensywność tego uczucia może nawet doprowadzić do naprzykrzania się danej osobie.

Czemu dziecko rozwija w sobie szczególne zainteresowania?

Szczególne zainteresowania mogą być związane z doświadczeniami strachu lub przyjemności bądź też być ich skutkiem. Jednak dopiero zaczynamy rozumieć, co może powodować pojawienie się konkretnych fascynacji. Wielu rodziców opisywało, jak bodziec początkowo wywołujący u ich dzieci strach z czasem stawał się obiektem zainteresowania. Lęk przed toaletą może się rozwinąć w fascynację hydrauliką, nadwrażliwość na odgłos odkurzenia prowadzić do zaciekawienia się różnymi rodzajami odkurzaczy i ich działaniem, a strach przed burzą zmienił w zainteresowanie pogodą. Inteligentną i praktyczną metodą zmniejszenia strachu stosowaną przez dziecko jest pogłębianie wiedzy na temat przyrody odczuwanego lęku.

Równie fascynujące jest to, że niektóre zainteresowania dzieci pojawiają się na skutek przyjemnych doświadczeń. Fascynacje są powiązane z miłym doświadczeniem, np. wizytą w wesołym miasteczku czy muzeum. Rozmyślanie o danej pasji może wtedy służyć jako antidotum na negatywne myśli i doświadczenia. Kiedy przyglądamy się przyjemnym przeżyciom, które były udziałem dzieci, widzimy że malcy z zespołem Aspergera często cenią czas spędzany na oddawaniu się swoim pasjom bardziej niż jakiegokolwiek inne doświadczenia. Żadne alternatywne zajęcia nie wzbudza w nich podobnego zainteresowania. Jest także charakterystyczne, że dziecko bywa niemal zahipnotyzowane przez ulubioną czynność. Może to być wykorzystane jako sposób na zapobieganie negatywnym myślom i forma blokowania odczuć.

Redukowanie i wykorzystywanie szczególnych zainteresowań

Podczas gdy dziecko z zespołem Aspergera stara się poświęcać jak najwięcej czasu swojej pasji, zapewne kosztem innych zajęć, rodzice i nauczyciele powinni ograniczać młodemu człowiekowi dostęp do ulubionej formy spędzania czasu, aby umożliwić mu angażowanie się w większą liczbę czynności. Jest to szczególnie ważne, gdy pasja dziecka praktycznie wyklucza kontakty między ludzkie – z rodziną i rówieśnikami – a także przeszkadza w odbioru prac domowych. Jak można zredukować ilość czasu spędzaną przez dziecko na pogłębianiu wybranych zainteresowań? Czy da się to zrobić w konstruktywny sposób?

Kontrolowany dostęp

Problemem może nie być czynność jako taka, ale poświęcana jej ilość czasu i uwagi. Pewien sukces można osiągnąć ograniczając czas, jaki dziecko spędza na realizowaniu swoich pasji, np. za pomocą zegara lub stopera. Kiedy minie ustalony czas, młody człowiek musi zaprzestać wykonywania danej czynności i aktywnie zaangażować się w poszukiwanie innego zajęcia. Dziecko można

Zainteresowania dziecka mogą posłużyć jako nagroda. Wykonanie przydzielonego zadania w klasie jest nagradzane wolnym czasem na oddawanie się pasjom. Przykładowo, jeśli uczeń rozwiąże dziesięć działań w ciągu dziesięciu minut, może spędzić kolejne dziesięć minut przy klasowym komputerze. Dostęp do ulubionej czynności to bardzo silna nagroda. Ta strategia wymaga od nauczyciela większej elastyczności podczas rozdzielania zadań, planowania lekcji i ustalania systemu nagród. Jednak zalety tego rozwiązania mogą się okazać znaczące dla dziecka, które może poszerzyć wiedzę, wykazać się zdolnościami intelektualnymi oraz zdobyć nagrodę potwierdzającą osiągnięcia.

Niektórzy rodzice stosują metodę blokowania dostępu do ulubionej czynności jako karę za niewykonywanie zadań lub złe zachowanie. Choć ta strategia może się okazać skutecznym elementem domowego programu kontrolowania postępowania dziecka, grozi sprowokowaniem młodego człowieka do agresji.

Sposoby nawiązywania przyjaźni

„Jaki powinien być dobry przyjaciel?” Dla wielu dzieci odpowiedź brzmi: „Powinien lubić to samo co my”. Wspólne zainteresowania mogą być źródłem przyjaźni. Znam chłopca z zespołem Aspergera, który bardzo się interesuje mrówkami i dużo wie na ich temat. Koledzy z klasy tolerowali jego entuzjazm i monologi o mrówkach, ale nie uważali go za osobę, z którą warto spędzać czas. Chłopiec mozolnie uczył się zdolności towarzyskich, takich jak czekanie na swoją kolej, dzielenie się, prawnienie komplementów i empatia. Kiedy wprowadzał je w życie, działało się to za sprawą wysiłku intelektualnego i było postrzegane przez innych jako wymuszone i sztuczne. Miał niewielu prawdziwych przyjaciół. Przypadkowo w okolicy zamieszkał inny chłopiec dotknięty zespołem Aspergera. Okazało się, że on także interesuje się mrówkami. Zorganizowano spotkanie obojga dzieci, a rezultat przeszedł najmielsze oczekiwania rodziców i nauczycieli. Chłopcy stali się nieodłącznymi

zapewnić, że o wyznaczonej godzinie wróci do ulubionej czynności. Pokusa jej kontynuowania będzie bardzo silna, więc najlepiej, aby nowa czynność odbywała się w innym pokoju lub na zewnątrz. Nowe zajęcia nie może być nieprzyjemne dla dziecka. Ta strategia polega na racjonowaniu malcowi dostępu do najbardziej fascynujących działań i zachęcaniu do poszerzania zainteresowań.

Częścią programu kontrolowanego dostępu może być przeznaczenie ustalonej ilości czasu na rozwijanie wybranych zainteresowań w kontekście towarzyskim. Rodzic lub nauczyciel może wyznaczać terminy rozmów lub wspólnego oddawania się danej pasji. Dorosły gwarantuje, że nikt z zewnątrz nie będzie w tym przeszkadzał, a obie strony lubią to, czym się razem zajmują. Odkryłem, że takie sesje mogą być dla dorosłych znakomitą okazją do pogłębienia wiedzy na ciekawe tematy, takie jak np. „Księga rekordów Guinnessa”, Titanik czy meteorologia. Rodzic lub pedagog może wtedy wypowiedzieć się ze znanstwem i zyskiwać szacunek dziecka. Rozmowa może ulec wzbogaceniu, jeśli dorosły opowie dziecku o swoich własnych pasjach. Obie strony mogą wtedy zająć się wzajemnym poznawaniem swoich zainteresowań.

Wspieranie motywacji

Dzieci z zespołem Aspergera wykazują się wyraźną motywacją i wydłużoną zdolnością koncentracji, gdy zajmują się ulubionymi czynnościami. Proponowana strategia terapeutyczna polega na włączeniu elementów zainteresowań dziecka do klasowych ćwiczeń lub wykorzystywaniu dostępu do wybranej czynności jako nagrody. Przykładowo, jeśli małe dziecko interesuje się Kubusiem Puchatkiem, nauczyciel może znaleźć szeroką gamę materiałów wykorzystujących wizerunek misia i służących do nauki czytania, matematyki, pisania czy rysowania. Jeśli dziecko fascynuje geografiam, może uczyć się liczenia na flagach, a nie na obiektach wykorzystywanych przez pozostałe dzieci.

towarzyszami zabaw i ekspedycji organizowanych w poszukiwaniu mrówek, prowadzili wspólny zeszyt notatek dotyczących tych owadów i regularnie kontaktowali się ze sobą w sprawie najnowszych odkryć. Ich relacja była naturalna i nie było w niej nic sztucznego. Cierpliwie czekali na swoją kolej, uważnie słuchali, wykazywali się empatią i komplementowali w sposób niespotykany w kontaktach z innymi rówieśnikami. Warto, aby rodzice zastanowili się nad wykorzystaniem metody „spolecznej inżynierii” dla znalezienia dziecku właściwego towarzysza zabaw w oparciu o wspólne zainteresowania. Lokalne rodzicielskie grupy wsparcia mogą tworzyć bazy danych zawierające nazwiska i adresy dzieci wraz z ich zainteresowaniami. Zgromadzone informacje można wykorzystywać do budowania „aranżowanych przyjaciół”.

Czy objawy mogą się stać mniej wyraźne?

Owszem. Mózg dziecka dotkniętego zespołem Aspergera różni się od mózgow jego rówieśników. Taki małe nie posiada intuicyjnej zdolności nawiązywania kontaktów z innymi i kontrolowania swoich emocji, a także ma inne priorytety oraz percepcję świata. Jednak z czasem – oraz dzięki zrozumieniu, wsparciu i właściwemu pokierowaniu – dziecko może się nauczyć skutecznie brać udział w życiu towarzyskim oraz osiągać edukacyjne sukcesy. Stoi przed nim otworem każda kariera, od pracownika społecznego po inżyniera.

Musimy pamiętać, że istnieją dwa sposoby zdobycia zdolności interpersonalnych: intuicja lub nauka. Dziecko z zespołem Aspergera może dowiedzieć się od innych, co ma robić i mówić, aby osiągnąć sukces zawodowy i osobisty. Rozwiązanie tej społecznej zagadki jest możliwe, dzięki intelektowi i wsparciu z zewnątrz.

Rozdział 7

Zaburzenia lękowe i obsesyjno-kompulsywne

„Kasia wszystkim się martwi! Każdy z nas chodził zestresowany w przeddzień klasówki, ale ona zamartwiała się nią już kilka dni wcześniej. Przejmuję się nawet tym, co się wydarzy w następnej klasie. Mówi mi, że to bez sensu, ale nie może przestać o tym myśleć. Kiedyś wydawało mi się, że ona unika szkoły, bo jej się tam nie podoba, ale teraz zaczynam sądzić, że to wszystko jest dla niej po prostu zbyt bolesne. Zanim wyjdzie z domu, musi odbyć swój mały rytuał, trzykrotnie dotykając drzwi. Aż żal na to patrzeć”.

Zaburzenia lękowe uogólnione (ZLU)

Zaburzenia lękowe charakteryzują się niekontrolowanymi skłonnościami do zamartwiania się dosłownie wszystkim. Przymiotnik „lękowe” odnosi się do nieprzyjemnego poczucia wewnętrznego niepokoju, a „zamartwianie się” dotyczy strachu o przyszłe wydarzenia.

Zgodnie z definicją zaburzeń lękowych uogólnionych zawartą w klasyfikacji DSM-IV zamartwianie się i lęki muszą być wystarczająco poważne, aby przeszkadzać w codziennym funkcjonowaniu. Obawy dotyczą wielu różnych rzeczy, pojawiają się prawie codziennie i trudno je kontrolować. Ponadto, pojawiają się fizyczne objawy, takie jak bezsenność, zmęczenie, niepokój, irytowanie lub kłopoty z koncentracją.