

FUNKCJONOWANIE DZIECKA Z ZESPOŁEM ASPERGERA/ AUTYZMEM W DOBIE KORONAWIRUSA

Dzieci ze zdiagnozowanym całościowym zaburzeniem rozwoju mogą wyjątkowo źle znosić stan epidemii i wszystko to, co się z nim wiąże. Powodem tego są charakterystyczne cechy dziecka, będące jednocześnie kluczowymi (głównymi) objawami zaburzeń całościowych (ASD).

Jedną z głównych cech dziecka z całościowymi zaburzeniami rozwoju jest brak umiejętności przetwarzania informacji w taki sposób, aby porządkowała ona jego świat. Ponieważ wszystkie docierające do dziecka informacje odbiera ono bezpośrednio – bez wglądu i bez dystansu – może to wzmacniać jego niepokój, co do własnego zdrowia i zdrowia jego bliskich. Lęk z tym związany może doprowadzić do nadmiarowych zachowań, np. niedotykania jedzenia, obsesyjnego mycia rąk, niepozwalania nikomu z domowników na wychodzenie z domu. Należy więc ograniczyć dziecku oglądanie programów informacyjnych, aby nie wprowadzać go w stan permanentnego uogólnionego lęku, a jednocześnie samemu nie wpadać w panikę, gdyż te emocje mają to do siebie, że szybko się rozprzestrzeniają i nie ułatwiają funkcjonowania nikomu.

Niektóre dzieci z ASD wykazują wybitne zainteresowania matematyką, przyrodą/biologią, geografiją. Można to wykorzystać prosząc o przygotowanie referatu/ prezentacji dla całej rodziny z dziedziny zagrożeń epidemiologicznych koronawirusem. Będzie to okazja do wspólnej dyskusji na ten temat, do pokazania innym członkom rodziny pozytywnych – wybiórczych zainteresowań dziecka, przydatnych nawet w tak trudnym okresie. Jednocześnie pozwoli rodzicom na podsumowanie tych informacji w pozytywny sposób, aby nie eskalować lęków.

Jeśli dziecko nie przejawia nasilonych objawów lękowych można to wykorzystać w uczynieniu go tzw. „*strażnikiem rodziny*”. Rodzina ustala konkretne zasady funkcjonowania (np. po przyjeździe ze sklepu lub pracy 30 sekundowe mycie rąk, co 3 godziny przecieranie płynem dezynfekującym powierzchni klamek, dezynfekcja blatu w kuchni po rozpakowaniu zakupów, odwieszanie maski w wyznaczone miejsce itp.). Dziecko z ASD może więc pilnować wszystkich członków rodziny pod tym względem, co jednocześnie pozytywnie wpłynie na większe bezpieczeństwo zdrowotne rodziny.

Jak wiemy dzieci z ASD przejawiają poważne problemy w funkcjonowaniu społecznym, nie rozumieją rówieśników i ich emocji, nie są w stanie prawidłowo realizować interakcji społecznych. Niestety izolacja w dobie stanu epidemii może tę cechę pogłębiać. Należy więc zadbać o kontakty rówieśnicze – nie poprzez pozwolenie dziecku na długie gry online, ale przez udział dziecka w spotkaniach wirtualnych z rówieśnikami, wykorzystując w tym celu środki przekazu internetowego, np. *messenger*, *whatsapp*, *skype* itp. Ważne, aby dziecko miało poczucie uczestniczenia w życiu swojej klasy, grupy społecznej (np. związanej z zainteresowaniami sportowymi, plastycznymi), poprośmy, aby nam zrelacjonowało tematy, o których dyskutuje z innymi dziećmi, spróbujmy zrozumieć świat dziecka. Przygotujmy go na żarty i metafory (ze zrozumieniem których dziecko z ASD ma poważny kłopot) związane z koronawirusem, aby nie czuło się zaskoczone i nie doświadczało chaosu informacyjnego.

Dzieci z ASD, tak jak wszystkie muszą realizować kształcenie metodami i technikami na odległość (o odpowiedniej godzinie włączyć komputer lub telewizor, uważnie słuchać przygotowanych lekcji, wykonać zadane prace domowe). Ważne, aby zawsze wieczorem ustalić i zapisać harmonogram dnia, najlepiej wszystkich członków rodziny (aby dziecko z ASD nie miało poczucia niesprawiedliwości). Pozwoli to na lepsze wykorzystanie czasu, na opanowanie i rozplanowanie energii na cały dzień, ułatwi podział dnia na czas obowiązków i czas przyjemności. Zwiększy to poczucie bezpieczeństwa dziecka i zmniejszy stres związany z przechodzeniem z jednej aktywności w drugą.

Czas spędzany w domu z dziećmi można wykorzystać na budowanie więzi rodzinnych. Może się okazać, że dziecko z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi potrafi wprowadzić do rodziny ciekawe pomysły, może pokazać się z dobrej strony i nie być tylko „dziwnym bratem/siostrą”, „trudnym/ niezrozumianym dzieckiem”, ale ciekawym, pomysłowym towarzyszem w tym trudnym okresie. Aby dziecko z ASD doświadczyło pozytywnej emocji związanych z poczuciem, że jest ważne, bo realizowane są jego pomysły, ale też by zrozumiało, że pomysły innych osób mogą być równie ciekawe i ich wykonywanie nie musi być uciążliwe trzeba spojrzeć na swoje dziecko z autyzmem lub z Zespołem Aspergera z innej perspektywy. Większa koncentracja w tym trudnym okresie na rodzinie/ dziecku może doprowadzić do lepszego zrozumienia potrzeb własnego dziecka, do tego, co się z nim dzieje (jego możliwości), a w dalszej kolejności do podejmowania w związku z nim i z jego zachowaniem trafniejszych decyzji...

Czego serdecznie życzymy Wam drodzy rodzice...

Opracowanie:

Małgorzata Nierzwicka – psycholog
Powiatowe Centrum Rozwoju Edukacji w Iławie,
Porania Psychologiczno-Pedagogiczna w Iławie