

## **Вопрос-ответ. Как объяснить аутизм на примерах из обычной жизни?**

### **Несколько метафор, которые помогут лучше понять опыт аутичных детей и взрослых**

Источник: Pathfinders for Autism

Автор: Шелли Олред / Shelly Allred

Все родители детей с аутизмом через это проходили. Неприязненные взгляды, когда у наших детей начинается истерика от сенсорной перегрузки, или мы пытаемся «отловить» ребенка, решившего исследовать кухню в ресторане, или же он просто начал подпрыгивать от радости, когда все вокруг сидят тихо. Как объяснить аутизм тем, кто ничего о нем не знает, не имеет никакого опыта общения с аутичными людьми и не представляет, насколько разнообразным может быть спектр аутизма? Вот несколько простых повседневных примеров, которые могут помочь таким людям лучше представить себе жизнь с аутизмом.

### **Устная речь не делает вас умнее**

Вы когда-нибудь болели очень тяжелым ларингитом? Не правда ли, что когда не можешь сказать, что хочешь, или попросить то, что тебе нужно, это сильно выводит из себя? Но хотя вы и не могли сказать ни слова, вы все равно обрабатывали информацию из окружающего мира, и ваш уровень интеллекта никак не зависел от способности что-то сказать. Вы бы воспользовались в такой ситуации альтернативным способом коммуникации: компьютером, карандашом и бумагой?

### **Побег из класса**

Большинству сложно понять сенсорную перегрузку при аутизме. Так что представьте, что вы сидите за партой в тоннеле оживленного шоссе в час пик. Примерно в десяти метрах от вас стоит учитель и задает вам устно математические задачи для решения. Как долго вы сможете просидеть посреди мелькающих огней и оглушительного шума проезжающих мимо машин? И насколько успешно вы сможете решать задачи?

### **Ой, больно!**

Давайте продолжим говорить о сенсорных проблемах. Вам когда-нибудь попадался ярлычок на одежде, который сильно вас раздражал? Да? Отлично. Теперь давайте добавим к этому ярлычку иголок кактуса. Много иголок кактуса. Мы не знаем, почему у людей с аутизмом может быть повышенная сенсорная чувствительность, но она совершенно реальна.

### **Безудержная радость**

Давайте представим, что вы со своим ребенком пришли на вечеринку в честь дня рождения, где выступает фокусник. Ваш ребенок начал радостно прыгать, бегать и выкрикивать что-то фокуснику, но кто-то из родителей глядит на него с откровенным раздражением и говорит вам лучше присматривать за ребенком. Мы все согласимся, что такой родитель ведет себя довольно странно, и возможно ему нужно постоять в углу и подумать. Возможно, стоит ему напомнить, как большинство людей ведут себя на футбольном матче, когда любимая команда забивает гол или проигрывает. Все подпрыгивают, кричат, машут руками. Жаль, что большинство из нас не умеет получать такую же радость от самых обычных и повседневных событий.

### **Гибкость мышления и переходы**

Мы все знаем, как это увлекательно работать над сложным и важным документом. Мы полностью погружаемся в себя, концентрируясь на цифрах, данных, перепроверяя по много раз, не забыли ли мы чего-нибудь. А что если, пока вы полностью сосредоточены на документе, ваш компьютер неожиданно выключится? А что вы почувствуете, если пока вы смотрите конец финального матча чемпионата, неожиданно отключится телевизионный кабель? Именно так себя чувствует ребенок с аутизмом, который собирает пазл и неожиданно слышит, что пора собираться и идти.

### **Надо потрогать!**

Мы все знаем «это взгляд» наших детей, прикованный к кнопкам лифта. Да, верно, они нажмут на них все. И когда другой пассажир закатит глаза, попросите его немного подумать (а время теперь для этого есть!) о шоколадном печенье только что из духовки. Но ему его нельзя. Мягкая сдобная сердцевина, тягучий шоколад, соблазнительный запах. И печений целая тарелка, кто заметит, если взять одно. Тарелка стоит так близко, что почти касается вас. Эй, вы что делаете, вам нельзя их брать, да и, по правде сказать, никаких печений тут нет. И легко ли с этим справиться?

### **Я не это имел в виду**

Как часто вы получали или отправляли электронное письмо, но при этом смысл и тон сообщения понимались совершенно превратно? Без интонаций голоса и мимики многие из нас анализируют только сам текст, что часто приводит к недоразумениям. Теперь представьте, что вся ваша коммуникация в жизни сводится только к простым сообщениям в электронной почте без невербальных подсказок, и вам приходится угадывать намерения автора каждого письма. Или представьте, что вы приехали в далекую страну и пытаетесь понять местные метафоры, которые характерны

для чужой культуры, и поэтому все они кажутся вам бессмыслицей. Подумайте, как проще было бы вам, если бы все люди из другой культуры начали говорить ровно то, что они имеют в виду.

Мы не обманываем себя. Всегда будут люди, которые не поймут и не проявят терпимости, на которую мы рассчитываем. Однако вместе мы сможем достучаться до весьма большого числа людей, и это действительно может повлиять на ситуацию. Чем больше людей скажут себе «а, так вот в чем дело!», тем комфортнее станет этот мир для наших близких с аутизмом.