

MITY DOTYCZĄCE SPEKTRUM AUTYZMU

PRZEŁAMYWANIE BARIER, BUDOWANIE ZROZUMIENIA

MIT: Osoby z autyzmem nie odczuwają emocji.

RZECZYWISTOŚĆ: Odczuwamy emocje głęboko – czasami nawet intensywniej niż inni. Być może po prostu wyrażamy je w inny sposób.

MIT: Wszystkie osoby w spektrum autyzmu są takie same.

RZECZYWISTOŚĆ: Autyzm to spektrum. Każda osoba ma unikalne mocne strony, wyzwania i sposoby doświadczania świata.

MIT: Autyzm należy „wyleczyć”.

PRAWDA: Autyzm to różnica poznawcza, a nie choroba. Wsparcie i zrozumienie mają rzeczywiste znaczenie.

MIT: Osoby w spektrum nie potrafią nawiązywać relacji.

RZECZYWISTOŚĆ: Cenimy przyjaźnie i związki. Możemy potrzebować innego podejścia do komunikacji i interakcji społecznych.

PAMIĘTAJ: SPÓJRZ GŁĘBIEJ. ZOBACZ CZŁOWIEKA.



Dofinansowane przez
Unię Europejską

Program Erasmus+
Typ akcji: AKCJA 2 Partnerstwa na rzecz współpracy,
Partnerstwa na małą skalę (KA210-YOU) w ramach
sektora Młodzież w programie Erasmus+ w terminie do
5 marca 2024 r.
Numer wniosku: 2024-1-PL01-KA210-YOU000256352



POTRZEBY MŁODYCH LUDZI W SPEKTRUM AUTYZMU

WSPÓLNE TWORZENIE PRZESTRZENI INTEGRACYJNYCH

Czego potrzebujemy:

Stabilność i rutyna – wiedza o tym, czego możemy się spodziewać, pomaga nam czuć się bezpiecznie i pewnie.

Świadomość sensoryczna – niektóre dźwięki, światła lub tekstury mogą być przytłaczające. Cicha przestrzeń może mieć ogromne znaczenie.

Jasna komunikacja – bezpośrednia, szczerą rozmowa działa lepiej niż aluzje lub sarkazm.

Czas na przetworzenie informacji – możemy potrzebować dodatkowej chwili, aby zrozumieć informacje lub na nie zareagować.

Bezpieczeństwo emocjonalne – akceptacja bez osądzania pomaga nam być sobą.

W szkole:

- Wcześniejsze powiadomienie o zmianach w harmonogramie.
- Przerwy, gdy czujemy się przytłoczeni.
- Zrozumienie różnych stylów uczenia się.

Wśród przyjaciół:

- Cierpliwość w odczytywaniu sygnałów społecznych.
- Szacunek dla naszych zainteresowań i pasji.
- Włączenie w działania grupowe.

MAŁE ZMIANY MAJĄ DUŻE ZNACZENIE

Program Erasmus+
Typ akcji AKCJA 2 Partnerstwa na rzecz współpracy,
Partnerstwa na małą skalę (KA210-YOU) w ramach
sektora Młodzież w programie Erasmus+ w terminie do
5 marca 2024 r.
Numer wniosku: 2024-1-PL01-KA210-YOU000256352



Dofinansowane przez
Unię Europejską



JAK BYĆ WSPIERAJĄCYM RÓWIEŚNIKIEM

PRZYJAŹŃ MA WIELE POSTACI

Rozpoczęcie rozmowy:

- Bądź bezpośredni i przyjazny: „Cześć, jestem Kasia. Czym się interesujesz?”.
- Zapytaj o hobby lub pasję.
- Nie martw się, jeśli rozmowa wydaje się inna – inność może być wspaniała.

Zrozumienie komunikacji:

- Niektórzy z nas rzadziej nawiązują kontakt wzrokowy – nadal słuchamy.
- Możemy potrzebować więcej czasu, aby odpowiedzieć – daj nam czas.
- Nasza mowa ciała może być inna, ale nasze uczucia są prawdziwe.

Bycie integracyjnym:

- Zapraszaj nas do udziału w zajęciach, nawet jeśli czasami odmawiamy.
- Szanuj nasze potrzeby, gdy potrzebujemy przerwy lub chwili ciszy.
- Doceniaj nasze mocne strony i zainteresowania, nawet jeśli różnią się od twoich.

Co mówią uczestnicy warsztatów:

„Nauczyłem się, że przyjaźń nie polega na byciu takim samym – polega na wzajemnym zrozumieniu”.

„Teraz wiem, że jeśli ktoś nie patrzy na mnie podczas rozmowy, nie oznacza to, że mu nie zależy”.

„Małe gesty życzliwości mogą poprawić komuś cały dzień”.

KAŻDY ZASŁUGUJE NA POCZUCIE PRZYNALEŻNOŚCI



Dofinansowane przez
Unię Europejską

Program Erasmus+
Typ akcji: AKCJA 2 Partnerstwa na rzecz współpracy,
Partnerstwa na małą skalę (KA210-YOU) w ramach
sektora Młodzież w programie Erasmus+ w terminie do
5 marca 2024 r.
Numer wniosku: 2024-1-PL01-KA210-YOU000256352

Autism
Integration 