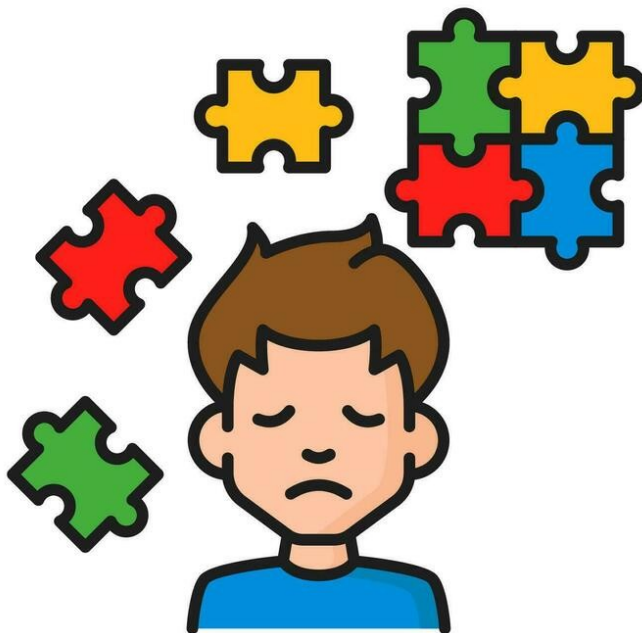


Аутизм (РАС) — это особенность развития нервной системы (нейроотличность), которая сохраняется у человека всю жизнь. Это не болезнь, а иное восприятие мира.



4 ключевых факта

1. **Не лечится таблетками.** Аутизм нельзя «вылечить», но можно адаптировать человека к жизни с помощью коррекции и поддержки.
2. **Спектр.** Нет двух одинаковых аутистов. Кто-то не говорит совсем, а кто-то является гением в математике. Спектр означает разнообразие проявлений.
3. **Не связано с воспитанием.** Причины — генетика и особенности развития мозга до рождения. «Холодная мать» здесь ни при чем (миф развенчан наукой).
4. **Диагноз не приговор.** При ранней коррекции и принятии среды люди с аутизмом учатся, работают и создают семьи.



AUTISM

Основные признаки (на что обратить внимание)

- Социальное взаимодействие: сложно смотреть в глаза, не понимает шутки или намёки, трудно заводить друзей, может казаться равнодушным.
- Коммуникация: эхолалия (повторение слов), отсутствие или задержка речи, буквальное понимание инструкций («садись за стол» — значит встать на стол).
- Поведение: стереотипии (раскачивания, махание руками), потребность в ритуалах и расписании, сильная тревога при смене обстановки, сенсорная чувствительность (громкий звук или свет могут причинять физическую боль).

Как общаться?

1. Говорите просто и прямо. Избегайте иронии, сарказма и абстрактных фраз. Если имеете в виду «закрой дверь», скажите именно это.
2. Не требуйте смотреть в глаза. Если человек отводит взгляд, это не значит, что он вас не слушает. Сосредоточение на речи и взгляде одновременно может быть для него невозможным.
3. Учитывайте сенсорику. Не трогайте человека без предупреждения. Понимайте, что шумная толпа или яркий свет могут вызвать у него истерику не «от капризов», а от физической перегрузки.
4. Уважайте интересы. Специальные интересы (увлечения) — это его способ справляться со стрессом и радоваться жизни.



Золотое правило

Если вы встретили человека (ребенка или взрослого) с особенностями поведения:
Не осуждайте. Не учите жизни. Предложите тишину и спокойствие.

Помните: аутизм — это другой способ быть человеком.

