

Odpowiedzi Pani Justyny Pawlak na pytania zadane przez uczestników konferencji szkoleniowej Fundacji SYNAPSIS

1. Jak wspomagać dziewczynkę (6 lat) z zespołem Aspergera, która ma bardzo niskie poczucie wartości?

Jest to szeroki temat, zwłaszcza że wiele zależy od okoliczności (czy np. znana jest przyczyna niskiej samooceny), ale odpowiem opierając się o własne doświadczenia. Już w przedszkolu czułam, że odstaję od reszty dzieci. Nie lubiłam wspólnych aktywności, choć bardzo chciałam umieć nawiązywać relacje z innymi dziećmi. Widziałam, że pewne rzeczy gorzej mi wychodzą. Przytłaczała mnie ilość bodźców i konieczność ciągłego dostosowywania się/ brak kontroli. Irytowały mnie wyjścia na spacer (brak możliwości wyboru trasy i jej długości, trzymanie się za ręce, nadeptywanie na stopy). Doświadczenie ciągłych trudności mocno wpływało na samoocenę. Myślę, że tym, co by mi wtedy pomogło byłoby zainteresowanie nauczyciela, bardziej wytrwałe dążenie do nawiązania rozmowy, słyszenie pozytywnych uwag, otwarcie na moje zainteresowania czy aktywności (np. sortowanie ze mną elementów czy próba zrozumienia co takiego ciekawego widzę za oknem), dawanie możliwości wyboru zajęcia, poczucia kontroli (np. możliwość pozostania w innej grupie na czas spaceru), wykorzystywanie zainteresowań w kartach pracy, wykazanie się przed grupą tym, co mi dobrze wychodziło, pełnienie ważnej funkcji (to akurat faktycznie miało miejsce - wraz z nauczycielem pełniłam dyżur przy wejściu do przedszkola i wołałam te dzieci, po których przyszli opiekunowie; świetnie się w tym czułam, zwłaszcza że mogłam odpocząć od grupy). Temat jest bardzo złożony i zależy od danego dziecka i okoliczności.

2. Czy przejawiała Pani w dzieciństwie zachowania kamuflowania? Czy próbowała Pani udawać inną osobę? Jeśli tak, to jaką? Często mówi się tak o dziewczynach w spektrum.

Jak najbardziej, a przez to nie miałam szans na diagnozę i wsparcie. Przyjmowałam różne strategie, by aż tak bardzo nie było widać mojej „inności”. Unikałam sytuacji związanych z komunikacją i np. zamiast zrobić zadanie w grupie, robiłam je sama. Naśladowałam też rówieśników np. ich reakcje/emocje mimo że nie rozumiałam dlaczego coś jest śmieszne albo dlaczego powinnam współczuć, gdy ktoś mówił o porażce, starałam się robić to, co inni. Miałam przyjaciółkę, więc nie sprawiałam wrażenia samotnika. Miałam też bardzo dobre oceny i nikomu nie przeszkadzałam, a to dla nauczycieli było ważniejsze. Zwracali uwagę głównie na tych wiecznie przeszkadzających, a że skrupulatnie przestrzegałam wszelkich zasad, to ginęłam w tle. Byłam postrzegana jako dziecko bardzo nieśmiałe i to było przykrywką dla wszelkich odstępstw. Jedynym zapiskiem, jaki znalazłam w szkolnej dokumentacji było zwrócenie uwagi na brak kontaktu wzrokowego.