



Kto chce podążać nowymi drogami, musi obejść się bez drogowskazów

# Moje życie z Zespołem Aspergera - szkoła, praca i partnerstwo -



dr Peter Schmidt  
2016



# Krótka biografia

- dr Peter Schmidt, mieszka pod Peine, w Dolnej Saksonii
- ur. w 1966, żonaty od r. 1993, dwoje dzieci
- studia geofizyki,  
praca naukowa w latach  
1994 – 1997
- Przekwalifikowanie na  
konsultanta zintegrowanego  
systemu informatycznego SAP,  
praca w branży informatycznej  
od roku 1999
- 2007 zdiagnozowanie  
Syndromu Aspergera
- Największa pasja: kolekcjonowanie ulic



# Spis treści



- Wprowadzenie
  - Moja wyspa
- Lekcja jest przerwą!
  - jak przeszedłem przez szkołę
- Opór czy wydajność?
  - codzienność na studiach i w zawodzie
- Rywalizujące tęsknoty
  - Partnerstwo i miłość z autyzmem
- Dyskusja





Wprowadzenie

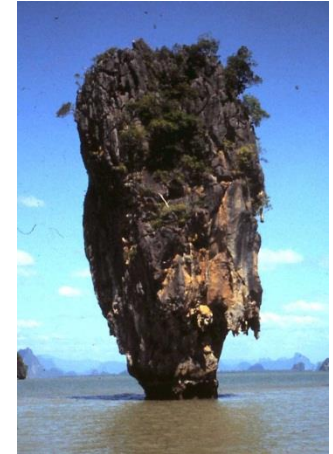
# Autyści są jak wyspy

kiedy społeczeństwa przedstawiają łączące się ze sobą kontynenty

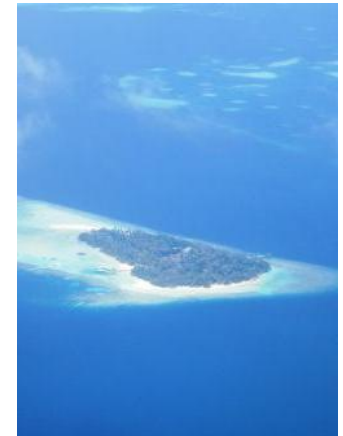


**Wyspy mają różne cechy szczególne.**

**Ich jedyną wspólną właściwością jest cecha bycia kawałkiem lądu, całkowicie otoczonym wodą.**



Opisując Państwu **moją wyspę**, dzisiejsza konferencja przybliży Państwu cechy jednej z tych wysp, a tym samym autyzmu.





# Niewidoczny mur

„Bo wszystko jest jak szkło, przez które można patrzeć, które jest między tym co na zewnątrz i tym co wewnątrz.

Niewidoczne.

Przypominam sobie ptaka, który umarł przy oknie.

On chciał tylko przelecieć, aż tu nagle powietrze zamarzło. Nieustannie na coś wpadam, co jest niewidoczne. Nie pojmuję tego, tak samo, jak ten ptak.“



Z: Kaktus na walentynki, strona 138



Wprowadzenie

# Czym jest autyzm?

- Autyzm cechują stabilnie trzy kolumny
  - komunikatywna odmienność / problemy w sferze międzyludzkiej, związane z tym
  - trudności lub odbiegające od normy zachowanie społeczne
  - oraz stereotypowe zajęcia / rytuały
- Również typowe dla autystów, jednak nie oznaczające automatycznie autyzmu, są np.
  - rozumienie dosłowne → małe doświadczenie
  - Gesichtsblindheit → Prosopagnosie
  - bycie *nerdem*, mądralą → wybitne uzdolnienie
  - wrażliwość na hałas → wrażliwość ogólna
  - strach przed ludźmi → fobia społeczna





# Ścisłe wzorce zachowań

- Struktury dają oparcie
  - rytuały
  - procedury
- Planowanie daje kontrolę
  - odstępstwa prowadzą do pełnego frustracji chaosu
  - albo wybuch gniewu albo zupełne zamknięcie się w sobie







# Autyzm i emocje

## Autyści mają wszystkie istniejące uczucia

Historia chłopiec- dziewczynka – ulica- kot- atlas

Przesąd: „Autyści nie mają uczuć!”

- uczucia są wyzwalane przez różne zjawiska
- mimika twarzy autysty niekoniecznie powinna być interpretowany zgodnie z typowymi schematami
- Autysta nie zawsze może rozpoznać uczucia innych, nie mówiąc o tym, że nie może naśladować procesów emocjonalnych zachodzących w innych osobach



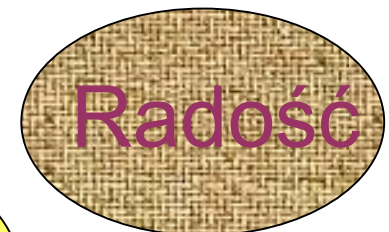
Skutek: nietypowa postawa społeczna

**EMPATIA NIE JEST ULICĄ JEDNOKIERUNKOWĄ I**

Tak jak inni twierdzą, że nie ma we mnie empatii,  
tak należy stwierdzić że nie czują oni empatii wobec mnie

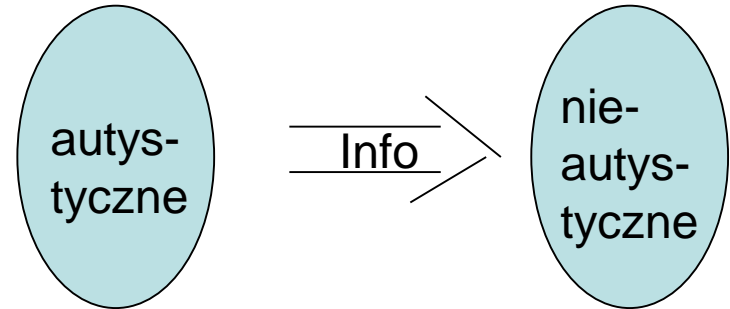
# Autyzm i emocje

- NIEPRAWDA: Autyści są pozbawieni emocji
- PRAWDA: Wszyscy autyści mają uczucia
- ALE
  - Autyści postrzegają wszystko inaczej i czują inaczej
  - Prowadzi to do wielu nieporozumień, które czynią życie z innymi ludźmi wyzwaniem, zarówno dla autysty jak i dla jego kolegów, rodziców, nauczycieli...



# Autyści i emocje

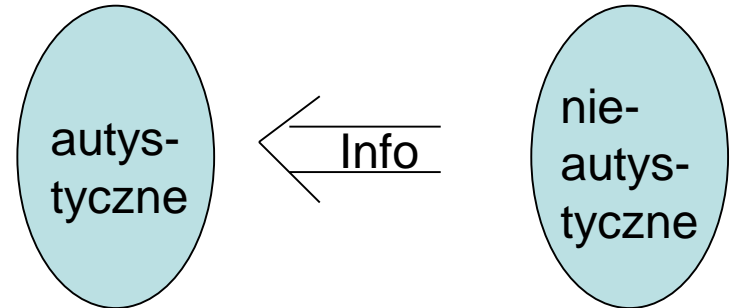
CO JEST INNEGO W SYTUACJI,  
KIEDY INNE OSOBY ROZPOZNAJĄ  
EMOCJE TWORZONE PRZEZ  
AUTYSTĘ



- Wiele emocji autysty wyzwała się w inny sposób
  - np. radość i smutek wywołują raczej przedmioty niż osoby
- Emocji autysty nie można rozpoznać jedynie na podstawie jego mowy ciała i mimiki
  - emocje autysty mogą być ukryte lub błędnie interpretowane

# Autyzm i emocje

CO JEST INNEGO –  
ROZPOZNAWANIE EMOCJI  
NIE UDAJE SIĘ BEZBŁĘDNIE



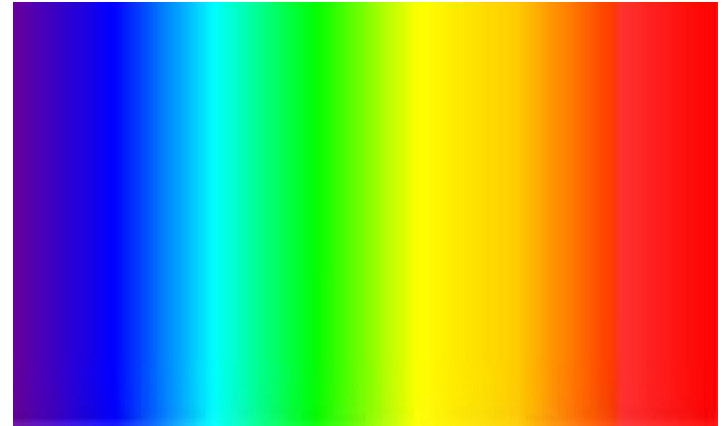
- Uczeń, wysyłanych przez inne osoby, autysta nie rozpoznaje bądź rozpoznaje nie całkiem poprawnie
- Wobec tego nie są spełniane oczekiwania emocjonalne innych osób w komunikacji
  - Prowadzi to do społecznej irytacji
  - Upředzenie: „ Autysci nie mają uczuć“

Ani autysta nie odczuwa empatii względem innych osób, ani oni względem niego. Brak lub niski poziom wzajemnej empatii.



# Jak doświadczam komunikacji

kolorowe spektrum  
komunikacji  
międzyludzkiej



ja doznaję  
na czarno-biało



Nicht verbal kommunizierte Erwartungen bleiben unerfüllt

Die Folge: ein abweichendes Sozialverhalten



# Proszę znaleźć baseny!



W ten sposób mogą Państwo zrozumieć, jakim wyzwaniem umysłowym jest dla autysty rozpoznanie emocji.

To czasochłonna technika, która prawie nie pozwala na zgodne z oczekiwaniami i stosowne reakcje w stosunkach międzyludzkich.



# Codziennie zniekształcenia odczuwania

- Odcieni i kolorów, których brakuje w postrzeganiu komunikacji międzyludzkiej, brakuje również w innych rodzajach percepcji
- Nie ma komfortowej sfery, jak w przypadku dobrej baterii mieszającej gorącą wodę z zimną, zawsze jest albo za gorąco, albo za zimno
- Zbyt głośno - zbyt cicho; nudno - za dużo
- Kiedy pragnienie odczuwa się jako głód
- Kiedy nie rozpoznaje się zmęczenia i wyczerpania



Synestezja



# Odmiennie postrzeganie – do dziś

## Fakty

*nieprzyjemne  
ale normalne*

- biuro wielkopowierzchniowe
- dotyk
- złe samopoczucie
- kolega w innym kontekście
  - (sport, spodnie)
- tętniące basy

## i ich oddziaływanie

*bolesne  
doznanie ekstremalne*

- działa jak dudniący stadion
- wywołuje odruch kopania
- jest przenikliwym bólem duszy
- nieznana osoba, brak pozdrowienia
- dotkliwa tortura hałasem





Wprowadzenie

# Stereotypy związane z ciałem – do dziś



Te ruchy  
wywołują we  
mnie wielką  
radość.  
Całkowicie  
pograżam się  
w sobie i  
rozkoszuje  
tym, co mnie  
cieszy.



# Historie z przedszkola



„Ramię, które nie chciało się złamać“



„W krainie błękitnych przyjaciół“



Liczy się pierwsze wrażenie.



„ten jest kimś wyjątkowym“  
versus  
„ten jest jakoś dziwny“





# Obrazy mają wymowę



- ludzie bez twarzy
- flizy, płyty chodnikowe, mury



- zamknięcie,  
obca planeta



# Listy i plany

## Plan śpiewania kolęd itd.

1. Adwent = 1. Adwent am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
Keh. Lieder und Gedichte 1947 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1948 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1949 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1950 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1951 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1952 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1953 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1954 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1955 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1956 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1957 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1958 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1959 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1960 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1961 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1962 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1963 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1964 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1965 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1966 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1967 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1968 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1969 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1970 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1971 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1972 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1973 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1974 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1975 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1976 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1977 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1978 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1979 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1980 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1981 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1982 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1983 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1984 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1985 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1986 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1987 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1988 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1989 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1990 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1991 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1992 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1993 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1994 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1995 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1996 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1997 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1998 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
1999 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2000 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2001 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2002 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2003 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2004 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2005 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2006 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2007 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2008 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2009 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2010 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2011 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2012 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2013 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2014 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2015 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein  
2016 am 4. Advent können wir das heilige Mis. = je = mein

Inhalt:

- gestaltliche kirchliche Feiertage 04
- Auton. mit Hinterrate 1
- Fehlende Nummern 2-10
- Wenig Adressen 11
- Bilder, Fotos 12-87
- Sachen 88-89
- Kalenderübersicht 1975, Papierformate 90
- Botengebühren 91
- Fußball-Weltmeisterschaft 92-93
- Nährungen der Welt 94
- Reisenvorschriften der Ausländer 95
- Weltzeituhr 96
- Erde, Mond, und Sonne 97
- Internationale Organisation Europa-It. 9
- Jagd- und Schonzeiten 10
- Dauerkalender für die Jahre 2001-2000 102
- Inschriften 102
- Fußm., Parteien 10
- Hochaufgaben 10
- GR 10
- Auslandsjournal 10

Einige Meteorströme ✓ 1975

Name	Strombild	Datum	Dauer (in Tagen)	Zahl (auf 1000 Strome)	Rad. (auf 1000 Strome)	Rad. (auf 1000 Strome)	Rad. (auf 1000 Strome)
Lyriden	Lier	21. April	4	8	18° 04'	+33°	
Perseiden	Perseus	11. August	2,5	70	3° 00'	+57°	
Orioniden	Orion	13. Oktober	1,4	20	6° 09'	+15°	
Leoniden	Löwe	15. November	7	20	10° 20'	+22°	

15 veränderliche Sterne

Strombild	RA	D	Stärke	Typ	
Andromeda	0 <sup>h</sup> 21 <sup>m</sup>	+38,3°	6,7	14,3	L
Canis major	0 <sup>h</sup> 53 <sup>m</sup>	+60,5°	1,6	3,0	U
W. Krebs	2 <sup>h</sup> 47 <sup>m</sup>	-3,2°	3,8	3,3	L
Dreieck	2 <sup>h</sup> 34 <sup>m</sup>	+34,0°	6,3	11,6	L
Canis minor	2 <sup>h</sup> 44 <sup>m</sup>	+69,4°	6,4	7,8	B
Perseus	3 <sup>h</sup> 05 <sup>m</sup>	+40,6°	2,2	3,5	B
Löwe	9 <sup>h</sup> 45 <sup>m</sup>	+11,7°	5,5	10,0	L
Jungfrau	12 <sup>h</sup> 36 <sup>m</sup>	+7,3°	8,3	12,9	L
W. Krebs	15 <sup>h</sup> 46 <sup>m</sup>	+28,3°	5,8	13,8	U
Lier	18 <sup>h</sup> 48 <sup>m</sup>	+33,3°	3,4	4,3	B
Skorpion	19 <sup>h</sup> 49 <sup>m</sup>	+32,8°	5,4	13,3	L
Stier	19 <sup>h</sup> 50 <sup>m</sup>	+0,9°	3,7	4,4	P
Cepheus	21 <sup>h</sup> 03 <sup>m</sup>	+68,3°	5,8	10,5	L
Cepheus	21 <sup>h</sup> 42 <sup>m</sup>	+58,15°	3,6	5,1	H
Cepheus	22 <sup>h</sup> 17 <sup>m</sup>	+58,2°	3,8	4,6	P

B = Bedeckungsveränderlicher.  
H = Halbregelmäßig veränderlich.  
L = Langperiodisch veränderlich.  
P = Pulsierend veränderlich.  
U = ~~Un~~ Unregelmäßig veränderlich.



# Stereotypowe zajęcia i rytuały



- Szkoły przyjazne autystom
  - mają miejsce na nieszkodliwe rytuały
  - akceptują „osobliwe zwyczaje“
  - „nie wrzucają wszystkich do jednego worka“
  - nie karzą na zasadzie „polewaczki“
  - są wrażliwe, nie są samowolne
  - przy sporadycznych trudnościach nie używają zabójczych zwrotów w rodzaju „...w takim razie to dziecko nie powinno być w tej szkole!“
  - uwzględniają również indywidualne przypadki
  - Mają na uwadze celowość przepisu
  - nie obstają przy zasadach, które w danym kontekście są szkodliwe
  - w odstępstwie od normy nie dopatrują się od razu zaburzenia, lecz czegoś wyjątkowego

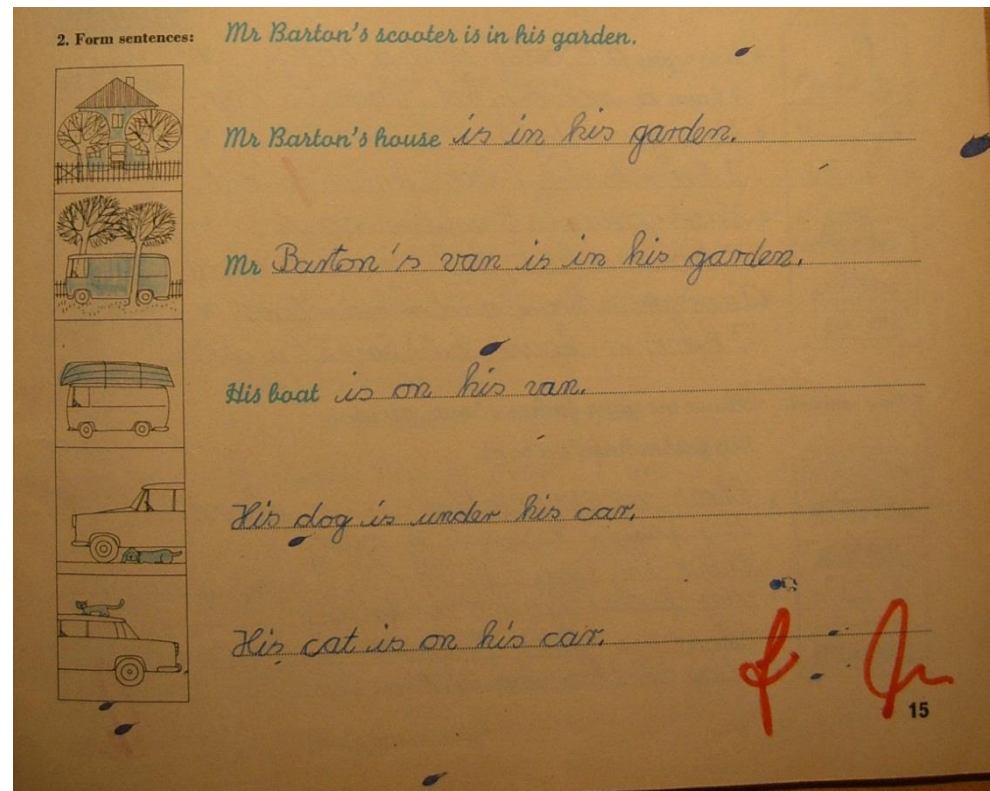




# Skostniałe „W porządku”

## Szkoły przyjazne autystom

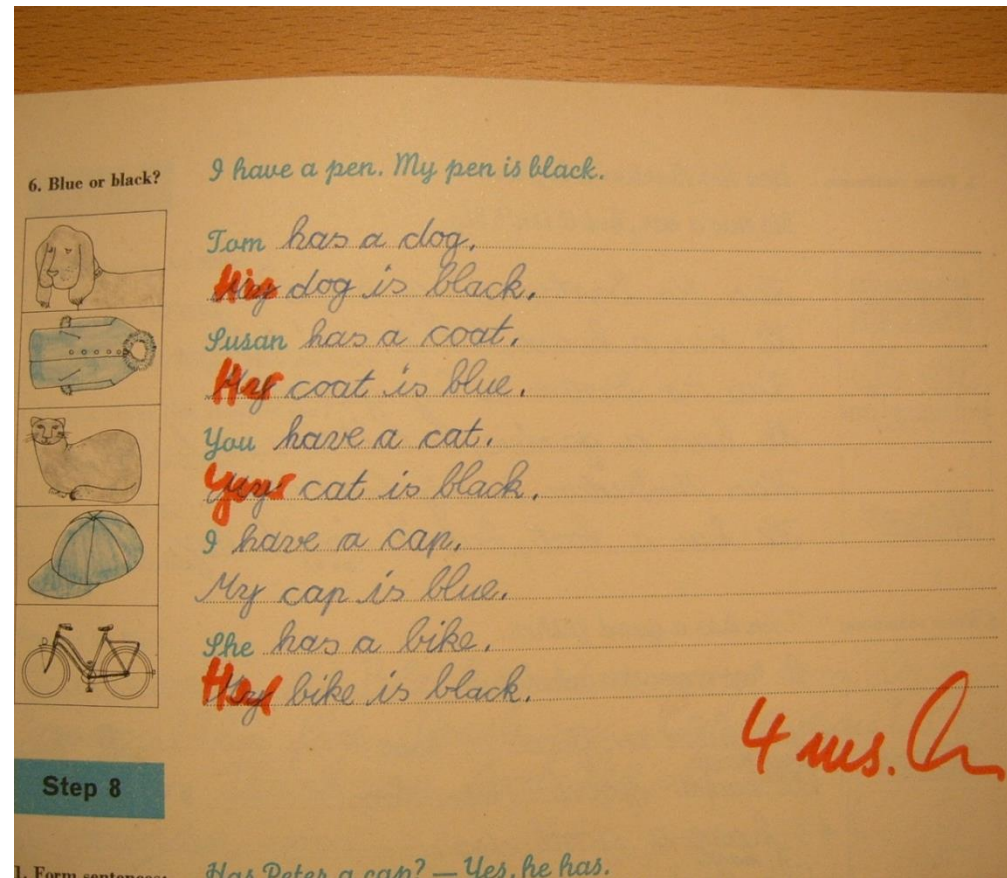
- komunikują się w zrozumiały sposób
  - Nie mówią „ogródkami“
- sprawdzają, czy przesłanie naprawdę zostało zrozumiane
  - Przede wszystkim przy wyrażeniach
- dlatego z ostrożnością stosują wypowiedzi bezpośrednie i idiomy
- dokładnie obserwują uczniów również w trakcie przerw
- nie mieszają spraw, które nie mają związku
- Pozwalają uczniom zdobywać pewność siebie dzięki ich mocnym stronom
- wspomagają uczniów również w ich słabych stronach





# Kolidujące ze sobą punkty widzenia

- Szkoły przyjazne autystom
  - przyznają się do niejasnego sformułowania poleceń
  - nie sprawdzają osiągnięcia celu nauczania według schematu F
  - poprawiają, ale są otwarte na nieporozumienia i poprawianie ocen
  - przyznają się do błędnych ocen, co wzbudza zaufanie
  - stosownie oceniają błędy
    - „Jeśli w ogóle, to był to tylko JEDEN błąd“
- przy oczywistych błędach obowiązuje zasada: jeśli nauczyciel nie przyzna się do błędu, nie mogą go już traktować poważnie, on stracił swój autorytet

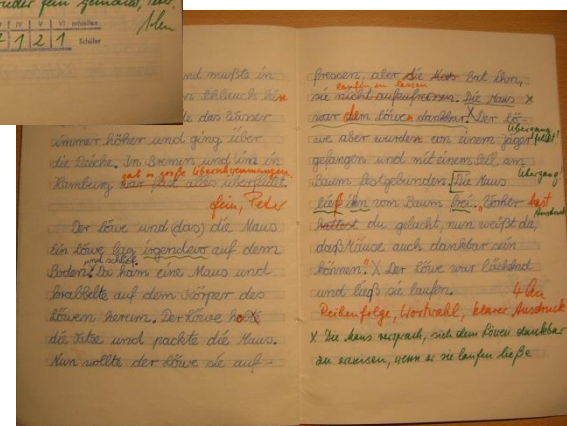
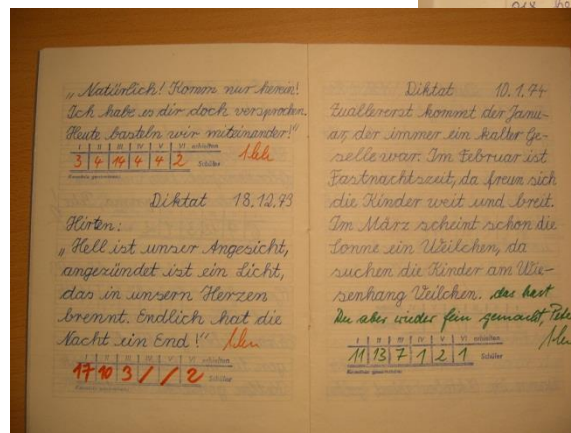
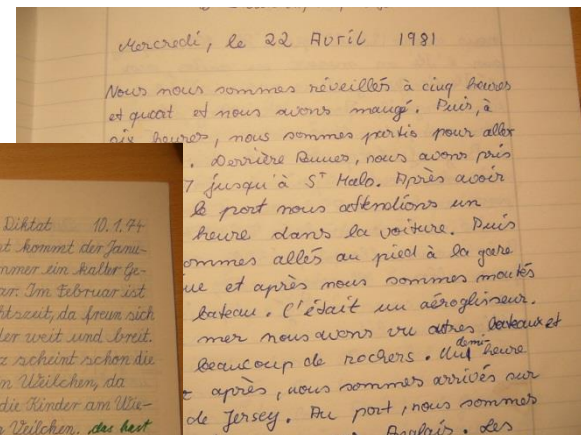




# Skutki różnorodnego postrzegania



- Wypracowanie o wycieczce klasowej
  - Sprawozdanie nt. mijanych tras i ulic
- Opowiadanie
  - To nie jest opowiedziana historia...
- Historia obrazkowa gdy krew czerwona jak Nauczyciel popłynęła z duszy
  - Jakob i dziupla dzięcioła
- „Musisz się bardziej przez to przegryźć“
  - Zwroty i wyrażenia





# Edukacja włączająca kontra konkurujące nakazy

- Regulamin
- Ocenianie
  - Oceny ustne
  - Oceny pisemne
  - Czy ocena powinna być opinią nt. umiejętności merytorycznych, czy też dotyczyć umiejętności stosowania metody?
- Równe traktowanie kontra wsparcie indywidualne
- Programy nauczania, dydaktyka, metody nauczania
  - Każde dziecko uczy się w swoim własnym tempie i na swój własny sposób (słuchanie, widzenie, ...)
  - A z drugiej strony: wszystkie dzieci powinny być na tym samym poziomie i uczyć się materiału w ten sam sposób

Charakterystyka ucznia/ charakter nie stracił swojego merytorycznego znaczenia.

Drogi do celu nauczania nie mogą być z góry wyznaczane.

# Lekcja jest odpoczynkiem – przerwa to stres

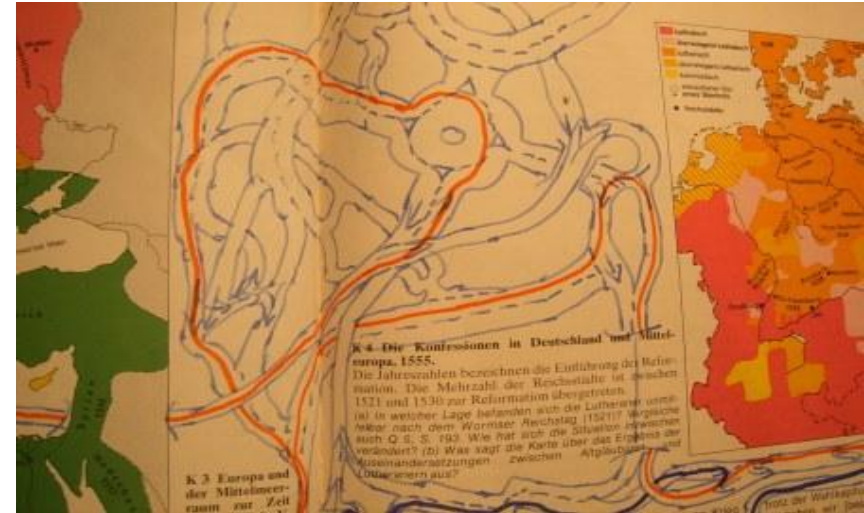


## LEKCJA JEST

- (powinna być) uporządkowana
- stosunkowo cicha

## PRZERWA JEST

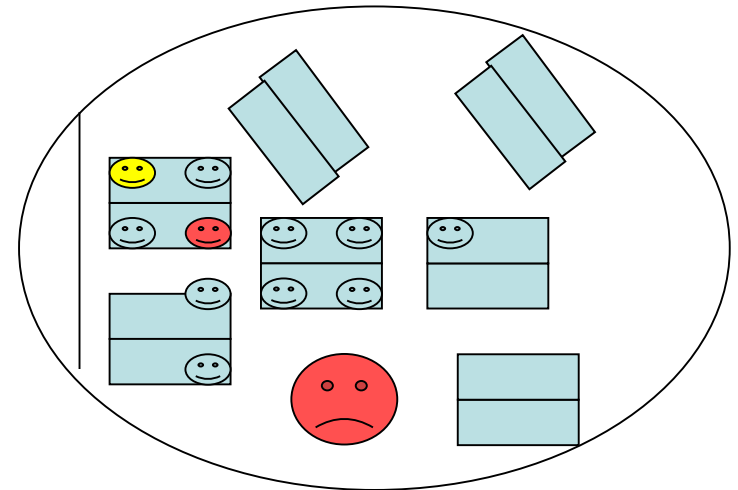
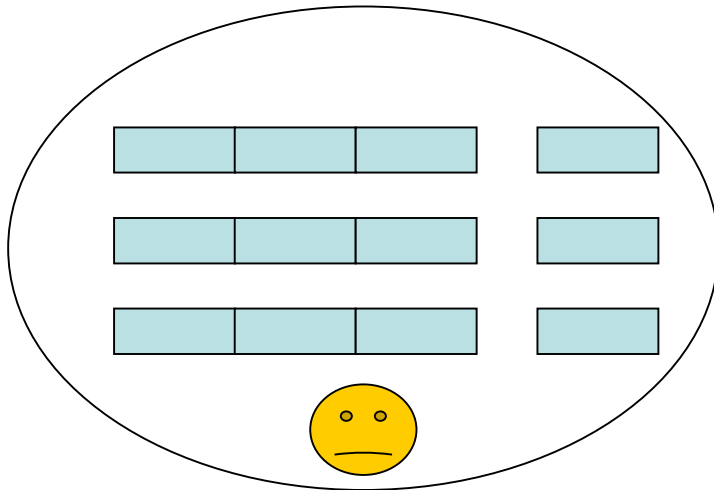
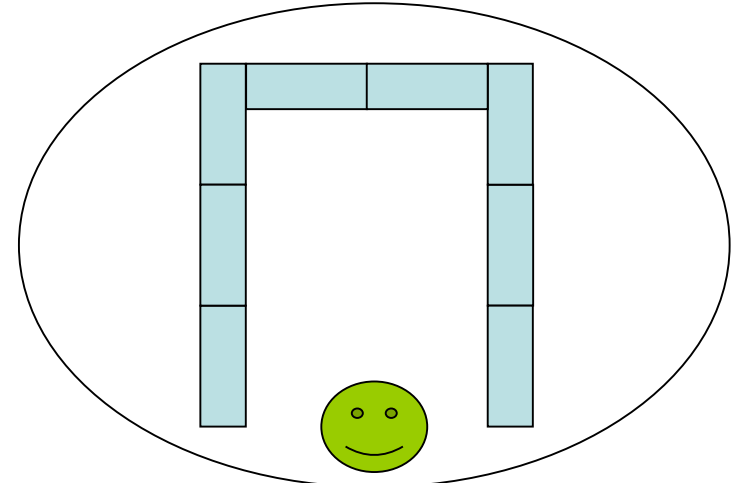
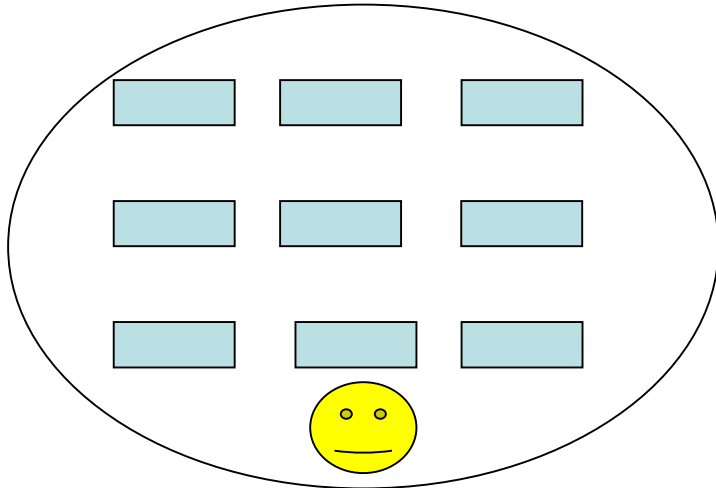
- często chaotyczna i głośna
- męcząca (to miejsce i chwila pozornie bezsensownych pogawędek)
- największą przestrzenią dla mobbingu i zastraszania



## Szukałem i znalazłem mój azyl w bibliotece

- Łatwa nauka bez dokuczliwego hałasu, czytanie, studiowanie literatury

# Lekcja – układ sali, porządek miejsc





# Lekcja - treści

- Matematyka i inne przedmioty oparte na logice (przedmioty przyrodnicze, informatyka)
  - Pokazać rozwiązania, ale nie nakazywać ich stosowania
- Język ojczysty i języki obcy / przedmioty artystyczne
  - To tutaj różnice w postrzeganiu są najbardziej widoczne
    - Nie mogą one prowadzić do zaniżania oceny
  - Lekcja języka ojczystego po angielsku i francusku jest szczególnie trudna, ponieważ JEDNA „słabość” uwidacznia się w trójnasób
    - Nie oceniać treści na podstawie interpretacji, jeśli argumentacja sama w sobie jest przekonująca, zadanie należy uznać za wykonane
- Wiedza życiowa
  - Ten przedmiot powinien istnieć, ponieważ,
  - dzięki niemu ja i wielu innych mogłoby wiele rzeczy zrozumieć o wiele wcześniej
- Sport
  - Autyści powinni uczestniczyć (ewentualnie „poza konkurencją” / bez oceny)
  - Wsparcie przy odnajdywaniu się w danej roli/ integracja w sportach zespołowych

# Lekcja - tło



- Stereotypowe zachowania, rytuały oraz inne dziwne „przyzwyczajenie” powinny respektowane, o ile nie zakłócają pracy szkoły
  - Ponieważ dają one autystom oparcie, są źródłem szczęścia.
- Należy bezwzględnie unikać przedłużania zajęć po dzwonku
  - Przyczyna dużego stresu
    - Przede wszystkim w sytuacji zakończenia zajęć w danym dniu, gdy grozi spóźnienie na autobus,
    - Przy krótkich przerwach, podczas których należy przejść do innego pomieszczenia, oprócz tego jeszcze toaleta, co powoduje, że nauczyciel musi czekać)
  - Zadania domowe, zadawane po dzwonku, mogą być przez autystów potraktowane jako zadawane w niewłaściwym czasie (ponieważ już nie było się na danej lekcji)
- Spokój i ograniczenie bodźców podczas lekcji
- Unikanie szumów, szmerów
- Klarowna struktura lekcji
- O ile to możliwa stały porządek zajmowania miejsc z ograniczoną ilością sąsiadów
  - O ile to możliwe optymalna jest podkowa, ale również układ frontalny, problematyczny jest układ wyspowy/ do pracy w grupach (a jeśli już to uczniowie siedzą plecami do ściany)
  - unikać zmian w układzie zajmowania miejsc (a jeżeli to w oparciu o klarowną strukturę)



# Regulacje wyjątkowe

- Pochopne zdania ucinające temat w sytuacjach trudnych zatruwają klimat

W otoczeniu przyjaznym dla autystów nikt nie powie od razu:

- ... to w takiej sytuacji nie powinno go tu być!
- Gdyby wszyscy tak robili, to wtedy . . .
- Do czego dojdziemy, jeśli . . .
- Tak długo dopóki się tego nie nauczysz, nie wolno ci...
  - np. dopóki nie zrobisz tych zadań nie wolno ci...
- Nie będzie dokładki! Dość!
  - nawet gdyby na dłuższą metę miało to pomóc wszystkim, a krótkookresowo wiązałyby się to z pewnym wysiłkiem
- To musi być zrobione tak, a nie inaczej!
  - Chociaż można zrobić to inaczej i to w sposób ułatwiający pracę autystom
- „Musisz“ – w każdej konfiguracji (np. .... jeszcze się dużo uczyć)



# Sport ma znaczenie

Jak żaden inny przedmiot wychowanie fizyczne sprzyja zdrowiu i tworzeniu się poczucia przynależności.

## Szkoły przyjazne autystom

- ustalają i wspierają mocne strony
- nie oceniają motorycznej niezdarności
- starają się, by sport był frajdą dla wszystkich
- uwzględniają inne podejście
- włączają zainteresowania specjalne
  - tu flagi innych państw
  - statystyki wyników
- znalezienie w drużynie pożytecznej roli, co pozytywnie wpływa na poziom akceptacji w grupie
  - np. skuteczność w obronie jako efektywny „pełny słupek”, który stoi na drodze przeciwnika albo po prostu zabiera mu piłkę
  - np. wprowadzenie do gry jako dodatkowego zawodnika w „słabej” drużynie





# Skocz wreszcie...



- Szkoły przyjazne dla autystów
  - Prowadzą konstruktywny nadzór
  - Rozpoznają i zwalczają nękanie i znęcanie się dysponując wiedzą i narzędziami strategii antymobbingowych
  - Nie robią z ofiary sprawcy, tylko dlatego, że broniła się ona w nietypowy i/ lub drastyczny sposób
  - Słuchają uważnie i wrażliwie, o tym co zaszło
  - Nie stosują odpowiedzialności zbiorowej wg zasady „Byłeś tam to jesteś winien“





# Konflikty i mobbing

Konflikt z autystą jest jak tłuszcz palący się na patelni. NIE można go ugasić/rozwiązać standardową metodą – „wodą”.

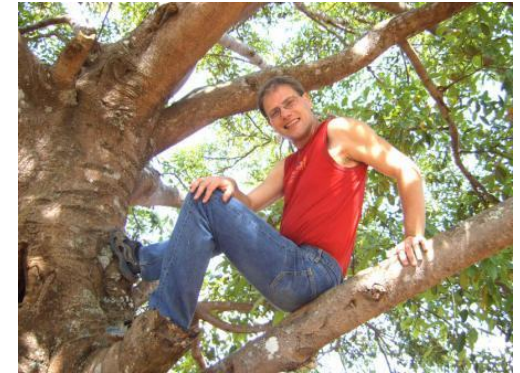
Należy uważać, by osoby stosujące mobbing nie osiągnęły swojego celu w sposób metodyczny, mobbingując tak długo, aż ofiara zostanie postawiona w pozycji sprawcy.

→ **Popchnięcie na drzewo.**

Poprzez zrozumienie dosłowne może dojść do przykrych nieporozumień.

→ „Musisz się lepiej przegryźć!”

Klasowy figiel może zostać oceniony przez autystę jako atak, ponieważ autyści mają duże problemy z dostrzeganiem żartów i ironii.



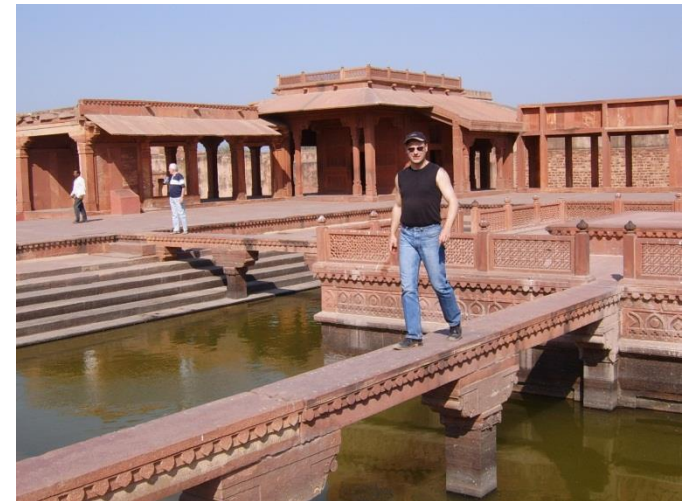


# Balansowanie na krawędzi podczas konfliktu

Konflikty już często prowadziły do przedwczesnego zniszczenia życia autysty

- ponieważ łatwowność i sprawiedliwość ukarano w sposób nieodpowiedni w tej sytuacji

- Dlaczego ja tego uniknąłem:
  - Ponieważ byłem dostatecznie inteligentny, by „uratować” sytuację
  - Ponieważ miałem osiągnięcia, ceniono mnie za co innego.



Pytać „Dlaczego”, by zrozumieć postrzeganie autysty.

Wytłumaczyć „Dlaczego”, jeśli zachowanie autysty jest nie do zaakceptowania.



# Zasady startu w życie

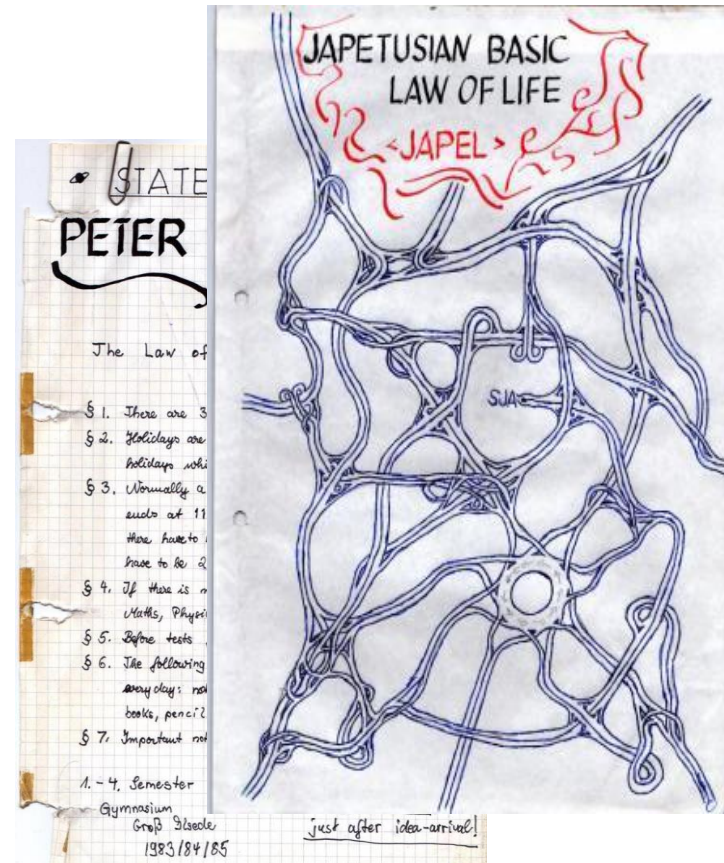
- LOSA Law of School Activities
- JAPEL Japetusian Basic Law of Life

Przykłady §§§:

- Nie zatrzymuj się zawsze przy nieważnych detalach
- Życie jest przygodą
- Bierz wszystko jak leci
- Wierz w swoje zdolności
- Skup się na tym, co najważniejsze
- Jesteś częścią społeczeństwa

## PLANOWANA ELASTYCZNOŚĆ

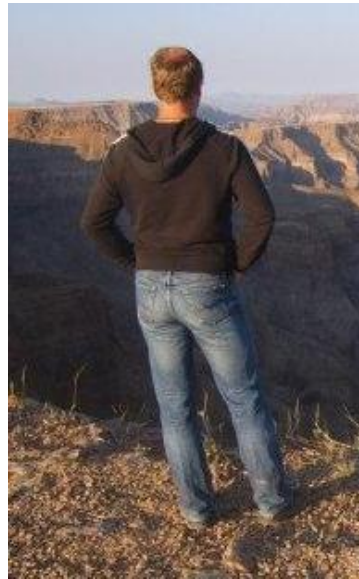
opanować przygodę za pomocą planów A,B,C,D,E,F  
oraz planu najgorszego możliwego przypadku (worst case)



# Jak ten nowy zapamiętuje kolegów



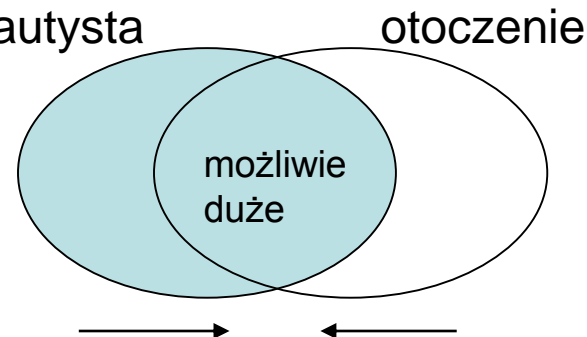
- „Pierwszymi twarzami“ ludzi mogą być np. spodnie widziane od tyłu
  - Wtedy unikam kontaktu wzrokowego i mam wyraźne
  - struktury jak szwy, kolor, fałdy... do rozpoznania
- Ten widok przedstawia pięciu różnych ludzi
  - nawet jeśli to za każdym razem ta sama osoba





# Co oznacza inkluzja w praktyce

- Z jednej strony trudno mnie zazwyczaj wtłoczyć autysta w istniejący schemat
- Z drugiej strony zawsze chciałem też przynależać, być częścią jakiejś całości



- Inkluzja oznacza akceptowanie każdego człowieka takim, jaki jest, oraz poszerzanie norm w taki sposób, by zaistniała różnorodność.
- Inkluzja nie oznacza zaś przetwarzania człowieka tak długo, aż zacznie pasować do istniejącej normy.
- Tyle integracji, ile możliwe - tyle specjalnego traktowania, ile konieczne

(z książki „Kein Anschluss unter diesem Kollegen“, s. 244.)



# Stołówka – wczoraj i dziś

- Problemy:
  - głośnie pomieszczenie z echem
  - ciągłe stanie w kolejce, bo wszyscy jedzą obiad w tym samym czasie
  - presja społeczna
  - ciągłe zmiany miejsca
  - zależność procesu jedzenia
- zlany potem w „kantynie“
- z jednej strony: społeczne miejsce na kontakty
  - Stołówka to NIE JEST miejsce na przerwę!!!!
- z drugiej: tylko jedzenie w samotności to przyjemność



W miarę możliwości chodzę dziś na obiad krótko przed końcem pracy, kiedy stołówka rzeczywiście staje się miejscem na przerwę, bo wszystkie problemy znikają



# „Nie rób takich ceregieli!“

*Co wydaje się proste, może być skomplikowane.  
Co wydaje się skomplikowane, może być proste.*

Pozornie proste prace codzienne  
mogą przeszkodzić również  
wysoce inteligentnemu autyście!

Często trudno tu rozróżnić pomiędzy  
**NIEMOCĄ** (autysty) oraz  
**NIECHEĆCIĄ** (osoby bez motywacji).





# Ile można wymagać - „Nie rób scen!“



Duży problem przy akceptacji i tolerancji dla wyjątków od reguły można scharakteryzować następująco,

rozdzielenie pomiędzy NIEMOŻNOŚCIĄ (autysty) a BRAKIEM CHĘCI (niezmotywowanego)

Pozornie proste czynności dnia codziennego mogą stanowić poważny problem również dla wysoce inteligentnego autysty!

Stopień wymagania dla poszczególnych zadań i pozostałych zachowań uzależniony jest od

„Czy jest to tylko nieładne?“ względnie „Czy to naprawdę boli?“.

- Ludzie są skłonni do tego, aby się zamykać na inne osoby. Skutkiem tego jest, niewielka akceptacja dla innych uczuć.
- Nikt nie powinien naprawdę cierpieć, ale to czy ktoś cierpi, jest subiektywną decyzją

Prawidłowa ocena tych zjawisk, jest prawdziwym wyzwaniem → wymaga dokładnej obserwacji!

# Efekt spolaryzowanego profilu zdolności

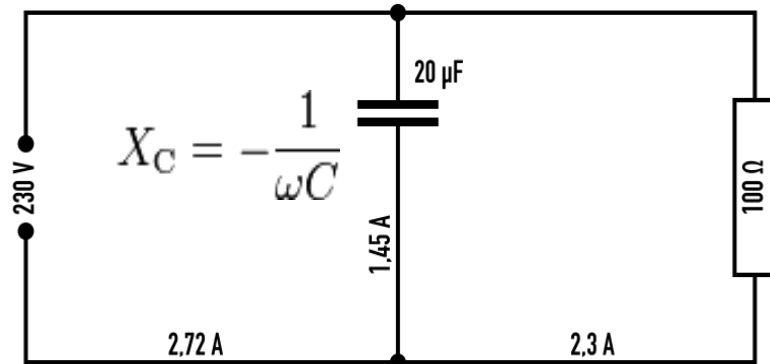


- Profesor: „Nie wiemy dokładnie, czy jest Pan/i **pojemnością** czy **opornikiem** w systemie!“
- „To zależy od częstotliwości, panie profesorze!“

• To warunki ramowe decydują o tym, jak będę postrzegany jako autysta.

- Profesor: „Dziś znów zachował Pan się jak słoń w składzie porcelany!“
- Ja: „W takim razie w MOIM składzie porcelany ludzie często zachowują się jak całe stado słońi!“

→ EMPATIA NIE JEST DROGĄ JEDNOKIERUNKOWĄ  
tak, jak niektórzy twierdzą, że ja nie odczuwam empatii,  
tak inni nie odczuwają empatii wobec mnie





# Stres wynikający z nadmiaru bodźców

- mimo że na studiach zawsze zdobywałem wszystkie zaliczenia
  - tachykardia, stres przed salą wykładową, myśli o przerwaniu studiów
- spokój = obojętność
  - wezwania do większego spokoju są przyjmowane jako obojętność
- wychowanie komórkowe
  - Ta rzecz jest świetna dla każdego kierownika projektu czy menedżera systemu, by zewsząd telefonować wszędzie
  - Ta rzecz jest nieudanym wynalazkiem, jeśli ktoś oczekuje, że będzie się teraz wszędzie i zawsze osiągalnym
- Ciągłe przerwy / zakłócenia w płynności pracy utrudniają na dłuższą metę efektywność i klimat w pracy
- Imputowany brak zainteresowania z powodu niepozdrowienia kogoś w stołówce po wewnętrznej rozmowie kwalifikacyjnej przeszkodził w zatrudnieniu / rozwój kariery



# Seminaria z umiejętności miękkich



- W trakcie / po studiach / w nauce
  - były tylko umowy na czas określony a tym samym brak długofalowego zainteresowania pracodawcy, bym rozwijał się jako człowiek
- Przystąpienie do studenckiego związku muzycznego
  - Motto na czapkach: WSZYSTKO POD KONTROLĄ ?!
- Dopiero, kiedy uzyskałem pierwszą pracę na czas nieokreślony, otrzymałem szansę!
- **Seminaria z umiejętności lekkich** dostarczają informacji zwrotnych, które wykorzystuję do sprzężeń zwrotnych...



Bardzo wiele dały mi następujące treningi jako swego rodzaju „terapia“

- Kierownictwo i współpraca
- Jak siebie postrzegam – jak inni postrzegają mnie („nie ma takiego numeru!“)
- Dobra komunikacja to nie przypadek
- Zarządzanie konfliktami („nigdy nie gasić wodą palącego się tłuszczu“)
- Retoryka („kontakt wzrokowy u nasady nosa“)
- Sukces w zespole / zarządzanie projektami
- Strategie osiągania spokoju i wiele innych

# Niedźwiedzie przysługi i niezrozumiane gierki



- „W ten sposób wyświadczył pan sobie / panu X / działowi / niedźwiedzią przysługę“
  - czyli zrobiłem coś świetnego  
→ wezwanie, by dalej tak postępować



- Autyści nie rozpoznają, czy są CHWALENI czy KRYTYKOWANI!
  - Z jednej strony: wysyłam jasne sygnały, być może ranię tym innych, żąda się ode mnie postępowania z większym wyczuciem w postaci komunikacji pośredniej, czego jednak wcale nie potrafię stworzyć
  - Z drugiej strony: potrzebuję jasnych sygnałów, by w ogóle zrozumieć, czego się ode mnie chce a czego nie, nie dostaję ich jednak, ponieważ inni uważają, że mogliby mnie zranić (błędny wniosek innych, że jestem jak oni)

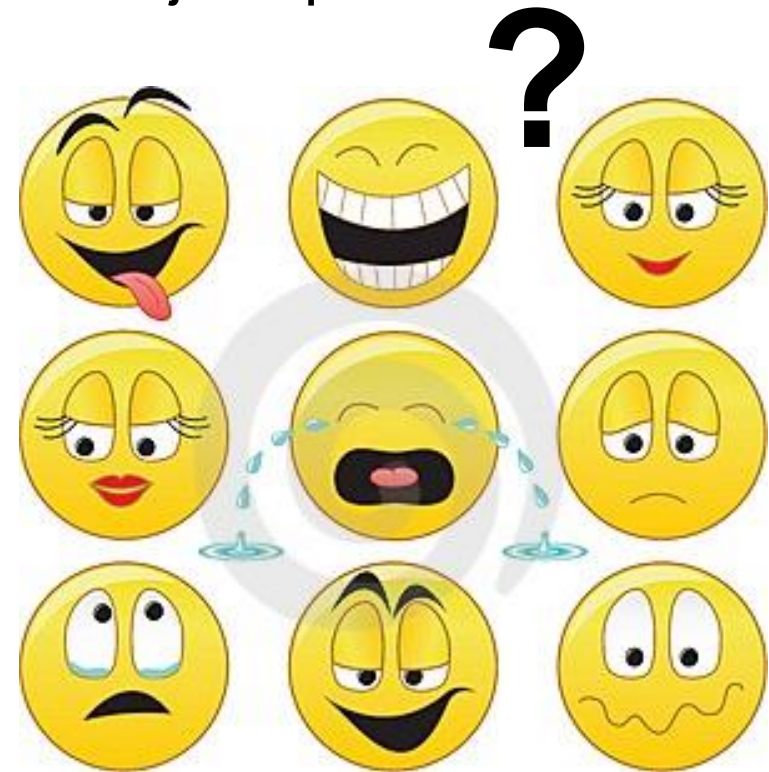
**Wniosek: potrzeba jasnej komunikacji bezpośredniej**

# Komunikacja

## Jednoznaczna komunikacja werbalna jako podstawa

Ukryte przekazy często nie są rozpoznawane, w związku z czym odnoszące się do nich oczekiwania co do zachowania pozostają niespełnione

Należy liczyć się z tym, że w najlepszej wierze wyśle niemiłe (również dla innych), ale sprawdzalne prawdy w formie nieopakowanej.



- Wyzrozumiali koledzy (klienci, szefowie, współpracownicy)
  - Akceptacja, a przynajmniej tolerancja pewnych zachowań oraz ewentualnie „przywileje“



# Co mi pomaga i czego potrzebuję, żeby coś osiągnąć

- z jednej strony jasne polecenia i stałe struktury (wyznaczanie celów)
- z drugiej strony swobodę w realizacji (wskazywanie, ale nigdy nakazywanie dróg)
- Albo swobodna organizacja czasu w miejscu pracy, albo zawsze te same, narzucone godziny,
  - abym mógł planować,
  - mieć wszystko pod kontrolą i
  - miał swobodę do rozwiązania właściwych zadań
- praca z jak najmniejszą ilością kontaktu, bez zakłóceń



# Miejsce pracy przyjazne autyście

co szefowie i koledzy koniecznie powinni wiedzieć



- wyraźne odgraniczanie zadań
- w przypadku niewyraźnych zadań należy liczyć się z nietypowymi rozwiązaniami, których nie wolno później krytykować.
- spokój, brak bodźców i możliwości odwrotu
  - nie byłbym zdolny do pracy w wielkim biurze / w hali
  - brak innych nagłych lub ciągłych źródeł hałasu
  - indywidualne biuro to rozwiązanie dla autystów akademickich
- brak ciągłego dzwonka telefonu, który wytrąca mnie z „toku”
- użycie poczty elektronicznej, kiedy chodzi o informacje/zlecenia
- zadania muszą być do samodzielnego (możliwie szybkiego) opracowania, bez konieczności ciągłego dopytywania się u innych
- przy zaplanowanych zmianach należy zawczasu dać autyście szansę, by mógł się na nie odpowiednio nastawić, poprzez
  - odpowiednio wczesną informację
  - lub aktywne zaangażowanie w organizację zmian









# Sam, ale nie samotny

W pewnym sensie jestem jak kaktus.

- Odosobniony, kolczasty, dziwaczny, niepowtarzalna roślina ze szczególnym kwieciem
- Potrzebuję wyjątkowo dużo tego, czego inni potrzebują niewiele: SŁOŃCA (spokoju)
- Potrzebuję mało tego, czego inni potrzebują dużo: WODY (społeczeństwa)

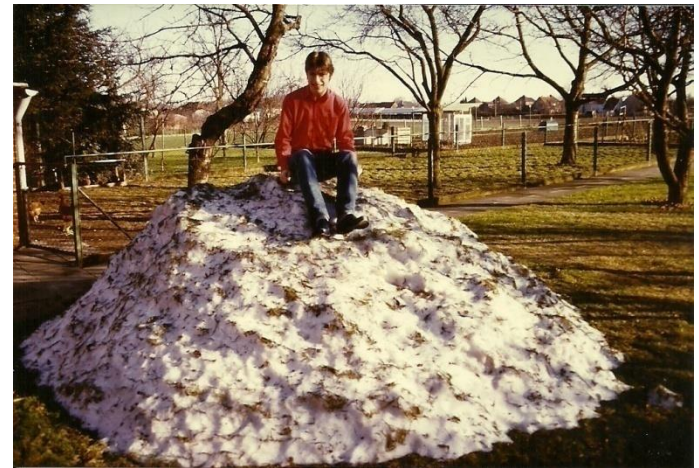


# Dojrzewanie



1982

- Nie miało miejsca społecznie, a jedynie cieleśnie (porost włosów itp.)
- Zainteresowania rówieśników różnią się zawsze silnie od własnych
- **Brak** zainteresowania płcią przeciwną
- Dynamika grupy, hałas dyskoteki, chodzenie ze sobą, wszystkiego tego brakuje
- Problemy z dotykiem (np. trudne jest dotykanie włochatych powierzchni)





# Rozważenie

## zalet związku

- Wspólne przeżywanie
- Ludzkie ciepło i życie domowe, brak samotności
- Rodzina z dziećmi
- Skupienie się na własnych siłach poprzez kompensację słabych stron przez partnera
- Podział obowiązków
- Poszerzenie horyzontów / impulsy
- Wsparcie ze strony partnera
- Doznania seksualne

## zalet samotności

- Wszystko pozostaje pod własną kontrolą
- Możliwość planowania
- Nie trzeba uwzględniać potrzeb innych ludzi
- Spokój w mieszkaniu
- Brak konfliktów
- Mogę robić, co chcę
- Nie ma perfekcyjnego partnera



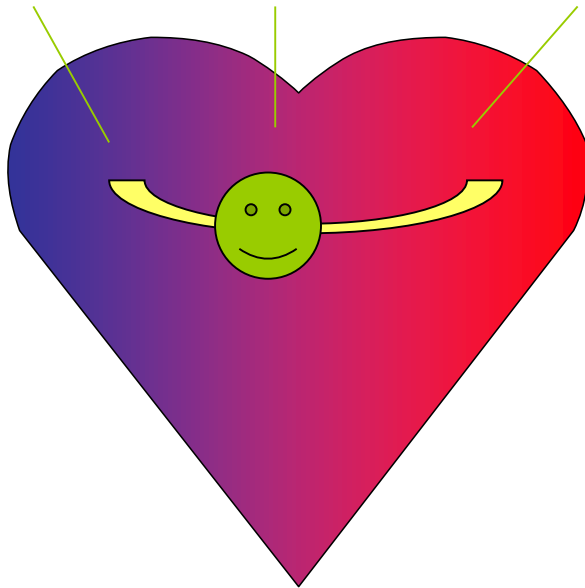
# Plan



Własna rodzina z domem,  
podwórkiem i ogrodem



homo-                      bi-                      heteroseksualny

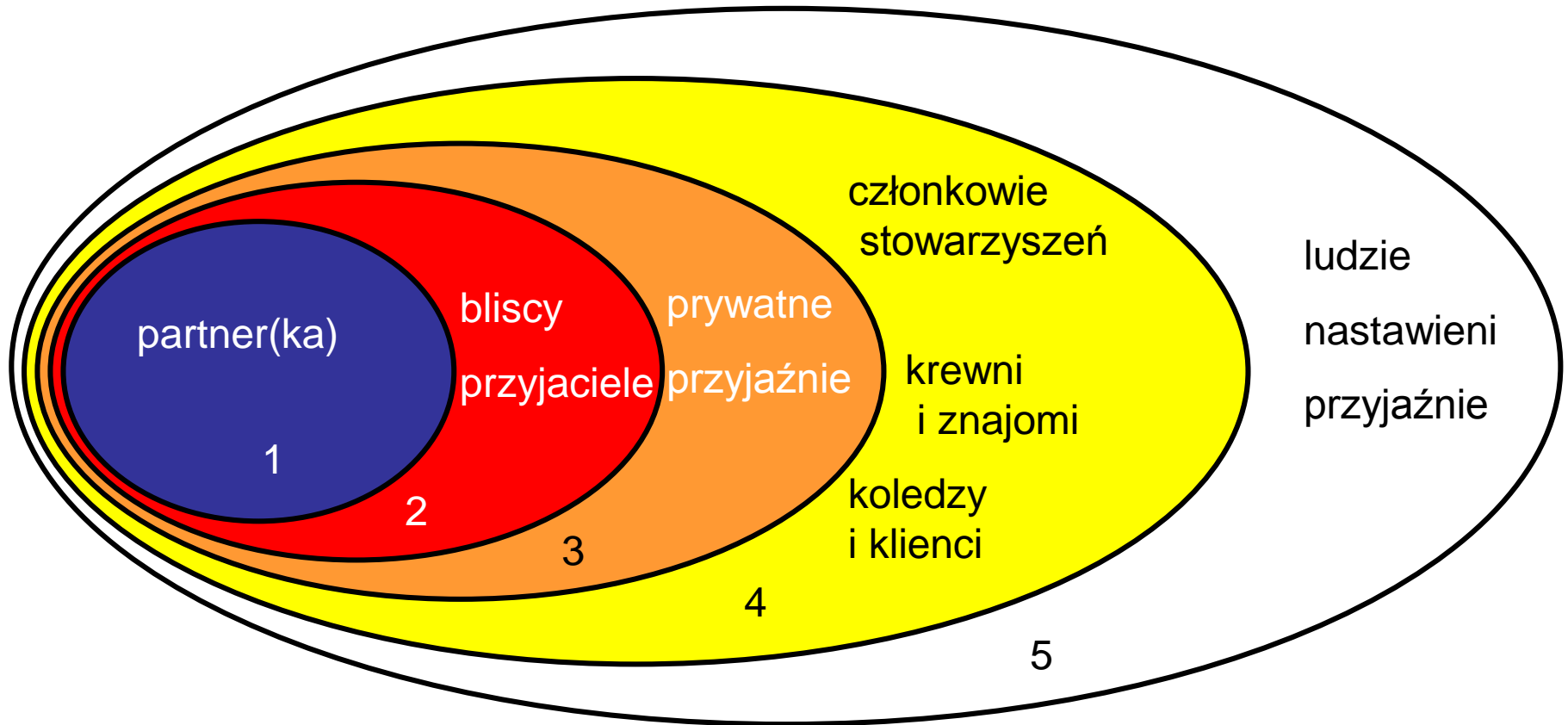


Podstawa:

**„Jestem heteroseksualny“**



# Model przyjaciół



Z: „Kaktus na walentynki“, s. 26, „Kometa przyjaciół“



# Drogi racjonalne i emocjonalne

Tak wyobrażałem sobie drogę do partnerki:

Emocjonalna autostrada – nigdy jej nie znalazłem.



Zamiast tego męczyłem się na serpentynach.

W jakiś sposób inni zawsze szybciej byli u celu. Oni używali tunelu, który dla mnie był zamknięty.



# Poradnik flirtowania z Prus Wschodnich

- Lista kontrolna: Co jest dla mnie ważne?
- Osoba zaufania: Kto mi pomaga?
- Filmy o miłości: Jak się to robi?
- Taniec: Co robimy wspólnie?
- Przygotowanie:
  - kurs retoryki
  - zajęcia aktorskie
  - seminaria z umiejętności miękkich







# Wizyta u dentysty z następstwami

- u dentysty
- głupkowaty uśmiech
- pani wynajmująca przekazuje dane kontaktowe z własnej inicjatywy
- I randka: rozpoznanie dzięki braku możliwości pomyłki
- Strategia: **podarować wspomnienia!**
  - wycieczki, zachody słońca, romantyzm doświadczany
  - Ma pomóc w sytuacji, kiedy z frustracji znów coś zepsuję albo wręcz dostanę ataku złości, jeśli coś pójdzie inaczej niż zwykle, niezgodnie z planem





# Test

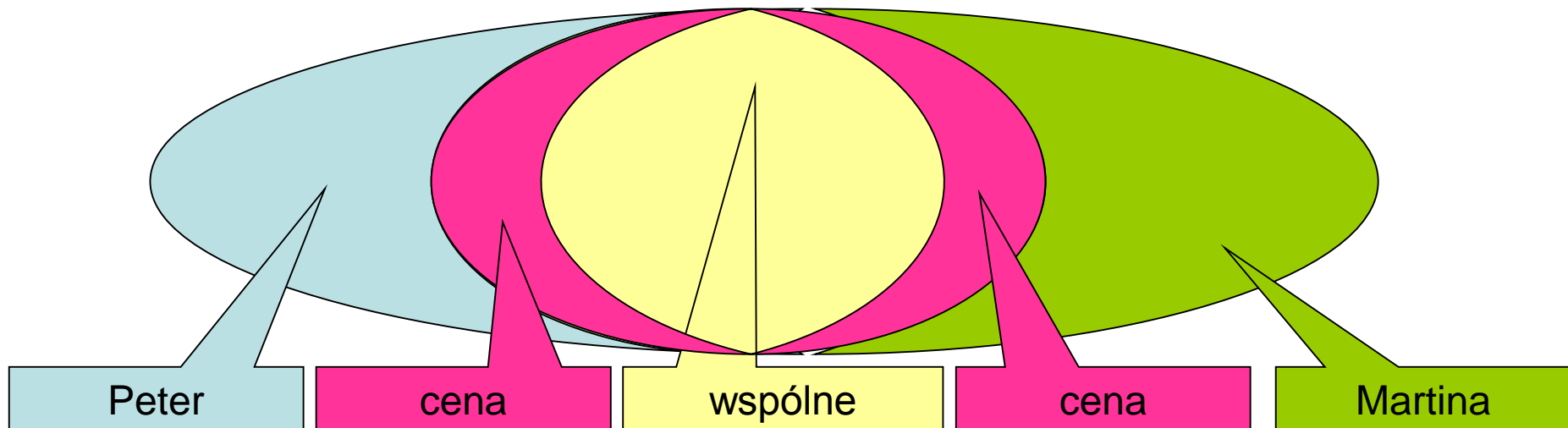
- **Test taneczny** – Jak dobrze potrafi ze mną tańczyć?
- **Test samolotowy** – Jak dobrze znosi lot?
- **Test wytrzymałościowy** – Jak daleko pojedzie rowerem?
- **Test świecidełek** – Jak zachowuje się przed oknem wystawowym jubilera?
- **Test wymagań** – Jak radzi sobie w prymitywnych warunkach, z niższym poziomem higieny, ograniczoną ilością żywności? (podróż)
- **Test przystosowania do tropików** – Jak poradzi sobie w podróży do Tajlandii?
- **Test charakteru** – Jak zachowa się, kiedy wyjdę z siebie? Czy jest cierpliwa? Czy jest czuła? Czy liczy się dla niej również inne zdanie niż własne?



# Cena kompromisu

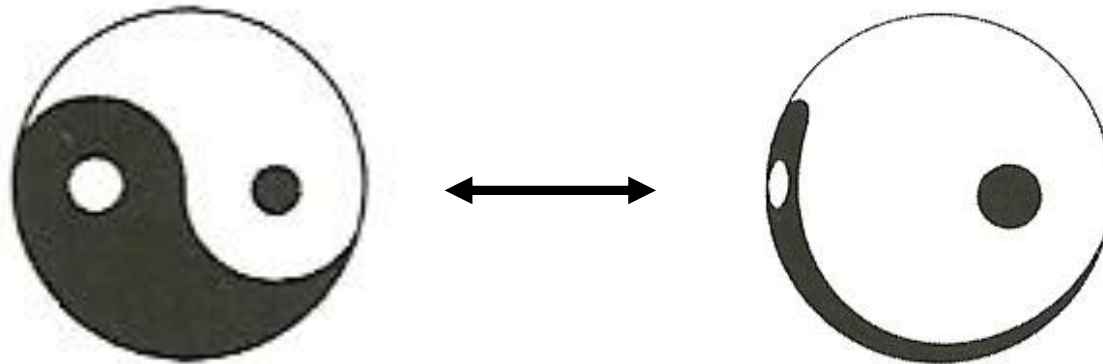
## ...uzyskał/a 12 z 15 punktów

- w subiektywnej percepcji wysiłek adaptacyjny obu stron jest taki sam
- konkretny proces adaptacyjny jest dla autysty znacznie bardziej wymagający niż dla partnera i odbija się na jego potencjale
- należy dążyć do rozdzielenia różnych potrzeb
- ważne jest, czy diagnoza była znana wcześniej, czy nie
  - tylko jedno określenie na coś, co i tak stało się jasne





# Pozorna dysproporcja dostosowywania się do siebie



Jasne kompetencje:

- zarabianie pieniędzy
- planowanie podróży
- wypracowywanie strategii

Peter

- gospodarstwo domowe itd.
- dzieci
- wprowadzanie detali w życie

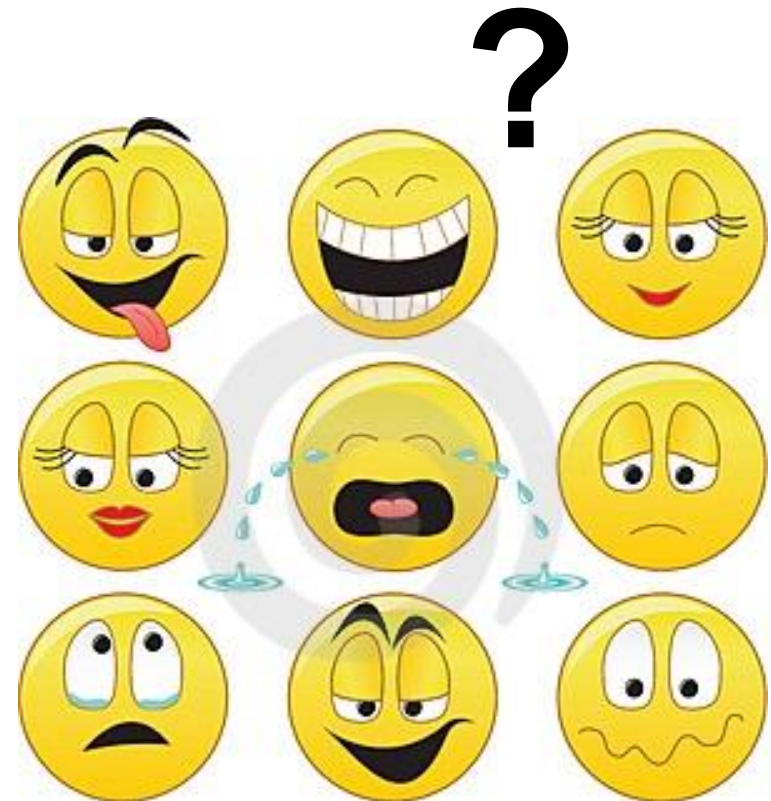
Martina

# Komunikowanie emocji

## Jednoznaczna komunikacja werbalna jako podstawa partnerstwa

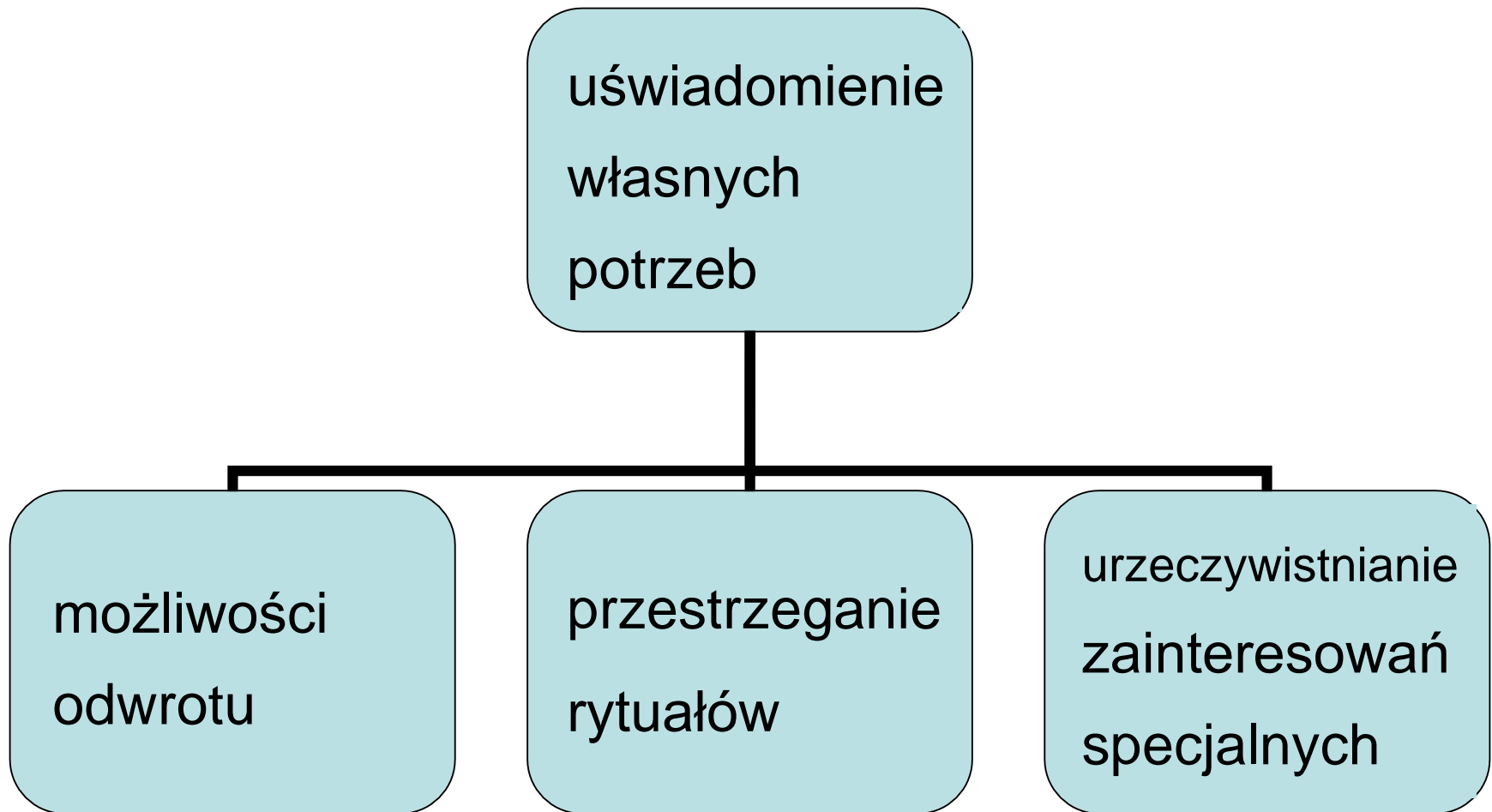
Liczy się wyłącznie słowo mówione: regularnie wyrażać werbalnie emocje i życzenia

Moja żona nie może oczekiwać, że wyczytam jej życzenia z oczu. Dąsanie się jest bezużyteczne.





# Jak to ze mną zadziała

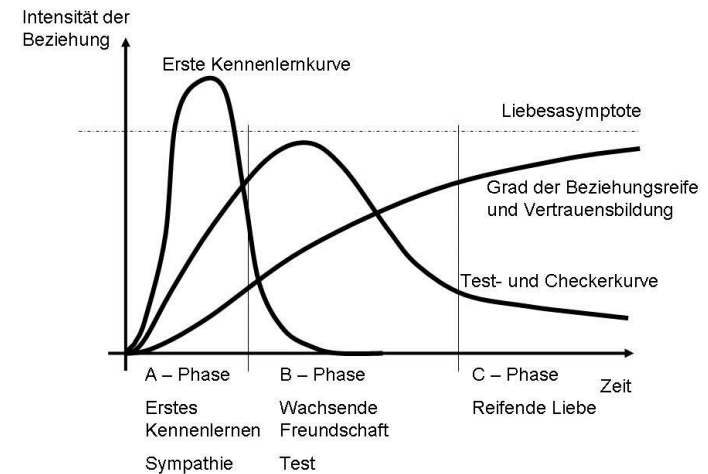




# Miłość jest jak żar kominka

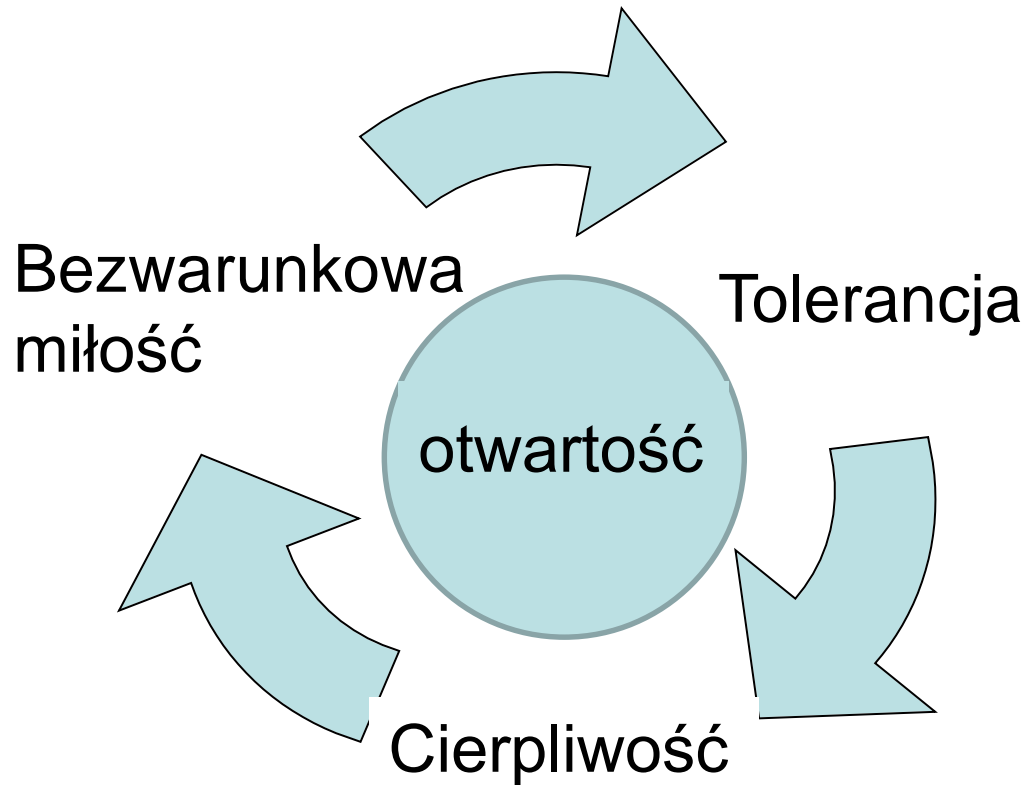
- Wspólne przedsięwzięcia
- Regularnie małe dotknięcia
- Drobne dźwięki (= „tu jestem“)
- Słuchanie siebie nawzajem
- Przytulanie się na sofie / w łóżku
- Trzymanie się za ręce
- Pocałunki / objęcia
- Spoglądanie głęboko w oczy (u nas niestety niemożliwe)
- Namiętne przeżycia seksualne **nie** są ważne!

→ **Zaufanie**





# Warunki wstępne partnera



**Akceptacja stanu rzeczy stanowi podstawę dla zmian**



# Bezwarunkowa miłość w praktyce



Moja żona nie próbuje mnie zmieniać! Jednak regularnie wyraża swoje życzenia.

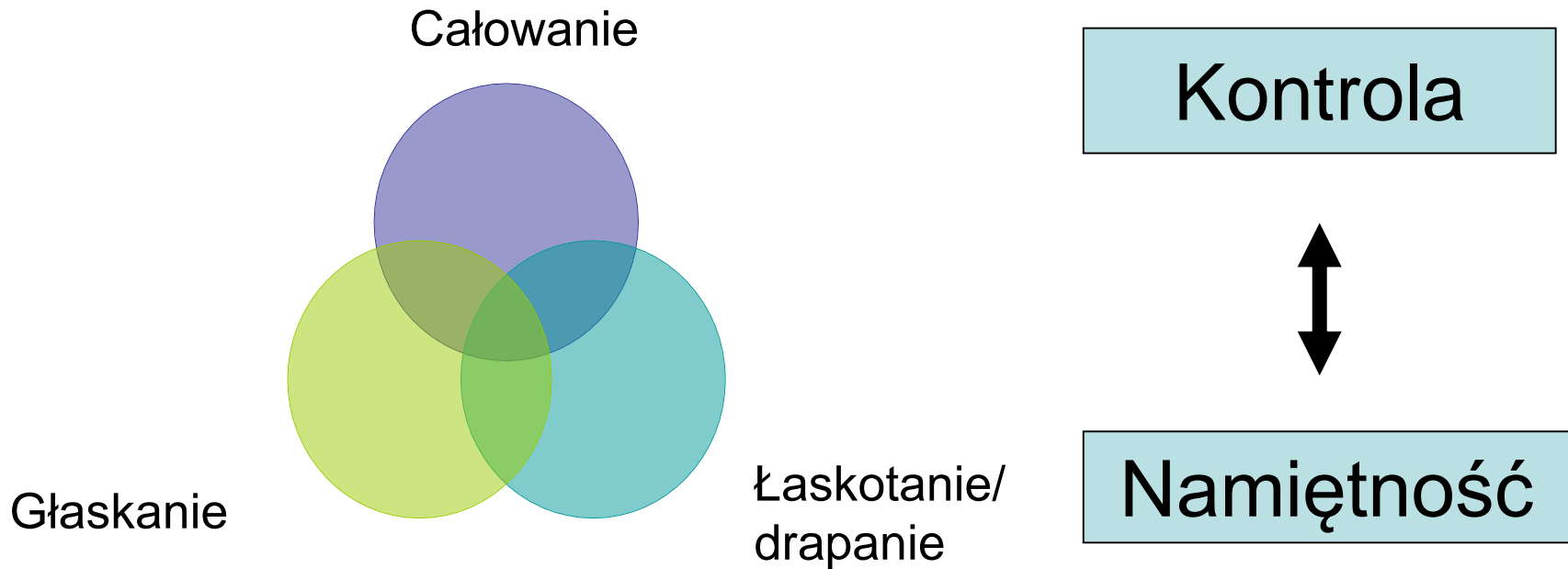
Tolerowanie niezręczności: nie obstawać przy konwenansach. Nie mówić: „tak się nie robi” w sytuacjach, które nie przeszkadzają. Nie mówić: „co ludzie pomyślą”?

Obie strony próbują nie oceniać i nie przenosić na partnera własnych systemów wartości.





# Kontakt fizyczny





# Autyzm i Seksualność

## Droga do seksu z partnerem

- Wymaga sprostania takiemu wyzwaniu:





# Autyzm i Seksualność

## Od „tylko z sobą” do „razem z kimś”

- Z jednej strony – **NAJLEPIEJ JEST TYLKO Z SOBĄ**
  - Własne fantazje muszą być podtrzymane
    - Gwarantem tego jest masturbacja
  - Częścią gry muszą być własne potrzeby
- Z drugiej strony – **RAZEM Z KIMŚ JEST JESZCZE LEPIEJ**
  - Tylko partner jest w stanie doprowadzić do „seksualnej eksplozji” – pełnej seksualnej satysfakcji
  - Partner może jednak nie działać w sposób, który pozwala na podtrzymanie własnych fantazji
- Wyzwaniem jest połączenie/pogodzenie
  - Własnych autystycznych doznań i „wyzwalaczy” w wyobraźni
  - Z ruchami i pragnieniami partnera
  - A wszystko to bez intuicyjnej, emocjonalnej komunikacji
  - Bez werbalnych komunikatów, które mogą zakłócać jakiegokolwiek działanie





# Autyzm i Seksualność

## Wpływ komunikacji

- Pamiętaj o problemie basenów
  - Brak niewerbalnej komunikacji uczuć
- Niezdolność do odwzajemnionej interpretacji mimiki twarzy
- Nieodbieranie emocji wysyłanych przez partnera
  - Z powodu nieumiejętności interpretowania jego mimiki
- Nieodbieranie własnych emocji przez partnera
  - Ponieważ moje komunikaty są nieczytelne dla partnera
- Brak możliwości wykonywania spontanicznych ruchów
  - Pamiętaj o awersji do nieoczekiwanego dotyku



### **WNIOSKI:**

- Bezpośrednie reagowanie nie jest możliwe
- Niemożliwość pojawienia się emocjonalnego oddźwięku na uczucia partnera

# Autyzm i Seksualność

## Rola komunikacji



- Nie występuje seksualne oddziaływanie oparte na niewerbalnej komunikacji emocji – żadnego „kiedy patrzę w twoje oczy, to czuję...”
- Brak umiejętności rozpoznawania stanu zaawansowania relacji
  - Nietostrzeganie różnych odcieni modelu komunikacji
- Skutkuje niemożnością czerpania przyjemności z pełnego stosunku seksualnego
- Seks musi być zaplanowany (autystyczny punkt widzenia w celu uniknięcia paniki)  
ALE
- Seks nie może być zaplanowany (nieautystyczny punkt widzenia – dla pełnego cieszenia się uczuciami)
- REZULTAT: seks przez planowanie nieplanowalnego.





# Autyzm i Seksualność

## Seks zaplanowany

Problem: emocji nie da się zaplanować

- Tak jak osoba autystyczna nie rozpoznaje odczuć (lubię to/nie lubię tego), które niosą ze sobą określone ruchy
- Tak i partner nie wie czego się od niego oczekuje/co jest podniecające, a co sprawia ból lub jest uznawane za niedopuszczalne
- Wzajemna stymulacja nie jest możliwa
- Seksualne upodobania i potrzeby muszą zostać zaspokojone przez partnera przy zastosowaniu racjonalnego podejścia
- Automatycznie oznacza to ograniczenie seksualnej mocy związku

**DLA OBU PARTNERÓW**

- Niektóre ruchy mogą zabijać podniecenie seksualne





# Autyzm i Seksualność

## Autoerotyzm

- Specjalne potrzeby i upodobania seksualne
- Masturbacja
- ZASMAS – zasady masturbacji
- Brak stymulacji zewnętrznej – niekompletna satysfakcja erotyczna
- Stymulacja zewnętrzna jest zatem ryzykowna







# Autyzm i Seksualność

## Sprzeczność odczuć

- Przyjemność i odraza blisko siebie
- Cienka granica pomiędzy tym co przyjemne, a tym co może odrzucać (ang. „Shit near the hit“)
- Z jednej strony
  - Wstręt wobec wydzielających substancje otworów i organów ciała (wrażliwość postrzegania?)
- Z drugiej strony
  - Przyjemność i poczucie pobudzenia wywołane oglądaniem stymulujących obiektów bądź ciał





# Autyzm i Seksualność

## Ranking seksualnych preferencji

- Na podstawie empirycznych obserwacji w środowisku osób działających na rzecz bezpośredniego występowania we własnym imieniu (ang. self-advocacy) przez osoby autystyczne
  - uwzględniając jedynie osoby, które w moim mniemaniu są autystyczne zgodnie z uznaną definicją
- Autoerotyzm
  - Ponieważ osoba autystyczna może w pełny i kompletny sposób przeżywać swoje uczucia, upodobania i wyobrażenia bez zewnętrznych zakłóceń
  - Brakujący element: partner dla dopełnienia stymulacji
- Homoseksualizm
  - Ponieważ osoba autystyczna jest w stanie zrozumieć stymulacje (to co pobudza) i uczucia osób tej samej płci
- Biseksualizm
  - Ponieważ zawiera elementy powyższego i poniższego
- Heteroseksualizm
  - Naturalnym pragnieniom na przeszkodzie staje brak zrozumienia dla uczuć partnera odmiennej płci





# Autyzm i Seksualność

## Preferencje seksualne – jak to robić

- Osoby autystyczne mają takie same potrzeby seksualne jak osoby nieautystyczne
  - I dysponują takim samym wachlarzem środków, żeby je zaspokoić
- Niemniej
  - ich podejście jest inne,
  - stoją przed nimi wyzwania, które można pokonać stosując różne strategie,
  - nacisk na „jak?” jest inny.
- Mechaniczny seks z partnerem
- Seks raczej racjonalny niż emocjonalny
- Seks z osobą tej samej płci powszechniejszy niż z osobą odmiennej płci
- Seks z przedmiotami / fantazje seksualne dotyczące przedmiotów wydają się być powszechniejsze niż seks z drugim człowiekiem
  - Przedmioty zawsze zachowują się w ten sam sposób
  - Przedmioty są przewidywalne
  - Przedmioty można zobaczyć i poczuć: majtki, buty, przedmioty zaprojektowane specjalnie do seksualnej stymulacji,





# Autyzm i Seksualność

## Seks z partnerem

### STOSUNEK HOMOSEKSUALNY

- Kompromis pomiędzy autoerotyzmem i związkiem osób o odmiernej płci
- Seksualność osoby tej samej płci jest bliższa
- Przeżycia cielesne i upodobania są podobne

### STOSUNEK HETEROSEKSUALNY

- Naturalne podejście, często jednak utrudnione z powodu autyzmu

### WYZWANIE

- Sprawić, żeby to co erotyczne dawało satysfakcję
- Długotrwałe i silne związki





# Role nieautystycznych partnerów

Przyjaciół/przyjaciółka

Partner seksualny

Terapeuta/doradca

Kompensator słabości

Katalizator/bufor

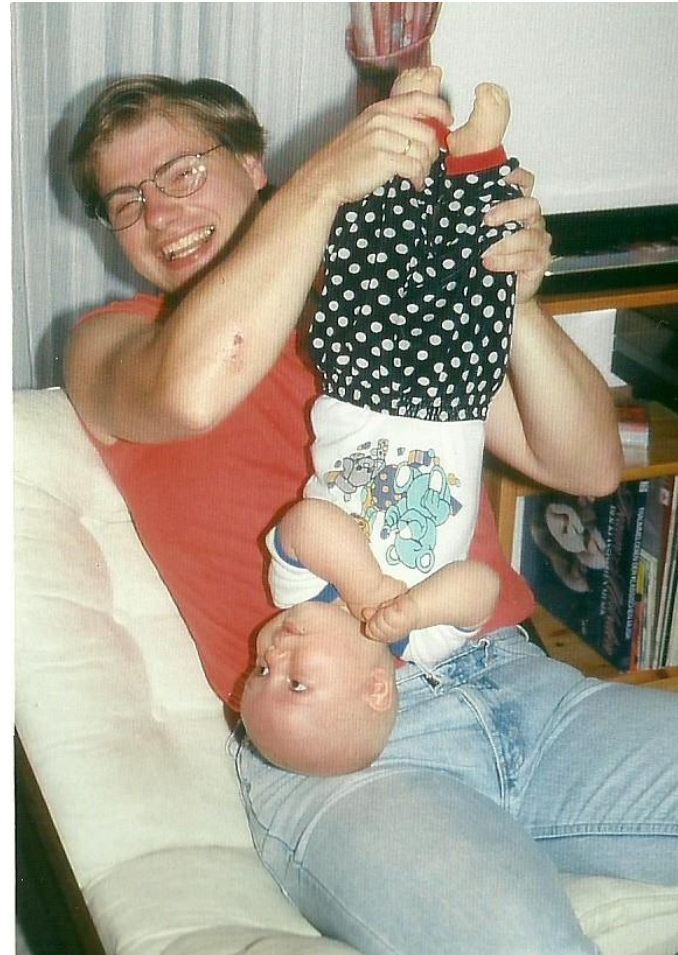
Matka/opiekun



# Co mógłbym robić z moimi dziećmi:

Niewiele...

ale to, co robiłem,  
robiłem zawsze  
na mój własny  
sposób.



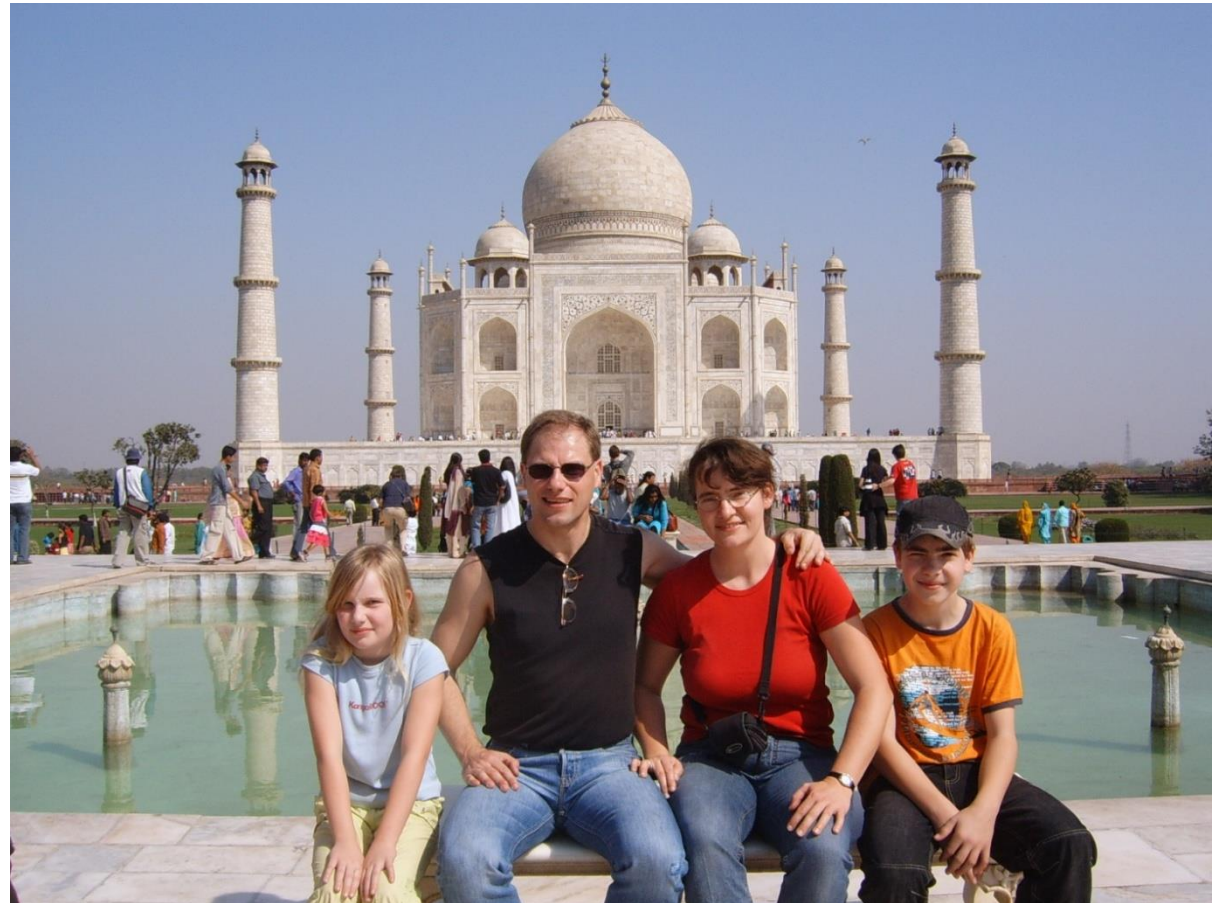


# Wiele, wiele drobnostek

...czyni zdaniem mojej  
żony życie ze mną  
często wyczerpującym.

Na co należy zwrócić uwagę  
na tym zdjęciu:

- pozycja członków rodziny
- położenie słońca
- ubiór
- pora dnia
- wybór motywu
- moment bez przechodniów
- prawidłowy uśmiech
- poprawne położenie ramion
- ostrość...





# Autyzm jako wytłumaczenie

## Cechy autystyczne

- Trudności w rozpoznawaniu mimiki i języka niewerbalnego
- Obstawanie przy dotrzymaniu planu
- Nienaruszalność możliwości odwrotu

wywołują wycieńczającą, częściowo niemożliwą do zrealizowania presję adaptacyjną, z czego wynika

**wzrost frustracji, wybuch złości**





# Nasze „klocki małżeńskie“

Nauczenie się  
komunikacji  
wolnej od przemocy:  
przekaz w I osobie  
aktywne słuchanie

Zakochiwanie  
się w sobie  
wciąż na nowo

Partner  
nie jest  
odpowiedzialny  
za szczęście  
drugiego  
(np. żądanie pocieszenia)

Odwie-  
dzanie  
stacji  
tanko-  
wania  
energii

Brak oceniania  
zapobiega pojawieniu  
się złości;  
rozpatrywanie  
oczekiwań

# „ Moje życie z Peterem jest jak życie na urodzajnych zboczach wulkanu“



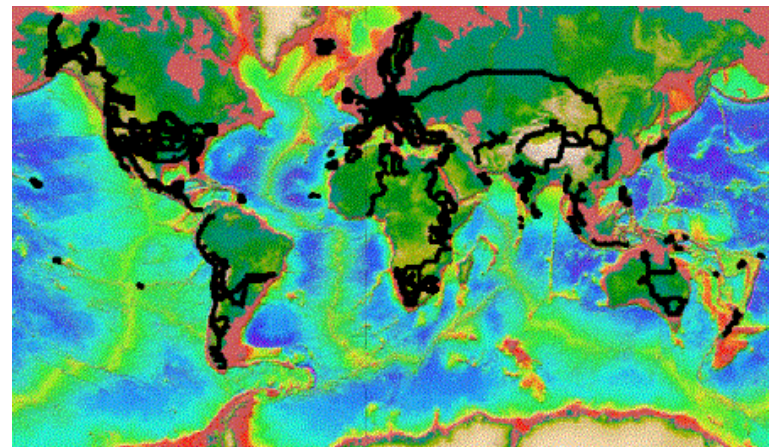
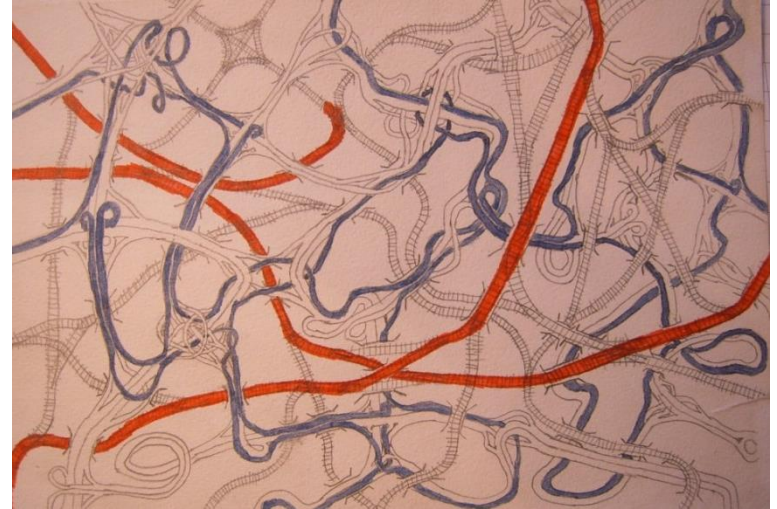
„ Jego łomot każe mi szukać schronienia w piwnicy, a jego popiół brudzi moje świeżo zrobione pranie. Ale kiedy następnego ranka w blasku wschodzącego słońca mój wzrok ślizga się po soczyście zielonych polach, wtedy wiem, że jestem w raju.“

Cytat z: „Mein Mann ist etwas Besonderes“, w „Autismus“, Bölte et al., Huber, Bern 2009

# Podróże jako intensywne, motywujące hobby opierające się na szczególnym zainteresowaniu „ulice“



- Tęsknota jako źródło sportowej energii.
- Trzeba co nieco wytrzymać, jeśli chce się coś osiągnąć!
- Szczególne zainteresowanie „ulice” jest zaspokajane poprzez hobby „podróże” na wyższym poziomie intelektualnym.





# Do jakich zmian doszło dzięki diagnozie?

- Diagnoza w samą porą:  
Wybawienie i szok
  - Presja cierpienia przekroczyła doznanie sukcesu
- Wszystko w rozumieniu własnego życia
- Nic w życiu codziennym
- Sytuacje krytyczne mogą być wcześniej wykryte
- Możliwa będzie jest ukierunkowana pomoc
- Wzorce zachowań można łatwiej wyjaśnić innym osobom (ale tylko o tyle, o ile definicja autyzmu jest sensowna)
- Konkretnie w moim wypadku:  
stawanie się osobą publiczną, ponieważ z jednej strony stwierdzono u mnie podręcznikowe wręcz objawy autyzmu a z drugiej strony absolutnie nietypowy w tej sytuacji sukces życiowy.





# Zalety i wady wczesnej lub późnej diagnozy

- Im wcześniej pojawi się diagnoza, tym bardziej możliwe jest wsparcie i ukierunkowana pomoc,
- więcej zrozumienia i ochrony,
  - np. w szkole
- ALE:
- Również pewien rodzaj napiętnowania z brakiem zaufania we własny sukces
  - W zawodzie i w rodzinie, ponieważ mimo swoich mocnych stron, w najważniejszych dziedzinach życia związany jest z ewidentnymi słabościami



# Take-aways – do zabrania ze sobą

proszę się cieszyć z baśniowych kwiatów na pustyni



- Dostęp do osoby autystycznej uzyskają Państwo tylko wtedy, gdy
  - odbiorą go tam, gdzie stoi, czyli
  - bez uprzedzeń zanurzają się w jego wizji świata; w tym celu muszą Państwo
  - krytycznie rozważyć swój system wartości
  - przede wszystkim nigdy nie próbować robić z niego kogoś, kim nie jest i nigdy nie będzie, lecz pozwolić mu rozkwitnąć tym, co oferuje jego wnętrze



# Literatura



## Ein Kaktus zum Valentinstag

Ein Autist und die Liebe

ukazała się we wrześniu 2012  
w wydawnictwie Patmos  
ISBN 978-3-8436-0211-2



## Kein Anschluss unter diesem Kollegen

Ein Autist im Job

ukazała się we wrześniu 2014  
w wydawnictwie Patmos  
ISBN 978-3-8436-0517-5



## Der Junge vom Saturn

Wie ein autistisches Kind  
die Welt sieht

ukazała się we wrześniu 2013  
w wydawnictwie Patmos  
ISBN 978-3-8436-0390-4



## Kaktus na Walentynki

marzec 2015

Moje życie z autyzmem

# Dyskusja i kontakt



Bardzo dziękuję za zainteresowanie!

Teraz odpowiem na pytania!

- KONTAKT
- Strona internetowa
  - [www.dr-peter-schmidt.de](http://www.dr-peter-schmidt.de)
- E-Mail
  - [dr.peter.schmidt @ t-online.de](mailto:dr.peter.schmidt@t-online.de)

