**Αυτισμός - Άσπεργκερ**

Ο αυτισμός είναι διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή (ΔΑΔ) ποικίλης σοβαρότητας, νευροαναπτυξιακής αιτιολογίας  που επηρεάζει αρνητικά την ανάπτυξη, την λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, παρουσιάζει περιορισμένα, επαναλαμβανόμενα, άκαμπτα πρότυπα σκέψης και συμπεριφοράς, μειωμένα ενδιαφέροντα, μειωμένες ή ανύπαρκτες χειρονομίες ή βλεμματική επαφή κατά την επικοινωνία.  Υπάρχει πολύ πριν την ηλικία των 3 ετών και συχνά συνυπάρχει με άλλες ασθένειες ή σύνδρομα.  Εμφανίζεται με συχνότητα 1 στα 68 παιδιά, με ανοδική τάση.

Καλή Πρόγνωση Εξέλιξης: Η Εμφάνιση Προφορικού Λόγου ΠΡΙΝ τα 5 έτη.

**ΚΥΡΙΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΥΤΙΣΜΟΥ**:

* Στερεοτυπικές-Επαναλαμβανόμενες κινήσεις του σώματος. Από τα πιο εμφανή συμπτώματα των αυτιστικών παιδιών (π.χ. Μυρίζουν, Γλύφουν, Ακουμπούν).
* Κουνάει με επαναλαμβανόμενο και στερεοτυπικό τρόπο τα χέρια ή τα δάχτυλά του (π.χ. παλαμάκια-τινάγματα χεριού-‘φτερούγισμα’).
* Αδιαφορεί για τους άλλους, (ιδιαιτέρως στην ηλικία των 3-5 ετών). Μετά την ηλικία των 5 χρόνων συχνά παρατηρείται μια αξιοσημείωτη βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων.
* Ακατάλληλη κοινωνική αλληλεπίδραση. Δεν επιδιώκει την επικοινωνία
* Παρουσιάζει μειωμένη ικανότητα μίμησης (Κοινωνικής Μάθησης).
* Προκαλεί μια κλινικά σημαντική δυσλειτουργία σε κοινωνικό, εργασιακό ή άλλα σημαντικά λειτουργικά περιβάλλοντα.
* Διαταραχές στη μη-λεκτική επικοινωνία. Ξεκινούν στην Βρεφική Ηλικία και Συνεχίζονται δια Βίου.
* Καθυστερημένη ή ολική έλλειψη στην ανάπτυξη της ομιλούμενης γλώσσας.
* Ιδιοσυγκρατικός Λόγος, ακατάληπτος στους άλλους.
* Ηχολαλία: Άμεση ή καθυστερημένη Επανάληψη Εκφράσεων Άλλων Ατόμων, ιδίως των Τελευταίων Λέξεων και Φράσεων.
* Αποξένωση Λόγου και Προσωπικών Επιθυμιών – Αναγκών. Εκφράζεται για τον εαυτό του σαν να μιλάει για άλλους (π.χ. Πεινώ–›Πεινάει, Θέλω–›Θέλεις).
* Έλλειψη Συνομιλίας. Μιλούν σαν να Μην σ’ Ακούν.
* Επίπεδη, μονότονη, ανέκφραστη ομιλία. Δεν χρωματίζουν την φωνή τους.
* Δεν δημιουργεί φιλικές σχέσεις, τις αποφεύγει.
* Έλλειψη κοινωνικού παιχνιδιού, προτιμά να παίζει μόνο του, αποκομμένο από το περιβάλλον.
* Αποφεύγουν την Οπτική-βλεμματική Επικοινωνία, διότι τους ενοχλεί. Λίγες φορές έχουν Διαπεραστικό αλλά Συναισθηματικά Κενό Βλέμμα.
* Μη-Επικοινωνιακό, Ανέκφραστο Πρόσωπο ή Αταίριαστες Γκριμάτσες και Γέλια.
* Δεν χρησιμοποιεί επικοινωνιακές χειρονομίες (π.χ. δείξιμο).
* Απουσία δραστηριοτήτων που έχουν σχέση με τη φαντασία ή παίξιμο Ρόλων, π.χ. στο παιχνίδι.
* Ασχολείται με μη λειτουργικά στοιχεία των παιχνιδιών (π.χ. η αίσθηση της επιφάνειάς τους, ο θόρυβος, οι δονήσεις που παράγουν).
* Έχει περιορισμένα ενδιαφέροντα.
* Δυσκολεύεται να ξεκινήσει ή να διατηρήσει μία συνομιλία με άλλο πρόσωπο, μολονότι μπορεί να κατέχει το απαιτούμενο λεξιλόγιο. Μονολογούν.
* Επειδή δεν μπορούν να επικοινωνήσουν τις ανάγκες τους λεκτικά, συχνά Αυτοτραυματίζονται και για να τραβήξουν την προσοχή μας.
* Απροσδόκητες Αντιδράσεις σε Θορύβους-Ήχους (π.χ. Να μην Αντιδρούν στο Άκουσμα του Ονόματός τους, αλλά να αντιδρούν σε Ουδέτερους Ήχους).
* Υπερευαισθησία σε Ορισμένους Ήχους.
* Αναπτυγμένες οι Κοντινές Αισθήσεις (Αφή, Γεύση, Όσφρηση).
* Μοιάζει να μην αντιλαμβάνεται τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων (έλλειψη ενσυναίσθησης).
* Δεν διαμορφώνει την συμπεριφορά του σύμφωνα με το κοινωνικό πλαίσιο και με τους κοινωνικούς κανόνες.
* Έχουν μια ‘επιμονή στα ίδια πράγματα’, διότι το καινούριο τα δημιουργεί άγχος, ενώ η σταθερότητα τα παρέχει το αίσθημα της Ασφάλειας.
* Μοιάζει ανώριμο σε σχέση με την ηλικία του.
* Σοβαρά μαθησιακά προβλήματα, όταν έχουν χαμηλό IQ.

**ΚΥΡΙΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΣΠΕΡΓΚΕΡ**: (*Είναι μια μορφή ήπιου, λειτουργικού αυτισμού που έχει αρκετά κοινά χαρακτηριστικά και με τη ΔΕΠΥ, με την οποία μερικές φορές συγχέεται*)

* Έλλειψη αυθόρμητου ενδιαφέροντος να μοιραστεί χαρά, συναισθήματα, ενδιαφέροντα ή επιτεύγματα με άλλους (π.χ. δεν παρουσιάζουν, φέρνουν ή επισημαίνουν ενδιαφέροντα αντικείμενα σε άλλους).
* Δυσκολία κατανόησης των συναισθημάτων των άλλων (έλλειψη ενσυναίσθησης)
* Στερεοτυπικές και επαναλαμβανόμενες κινητικές συμπεριφορές, μη λειτουργικές ρουτίνες ή τελετουργίες (π.χ. χτύπημα  ή  στριφογύρισμα χεριών  ή  δακτύλων   ή  περίπλοκες κινήσεις όλου του σώματος).
* Προκαλεί μια κλινικά σημαντική δυσλειτουργία σε κοινωνικό, εργασιακό ή άλλα σημαντικά λειτουργικά περιβάλλοντα.
* Καλή ανάπτυξη των γλωσσικών ικανοτήτων
* Καλή γνωστική ανάπτυξη
* Φυσιολογική ή υψηλή νοημοσύνη
* Συνήθως ανώτερες λεκτικές ικανότητες από τις πρακτικές
* Απούσα ή μειωμένη βλεμματική επαφή
* Επίπεδη, μονότονη, ανέκφραστη ομιλία
* Έλλειψη χιούμορ.  Ερμηνεύει τα λεγόμενα κυριολεκτικά
* Δυσκολία στην χρήση εκφράσεων του προσώπου και χειρονομιών για την επίτευξη της σωστής-ενδεδειγμένης επικοινωνίας με άλλους
* Προβλήματα στην σύναψη και διατήρηση σχέσεων με συνομηλίκους. Μολονότι τις θέλει, δεν γνωρίζει το πώς
* Ύπαρξη ασυνήθιστα έντονου ενδιαφέροντος και προσκόλληση μόνον σε συγκεκριμένα, περιορισμένα πράγματα.  ‘Ενδιαφέρεται για το δένδρο και όχι για το δάσος’

**Φτωχή Γενίκευση**: Ανικανότητα - δυσκολία να χρησιμοποιήσουν τις ίδιες ικανότητες ή πληροφορίες σε διαφορετικές συνθήκες. Όμως, η φτωχή γενίκευση μπορεί να βελτιωθεί με τη σωστή αντιμετώπιση.

Τα άτομα με αυτισμό και υψηλή ευφυΐα, μπορούν να βελτιώσουν σημαντικά τις κοινωνικές τους ικανότητες, αποστηθίζοντας συγκεκριμένες αντιδράσεις ή συμπεριφορές για συγκεκριμένες καταστάσεις.

**Προγραμματίστε πώς ακριβώς θα περάσει σταθερά η κάθε μέρα της οικογένειας**, (*π.χ. προκαθορισμένες σταθερές ώρες για το πότε και πώς πάτε για ψώνια, για το καθάρισμα, κλπ*).

Απαραίτητη η Σταθερή Ρουτίνα και Συνέπεια.  Δημιουργεί αίσθημα ασφάλειας.

Χρησιμοποιείτε σταθερά τις ίδιες λέξεις σε μικρές προτάσεις για την επιβράβευση της καλής συμπεριφοράς.

**Παρατηρήστε το παιδί όταν συμπεριφέρεται καλά και τότε ανταμείψτε το.**

Χρησιμοποιήστε Σταθερά Ολιγόλογες, Κοινές και Συγκεκριμένες εκφράσεις (π.χ. Μπράβο Μίλησες Ήρεμα, Μπράβο φόρεσες το παντελόνι σου).

Να προσφέρετε όχι θεωρητικές, αλλά άμεσες και χειροπιαστές επιβραβεύσεις, όπως φαγητό ή παιχνίδια μαζί με τον έπαινο, ειδικά στις πρώτες φάσεις της εκπαίδευσης.

**Η έγκαιρη παρέμβαση είναι ο στόχος**, όμως δεν είναι ποτέ αργά για να εφαρμόσετε στο παιδί σας τις ενδεδειγμένες θεραπείες και στους γονείς την κατάλληλη συμβουλευτική από ψυχολόγους ή ψυχιάτρους.

**Τρία είναι τα κύρια είδη αντιμετώπισης του αυτισμού**:

**Λογοθεραπεία**:  επικεντρώνεται σε δραστηριότητες που επιτρέπουν την επικοινωνία, όπως:

* Άρθρωση (*πώς δημιουργούμε τους σωστούς ήχους με το στόμα μας*)
* Ανάπτυξη λόγου και ομιλίας όσο το δυνατόν σε μικρότερη ηλικία και πριν τα 5 έτη
* Μη-λεκτική επικοινωνία (*σύμβολα, νοηματική γλώσσα ή ηλεκτρονικές συσκευές ομιλίας*)
* Κοινωνική πραγματικότητα (*πώς χρησιμοποιούμε τη γλώσσα για την επικοινωνία με άλλους ανθρώπους*)

**Εργοθεραπεία**:  αναπτύσσει αισθητηριακές δεξιότητες που παρέχουν τη γνώση και τις ικανότητες που χρειαζόμαστε για έναν ελεγχόμενο, κοινωνικά κατάλληλο τρόπο δράσης και συμπεριφοράς.

* Τα παιδιά με αυτισμό έχουν μερικές φορές προβλήματα κινητικού συντονισμού που πρέπει να αντιμετωπιστούν. Υπάρχουν δύο κύριοι τύποι κινητικών λειτουργιών: αδρές και λεπτές κινήσεις.
* Οι **αδρές**κινητικές δεξιότητες περιλαμβάνουν μεγάλες κινήσεις του σώματος και των μεγάλων μυών. Βελτιώνονται αυτές οι δεξιότητες, όπως το μπουσούλισμα, το περπάτημα, το άλμα και το ανεβοκατέβασμα των σκαλοπατιών.
* Οι **λεπτές**κινητικές δεξιότητες, είναι μικρές, ευαίσθητες κινήσεις κυρίως των δακτύλων του χεριού, όπως η γραφή, το ανεβοκατέβασμα του φερμουάρ ή το κούμπωμα του πουκάμισου. Αυτές οι δεξιότητες απαιτούν συστηματική εξάσκηση και πολλές κινητικές ικανότητες, όπως είναι ο συντονισμός χεριού-ματιού.
* Υπάρχουν πολλές πολύπλοκες κινήσεις και στρατηγικές σχεδιασμού κινήσεων που υπεισέρχονται στην εκμάθηση κάθε δραστηριότητας, αλλά πρέπει να τις διδαχθούν για να κατακτηθούν.

**Θεραπεία της Συμπεριφοράς**: *είναι η αποτελεσματικότερη θεραπεία για την αλλαγή της συμπεριφοράς ατόμων με αυτισμό*.

* Μάθηση με τη χρήση σταθερής, συνεπούς και άμεσης χρήσης κινήτρων για την επιβράβευσης της καλής συμπεριφοράς και αντικινήτρων για την ανεπιθύμητη συμπεριφορά.
* Είναι μία από τις πιο διερευνημένες και ευρύτερα αποδεκτές μορφές θεραπείας για παιδιά με αυτισμό. Η συμπεριφορά εξαρτάται από τα γονίδια (που δεν τα ελέγχουμε) και από το περιβάλλον. Με την αλλαγή του περιβάλλοντος, μπορούμε να προσφέρουμε τη δομή που τους βοηθά να μάθουν και να αναπτύξουν νέες δεξιότητες.

**ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΤΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ**: **Έγκαιρη Διάγνωση και Θεραπεία**.

* Ποτέ δεν είναι αργά, αλλά **όσο το νωρίτερο, τόσο το καλύτερο**.
* Υπάρχει μια κρίσιμη περίοδος ανάπτυξης του παιδιού από την ηλικία 0 ως 3 ετών, γι’ αυτό θα πρέπει να εξετάσετε διαφορετικές θεραπείες για το παιδί σας, αμέσως μετά τη διάγνωση. Προς το παρόν, δεν υπάρχει ολοκληρωτική θεραπεία του αυτισμού, αλλά υπάρχουν θεραπείες που μπορούν να βοηθήσουν στη δημιουργία θεμελιωδών δεξιοτήτων, κατά την ανάπτυξη του παιδιού σας.

***Για να διασφαλίσετε ότι το παιδί σας θα ζήσει την καλύτερη δυνατή ζωή;***

* Η σωστή και έγκαιρη διάγνωση του αυτισμού του παιδιού σας, μπορεί να αλλάξει τη ζωή του, αλλά και όλης της οικογένειά σας.
* Η διάγνωση του αυτισμού δεν αλλάζει το ποιο είναι το παιδί σας ή τι μπορεί να επιτύχει, αλλά απλώς το περιγράφει. Συνεχώς εφευρίσκονται νέες θεραπείες και στρατηγικές, π.χ. να αναπτύσσουν την επικοινωνία, τις κοινωνικές, τις σχολικές και τις κινητικές τους δεξιότητες και την επαγγελματική κατάρτιση, ώστε να μπορούν να ζήσουν μακρά, υγιή και παραγωγική ζωή. Όλα αυτά ξεκινούν από εσάς και όσο πιο γρήγορα αρχίσετε, τόσο το καλύτερο.
* Να προσφέρετε στο παιδί σας την σταθερή-ασφαλή δομή στη ζωή του, αλλά ταυτόχρονα να εξισορροπήσετε τις ανάγκες των άλλων. Με τη σωστή εκπαίδευση και με μεγάλη υπομονή και επιμονή θα το επιτύχετε.
* Επειδή δεν μπορεί να εκφραστεί δεόντως λεκτικά, μάθετε εσείς να ‘ακούτε’ το παιδί σας, με τα μάτια σας. Η καθυστέρηση στην ανάπτυξη της ομιλίας ή η έλλειψή της, δεν σημαίνει ότι το παιδί σας δεν επικοινωνεί με τον δικό του τρόπο. Όσο πιο γρήγορα καταλάβετε πώς επικοινωνεί το παιδί σας, τόσο πιο εύκολο θα είναι να αλληλεπιδράσετε και να ανταποκριθείτε στη γλώσσα και στις ανάγκες του.
* Έχουν διαφορετικό είδος αίσθησης και ανάγκης. Οι ‘μη λειτουργικές’ κινήσεις τους οφείλονται συνήθως σε αυξημένες αισθητηριακές ανάγκες. Αυτές οι συμπεριφορές εξυπηρετούν μία εσωτερική ανάγκη.
* Δεν διαφέρουν από τις συνήθειες που μπορεί να έχει κάποιος χωρίς αυτισμό, όπως το μάσημα της άκρης ενός μολυβιού ή το μάσημα της μαστίχας.
* Μην φοβάστε να δοκιμάσετε κάτι νέο και ακίνδυνο.  Εάν το παιδί σας είναι ευτυχισμένο και επιτυχημένο σε μία δραστηριότητα, τότε συνεχίστε την.
* Κάθε νέα θεραπεία συνήθως αντιμετωπίζεται με σκεπτικισμό και ως απειλή από αυτούς που συνήθισαν ή βιοπορίζονται από τις υπάρχουσες. Όμως, προσέξτε αυτούς που ίσως προσπαθήσουν να εκμεταλλευθούν το καλό γονικό σας ένστικτο.
* Διερευνήστε κάθε νέα θεραπεία με σκεπτικισμό, αλλά ταυτόχρονα να είστε και ανοιχτόμυαλοι. Μιλήστε με τους ειδικούς, προτού δοκιμάσετε κάτι καινούριο, ειδικά αν περιλαμβάνει αυστηρές δίαιτες, βότανα και μη εγκεκριμένα φάρμακα.
* Βοηθάει η συναναστροφή με συνομηλίκους τους και μπορούν να εκπαιδευτούν με την κατάλληλη αντιμετώπιση και με την παροχή της ανάλογης στήριξης και προσαρμογής του σχολικού και του οικογενειακού περιβάλλοντος.
* Δεν μπορείτε να αλλάξετε το παιδί σας τόσο πολύ, όσο μπορείτε να αλλάξετε εσείς.  Να εφαρμόζετε τις θεραπείες σε ευνοϊκές συνθήκες, όπως όταν εσείς και το παιδί σας είστε χορτάτοι, ξεκούραστοι και χωρίς άγχος.
* Δείξτε τους την αμέριστη αγάπη σας, την κατανόηση και την καλοσύνη σας. Διδάξτε τους διά θετικού παραδείγματος.
* Το παιδί σας εξακολουθεί να είναι το ίδιο παιδί σας, είτε έχει διάγνωση αυτισμού, είτε όχι. Η σωστή διάγνωση δεν δημιουργεί το πρόβλημα, αλλά αντιθέτως σας βοηθάει να επιλέξετε τις σωστές θεραπείες για το παιδί σας.

**Γεώργιος Παυλίδης (διεθνώς καταξιωμένη αυθεντία στη δυσλεξία, στη διάσπαση προσοχής και στην οφθαλμοκίνηση)**