

PAŹDZIERNIK 2022



Gdy rozwój dziecka nas niepokoi... – o objawach autyzmu u dzieci

Wielu rodziców oraz wychowawców żłobkowych obserwując małe dzieci, zastanawia się, czy ich rozwój jest prawidłowy. Zdarza się, że ktoś zwraca uwagę, że dziecko zachowuje się inaczej niż jego/jej rówieśnicy.

Rodzice z zaniepokojeniem szukają informacji, aby móc potwierdzić lub odrzucić tego typu obawy. Niestety zdarza się często, że trafiają na mur – *on jest jeszcze malutki, poczekajmy aż będzie starszy, przecież każdy rozwija się w swoim własnym tempie.*

Pomimo potocznego założenia, że najlepiej poczekać z diagnozą, współcześnie dysponujemy szeroką wiedzą z zakresu psychologii rozwojowej, dotyczącą kamieni milowych w rozwoju człowieka. Pierwszy okres życia dziecka jest wręcz jednym z najlepiej opisanych w literaturze. Wiemy, kiedy dziecko powinno się obrócić, kiedy usiąść i samodzielnie wstać, co daje możliwość diagnozy wysokiego ryzyka wystąpienia zaburzeń ze spektrum autyzmu u dzieci poniżej pierwszego roku życia.

Jedno z najśłynniejszych badań nad autyzmem najmłodszych dzieci (Osterling, Dawson, 1994) pochodzi z połowy lat 90. XX w. i polegało na analizie domowych nagrań wideo z pierwszych urodzin dzieci. Autorzy wykazali, że dzieci, u których później zdiagnozowano autyzm, na analizowanych nagraniach, zdecydowanie gorzej radziły sobie ze wskazywaniem obiektów, patrzeniem na innych i reakcją na imię.

SYGNAŁY AUTYZMU...

Niestandardowa
zabawa
zabawkami



Trudność w budowaniu
relacji z innymi dziećmi



Naktywność
lub pasywność



Nieadekwatny
płacz
lub śmiech



Nad i podwrażliwość na
dźwięk i światło



Brak mowy lub
duże trudności



Niezwykłe przywiązanie
do przedmiotów



Brak akceptacji zmian



Nieświadomość
zagrożeń



AUTISM PUZZLES

Registered Charity No: 1148010
Support when you need it the most.
www.autispuzzles.co.uk
Tel: 07971 045128



Registered Charity No: 1141655
Providing accredited training to people
dealing with challenging behaviour
www.halcyon-foundation.org.uk
Tel: 02920 553919

Niepokojące symptomy

Obecnie autorzy wyróżniają kilka zachowań, które można zaobserwować od pierwszych miesięcy życia dziecka, które powinny skłonić rodziców i wychowawców do szczególnie uważnego obserwowania jego/jej rozwoju. To ważne, ponieważ badania wskazują, że wczesna diagnoza i wcześniej rozpoczęta terapia mogą przyczynić się do wysokiego funkcjonowania dziecka.

Grodberg i in. (2016) z kanadyjskiego ośrodka wyróżnili między innymi poniższe zachowania jako niepokojące, a zarazem występujące już w pierwszym roku życia:

1) Przelotny kontakt wzrokowy

Dziecko utrzymuje przelotny kontakt wzrokowy z osobą, lub w ogóle go nie utrzymuje. Natomiast jest w stanie dłużej skupić się na przedmiocie. Symptom ten można zaobserwować już u trzymiesięcznych dzieci! Jest on uważany za jeden z najważniejszych objawów wysokiego ryzyka.

2) Niska jakość interakcji społecznych

Dziecko jest pasywne, nie odpowiada uśmiechem na uśmiech, nie wydaje dźwięków, nie reaguje na swoje imię. Nie zwraca uwagi czy ktoś jest w pomieszczeniu, czy nie.

3) Brak gestu wskazywania

Zdrowy maluch, gdy tylko potrafi usiąść, wykorzystuje wskazywanie jako podstawową formę komunikacji, właśnie w ten sposób sygnalizuje, czy ma na coś ochotę. Nawet mniejsze dziecko używa gestu wskazywania, gdy coś mu się spodoba. U dzieci z wysokim ryzykiem wystąpienia autyzmu ten gest występuje rzadko, lub w ogóle się nie pojawia.

4) Powtarzające się zachowania

Dziecko często angażuje się w zachowania stereotypowe czy kompulsywne np. bawi się w ten sam schematyczny sposób, nie lubi zmian, interesuje się jedynie

konkretnymi elementami zabaw, często używa zabawek niezgodnie z ich przeznaczeniem. Ponadto lubi kręcić przedmiotami lub stukać jednym o drugi. Należy jednak zwrócić uwagę, że obie te aktywności występują również u prawidłowo rozwijających się dzieci, a więc ten symptom nie może być decydujący w analizie ryzyka!

5) Nadwrażliwość na bodźce

Nadwrażliwość na bodźce sensoryczne, w tym na dotyk. Reagowanie płaczem na dotyk, niechęć do kąpieli, czy przytulania. U dziecka może też występować wyraźny dyskomfort przy przebieraniu.

Podkreślić należy, że powyższe zachowania mogą się zdarzać u każdego dziecka. Niepokój budzi, **jeśli powtarzają się często i występują łącznie**, a nie pojedynczo. U najmłodszych dzieci niepokojące symptomy bywają również wynikiem problemów ze słuchem, dlatego tak **ważna jest profesjonalna ocena całokształtu funkcjonowania dziecka**.

Wymienione zachowania w literaturze określa się jako tzw. *czerwone flagi*, czyli sygnały ostrzegawcze we wczesnej ocenie ryzyka autyzmu. Na podobne elementy wskazuje również izraelski ośrodek MIFNE – od ponad 20 lat zajmujący się wczesną diagnozą i terapią autyzmu – wskazując 8 czerwonych flag.

Poza wymienionymi powyżej, dodatkowo zwracają uwagę na:

1. nieproporcjonalny wzrost obwodu głowy w stosunku do wzrostu i przyrostu masy ciała,
2. opóźniony rozwój motoryczny, czasem znacznie, czasem symbolicznie o 2-3 miesiące,
3. trudności w jedzeniu, zarówno te pojawiające się przy karmieniu piersią, czy też później związane z rozszerzaniem diety, zmianą konsystencji posiłków, lub z wybiórczością pokarmową.

Wczesne możliwości diagnozy

W Polsce funkcjonują dwa programy zajmujące się bezpłatną diagnozą małych dzieci.

Jeden to badabada.pl, gdzie rodzic lub wychowawca żłobkowy może wykonać bezpłatnie przesiewowy test M-CHAT-R dla dzieci od 16. do 30. mż. Następnie jeżeli dziecko znajdzie się w grupie ryzyka, przechodzi się do kolejnego z czterech poziomów diagnostyki, wykonywanej już przez profesjonalistów.

Drugi program można znaleźć na stronie diagnozadzieci.pl. Tu diagnoza jest dwuetapowa i dotyczy również najmłodszych dzieci. Kwalifikowane są dzieci od urodzenia do 1. roku życia. W pierwszym etapie rodzic przesyła film, w którym nagrywa, jak dziecko funkcjonuje w codziennych sytuacjach (jedzenie, zabawa, kąpiel). Filmy są oceniane przez przeszkolonych specjalistów. Jeżeli określą oni wysoki poziom ryzyka, wtedy dziecko przechodzi na drugi poziom diagnozy, gdzie konieczne jest spotkanie i obserwacja zachowania dziecka w codziennych sytuacjach np. podczas zabawy z mamą.

Oba programy są bezpłatne dla rodziców i wychowawców! Linki do omawianych narzędzi dostępne są pod tekstem. Warto, aby znali je specjaliści, którzy pracują w żłobkach, gdyż mogą oni wskazać te możliwości zaniepokojonym rodzicom. Na zakończenie wspomnę jeszcze, że do dyspozycji profesjonalistów jest także anglojęzyczny test AMSE (Autism Mental Status Exam, Grodberg i in. 2011).

Natalia Maja Józefacka

Wpływ oglądania telewizji na dziecko

Nawet 90 proc. dzieci, które nie ukończyły jeszcze drugiego roku życia regularnie spędza czas przed laptopem, telewizorem lub komputerem. Co więcej, nie przez 10 minut, ale nawet dwie godziny. Rodzice przyznają, że telewizory w ich domach grają nawet przez sześć godzin bez przerwy. A później dziwią się, że ich pociechy nie potrafią mówić tak dobrze, jak ich rówieśnicy oraz są pobudzone. Martwią się, że to ADHD albo zaburzenia ze spektrum autyzmu.

Tymczasem takie zachowania u dzieci, które kilka godzin spędzają przed monitorem komputera, ekranem telewizora, tabletu czy smartfona, są zupełnie naturalne. Jak podkreślają psychologowie, nawet pięć minut, które przed kolorowym i głośnym ekranem spędzi dwulatek, da efekt podobny do godziny spędzonej w sali kinowej przez dorosłego. W efekcie dzieci są dezorientowane w przestrzeni, nie potrafią skupić uwagi, mają problemy z pamięcią.

1. Czy to autyzm? A może ADHD?

Podczas oglądania bajki, mózg odbiera ok. 1,2 tys. impulsów na sekundę (tyle razy ulega odświeżeniu ekran 120 kHz). O ile nie ma to zauważalnego skutku dla wzroku, o tyle dla mózgu – owszem.

U małych dzieci kilkugodzinne siedzenie przed telewizorem może być podobne do hipnozy: dziecko przecież siedzi spokojnie i wzrokiem śledzi to, co dzieje się na monitorze. Problem zaczyna się, gdy bajka dobiegnie końca.

Dzieci po dłuższym oglądaniu telewizora czy patrzeniu w monitor komputera odreagowują chwile pozornego spokoju i zaczynają biegać po domu, skakać, krzyczeć. W ten sposób objawia się właśnie pobudzenie psychoruchowe, dają o sobie znać zaburzenia koncentracji. Pojawia się

także drażliwość, nerwowość i wrażliwość na bodźce. Dziecko jest po prostu przestymulowane. Amerykańska Akademia Pediatrii dodaje także, że oglądanie telewizji w nadmiarze powoduje zaburzenia snu, wpływa na nastrój, nawiązywanie kontaktów z rówieśnikami.

Co w takich sytuacjach robią często rodzice? Martwiąc się o zdrowie dziecka, udają się do poradni psychologiczno-pedagogicznej, gdzie proszą specjalistów o zdiagnozowanie kilkulatka, podejrzewając ADHD

Z drugiej strony jednak regularne oglądanie bajek na laptopie czy tablecie może prowadzić do trudności w kontrolowaniu emocji u dziecka, do problemów z koncentracją uwagi, z wysławianiem się. To również wzbudza podejrzenia i kieruje myśli zaniepokojonych rodziców ku zaburzeniom ze spektrum autyzmu.

Psychologowie zalecają: zanim zdecydujemy się wysłać dziecko na diagnozę w kierunku zespołu Aspergera, autyzmu czy ADHD – zróbmy detoks telewizyjny. Wyjdźmy na świeże powietrze, pobawmy się klockami, poczytajmy książki, zainteresujmy dziecko pracami plastycznymi. Jeśli objawy wciąż się utrzymują, niezbędna będzie konsultacja z ekspertem.

- Parenting.pl- Wpływ oglądania telewizji na dziecko.



Jak rozpoznać objawy ADHD u dziecka?

Większość dzieci jest z natury żywiołowa. Czasem nie wynika to z charakteru, ale z zaburzeń psychiki. Jednym z najczęściej diagnozowanych zaburzeń u dzieci jest [ADHD](#).

Szacuje się, że dotyka ono od 5 do 9 proc. populacji, przy czym trzykrotnie częściej dotyczy chłopców niż dziewczynek.

Czym jest ADHD? To zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem koncentracji uwagi. Zaburzenia związane są z kłopotami ze skupieniem się, impulsywnością oraz nadruchliwością.

Rozpoznanie ADHD

[Pierwsze objawy ADHD](#) mogą pojawić się już przed drugim rokiem życia dziecka. Jeżeli jest ono nadmiernie ruchliwe i drażliwe, ciągle płacze i potrzebuje mniej snu niż jego rówieśnicy, może to świadczyć, że jest dotknięte ADHD. Jednak najłatwiej jest to zdiagnozować, kiedy dziecko pójdzie do przedszkola bądź szkoły. Najczęstszym symptomem jest wówczas brak koncentracji uwagi – dziecko z ADHD nie potrafi skupić się dłużej na jednym zadaniu, słucha nieuważnie, łatwo się rozprasza, nie pamięta tego, co miało zrobić i sprawia wrażenie mało spostrzegawczego.

Impulsywność w ADHD

Dzieci z ADHD są dość impulsywne – działają szybko, bez zastanowienia, domagają się natychmiastowego zaspokojenia swoich potrzeb. Dziecko z ADHD od razu realizuje pomysł, który wpadnie mu do głowy, nie zastanawiając się nad jego skutkami. Impulsywność to także kłopoty z zahamowaniem reakcji, co łatwo można zauważyć w szkole –

uczeń wyrywa się do odpowiedzi zanim pytanie zostanie dokończone przez nauczyciela, a w zabawach ma problem z czekaniem na swoją kolej, poza tym często przerywa i przeszkadza innym.

Emocjonalność dziecka z ADHD

Takie dziecko ma problem w postrzeganiu obowiązujących reguł i norm, które panują w grupie. Objawia się to najbardziej w kłopotach z relacjami społecznymi. Pojawia się bunt przeciwko innym, łamanie zasad.

Dziecko z ADHD nie ma w sobie samokontroli i refleksji nad swoim zachowaniem. Pojawiają się problemy emocjonalne, które zwiększają ryzyko depresji. Takie dzieci mają trudności z uzewnętrznianiem swoich zachowań i wypowiedzi, co znaczy, że często nazywają głośno to, co robią.

Zachowania dziecka z ADHD

Dziecko dotknięte ADHD jest nieprzewidywalne nawet dla swoich rodziców. Nigdy nie wiadomo, jak zareaguje na nową bądź stresującą sytuację. Jak postąpi, kiedy nie otrzyma tego, czego chce?

Czy zignoruje to, czy zachowa się gwałtownie? Taki maluch nie lubi zmian, jest niegrzeczny, nie słucha się opiekunów. Ponadto łatwo się zniechęca, często gubi lub zapomina rzeczy i trudno mu dokończyć czynność, którą rozpoczyna. Osoby z ADHD nie lubią zmian i są bardzo gadatliwe.

Diagnoza: ADHD?

Dziecko dotknięte ADHD ma także problemy z pamięcią – nie umie zapamiętywać szczegółów. Ponadto źle sypia, ma problemy z zaśnięciem, często budzi się w nocy, a to, że chodzi niewyspane dodatkowo wpływa na jego samopoczucie i nadpobudliwość w ciągu dnia. Poza tym sprawia też, że takie dziecko jest nadwrażliwe na dźwięki

i może zachowywać się agresywnie. Chociaż ADHD można zdiagnozować dopiero u dziecka, które osiągnęło wiek szkolny (bowiem uwaga i koncentracja „dojrzewają” do ok. 6–7. roku życia), symptomy choroby można dostrzec już wcześniej.

Artykuł zweryfikowany przez eksperta: Mgr Karolina Wilk - Psycholog i psychoterapeuta.

Toksyczne zdania.

Nie mów tak do dziecka.

Wychowanie dziecka nie jest prostą sprawą. Rodzice chcą, by ich pociechy wyrosły na mądrych ludzi, którzy w życiu kierować się będą zarówno sercem, jak i rozumem.

Jakich środków używamy do tego celu? Pokazujemy świat, uczymy, na wiele pozwalamy, sporo też zabraniamy, rozmawiamy z dzieckiem. I tutaj na chwilę się zatrzymajmy.

Komunikacja między rodzicem a dzieckiem bywa skomplikowana. Rodzic, jako osoba dorosła, zna bowiem cały wachlarz emocji i uczuć. Umie je zakomunikować, poinformować czego chce i określić, jak to osiągnąć. Tymczasem małe dziecko czy przedszkolak nadal ma z tym problemy. Jego mózg intensywnie się rozwija, w organizmie buzuja hormony, pojawiają się okresy buntu, skoki rozwojowe. Tutaj zaczynają się przysłowiowe schody, bo rodzic potrafi wyjaśnić sobie swoje problemy z emocjami, a dziecko nie. Dlatego trzeba mu w tym pomóc.

Wielu rodziców, zamiast próbować odczytywać emocje dziecka i pomagać mu radzić sobie z nimi, traci cierpliwość. Krzyczący ze złości maluch w ich oczach to niesforny bachor, a płaczący ze strachu przedszkolak – mazgaj lub tchórz.

Oczekujemy czasami od takiego dziecka rzeczy bardzo trudnych. Myślimy, że rozumie ono nasze emocje, potrafi je odczytać chwilę po tym, jak się pojawiają: mama jest na mnie zła, ponieważ stłukłem szklankę; tata się niecierpliwi, bo bardzo powoli idę do przedszkola, a on się spieszy. Czy pięciolatek potrafi zrozumieć, co faktycznie się dzieje? Nie zawsze. A właśnie w takich sytuacjach bardzo często padają z ust rodzica słowa, których później żałuje, a których cofnąć się nie da. Zdania te mogą rzutować na cały rozwój dziecka.

"Boisz się wejść na karuzelę? Ale z ciebie tchórz! Nie bądź taki chytry! Ty mały leniu!" – ile razy powiedziałaś tak do swojego dziecka? Zastanowiłeś się jednocześnie, jaką emocjonalną krzywdę tym samym możesz mu wyrządzać?

Racja, raz wypowiedziane zdanie oceniające nie będzie mieć ogromnego wpływu na psychikę, ale regularne jego powtarzanie – owszem. W takim przypadku dziecko zacznie czuć się gorsze od rówieśników. Minie niedługa chwila, gdy to uczucie zmieni się w **bunt**. Dziecko przypłaci to jednak nerwami, stresem i płaczliwością. Dlatego od etykiet warto się po prostu powstrzymać.

"Dlaczego nie chcesz jeść? Spójrz, twój brat zjadł już całą porcję, co z tobą?! Nie bój się, inne dzieci wspięły się na tę górkę, ty również to zrobisz!" Na pierwszy rzut oka te zdania są zachętą do działania. Jeśli jednak przyjrzymy się im bliżej, dojdziemy do wniosku, że jest dokładnie odwrotnie.

Dziecko, które jest porównywane do rówieśnika lub młodszego bądź starszego kolegi, zaczyna mieć problemy z poczuciem własnej wartości. W porównaniu kryje się też często sugestia, że jest on mniej zdolny i mniej mądry niż jego koledzy. To może z kolei budzić w nim frustrację i walkę o uwagę rodzica (a ta powinna być oczywista).

Wszystko po to, by zadowolić jego wyobrażenie o własnym dziecku. Takie zachowania rodzica mogą być również przyczyną **kłótni pomiędzy dziećmi**.

Co zatem zrobić? Pozwolić dziecku podejmować decyzje, nie wyśmiewać i traktować z szacunkiem każdą jego czynność.

"Przestań się wiercić! Zrób to inaczej! Jak mogłeś się tak zachować?"

Kiedy mówisz do kilkuletniego dziecka takimi zdaniami, nie dziw się, że ono niewiele rozumie. Komunikat, który próbujesz mu przekazać, jest dla niego tak abstrakcyjny, że dziecko odczuwa komunikacyjny chaos.

Dlatego zarówno do trzylatka, siedmiolatka, jak i dziesięciolatka warto mówić konkretnie, wyrażając przy tym swoje emocje i uczucia. Jeśli dziecko je zauważy, postara się rozwiązać problem.

Zamiast więc nerwowych upomnień, mów spokojnymi pełnymi empatii zdaniami. "Widzę, że dobrze się bawisz, ale nie podoba mi się ta zabawa, ponieważ boję się, że spadniesz i złamiesz nogę. Dlatego chciałabym, żebyś zszedł z barierki i biegał po trawie. Tu jest bezpiecznie". Dobra komunikacja jest drogą do odniesienia **sukcesu wychowawczego**.

Ostrożnie z używaniem pochwał

Owszem – pochwały są potrzebne. Sprawiają, że dziecko czuje się pewniejsze siebie i docenione. Jeśli jednak stawiasz je w centrum wszechświata i wychwalasz wszystko, co zrobiło – uważaj.

Kiedyś malec pójdzie do przedszkola. Wyobraź sobie, co się stanie, jeśli spotkają się dwie najpiękniejsze osoby na świecie? Konflikt murowany. Dlatego zamiast mówić "jesteś najmądrzejszy", "o, jak pięknie narysowałeś", "tańczysz najpiękniej ze wszystkich dzieci", powiedz: "Fajnie, że wykonałeś to zadanie z matematyki dobrze. I zrobiłeś to sam! Gratulacje!".

Albo: "Podoba mi się twój rysunek. I jakie ciekawe połączenia kolorów!". W konstruktywnym ocenianiu chodzi o to, by zauważać działania, a nie sztucznie kreować wiarę we własne możliwości dziecka.

Moc komunikacji

Myślisz, że zdania, które wypowiadasz do dziecka, nic nie znaczą, ponieważ większość czasu spędza ono i tak w szkole lub przedszkolu? Nic bardziej mylnego. To z domu dziecko wynosi wzorzec zachowań, model uczuć. To w domu uczy się radzić sobie z emocjami. I twoja w tym głowa, by wyrosło na mądrego człowieka, bez problemów emocjonalnych.

Artykuł zweryfikowany przez eksperta: mgr Julia Firlej - Psycholog, pedagog specjalny i psychoterapeuta.