

JAK STWORZYĆ PRZYJAZNY DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU?

NIE UŻYWAJ KOLORU NIEBIESKIEGO!

świecenie się
na niebiesko.



Kolor niebieski kojarzony jest kontrowersyjną organizacją **Autism Speaks**, która przynosi osobom autystycznym więcej szkody niż pożytku.

NIE UŻYWAJ LOGO PUZZLA!

Sugeruje on, że autyzm jest **problemem**, który trzeba rozwiązać, a osoby autystyczne „nie pasują”. Początkowo w skład symbolu wchodziła głowa płaczącego dziecka, co miało sugerować, że autyzm jest powodem cierpienia.

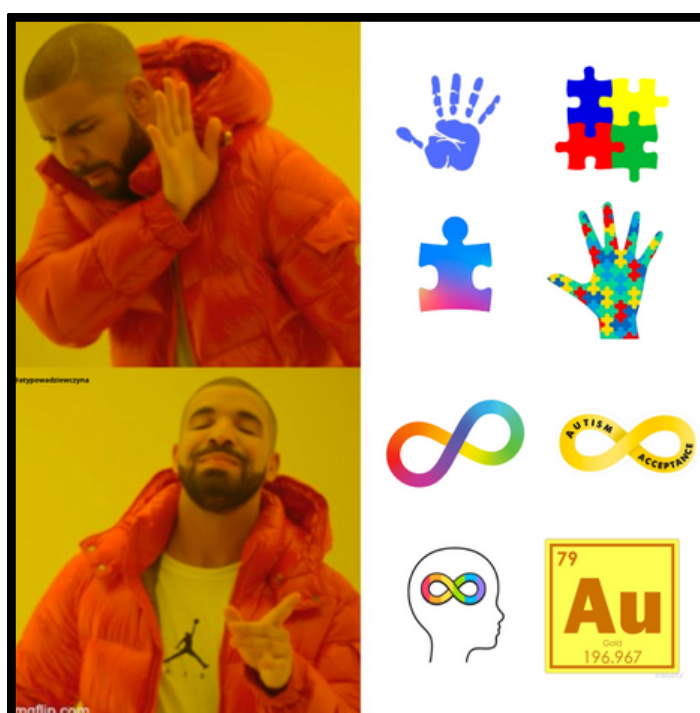


Zamiast symbolu kawałka puzzli używaj tęczowego znaku nieskończoności.

„ŚWIADOMOŚĆ AUTYZMU”

Ludzie już są świadomi autyzmu.

Osoby autystyczne potrzebują akceptacji. I to właśnie powinno się „świętować” – akceptację autyzmu, nie świadomość. Bo już jesteśmy świadomi.



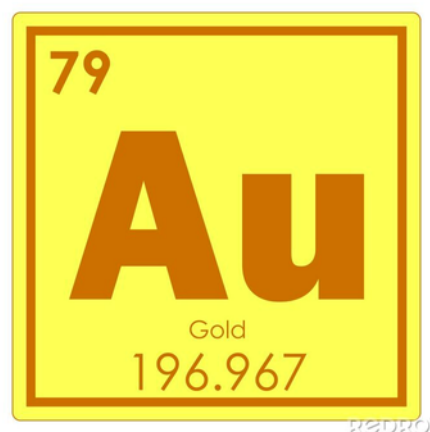
JESZCZE JEDNA KWESTIA...

„świecimy się na niebiesko”, propagujemy „świadomość autyzmu”, ustawiamy niebieskie nakładki na zdjęcia profilowe itp., a mimo to nic faktycznie nie robimy dla osób autystycznych. Takie akcje bez niesienia faktycznej pomocy pomagają osobom autystycznym tak samo jak myśli i modlitwy pomagają głodującym dzieciom. Pomagajmy realnie, a nie tylko wirtualnie.



WIĘC JAK STWORZYĆ PRZYJAZNY DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU?

Zamiast koloru niebieskiego używaj koloru czerwonego lub złotego – symbolem złota w układzie okresowym pierwiastków jest Au, a więc pierwsze dwie litery słowa „autyzm”.



NIE NAZYWAJ AUTYZMU CHOROBA.

Autyzm jest częścią osobowości, a nie czymś co powinno się leczyć.



**NIE PROPAGUJ
ŚWIADOMOŚCI
AUTYZMU –
PROPAGUJ
AKCEPTACJĘ
AUTYZMU.**



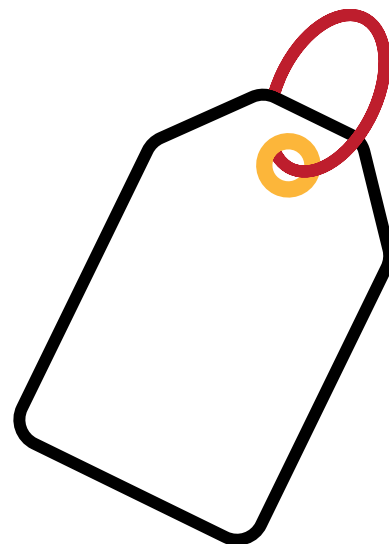
WIĘC JAK STWORZYĆ PRZYJAZNY DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU?

PRAWDA I FALSZ		
Zaznacz P jeśli Fakt jest zgodny z prawdą, a F jeśli jest niezgodny z prawdą.		
	P	F
Auzyzm to jest spektrum.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Można zostać zdiagnozowanym tylko jako dziecko.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wszystkie osoby w spektrum autyzmu to chłopcy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Auzyzm to jest choroba.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nie każda osoba z autyzmem jest taka sama.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Osoby autystyczne mogą mieć problem w patrzeniem w oczy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Auzyzm można zauważyć u kogoś łatwo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zespół aspergera to nie jest autyzm.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Auzyzm to po prostu inaczej działający mózg.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Każdy jest trochę autystyczny.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Zamiast ubrania się na niebiesko, zaproponuj dzieciom grę w Mity i Prawdy (gra dostępna na końcu do pobrania).

**SŁUCHAJ CO OSOBY
AUTYSTYCZNE MAJĄ DO
POWIEDZENIA – A NIE TYLKO CO
DO POWIEDZENIA MAJĄ ICH
RODZICE I OPIEKUNOWIE.**

**Nie używaj etykiet
“wysokofunkcjonujący”
i “niskofunkcjonujący”
czy “lekki autyzm” – są
one bardzo szkodliwe.
Autyzm to spektrum,
nie ma co podzielać go.**



NAJCZĘSTSZE MITY

✘ KAŻDY JEST TROCHĘ AUTYSTYCZNY.

Nie, to jest nieprawda. Posiadam czarną plamkę na udzie, ale czy to oznacza że jestem trochę czarnoskóra?

No nie. Tak samo jest z autyzmem, ktoś może mieć cechę która również występuje gdy ktoś ma autyzm, ale nie oznacza to że jest "trochę autystyczny".

✘ ZESPÓŁ ASPERGERA TO LEKKI AUTYZM.

Zespół Aspergera nie można ich określić jako lekkie czy ciężkie. Każdy ma inne trudności. Ktoś może mieć problem z pisaniem, a inna osoba z liczeniem, ale to nie znaczy że któraś z tych osób ma lżej.

✘ PO WYGLĄDZIE MOŻNA ROZPOZNAĆ, ŻE KTOŚ MA AUTYZM.

Nie ma czegoś takiego jak osoba „nie wyglądająca jakby miała autyzm” Po prostu „wyglądająca inaczej niż stereotypy”. Nie ma też cech fizycznych, które wskazywałyby na to, że ktoś ma autyzm.

✘ OSOBY AUTYSTYCZNE NIE MAJĄ UCZUĆ.

Osoby w spektrum autyzmu mogą doświadczać całego zakresu emocji, takich jak szczęście, smutek, gniew, frustracja, zaskoczenie i wiele innych.

NAJCZĘSTSZE MITY

✘ AUTYZM WYSTĘPUJE CZĘŚCIEJ U CHŁOPCÓW.

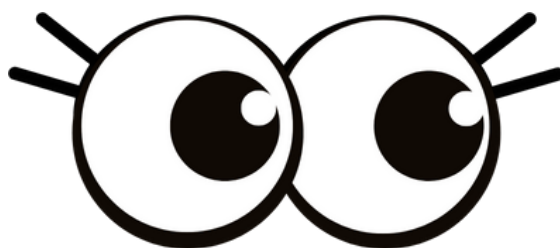
Wydaje się, że autyzm występuje częściej u chłopców, ale dziewczęta częściej „maskują” swój autyzm, ucząc się umiejętności interakcji ze światem lepiej niż chłopcy. Może to oznaczać, że wiele autystycznych dziewcząt otrzymuje diagnozę znacznie później niż chłopcy.

✘ OSOBY AUTYSTYCZNE SĄ AGRESYWNE.

Badania wskazują, że agresja jest równie powszechna wśród osób autystycznych jak i nie.

To stwierdzenie jest fałszywe. Choć niektórzy osoby w spektrum autyzmu mogą mieć trudności z utrzymywaniem kontaktu wzrokowego, to nie dotyczy to wszystkich.

✘ OSOBY AUTYSTYCZNE NIE UTRZYMUJĄ KONTAKTU WZROKOWEGO



NAJCZĘSTSZE MITY

✘ OSOBY „WYSOKOFUNKCJONUJĄCE” ZE SPEKTRUM AUTYZMU NIE POTRZEBUJĄ POMOCY I WSPARCIA.

Określenie kogoś jako „wysokofunkcjonującego” ze spektrum autyzmu może być wprowadzające w błąd i nieodpowiednie, ponieważ każda osoba może wykazywać różne poziomy funkcjonowania w różnych obszarach życia, ale nadal mogą mieć trudności w niektórych z nich.

✘ OSOBY AUTYSTYCZNE SĄ NIEPEŁNOSPRAWNE INTELEKTUALNIE

Zdarza się, że niektóre osoby mają towarzyszącą im niepełnosprawność intelektualną, ale nie jest to reguła. Autyzm NIE MUSI występować z nią. Więcej osób w spektrum autyzmu nie ma niepełnosprawności intelektualnej, niż ją ma.

✘ KAŻDA OSOBA AUTYSTYCZNA INTERESUJE SIĘ POCIĄGAMI.

Niektóre osoby autystyczne mogą interesować się pociągami, ale tak samo jak każdy inny człowiek, mogą również interesować się innymi rzeczami, takimi jak sztuka, muzyka, sport, matematyka czy literatura



NAJCZĘSTSZE MITY

✗ MOŻNA ZOSTAĆ ZDIAGNOZOWANYM JAKO AUTYSTYCZNE TYLKO JAKO DZIECKO.



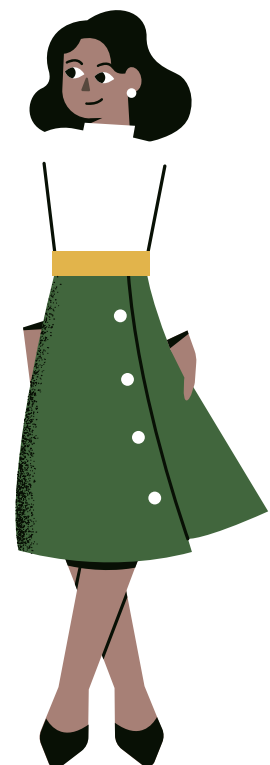
To błędne przekonanie wynika z faktu, że większość przypadków autyzmu jest diagnozowana u dzieci w wieku poniżej trzech lat.

✗ SZCZEPIONKI POWODUJĄ AUTYZM.

Chociaż jest to stosunkowo powszechnie znany mit, w rzeczywistości jest po prostu nieprawdziwy. Najnowsze badania mówią, że jest on dziedziczny.

✗ TYLKO DZIECI MAJĄ AUTYZM.

NIE! dorośli też mogą mieć autyzm, ba! Mogą mieć autyzm i nawet o tym nie wiedzieć! Znam mnóstwo dorosłych w spektrum autyzmu, i sama mam autyzm a mam 21 lat!



JAK MÓWIĆ O AUTYZMIE?

PO PIERWSZE

Pamiętaj że autyzm to przede wszystkim ludzie.



Mówiąc o autyzmie, mówimy o osobach autystycznych.

Najczęściej preferowany termin:

Dorosłych osób autystycznych  Osoba autystyczn*

Rodziców osób autystycznych  Osoba z autyzmem

Inne terminy:

W spektrum autyzmu Z ASD Mam autyzm
Autystyk/autystka

AUTYZM TO LUDZIE

Osoba samorzecznicza
Autystyczne, niebinarne

Bio z instagrama,

Hej! Mam autyzm!

Wywiad z Agą. AsperIT.

Jestem mamą dziecka z autyzmem,

Post na facebook'u.

Ja jestem w spektrum autyzmu i

Szarosen na portalu X.

Terminy, którymi określamy osoby autystyczne, powinny być takie, jakie one same wybierają.

AUTYZM TO SPEKTRUM

Jeśli twoje dziecko ma niepełnosprawność intelektualną i autyzm:



to proszę nie myl innych mówiąc, że ma tylko autyzm.

Osoba w spektrum autyzmu może być:

bez niepełnosprawności intelektualnej



z niepełnosprawnością intelektualną

I TO JEST JAK NAJBARDZIEJ W PORZĄDKU

Mówiąc że twoje dziecko ma tylko autyzm:

Stwarzasz błędne wyobrażenie że każdy autyzm

=

niepełnosprawność intelektualną



JAK NIE MÓWIĆ O AUTYZMIE?



CIERPI NA AUTYZM

CHORUJĘ NA AUTYZM

ZMAGA SIĘ Z AUTYZMEM



JEST OSOBĄ Z AUTYZMEM

JEST OSOBĄ AUTYSTYCZNĄ

MA AUTYZM

MA DIAGNOZĘ AUTYZMU

JEST W SPEKTRUM AUTYZMU

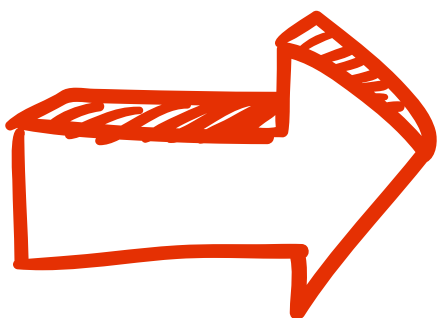


**DZIEŃ
ŚWIADOMOŚCI
AUTYZMU**



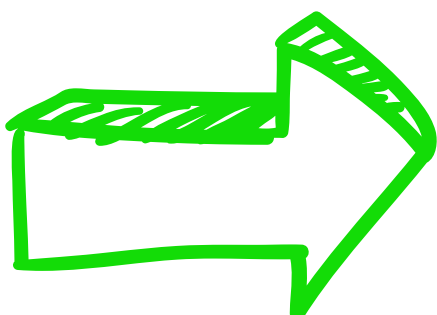
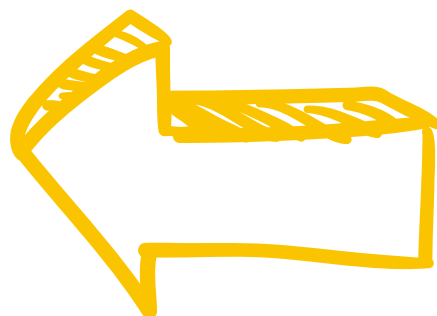
**2 KWIETNIA
2024**

DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU



**AUTYZM TO NIE
CHOROBA**

**AUTYZMU NIE
WIDAĆ "GOŁYM
OKIEM"**

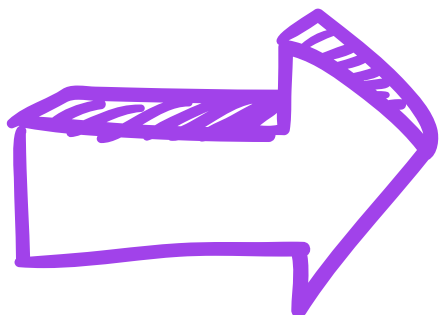
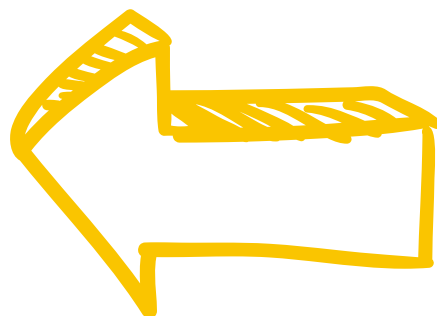


**DZIEWCZYNKI TEŻ
MAJĄ AUTYZM**

DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU

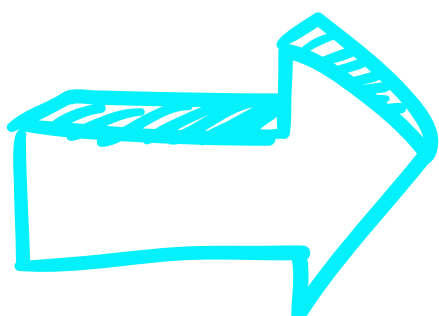
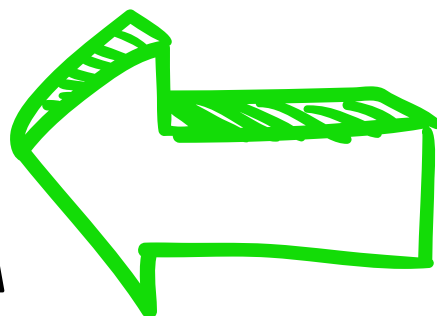


**OSOBY
AUTYSTYCZNE NIE
SĄ AGRESYWNE**



**SZCZEPIONKI NIE
POWODUJĄ
AUTYZMU**

**NIE KAŻDA OSOBA
AUTYSTYCZNA
JEST
NIEPEŁNOSPRAWNA
INTELEKTUALNIE**

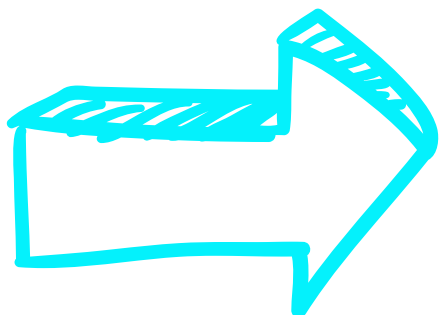
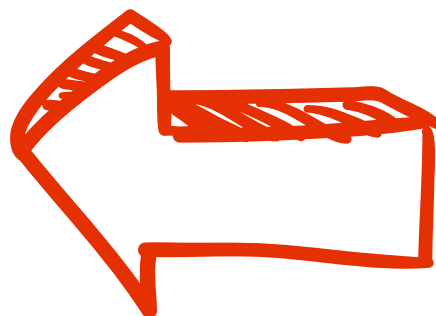


**DOROŚLI TEŻ
MAJĄ AUTYZM**

DZIEŃ ŚWIADOMOŚCI AUTYZMU

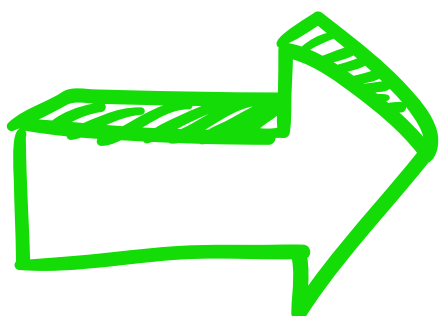
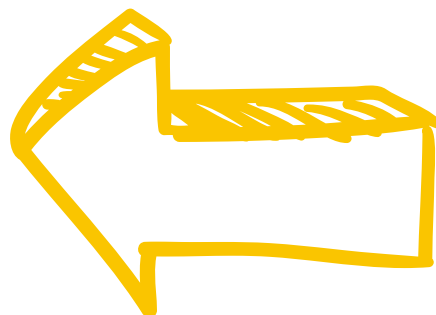


**MOŻNA MIEĆ
AUTYZM
NIEZDIAGNOZOWANY**



**NIE KAŻDY
AUTYSTA TO
GENIUSZ**

**OSOBY
AUTYSTYCZNE
MAJĄ UCZUCIA**



**OSOBY
AUTYSTYCZNE
MOGĄ BYĆ
EMPATYCZNE**

DLA NAUCZYCIELA

STWÓRZ SPEKTRUM

W świecie autyzmu używamy słowa "Spektrum", które oznacza dużo różnych rzeczy albo różnorodność. To jak tęcza! W tęczy mamy wiele różnych kolorów, tak samo w Spektrum Autyzmu mamy wiele różnych cech i osobowości.

Spektrum Autyzmu to jak tęczowy świat, w którym każdy jest inny.

Wyobraź sobie, że masz mnóstwo kolorowych długopisów. Każdy długopis to inna cecha. Niektórzy lubią dużo rysować, inni wolą malować, a jeszcze inni robią coś zupełnie innego! Wszyscy są wyjątkowi, ale razem tworzą piękną tęczę.

ZADANIE

Stwórz spektrum, dopasowując cechę osobowości czy zdanie do osoby, niech cię poniesie fantazja, możesz wymyślić własną postać!

1



ULUBIONE
ZAJĘCIE

Rysuje najładniej
z wszystkich

Kocha Gotować

Lubi jeździć na
deskorolce

ULUBIONY
KOLOR

Niebieski

Czarny

Czerwony

2



ULUBIONY
PRZEDMIOT

Muzyka

Matematyka

Angielski

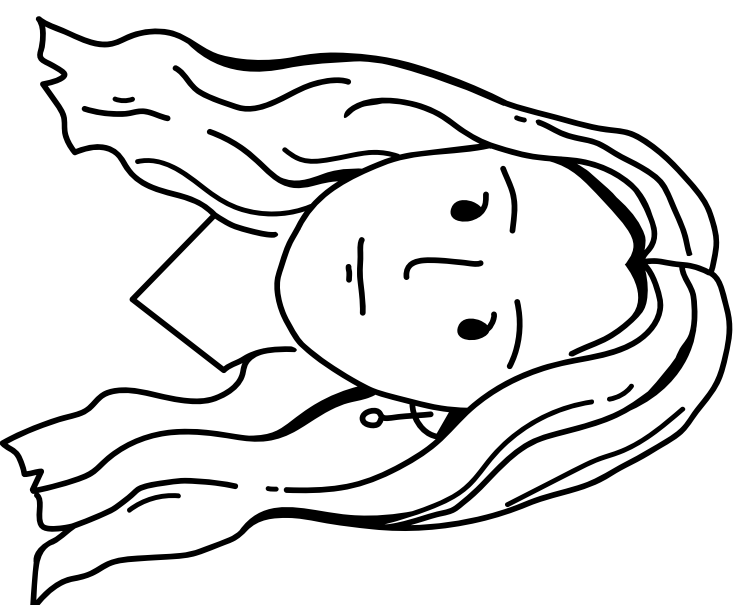
ULUBIONE
ZWEIRZĘ

Panda

Pies

Tygrys

3



SZCZĘŚLIWA
LICZBA

9999

7

13

IMIĘ
PRZYJACIELA

Kuba

Michał

Weronika

SYMBOLE AUTYZMU DO KOLOROWANIA

Zadanie: "Malowanie Naszej Unikalnej Przygody"

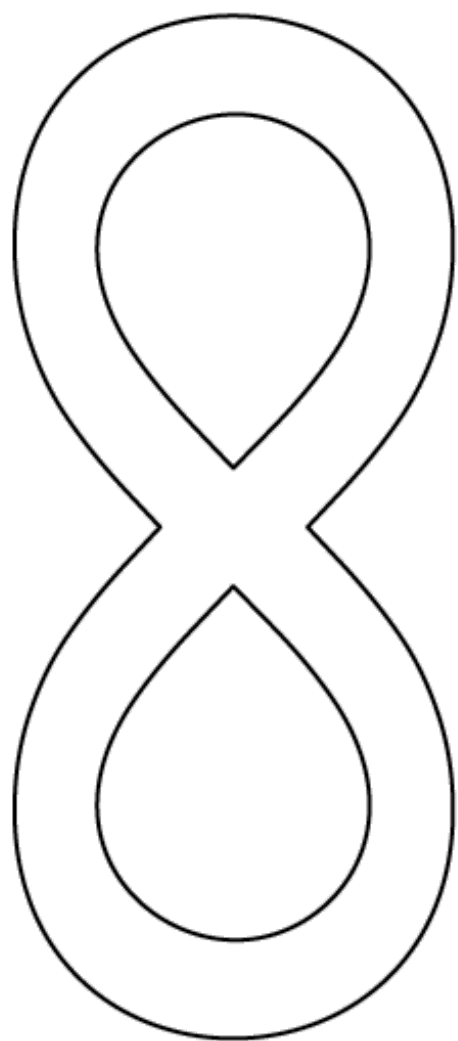
1. Daj każdemu dziecku kartkę papieru z rysunkiem symbolu nieskończoności.
2. Poproś dzieci, aby pomalowały pętlę nieskończoności na swój własny, wyjątkowy sposób.
3. Następnie poproś dzieci, aby wokół pętli nieskończoności narysowały swoje ulubione rzeczy, które kochają robić lub z którymi się identyfikują.
4. Zachęć dzieci do myślenia o tym, co sprawia, że są wyjątkowe i jednocześnie podobne do innych dzieci.
5. Po zakończeniu zadania, poproś dzieci, aby podzieliły się swoimi rysunkami i opowiedziały krótko o tym, co dodali do swojego symbolu nieskończoności.

To zadanie pozwala dzieciom na wyrażenie swojej kreatywności, jednocześnie kładąc nacisk na ideę, że każdy z nas jest wyjątkowy i różny, tak jak symbol nieskończoności. Dodatkowo, może to być okazja do rozmowy o różnorodności, empatii i zrozumieniu dla dzieci w spektrum autyzmu.

Co możesz powiedzieć:

"Symbol nieskończoności dla autyzmu jest jak magiczna różowa różdżka dla czarodzieja! To dlatego, że każde dziecko jest jak niekończąca się bajka pełna kolorowych przygód. Tak jak w kolorowej książce, autyzm sprawia, że każde dziecko jest wyjątkowe i niepowtarzalne. Teraz czas, abyście pomalowali magiczną pętlę nieskończoności swoimi ulubionymi kolorami, aby pokazać, jak różne mogą dzieci w spektrum autyzmu. Życzę wam kolorowej frajdy! 🌈"

Jeśli chcesz się dowiedzieć więcej, odwiedź @atypowadziejczyna



PRAWDA I FAŁSZ

Zaznacz P jeśli Fakt jest zgodny z prawdą,
a F jeśli jest niezgodny z prawdą.

	P	F
1. Autyzm to jest spektrum.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Można zostać zdiagnozowanym tylko jako dziecko.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Wszystkie osoby w spektrum autyzmu to chłopcy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Autyzm to jest choroba.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Nie każda osoba z autyzmem jest taka sama.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Osoby autystyczne mogą mieć problem w patrzeniu w oczy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Autyzm można zauważyć u kogoś łatwo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Zespół aspergera nie należy do spektrum autyzmu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Autyzm to po prostu inaczej działający mózg.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Każdy jest trochę autystyczny.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

WYJAŚNIENIE

1. Autyzm to jest spektrum.	Prawda	
2. Można zostać zdiagnozowanym tylko jako dziecko.	Falsz	Wiele osób dostaje diagnoze jako dorośli
3. Wszystkie osoby w spektrum autyzmu to chłopcy.	Falsz	Może się wydawać że więcej jest chłopców zdiagnozowanych, ale jest to nieprawda.
4. Autyzm to jest choroba.	Falsz	Autyzm to ZABURZENIE, nie choroba.
5. Nie każda osoba z autyzmem jest taka sama.	Prawda	Autyzm to spektrum, każda osoba w spektrum autyzmu może się bardzo różnić.
6. Osoby autystyczne mogą mieć problem w patrzeniem w oczy.	Prawda	
7. Autyzm można zauważyć u kogoś łatwo.	Falsz	Nie, autyzm diagnozuje jedynie specjalista. Zaburzeń nie da się zobaczyć gołym okiem.
8. Zespół aspergera nie należy do spektrum autyzmu.	Falsz	Jest to podtyp autyzmu, wraz z autyzmem dziecięcym i atypowym. Ale od 2026 nie będą już używane.
9. Autyzm to po prostu inaczej działający mózg.	Prawda	
10. Każdy jest trochę autystyczny.	Falsz	Nie, to tak nie działa. każdy może mieć cechę która może występować u osób w spektrum, ale nie oznacza to że ma się autyzm "lekko"

Jeśli chcesz się dowiedzieć więcej, odwiedź
[@atypowadziewczyna](#)